

Psikoedukasi Dalam Mempersiapkan Mahasiswa Menyongsong Era Digital

Sarita Candra Merida¹, Rika Fitriyana², Eky Nur Afifah³, Iga Rosiana Virgin⁴,
Badaruzzaman⁵, Boyke Luhut Raja⁶

^{1,2,3,4,5,6} Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

email: Sarita.candra@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak

Pendekatan di era digital ini semua berbasis teknologi. Perkembangan teknologi begitu pesat. Berbagai macam aktivitas dapat dilakukan di media sosial. Pengguna internet khususnya sosial media didominasi oleh usia muda. Rentang usia 25-29 tahun merupakan jumlah usia terbanyak dalam menggunakan sosial media. Usia ini banyak dijumpai di kalangan mahasiswa. Kondisi di era digital ini dapat dilihat sebagai suatu ancaman atau peluang bagi masyarakat. Di era digital ini dikenal dengan disruption. Pada era ini perlu adanya kemampuan yang memadai untuk meningkatkan self disruption pada diri mahasiswa sehingga mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan dinamika yang baru pada era ini. Di samping itu mahasiswa pun dapat berpikir lebih strategis dan berperilaku lebih efektif dalam memanfaatkan perkembangan teknologi yang ada pada era digital. Melalui psikoedukasi, mahasiswa diberikan pengetahuan, wawasan dan ketrampilan untuk menghadapi tantangan yang ada di era digital. Secara umum mahasiswa mempelajari tentang era digital dan disruption, mendapatkan pengetahuan mengenai penanganan permasalahan di era digital, memiliki strategi dalam menghadapi tantangan di era digital serta berkomitmen untuk menghadapi tantangan di era digital dengan lebih efektif.

Kata Kunci: Psikoedukasi, era digital, disrupsi

Abstract:

In this digital era, almost everything work based on technology. Since technology has been developed very vast. Social media help people to do many activities. According to research, internet user, especially the ones who access social media was dominated by young age. Most of them were on the age of 25–29 year old and also college student. Some think this as an opportunity or threat to society. This digital era also known as disruption era. It takes capability to improve college student so that they could adapt with this new era. Beside that, they could think and act with strategy more effectively by using the latest technology. Through psychoeducation, they learn new knowledge, broaden their mind and also skills on handling problem on this era. In general, they learn about what is digital era and disruption, problems that occur, and how to handle challenges by committing in facing digital era more effectively.

Keywords: Digital Era, Disruption, Psychoeducation, College Student

Submitted: 22 Maret 2021

Revision: 7 April 2021

Accepted: 17 Mei 2021

PENDAHULUAN

I. Perkembangan Era Digital

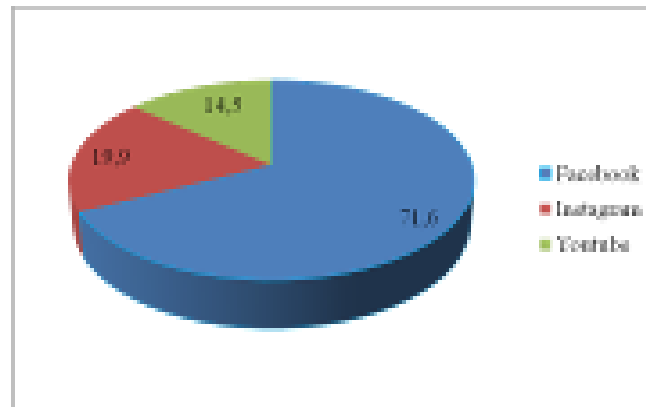
Saat ini gawai menjadi salah satu kebutuhan primer untuk dipenuhi setiap orang. Jumlah pengguna gawai di Indonesia semakin meningkat. Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi (KEMENRISTEKDIKTI) pada siaran pers No. 02/SP/HM/BKPP/I/2017 di Cikarang menyatakan bahwa pengguna smartphone di Indonesia kini mencapai 25 % dari total penduduk atau sekitar 65 juta orang. Didukung dengan gagasan yang dikemukakan oleh Rahmayani (2015) bahwa jumlah penduduk Indonesia yang mencapai 250 juta adalah pasar besar di Indonesia. Seiring pasarnya bertambah pengguna *smartphone* Indonesia juga bertumbuh dengan pesat.

Pada era digital ini, terjadi perubahan perkembangan teknologi. Hal ini terlihat dari perkembangan komputer, lahirnya internet, perkembangan ponsel, dan penggunaan sosial media. Maka dari itu menurut Direktorat Jenderal pendidikan anak usia dini dan pendidikan masyarakat (2017) perlu peran berbagai pihak dari keluarga khususnya peran orangtua untuk mempersiapkan anak di era digital. Tidak hanya keluarga, namun perlu peran dari berbagai pihak untuk menyiapkan diri untuk berdamai dengan dinamika baru, mengubah ancaman menjadi peluang, dan membuat sesuatu menjadi lebih sederhana dengan kemajuan teknologi di era digital ini (Kasali, 2017).

Menurut Pramita yang ditulis dalam artikel yang berjudul “Era Digital” pada 22 Desember 2017 7.1 Juta pekerjaan perlahan akan hilang karena memasuki era digitalisasi. Pada era ini semua layanan masyarakat akan berbasis digital. Disinyalir pada era digital jenis pekerjaan seperti agen perjalanan, kasir, pekerja percetakan, nelayan, petani, pengantar surat kabar, *teller* di bank dan layanan pelanggan di perbankan semakin lama akan pudar dan tergerus. Menurut Kasali (2017) pada era digital semuanya serba *online* dan mengandalkan internet. Inovasi usaha pun mulai bermunculan. Maka dari itu kita membutuhkan cara berpikir baru untuk menghadapi persoalan baru di era digital ini.

Pendekatan di era digital ini semua layanan berbasis teknologi. Teknologi yang muncul salah satunya meningkatnya aktivitas melalui jejaring sosial. Berselancar di jejaring sosial dapat dilakukan oleh setiap kalangan. Berdasarkan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2016, konten media sosial yang sering dikunjungi ada 3 media favorit,

yang menempati peringkat pertama adalah Facebook dengan 71,6 juta pengguna, di peringkat kedua ada Instagram dengan 19,9 juta pengguna dan di posisi ketiga disusul oleh Youtube 14,5 juta pengguna.



Gambar 1. Hasil Survei (APJII, 2016)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Merida dan Fitriyana (2018) yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya bahwa mahasiswa menggunakan gawai untuk memperbaharui berita, instagram, mengerjakan tugas dari dosen, melihat youtube dan untuk aktivitas berdagang secara *online*. Berawal dari penelitian yang sudah dilakukan dan fenomena yang telah dipaparkan, maka perlu adanya pendampingan untuk menambah wawasan dalam memanfaatkan teknologi di era digital serta penanganan untuk dampak negatif dari pemanfaatan teknologi tersebut. Menurut Suwarjo (2018) perlu adanya edukasi baik kepada orangtua dan anak sehingga mampu memanfaatkan literasi digital dengan baik dan dapat mengeliminasi dampak negatif dari teknologi digital tersebut. Maka dari itu dapat disimpulkan pentingnya edukasi di era digital ini sehingga mampu memanfaatkan teknologi digital lebih positif.

II. Disruption

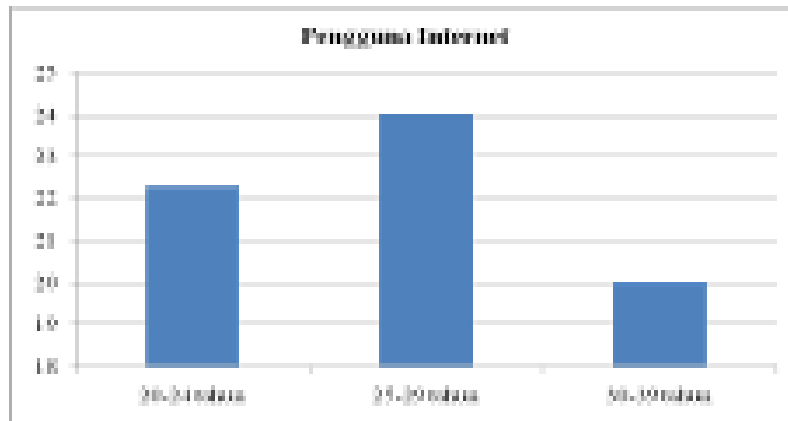
Melakukan aktivitas berdagang secara *online* aktivitas itu dapat dikatakan perdagangan digital atau *e-commerce* yang semua aksesnya dapat menggunakan smartphone dan dapat dilakukan kapan saja (Prasetia, 2018). Pada era digital semua aktivitas mengandalkan aktivitas secara *online*. Barang yang dijual bisa sama tetapi model bisnisnya berbeda atau fungsinya sama tetapi kini disederhanakan dengan atau hadir dalam bentuk baru. Menurut Kasali (2017)

era ini dinamakan *disruption*. *Disruption* disini dapat dikatakan kita menciptakan suatu situasi atau pasar baru dan bisa juga kita memperbaiki atau memperbaharui situasi yang sudah ada. Seperti hasil penelitian yang sudah dijelaskan, bahwa mahasiswa mencari tugas sudah mengandalkan teknologi, melihat tutorial atau mempelajari suatu hal yang baru dapat dilakukan dengan melihat youtube, menjadi driver layanan transportasi online, dan aktivitas berdagang *online* yang lain. Aktivitas yang biasa dilakukan oleh sumber daya manusia saat ini tergantikan dengan perkembangan teknologi.

Disruption bagi sebagian besar orang dapat dipandang sebagai ancaman namun untuk sebagian besar orang yang lain dapat dipandang sebagai peluang (Kasali, 2017). Ancaman ini dipandang sebagai sesuatu penyimpangan yang tidak normal, belum bisa diterima dan banyak dipertentangkan oleh masyarakat. Sebagian besar orang masih mempertahankan cara lama untuk menghadapi tantangan di era digital padahal di satu sisi di era digital segala permasalahan sifatnya baru sehingga membutuhkan cara baru.

III. Persiapan Menghadapi *Disruption* dan Tantangan di Era Digital

Dampak dari era digital ini biasanya yang paling menonjol pada kaum muda. Dapat dilihat pengguna media sosial saat ini, didominasi oleh usia muda, yang mana penerimaan serta literasi lebih mudah ketimbang kelompok usia lain. Seperti yang dikemukakan oleh laman berita CNN Indonesia, Sugiharto (2014) mengatakan bahwa generasi muda dalam rentang usia 20-24 tahun ditemukan 22,3 juta jiwa dan 25-29 tahun terdapat 24 juta jiwa pengguna internet di Indonesia. Berdasarkan riset terbaru yang dirilis Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), angka tersebut relatif tinggi ketimbang penduduk kelompok usia lainnya pada rentang usia 30-39 tahun. APJII seperti dikutip dalam Kompas.com yang ditulis oleh Bohang (2018) mayoritas pengguna internet sebanyak 72.41 % masih dari kalangan urban. Pemanfaatannya sudah lebih jauh bukan hanya untuk berkomunikasi tetapi juga membeli barang, memesan transportasi, hingga berbisnis dan berkarya. Internet tidak bisa dipisahkan dari kehidupan sehari-hari anak muda zaman sekarang. Sebanyak 49.52 % pengguna internet di tanah air adalah mereka yang berusia 19-34 tahun.



Gambar 2. Hasil Riset (APJII, 2018)

Rentang usia tersebut merupakan kategori usia dewasa awal menurut Arnett dalam Santrock (2011). Pada usia dewasa awal, manusia memiliki perkembangan sosioemosi yang ditinjau dari berbagai relasi sosial dan emosi-emosinya. Hubungan relasi sosial pada masa kini bisa terjadi secara konvensional dan nonkonvensional. Jika zaman dahulu berhubungan antar relasi menggunakan surat melalui pos, masa kini berhubungan antar relasi bisa terjadi secara nonkonvensional atau secara online melalui media sosial, tiga konten media sosial yang sering dikunjungi adalah Facebook, Instagram dan Youtube (APJII 2016).

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang dipaparkan, bahwa perkembangan teknologi pada era digital yang menunjang aktivitas sehari-hari begitu banyak. Era ini dikenal dengan era *disruption* yaitu banyak pembaharuan dari segi pasar. Hal ini dapat terlihat dari pengguna gawai khususnya *smartphone* jumlahnya semakin banyak. Mereka menggunakan gawai untuk berselanjar di jejaring sosial. Di samping itu dengan gawai yang mereka miliki mendukung untuk menyelesaikan aktivitasnya. Banyak tenaga manusia yang digantikan oleh teknologi. Maka dari itu perlu persiapan yang didukung dengan kemampuan yang memadai dalam merespon era digital ini.

Persiapan ini diperlukan untuk meningkatkan *self disruption* para mahasiswa sehingga mereka dapat memanfaatkan peluang yang ditawarkan di era digital ini dengan kemajuan teknologi yang ada. Di samping itu untuk meningkatkan kemampuan berpikir yang lebih fleksibel sehingga cukup inovatif dan lebih strategis dalam memanfaatkan teknologi di era digital. Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan oleh tim fakultas Psikologi Universitas

Diponegoro, bahwa psikoedukasi yang dilakukan dengan metode ceramah interaktif dan tanya jawab dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan para peserta untuk menghadapi tantangan di era digital (Ediati, Rahmandani, Kahija, Sakti, & Kaloeti, 2018). Menurut Supratiknya (2011) melalui program psikoedukasi dapat meningkatkan ketrampilan hidup seseorang atau lebih dikenal dengan *life skills*. Berbekal dengan ketrampilan hidup atau *life skills* yang dimiliki oleh mahasiswa diharapkan mereka dapat menghadapi tantangan di era digital dengan pengetahuan, sikap dan kemampuan yang sesuai dengan tugas dan tahapan perkembangannya.

Berdasarkan kajian literature yang ditulis oleh Hendriani 2017 dalam Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan bahwa perlu pendekatan yang sifatnya apresiatif untuk meningkatkan *online resilience* dalam menghadapi era digital. Melalui psikoedukasi yang diberikan kepada mahasiswa dapat memberikan inspirasi mahasiswa untuk berperilaku secara positif dalam menghadapi tantangan di era digital. Memberikan inspirasi pada mahasiswa merupakan prinsip antisipatorik yang merupakan salah satu prinsip pendekatan apresiatif.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara memberikan psikoedukasi kepada mahasiswa mengenai era digital, tantangan di era digital, dampak negatif di era digital serta penanganannya. Adapun pelaksanaan psikoedukasi dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan Psikoedukasi

Topik	Tujuan	Metode
Perkembangan Era Digital dikaitkan	Memberikan pemahaman mengenai perkembangan era digital khususnya di Indonesia	Ceramah Diskusi Tanya Jawab
Tantangan dan Dampak Era Digital dan Disruption dikaitkan dengan	Memaparkan hasil penelitian mengenai dampak era digital dan <i>disruption</i> dari segi sosial, psikologis dan perilaku. Memberikan pemahaman mengenai hal-hal apa saja yang terjadi di Era Digital	Ceramah Diskusi Kelompok Presentasi Hasil Diskusi Kelompok

Penyalahgunaan Internet, Adiksi serta penanganannya	Memberikan pemahaman mengenai dampak negatif penyalahgunaan internet, adiksi sebagai dampak dari penyalahgunaan internet serta penanganannya	Ceramah Diskusi Tanya Jawab
Tugas akhir atau Terminasi (Proyek kelas) tentang menghadapi era digital	Disamping itu untuk menumbuhkan kesadaran dan meningkatkan komitmen mahasiswa dalam menangani tantangan di era digital	Presentasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi dua tahap yaitu tahap persiapan dari kegiatan pengabdian masyarakat itu, pelaksanaannya dan terminasi dari kegiatan pengabdian masyarakat. Setiap tahapan akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan

a. Izin Pengabdian Masyarakat

Pada tahap ini mengajukan surat izin pelaksanaan pengabdian masyarakat sekaligus peminjaman ruangan di fakultas psikologi untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat. Mengingat pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan setelah pelaksanaan Ujian Akhir Semester sehingga tidak memiliki kendala dalam hal perizinan dan ketersediaan ruangan untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat. Ruangan yang kami gunakan adalah ruangan kelas yang biasa dipake untuk aktivitas perkuliahan mahasiswa sehari-hari.

b. Pengarahan Teknis Pengabdian Masyarakat

Sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat, mengumpulkan semua tim panitia pelaksanaan pengabdian masyarakat untuk koordinasi. Pada sesi ini, dilakukan pembagian tugas mengenai hal-hal yang harus dipersiapkan untuk mendukung kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu membagi tugas mengenai peran setiap anggota pengabdian masyarakat saat kegiatan berlangsung. Setiap anggota memahami peran dan tugasnya sehingga melakukan tugas sesuai dengan pembagian tugas baik dalam mempersiapkan acara dan kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung.



Gambar 3. Pemasangan *Backdrop* Sebelum Acara Dimulai



Gambar 4. Persiapan di Kelas Sebelum Acara Mulai



Gambar 5. Berperan sebagai observer saat diskusi kelompok

c. Sosialisasi kepada Peserta Pengabdian Masyarakat

Setelah perizinan dan pengarahan tim dilakukan mengundang peserta pengabdian masyarakat. Selain itu juga mensosialisasikan mengenai agenda pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. Di samping itu memberikan informasi mengenai tujuan pelaksanaan serta manfaat yang didapat dari mengikuti kegiatan ini.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada hari Jumat tanggal 8 Februari 2019. Pengabdian masyarakat dilaksanakan hanya satu sesi dengan durasi selama dua jam. Selama durasi dua jam, materi yang disampaikan diantaranya terkait pemahaman era digital

pada remaja, penyalahgunaan internet, adiksi, serta penanganannya.

a. Materi Pemahaman Era Digital (10.00-10.45)

Materi ini disampaikan oleh pembicara pertama yaitu Sarita Candra Merida, M.Psi, Psikolog. Materi yang disampaikan terkait perkembangan era digital sampai dengan pembahasan mengenai *era disruption*. Pemaparan materi dilakukan selama 45 menit. Materi yang disampaikan meliputi perkembangan dunia digital, efek dari perkembangan dunia digital, pengertian dan definisi *disruption* serta cara menghadapi *disruption*. Peserta diberikan kesempatan untuk memberikan tanggapan, dan melakukan tanya jawab setelah pemaparan materi selesai dilakukan.



Gambar 6. Saat pemberian materi

Selain memberikan materi, pemateri juga melakukan tanya jawab kepada peserta sehingga terjadi diskusi yang interaktif selama penyampaian materi era digital. Peserta pun menjadi lebih paham dengan materi yang disajikan dengan contoh dan pendapat yang disampaikan para peserta.



Gambar 7. Para peserta sedang mengerjakan tugas kelompok mengenai era digital dan tantangannya

Berdasarkan hasil observasi, pada sesi ini mereka aktif terlibat untuk memberikan ide dalam kelompoknya mengenai era digital. Mereka memberikan pendapat mengenai segala hal yang terjadi di era digital, tantangan dan cara menghadapinya.



Gambar 8. Presentasi hasil diskusi kelompok

Setelah diskusi kelompok selesai dilakukan, setiap perwakilan kelompok diminta maju ke depan untuk mempresentasikan hasil diskusi mereka kepada anggota kelompok yang lain. Presentasi berjalan dua arah. Artinya, anggota kelompok yang lain memberikan tanggapan mengenai hasil diskusi yang sudah dipaparkan. Melalui penyampaian materi yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif dan penugasan kelompok membuat peserta memperoleh *insight* atau pemahaman dari anggota kelompok itu sendiri sehingga mudah untuk diterima.

b. Materi Penyalahgunaan Internet, Adiksi serta Penangannya (10.45-11.30)

Materi ini disampaikan oleh pembicara kedua yaitu Rika Fitriyana, M. Psi, Psikolog. Materi yang disampaikan terkait dengan penyalahgunaan internet, jumlah pasien dengan adiksi dan penyalahgunaan internet, serta penanganan yang sudah biasa dilakukan. Materi ini disampaikan dengan tujuan untuk menumbuhkan kesadaran para peserta mengenai dampak negatif dari penyalahgunaan internet yang merupakan permasalahan di era digital. Di samping menumbuhkan kepekaan para peserta mengenai penanganan permasalahan dari penyalahgunaan internet. Diharapkan ketika menemui permasalahan serupa yang ada di sekelilingnya, dapat memberikan penanganan yang sesuai. Pemberian materi dilakukan dengan metode diskusi dan tanya jawab sehingga terjadi komunikasi yang interaktif dengan peserta.



Gambar 9. Saat memberikan materi tentang adiksi dan penyalahgunaan internet



Gambar 10. Penyampaian materi dilakukan disertai metode tanya jawab sehingga terjadi diskusi dan komunikasi yang interaktif dengan peserta

3. Terminasi

Pada sesi terakhir, peserta diberikan penugasan sebagai bentuk komitmen para peserta dalam menghadapi tantangan di era digital. Peserta diminta membuat poster. Poster tersebut di dalamnya memuat komitmen, rencana dan tindakan yang strategis dalam menghadapi tantangan di era digital.



Gambar 11. Para peserta membuat poster

Saat membuat poster, para peserta diperbolehkan untuk mencari referensi gambar, simbol, kata atau kalimat yang dapat mendukung isi dari poster yang dibuat.



Gambar 12. Presentasi poster yang dibuat

Setelah membuat poster, para peserta diminta untuk mempresentasikan hasil poster yang sudah dibuat. Presentasi berjalan dengan interaktif tidak hanya satu arah. Setiap anggota kelompok saling menanggapi poster yang sudah dibuat.



Gambar 13. Peserta yang lain diskusi untuk memberikan tanggapan poster yang dipresentasikan

Berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan kegiatan, para peserta aktif terlibat setiap kegiatan. Para peserta memberikan ide, pendapat dan tanggapan mengenai materi yang disampaikan. Kelompok yang terbentuk adalah 4-5 peserta sehingga setiap orang dalam kelompok tersebut memiliki kesempatan yang sama untuk memberikan ide dan pendapat mengenai tugas yang diberikan dalam kelompok. Melalui diskusi kelompok memberikan kesempatan untuk para peserta untuk saling mengungkapkan dan saling bertukar gagasan mengenai permasalahan yang sedang dibahas (Supratiknya, 2011). Di samping itu peserta pun mendapatkan pemahaman mengenai era digital dari peserta yang lain tidak hanya dari pemateri maupun fasilitator sehingga wawasan dan pengetahuan yang diperoleh makin beragam.

Peserta pun aktif dalam memberikan ide dan tanggapan kepada peserta lain yang presentasi sehingga sudut pandang dan pemahaman baru mengenai era digital dan cara

menghadapinya pun didapat oleh peserta. Di samping itu melalui presentasi para peserta dapat menyajikan informasi, pengetahuan, dan pandangan baru yang mungkin belum diketahui oleh peserta yang lain. Menurut Supratiknya (2011) melalui presentasi didapatkan pengetahuan, pandangan atau pendekatan baru yang mungkin tidak didapatkan dalam interaksi atau diskusi dalam kelompok. Saat sesi presentasi peserta yang lain dapat memberikan tanggapan, ide dan gagasan untuk melengkapi hasil presentasi. Di samping itu sejalan dengan yang dikemukakan oleh Prawitasari (2011) pendekatan kelompok mengandung faktor kuratif di dalamnya. Salah satu faktor kuratif yang terlihat saat proses psikoedukasi ini adalah para mahasiswa tidak merasa sendiri saat menghadapi tantangan di era digital serta ada harapan untuk saling mendukung dan berkerja sama dalam menghadapi tantangan di era digital. Berdasarkan hasil observasi, di dalam memberikan tanggapan, ide dan pendapat para peserta pun mengapresiasi pendapat dan ide gagasan yang disampaikan oleh anggota kelompok yang lain sebelum mengemukakan pendapatnya.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi terhadap mahasiswa ini mendapatkan respon yang positif dari mahasiswa sebagai peserta. Mahasiswa antusias mengikuti kegiatan sampai dengan tuntas. Mahasiswa pun aktif dalam diskusi kelompok, tanya jawab dan membuat poster sebaik mungkin untuk di presentasikan. Melalui kegiatan ini mahasiswa pun mendapatkan pemahaman mengenai era digital, *disruption* yang merupakan tantangan di era digital, dampak negatif yang mungkin terjadi di era digital serta penanganan yang tepat dalam menanggulangi dampak negatif tersebut. Sejalan dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang dilakukan oleh Rusli, Nio, Akbar & Nurmina (2020) melalui psikoedukasi dapat memberikan pengetahuan, pemahaman dan pengalaman terkait strategi orangtua dalam mendampingi anaknya pada masa pembelajaran daring. Adapun dalam kegiatan PKM yang sudah dilakukan ini, mahasiswa menjadi lebih memahami terkait tantangan di era digital dan jenis penanganan yang dapat dilakukan mengatasi tantangan tersebut. Mahasiswa pun memiliki komitmen untuk menghadapi tantangan di era digital yang diwujudkan dalam poster yang mereka buat.

Melalui pemahaman mengenai era digital beserta tantangannya, mahasiswa dapat

berperan sebagai *agent of change* bagi masyarakat di sekelilingnya. *Agent of change* disini adalah mahasiswa dapat memberikan pemahaman mengenai pemanfaatan teknologi di era digital. Di samping itu dengan mengetahui penanganan dampak negatif di era digital, mahasiswa dapat mengarahkan orang lain atau masyarakat yang ada di sekelilingnya untuk menemui ahli yang tepat untuk mendapatkan penanganan yang efektif. Melalui komitmen yang dibuat oleh mahasiswa, dapat mendorong mahasiswa dan lingkungan sekelilingnya untuk menggunakan teknologi digital sesuai dengan kebutuhan yang mendukung kegiatan sehari-hari.

Harapan dari kegiatan psikoedukasi ini tidak hanya berhenti di pelaksanaan kegiatannya saja. Untuk menunjang program psikoedukasi ini supaya pengetahuan dan wawasannya dapat digunakan oleh mahasiswa secara luas, rencana selanjutnya adalah pembuatan modul elektronik atau *e-modul*. Modul ini nantinya akan berisi tentang era digital itu sendiri, tantangan di era digital, dampak di era digital serta penanganan yang sesuai untuk menangani dampak di era digital. Melalui *e-modul* yang dibuat, diharapkan tidak hanya peserta psikoedukasi yang bisa menggunakan tetapi masyarakat luas pun dapat merasakan manfaatnya secara luas.

DAFTAR REFERENSI

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, *Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2016/2017*,
- Bohang. K. F. (2018, Februari). Berapa Jumlah Pengguna Internet di Indonesia. Kompas.com, Diambil 14 Mei 2018 dari <https://tekno.kompas.com> › Tekno › Internet
- Direktorat Jenderal pendidikan anak usia dini dan pendidikan masyarakat. (2017). *Mendidik Anak di Era Digital*. Retrieved from https://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id/laman/uploads/Dokumen/4687_2017-04-11/MATERI BIMTEK MENDIDIK ANAK DI ERA DIGITAL.pdf
- Ediati, Rahmandani, Kahija, Sakti, Kaloeti (2018). Program Peningkatan Literasi Media Digital Terintegrasi Pada Siswa Melalui Program Psikoedukasi Orangtua dan Guru di SD Negeri Tembalang Semarang. *Prosiding SNK-PPM Vol 1*. Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada Masyarakat. Semarang, Indonesia
- Hendriani, W. (2017). Menumbuhkan Online Resilience pada Anak di Era Teknologi Digital. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia, 1*.

- Kasali, R. (2017). *Disruption*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Merida, S. C., & Fitriyana, R. (2018). *Analysis on College Student Who use Gadget, Basic for Behavior Intervention Plan*. 219(Icpc), 100–104.
- Pramitha, D. (2017, Desember). Era Digital 7.1 juta pekerjaan akan hilang. Tempo.com, Diambil 13 September 2018 from <https://gaya.tempo.co>
- Prasetya, A. (2018, April). Jokowi Yakin Era Serba Digital Tak Kurangi Jumlah Tenaga Kerja. <https://finance.detik.com/industri/d-3979354/jokowi-yakin-era-serba-digital-tak-kurangi-jumlah-tenaga-kerja?>
- Direktorat Jenderal pendidikan anak usia dini dan pendidikan masyarakat. (2017). *Mendidik Anak di Era Digital*. Retrieved from https://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id/laman/uploads/Dokumen/4687_2017-04-11/MATERI BIMTEK MENDIDIK ANAK DI ERA DIGITAL.pdf
- Ediati, A., Rahmandani, A., Kahija, Y. F. La, Sakti, H., & Kaloeti, D. V. S. (2018). SEMINAR NASIONAL KOLABORASI PROGRAM PENINGKATAN LITERASI MEDIA DIGITAL TERINTEGRASI PADA SISWA MELALUI PSIKOEDUKASI ORANGTUA DAN GURU DI SD NEGERI TEMBALANG SEMARANG, 1, 424–428.
- Prawitasari, J. (2011). *Psikologi Klinis. Pengantar Terapan Mikro & Makro*. Erlangga.
- Rahmayani, I. (2015). Indonesia Raksasa Teknologi Digital Asia. Retrieved from https://kominfo.go.id/content/detail/6095/indonesia-raksasa-teknologi-digital-asia/0/sorotan_media
- Rusli, D., Nio, S. R., & Akbar, N. (2020). Psikoedukasi Online Pendampingan Anak Belajar Daring Akibat Terdampak Pandemi Covid 19. *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat (PLAKAT)*, 2(2), 167–181.
- Suwarjo. (2018). PENGUATAN KARAKTER PESERTA DIDIK. *Konferensi Pendidikan Nasional*, 1, 1–5.
- Sugiharto. (2014, Oktober). Pengguna Internet di Indonesia Didominasi oleh Anak Muda. CNN Indonesia, Diambil 14 Mei 2018 from <https://cnnindonesia.com//pengguna-internet-di-indonesia>
- Supratiknya. (2011). *Psikoedukasi*. Edisi Revisi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development. Perkembangan Masa Hidup*. Edisi Ketigabelas. Jakarta : Erlangga.