



**SOSIALISASI BAHAYA KECANDUAN GEDGET DAN  
PORNOGRAFI PADA REMAJA DENGAN  
MENGUNAKAN TERAPI *SELF HELP GROUP*  
DI SMAS PEMBANGUNAN  
BUKITTINGGI**

**Marizki Putri<sup>1\*</sup>, Rista Nora<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

\*Email : Marizkiputri33@gmail.com

**ABSTRAK**

Kasus kecanduan gedit dan pornografi setiap tahunnya mengalami peningkatan, yang mana hal ini berdampak kepada Perubahan emosional, kognitif, fisik dan psikis sering kali menjadi gelombang dalam diri remaja. Sehingga diperlukan terapi *Self help group* terapi ini merupakan kelompok informal yang anggotanya saling berbagi pengalaman yang dialami, saling bekerja sama untuk mencapai tujuan dan menggunakan kekuatan untuk melawan masalah dalam hidupnya. Pengabdian masyarakat ini dilakukan agar masalah kecanduan gadget dan pornografi ini bisa di atasi di Smas Pembangunan Bukittinggi dengan jumlah peserta 52 orang. Hasil pengabdian masyarakat yaitu terdapat peningkatan penilaian setelah diberikan terapi *Self help group* pada remaja. Disarankan sekolah memberikan pelatihan terapi psikoedukasi kepada guru bimbingan Konseling, sehingga remaja mampu mempertahankan diri dan menjaga diri sendiri.  
Kata Kunci: terapi self help group, bahaya kecanduan gadget dan pornografi

**ABSTRACT**

Cases of gadget and pornography addiction increase every year, which has an impact on emotional, cognitive, physical and psychological changes that often become waves in teenagers. So self-help group therapy is needed. This therapy is an informal group whose members share their experiences with each other, work together to achieve goals and use strength to fight problems in their lives. This community service is carried out so that the problem of gadget and pornography addiction can be overcome at the Bukittinggi Development High School with a total of 52 participants. The results of community service are that there is an increase in assessment after being given self-help group therapy to teenagers. It is recommended that schools provide psychoeducational therapy training to guidance counselors, so that teenagers are able to defend themselves and look after themselves.

*Keywords:* self help group therapy, dangers of gadget and pornography addiction

## PENDAHULUAN

Remaja adalah suatu fase yang harus dilalui oleh manusia sebagai individu. Remaja sering mengalami krisis dan permasalahan yang sangat kompleks dalam perkembangan dirinya. Perubahan emosional, kognitif, fisik dan psikis sering kali menjadi gelombang dalam diri remaja. Salah satu perubahan yang tidak bisa dihindari adalah motivasi dan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap berbagai hal yang menimpa dirinya termasuk masalah – masalah yang berhubungan dengan gadget dan seksualitas (pornografi). Kecanggihan teknologi dalam mengakses pada gadget atau smartphone tentang seksualitas yaitu pornografi sehingga banyak remaja yang menikmati hal ini dan menjadi candu, Imawati (2018). Adapaun dampak dari kecanduan gadget dan pornografi ini adalah berkurangnya fungsi kognitif, fisik dan psikis. Hasil penelitian yang dilakukan Mayrita (2022) didapatkan hasil bahwa 67% remaja memiliki kecanduan terhadap gadget dan 59% remaja mengalami kecanduan dalam mengakses konten pornografi. Sebanyak 80% remaja di Indonesia merupakan pengguna internet dan sebagian besar remaja sudah mengenal pornografi pada usia 12 tahun. Selain itu

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 1 bulan, dari bulan Agustus sampai September 2023. Metode pengembangan yang akan dilaksanakan merupakan sebuah rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis, diantaranya :

1. Persiapan
  - a) Membentuk panitia

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan secara di dapatkan hasil sebagai berikut :

1. Berkaitan dengan kegiatan pengabmas tentang Sosialisasi

dampak pornografi pada remaja kompulsif, adiksi dan perilaku kekerasan. Adiksi pornografi menyebabkan remaja mengalami masalah kejiwaan. Untuk mengatasi hal tersebut perlu adanya kegiatan secara preventif yang edukatif sehingga remaja mampu mengatasi masalah yang sedang terjadi, salah satunya yang bisa dilakukan oleh sekolah dalam menanggapi masalah ini adalah adanya kelompok – kelompok yang mampu mengingatkan atau yang disebut dengan *self help group*. *Self help group* merupakan kelompok informal yang anggotanya saling berbagi pengalaman yang dialami, saling bekerja sama untuk mencapai tujuan dan menggunakan kekuatan untuk melawan masalah dalam hidupnya (Utami, 2018). Sehingga masalah kecanduan gadget dan pornografi ini bisa di atasi. Adapun rencana kegiatan PPM ini adalah memberikan sosialisasi dan melakukan penerapan terapi *self help group* terhadap bahaya kecanduan gadget dan pornografi, dimana nantinya terapi self help grup ini terdiri dari 4 tahapan dan 6 sesi. PPM ini dilakukan oleh 2 orang dosen keperawatan jiwa dan dibantu dengan 2 orang mahasiswa yang sudah pernah melaksanakan penelitian.

- b) Mempersiapkan media
2. Pelaksanaan
  - a) Memberikan penyuluhan dan terapi kepada remaja sesuai dengan sesi terapi
  - b) Sesi Tanya jawab
3. Evaluasi Kegiatan
4. Pendokumentasian
5. Laporan Akhir

Bahaya Kecanduan Gadget Dan Pornografi Pada Remaja Dengan Menggunakan Terapi Self Help Group didapatkan hasil sebagai berikut :

- a) Didapatkan bahwa separoh 71% remaja mengalami kecanduan gadget, dan 86% remaja pernah mengakses media pornografi
- b) Didapatkan hasil siswa yang kecanduan gadget sebelum diberikan terapi adalah 71%, Setelah diberikan terapi *self help group* terdapat 40% terjadi penurunan angka kecanduan gadget.
- c) Didapatkan hasil bahwa remaja yang akses pornografi sebelum diberikan terapi terdapat 67% siswa yang mengakses media pornografi dalam 1 minggu, Setelah diberikan terapi hanya 35% remaja yang mengakses media pornografi.

Dari hasil pengabdian didapatkan bahwa terdapat perbedaan nilai sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi. Adapun tahapan – tahapan yang dilakukan dalam pengabdian pada masyarakat ini terdiri dari 4 dan 6 sesi. Tahap 1 : pra orientasi (persiapan tempat, alat klien dan fasilitator) hal ini difasilitasi oleh waka siswa dari SMAS Pembangunan. Tahap 2 : orientasi. Pada tahap ini siswa atau remaja sudah di berikan sosialisasi tentang kecanduan gadget dan pornografi, setelah diberikan sosialisasi, remaja atau siswa dikelompokkan menurut hasil skrening. Setelah di skrening lalu dilakukan tahap selanjutnya adalah tahap 3, yang terdiri dari 6 sesi. Adapun 6 sesi tersebut adalah :

1. Sesi 1 menentukan topic atau identifikasi masalah  
Pada sesi 1 ini siswa sudah mampu menceritakan apa yang jadi masalah yang ditemukan oleh

siswa dan remaja. Adapun masalah yang terjaring adalah :

- a. Banyaknya waktu luang
  - b. Tidak adanya pengetahuan tentang bahaya kecanduan gadget
  - c. Penggunaan gadget yang terkontrol pada siswa saat belajar dari rumah dapat menyebabkan kecanduan
  - d. Memahami stress dan coping pada remaja
  - e. Memberikan materi tentang stress, coping dan self help group sebagai penguatan remaja
2. Mengelompokkan masalah stress yang dihadapi remaja serta coping yang digunakan remaja dalam menghadapi masalah akademik pada remaja. Menetapkan masalah serta memecahkan masalah
  3. Memilih cara menyelesaikan masalah
    - a. Mengelompokkan masalah stress yang dihadapi remaja
    - b. Memecahkan masalah serta coping yang digunakan
    - c. Mencatat masalah dan pemecahan masalah
  4. Bermain peran role play (mandiri)
    - a. Memilih cara dalam menyelesaikan masalah yang sudah dicatat
    - b. Memilih coping yang digunakan oleh remaja
  5. Mengingat kembali strategi yang digunakan dalam memecahkan masalah
- Dari hasil terapi self help group dapat disimpulkan bahwa semua remaja memiliki hubungan yang erat antara satu dengan yang lainnya, semua



remaja aktif di kelompok, efektifnya penyelesaian masalah dalam group.

Self help group merupakan sekumpulan dari beberapa orang yang memiliki tujuan, pengalaman dan permasalahan yang sama dengan membentuk kelompok sebagai tempat untuk berbagi informasi pengalaman baru dalam menyelesaikan masalah permasalahan dalam kelompok. Dengan tujuan membantu anggota kelompok dalam menyelesaikan masalah kesehatan seperti penyakit kronis, kesehatan mental.

### SIMPULAN

1. Penerapan Terapi self help group kepada remaja terhadap sosialisasi kecanduan gadget dan pornografi
2. Terdapat peningkatan nilai sesudah diberikan Terapi self help group terhadap Terhadap kecanduan gadget dan pornografi
3. Mampunya remaja melakukan dengan mandiri pencegahan kecanduan gadget dan pornografi

### DAFTAR PUSTAKA

- APJII.(2023) . *Penetrasi dan perilaku pengguna internet indonesia tahun 2023*.  
<https://dataindonesia.id/digital/deta-il/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2023>.
- BPS, Provinsi Sumatera Barat, 2022 (*Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat*)  
<https://sumbar.bps.go.id/indicator/2/320/1/persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhir-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-sumatera-barat.html>
- Budihardjo, I., Oliver, H., Lutter, M., Luo, X., & Wang, X. (1999). Biochemical pathways of caspase activation during apoptosis. *Annual*

*review of cell and developmental biology*, 15(1), 269-290. Lau, J.T.F., Gross, D.L., Wu, A.M.S., Cheng, K., Lau, M.M.C., 2022. *Incidence and predictive factors of Internet addiction among Chinese secondary school students in Hong Kong: a longitudinal study. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 52, 657–667. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1356-2>

- Liang, L., dkk (2019). *Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: a cross-lagged study in Chinese adolescents. Computers in Human Behavior*, 63, 463-470.
- Marsela, R.D & M. Supriatna. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65-69, ISSN: 2548-3226.
- Masturoh & Anggita. (2018) *Metodologi Penelitian*. Bogor. Ghalia Indonesia
- Mile, A. C., & Febriyona, R. (2023). *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial ( TikTok ) pada Remaja di SMPN 4 Tilamuta The correlation between Self-Control and Social Media Addiction ( Tiktok ) in Adolescents at SMPN 4 Tilamuta*. 3(1).
- Sinha, P. (2020). Margarita with a Straw: Female Sexuality, Same Sex Love, and Disability in India. *Economic and Political Weekly Engage*, 55(14).
- Paska, L. M., & Yan, Z. (2021). *Internet addiction in adolescence and emerging adulthood: a comparison between the United States and China. New York: Nova Science, Inc.*
- Pata, A., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2021). Kontrol Diri Siswa Terhadap Kecanduan Media Sosial. *Jurnal Sublimapsi*, 2(2), 20.



<https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i2.16279>  
Pratami (2020) *tentang Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Sman 11 Bandung*, Jurnal Keperawatan BSI, Vol. 8 No. 2 September 2020  
Raihana, P. A. (2019). *Perbedaan kecanduan internet ditinjau dari*

*tipe kepribadian introvert-ekstrovert dan jenis kelamin. Skripsi.* Surakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Diunduh dari <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/14814/Perbedaankecenderungan-kecanduan-internet-ditinjau-dari-tipe-kepribadian-introvert-ekstrovert-dan-jenis-kelamin>.