

## **Bahaya Opium Modern Terhadap Kesehatan Mental Siswa-siswi SMP Madani Dalam Bentuk Penyuluhan Di Desa Singajaya Kecamatan Cihampelas Kabupaten Bandung Barat**

**Deisyawulansari<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: [Syadesyawulansari01@gmail.com](mailto:Syadesyawulansari01@gmail.com)

### **Abstrak**

KKN Reguler Sisdamas merupakan salah satu program yang dimiliki oleh UIN Sunan Gunung Djati Bandung untuk mahasiswa- mahasiswi yang akan menempuh semester akhir atau semester 7. Dengan adanya program KKN ini guna bertujuan untuk melatih mahasiswa- mahasiswi semester akhir ini yang akan terjun langsung ke masyarakat untuk dapat mengamalkan ilmu dalam bentuk pengabdian yang sudah di dapatkan selama perkuliahan 6 semester kepada masyarakat. KKN Reguler Sisdamas yang dilakukan oleh penulis ini bertempat di Kabupaten Bandung Barat di Desa Singajaya. Saya selaku penulis mengusulkan beberapa program kerja salah satunya yaitu mengadakan penyuluhan terhadap siswa-siswi SMP yang berfokus kepada opium modern (social media), karena Teknologi merubah peradaban social masyarakat. Lebih dari dua dekade terakhir, media sosial memperlihatkan peningkatan sporadis dalam kualitas, kuantitas serta kegunaannya, faktanya bukti kausal tetap langka, tingginya penggunaan media sosial dan internet berdampak baik namun berdampak buruk juga, terutama pada remaja atau siswa. Usia ini rentan mendapatkan masalah kesehatan mental dan menyebabkan kerugian kesehatan dan ekonomi. Sehingga kesehatan mental remaja disebabkan media sosial berlebihan menyebabkan kecanduan penting diperhatikan. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruhnya seberapa jauh, dan bagaimana pencegahan risiko untuk menangani ini kepada remaja atau siswa di salah satu SMP Madani Di Kabupaten Bandung Barat. Adapun tujuan dari diadakannya program kerja ini guna untuk memberi tahukan dampak apa saja yang terjadi apabila kecanduan terhadap social media dan cara untuk mencegah kecanduan itu sendiri kepada siswa-siswi SMP Madani. Dan dari metode penyuluhan ini hasil KKN bias dilihat, dan terlaksana sebagaimana mestinya. Karena tujuan akhir dari KKN sendiri yaitu untuk memberikan manfaat bagi masyarakat sekitar.

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental, Media Sosial, Remaja.

### **Abstract**

*Sisdamas Regular KKN is one of the programs owned by UIN Sunan Gunung Djati Bandung for students who will take their final semester or 7th semester. can practice knowledge in the form of service that has been obtained during the 6 semester lectures to the community. The Sisdamas Regular KKN conducted by this writer takes*

*place in West Bandung Regency in Singajaya Village. I, as the author, propose several work programs, one of which is holding counseling for junior high school students that focuses on modern opium (social media), because technology changes people's social civilization. Over the last two decades, social media has shown sporadic increases in quality, quantity and use, in fact causal evidence remains scarce, the high use of social media and the internet has good but bad effects too, especially on adolescents or students. This age is prone to getting mental health problems and causing health and economic losses. So that the mental health of adolescents due to excessive social media causes addiction is important to pay attention to. The purpose of this study was to see how far it had an effect, and how to prevent the risk of dealing with this to adolescents or students at one of the Madani Middle Schools in West Bandung Regency. The purpose of holding this work program is to inform students of Madani Middle School about the effects of what happens when addicted to social media and ways to prevent addiction itself. And from this counseling method the results of KKN can be seen, and carried out as they should. Because the ultimate goal of KKN itself is to provide benefits to the surrounding community.*

**Keywords:** *Mental Health, Social Media, Adolescent*

## **A. PENDAHULUAN**

Masa remaja adalah periode perubahan psikologis, biologis dan sosial yang signifikan bagi kaum muda karena mereka menyesuaikan dengan kebutuhan mereka yang muncul dan mengembangkan keterampilan baru, tanggung jawab dan hubungan intim (Christie, D., & Viner, R 2005). Selama masa remaja mereka mengembangkan rasa identitas dan otonomi yang lebih besar. Ini adalah periode yang kompleks dari masa hidup, dan satu yang bisa dibilang lebih menantang di lingkungan kontemporer karena remaja menghadapi berbagai tekanan pribadi dan pendidikan, berbeda dari yang dialami oleh generasi sebelumnya

Khususnya, periode ini sering dibuat lebih menantang karena tingginya prevalensi kesulitan kesehatan mental karena pada masa remaja banyak gangguan mental terdeteksi untuk pertama kalinya. Namun, meskipun relatif penting melindungi kesehatan mental dan kesejahteraan emosional, remaja cenderung memiliki pengetahuan yang terbatas tentang apa artinya menjadi sehat secara mental atau bagaimana mempertahankan status ini

Kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang beradaptasi dengan stresor internal maupun eksternal dari lingkungan, dibuktikan dengan pikiran, perasaan, dan perilaku. Sebanyak 20% anak dan remaja di dunia mengalami masalah kesehatan mental dari usia 15 tahun hingga usia 29 tahun dan bunuh diri termasuk penyebab kematian keempat yang diperkirakan 700.000 orang meninggal akibat melukai diri sendiri pada tahun 2019 (WHO, 2021). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan masalah gangguan kesehatan mental yang umum terjadi pada remaja adalah depresi dan kecemasan. Masalah kesehatan mental emosional pada remaja meningkat sebesar 9,8 % dari tahun 2013 yang hanya 6 % (Riskesdas, 2018). Gangguan depresi sudah mulai terjadi sejak usia 15 tahun sampai dengan usia

24 tahun dan di Jawa Tengah remaja yang mengalami depresi mencapai 4,4 % (Risksedas., 2018).

Faktor yang dapat menyebabkan masalah pada kesehatan mental remaja seperti stress selama masa remaja termasuk keinginan untuk otonomi yang lebih besar, tekanan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya, eksplorasi identitas seksual, dan peningkatan akses ke penggunaan teknologi. WHO menjelaskan faktor yang menjadi fenomena baru mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah akibat perkembangan teknologi dan media sosial (WHO, 2019). Berdasarkan data dari We Are Social dan Houtsuite (2022) mencatat dari total populasi di dunia jumlah pengguna internet telah mencapai sekitar 4,95 miliar orang dan yang aktif dalam media sosial sebanyak 4.62 miliar orang. Jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 204,7 juta orang dan aktif media sosial sebanyak 191,4 juta orang. Pew Research Center melaporkan 92% remaja usia antara 13 tahun hingga 17 tahun online setiap hari, dan sekitar 45% remaja mengatakan mereka online hampir secara konstan atau terus menerus (PRC, 2018).

Hadirnya teknologi sebagai penunjang keberlangsungan hidup manusia di masa sekarang. Teknologi pada awalnya dibuat masih comen atau biasa (Haniza, 2019). Seiring berkembangnya teknologi juga berdampak terhadap setiap aspek kehidupan termasuk psikologis setiap manusia. Keadaan psikologis individu terlihat dari lingkungan, baik lingkungan keluarga, pendidikan dan masyarakat (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). (W. Utami et al., 2017) memberikan pandangan bahwa psikologis seseorang dalam kepribadian dipengaruhi lingkungan sosial dan psikososialnya. Psikososial merupakan kondisi terjadi pada individu mencakup aspek psikis dan sosial bisa pula sebaliknya (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). Psikososial ini hubungan dinamis faktor psikis saling berinteraksi dan mempengaruhi individu satu sama lain (Zubaedi, 2011). Interaksi sosial ini gambaran hubungan individu, kelompok (Aisyah et al., 2018). Penelitian (Adi, 2012) syarat terjadi interaksi sosial meliputi dua yakni kontak sosial dan komunikasi. Era digital saat ini kita menjadi saksi perubahan gaya komunikasi. Beberapa tahun kebelakang sebelum teknologi hadir dengan kecanggihan luar bisa komunikasi jarak jauh dengan media cetak, koran dan surat melalui kantor pos (Haniza, 2019). Tapi, teknologi sudah berubah terutama pada bidang ICT (Information and Comunication Technology), salah satunya sering kita sebut Media Sosial, hadirnya media sosial informasi dapat diterima secara praktis sehingga efisiensi nya tinggi (Cahyono, 2016).

Media sosial memainkan peran penting dalam kehidupan individu. Itu memengaruhi kehidupan pribadi kita dan membuat ledakan besar budaya, ekonomi, dan kesejahteraan kita. Ini menyediakan platform di mana orang dapat bertukar ide, terhubung, berhubungan, mencari saran, dan memberikan bimbingan. Istilah media massa didefinisikan sebagai sarana komunikasi yang beroperasi dalam skala besar, menjangkau dan melibatkan hampir semua orang di masyarakat ke tingkat yang lebih besar atau lebih kecil (Kaur et al., 2022; Singh et al., 2020). (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021) teknologi dan media sosial telah berubah menjadi kebutuhan primer. Globalisasi tidak bisa dihindari, ternyata perkembangan teknologi pada media sosial juga memicu permasalahan terhadap psikologis manusia (Haniza, 2019). Ketidakseimbangan yang diciptakan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan menjadi perhatian besar bagi orang tua, peneliti dan masyarakat mengenai kesehatan mental individu (Singh et al., 2020). Salah satu yang paling umum kegiatan generasi sekarang adalah

penggunaan situs web media sosial secara berlebihan. Media sosial bisa dianggap sebagai situs web yang memungkinkan interaksi melalui situs web termasuk aplikasi seperti Facebook, Twitter, MySpace, Instagram, Snapchat, Tiktok, Game Online, dunia maya seperti Second Life, Sims, YouTube, Blogs dan sebagainya. Situs-situs era sekarang ini sedang berkembang secara eksponensial dan bertindak sebagai portal yang mudah tersedia untuk komunikasi dan hiburan generasi yang lebih muda (Bashir & Bhat, 2017).

(Braghieri et al., 2022) mendefinisikan media sosial sebagai, “bentuk elektronik komunikasi (sebagai situs web untuk jejaring sosial dan micro-blogging) yang digunakan pengguna membuat komunitas Online untuk berbagi informasi, ide, pesan pribadi, dan konten lainnya (sebagai video).” Platform virtual media sosial seperti Facebook, Twitter, dll meningkatkan lingkungan virtual dari dekade terakhir dengan memfasilitasi pengguna untuk bertukar pikiran mereka perasaan, ide, informasi pribadi, gambar dan video pada proporsi yang tidak diutamakan. Selanjutnya, pengguna media sosial dengan cepat mengadopsi komunikasi sosial Online sebagai bagian penting dari kehidupan sehari-hari, terbukti dengan meningkatnya jumlah pengguna harian Akibatnya media sosial memberikan pengaruh besar pada berbagai aspek digital saat ini hidup terlepas dari komunikasi Online, dari pemasaran hingga politik hingga pendidikan hingga kesehatan interaksi dasar manusia. Di banyak bidang ini, media sosial menghadirkan manfaat yang jelas; Namun, fenomena media sosial relatif baru, sejumlah studi empiris dievaluasi pengaruh keseluruhan dari penggunaan reguler media sosial pada kesejahteraan dan kesehatan mentalnya pengguna. Kurangnya pemahaman ini terutama menjadi perhatian serius dalam konteks saat ini generasi muda, sebagai remaja dan dewasa muda menghabiskan banyak waktu mereka di Online sosialisasi dan karenanya berpotensi mengalami risiko efek negatif yang lebih besar (Bashir & Bhat, 2017). Pada tahun 2021, 4,3 miliar orang—lebih dari separuh populasi dunia—melakukan sosialisasi akun media, dan rata-rata pengguna menghabiskan sekitar dua setengah jam per hari platform media sosial (Mander & Kavanagh, 2019; Social, 2020). Sangat sedikit teknologi karena televisi telah secara dramatis mengubah cara orang menghabiskan waktu dan berinteraksi dengan orang lain. Ketika media sosial mulai populer di pertengahan tahun 2000-an, kesehatan mental remaja dan dewasa muda mulai memburuk (Braghieri et al., 2022; Patel et al., 2007; Twenge & Campbell, 2019). Kesehatan mental merupakan isu serius (Kaur et al., 2022; Osafo et al., 2011).

Media sosial mengubah cara remaja berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain (Kelly et al., 2019). Penggunaan media sosial memiliki banyak manfaat namun juga dapat menimbulkan dampak negatif. Penelitian menemukan bahwa remaja yang menggunakan media sosial lebih dari 3 jam perhari berisiko tinggi terhadap masalah kesehatan mental terutama masalah internalisasi atau citra diri (Riehm et al. 2019). Menurut Bhasir (2017) penggunaan media sosial memiliki efek berbahaya bagi kesehatan mental dari jumlah waktu yang dihabiskan, cara terlibat dan bagaimana berinteraksi secara online. Penelitian yang dilakukan oleh (Syamsoedin, Bidjuni, and Wowiling 2015) dengan judul “ Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Manado” dilakukan pengambilan sampel sebesar 62 siswa dimana 45,2% laki-laki dan 54,8% perempuan didapatkan hasil bahwa durasi penggunaan media sosial mayoritas pada durasi sedang (3-4 jam), dengan kejadian terbanyak pada insomnia ringan. Semakin banyak waktu yang dihabiskan dalam penggunaan media sosial semakin tinggi tingkat kejadian insomnia.

Sebenarnya, penggunaan media sosial memberikan dampak positif dan negatif. Secara positif hadirnya media sosial berdampak dalam kemudahan informasi, komunikasi, pengembangan minat dan bakat, berbagi sudut pandang dan pemikiran hingga hiburan. Secara negatif ini memicu kecanduan terhadap media sosial hingga menyebabkan psikologis beresiko terkena kesehatan mental (Septiana, 2021). Misalnya, jumlah individu berusia 18-23 tahun yang melaporkan mengalami episode depresi mayor (Braghieri et al., 2022). Kesehatan mental merupakan fenomena serius yang perlu diperhatikan, WHO memprediksi bahwa kesehatan mental, neurologis serta penggunaan zat masuk dalam 10% dari beban penyakit global. Umumnya terjadi pada individu usia produktif yakni 15-29 tahun (Organization, 2018). Seperti (Adikusuma, 2020) sub utama depresi remaja adalah kesehatan mental. Meskipun, penyebab utama dari tren ini sebagian besar masih belum diketahui, para ahli telah melakukan hipotesis bahwa difusi media sosial mungkin menjadi kontribusi faktornya (Twenge & Campbell, 2019). Media sosial dapat berpengaruh dalam sudut pandang remaja meliputi self image serta hubungan secara interpersonal dengan tolak ukur perbandingan sosial atau interaksi negatif, termasuk pada cyberbullying (Septiana, 2021). (Indriani et al., 2022) media sosial juga melibatkan normalisasi serta menjadi potensi menyakiti diri individu dan bunuh diri di kalangan para remaja. Laporan The World Bank, 2020, kesehatan mental, neurologis dan penggunaan zat di prediksi menjadi penyebab ekonomi global di angka \$ 2,5 – 8,5 triliun. Sebagian besar gangguan mental dipahami memiliki onset ketika masa remaja hingga transisi dewasa (Ross et al., 2017). Remaja merupakan target penting dalam pencegahannya (Wasserman et al., 2015). Media sosial perlu dipergunakan secara bijaksana (Indriani et al., 2022; Kaur et al., 2022).

Masalah- masalah yang terdapat dilokasi KKN berupa minimnya perhatian orangtua terhadap anak-anaknya, sehingga membuat program penyuluhan di sekolah pun agar siswa-siswinya dapat memahami dengan sendirinya. Walaupun sudah dihimbau oleh pihak sekolah untuk tidak terlalu sering membuka social media tanpa adanya kepentingan. Hal ini sesuai dengan kondisi orangtua yang acuh terhadap anaknya. Selain itu, kesadaran orangtua pun harus lebih diperhatikan kepada anak-anaknya, karena pada saat survey ke sekolah banyak sekali anak-anak yang membawa *Smartphone* nya ke kelas dan memainkannya di saat jam mata pelajarannya.

Telah kita ketahui sebelumnya, bahwasanya mahasiswa memiliki peran dan fungsi yang tidak sedikit. Menurut Syaiful Arifin (Syaiful Arifin, 2014 : 23), mahasiswa memiliki peran dan fungsi yaitu : (1) Sebagai Iron Stock, mahasiswa itu harus bisa menjadi pengganti orang-orang yang memimpin pada masa selanjutnya, yang berarti mahasiswa akan menjadi generasi penerus untuk memimpin bangsa ini. (2) Sebagai Agent of Change, mahasiswa harus bisa menjadi agen perubahan, yang berarti jika ada sesuatu yang salah di lingkungan sekitar, mahasiswa dituntut untuk merubahnya sesuai dengan harapan yang sebenarnya. (3) Sebagai Social Control, mahasiswa harus mampu mengontrol sosial yang ada di lingkungan sekitar/masyarakat. jadi, selain pintar di bidang akademis, mahasiswa pun harus pintar dalam hal bersosialisasi dengan masyarakat sekitar, dan (4) Sebagai Moral Force, yaitu seorang mahasiswa harus bisa menjaga moral-moral yang sudah ada, yang dimana jika ada sebuah moral yang salah, maka harus bisa meluruskannya sesuai dengan apa yang diharapkan.

Selain dari ke-4 hal diatas, secara garis besar ada 3 peran dan fungsi yang dimiliki mahasiswa, yaitu Peranan moral, Peranan sosial, dan Peranan Intelektual. Yang

menjadi sorotan dalam tulisan ini yaitu peranan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa, yang berarti setiap mahasiswa harus memiliki tanggungjawab sosial, dan harus memiliki perbuatan yang bermanfaat bagi diri sendiri serta lingkungan sekitar/masyarakat. Dalam hal tersebut, Mahasiswa harus menjadi garda terdepan dalam sebuah perubahan, lantas dalam melakukan perubahan tersebut haruslah dibuat metode yang tidak tergesa-gesa, dimulai dari ruang lingkup terkecil yaitu diri sendiri, lalu menyebar terus hingga akhirnya sampai ke ruang lingkup yang kita harapkan, yaitu bangsa ini (Habib Cahyono, 2019: 35). Oleh karena itu, proses KKN ini tidaklah mudah, karena penulis harus benar-benar teliti dalam melaksanakannya

Selain itu, ketika seorang mahasiswa telah lulus dari bangku perkuliahan, mahasiswa haruslah memiliki kesadaran dalam bersosial/masyarakat, maka salah satu peran mahasiswa sebagai *agent of social change* yakni memiliki sifat kepeloporan dalam bentuk dan proses perubahan masyarakat. Oleh karena itu, kelompok mahasiswa berfungsi sebagai duta-duta pembaharuan masyarakat. Dalam hal ini, kelompok mahasiswa sebagai duta-duta pembaharuan harus menghendaki perubahan yang terus menerus ke arah kemajuan yang dilandasi oleh nilai-nilai kebenaran (HMI Cab. Ciputat, 2016: 97), guna mewujudkan impian dan cita-cita bangsa yaitu negara dan masyarakat yang berdaulat, maju, adil dan makmur.

Namun, perubahan tersebut tidaklah mudah, menurut teori Edward Shils, pada tingkat kompleksitas internalnya, masyarakat selalu berubah, mulai dari tingkat makro, mezo, hingga mikro. Menurut Shils, masyarakat adalah fenomena antar waktu. Masyarakat terjelma bukan karena keberadaanya di satu saat dalam perjalanan waktu, tetapi ia hanya ada melalui waktu. Ia adalah jelmaan waktu (Andry, 2016: 76). Jadi, berdasarkan teori tersebut, bisa kita fahami bahwa perubahan bukanlah hal yang mudah dan cepat, melainkan sesuatu yang cukup lama, sehingga harus dilakukan secara berkelanjutan agar bisa mencapai apa yang diinginkan.

## **B. METODE PENGABDIAN**

Adapun tahapan-tahapan yang dicantumkan didalam juknis, terkhusus untuk KKN Mandiri, terdapat 3 tahapan, (1) Refleksi Sosial, (2) Perencanaan Partisipatif, dan (3) Pelaksanaan Program. Berbeda dengan tahapan untuk KKN Kelompok yang dimana terdapat 4 tahapan, sedangkan KKN Mandiri hanya memiliki 3 tahapan/siklus saja

### **1. Rancangan Kegiatan**

#### **a) Refleksi Sosial**



**Gambar 1.** Meminta Izin kepada Kepala Sekolah SMP Madani

Tahapan pertama pada kegiatan KKN DR Sisdamas adalah refleksi sosial yaitu ketika kelompok mahasiswa terjun langsung dan beradaptasi di masyarakat serta mengidentifikasi problematika yang menjadi kesulitan masyarakat serta potensi yang dapat diangkat menjadi kegiatan bermanfaat sehingga kegiatan tersebut dapat menimbulkan jejak positif pada masyarakat

Tahap 1 refleksi social mulai dilaksanakan pada tanggal 07 Agustus 2023 di SMP Madani Desa Singajaya Kabupaten Bandung Barat. Dimulai dengan sosialisasi atau berbincang dengan kepala sekolah dan bagian kesiswaan untuk membicarakan tema apa yang cocok untuk disampaikan kepada siswa-siswi SMP Madani ini. Sehingga pada akhirnya dirumuskan mengenai social media.

### **b) Pengorganisasian Masyarakat**

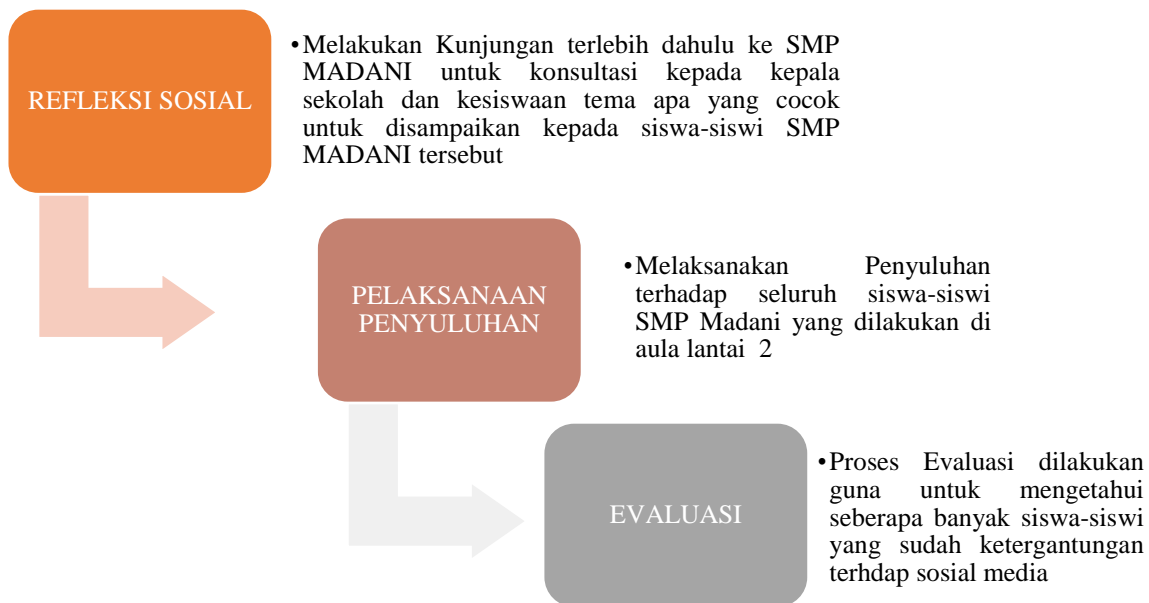
Dari hasil diskusi dengan kepala Sekolah dan bagian kesiswaan SMP Madani dapat disimpulkan bahwa masalah yang terjadi pada siswa-siswi SMP Madani ini yaitu kecanduan terhadap social media dan gadget, karena kurangnya perhatian orangtua mereka atau acuhnya perhatian orangtuanya. Dan keluhan dari beberapa guru juga mengenai siswa-siswi yang menyalahgunakan social media.

### **c) Perencanaan Program**

Setelah melakukan refleksi social serta identifikasi masalah dan potensi yang ada di SMP Madani, mahasiswa KKN mulai melakukan perumusan program dengan bantuan dari seluruh staff SMP Madani dan rekan-rekan Kelompok KKN 260. Program yang diajukan untuk mengedukasi bahayanya opium modern terhadap kesehatan mental siswa-siswi SMP Madani.

## **2. Rancangan Evaluasi**

- a. Acuhnya orangtua terhadap anaknya
- b. Bebasnya pergaulnya anak



### C. PELAKSANAAN KEGIATAN



**Gambar 2.** Kegiatan Penyuluhan Di SMP Madani

**Jenis Kegiatan** : Penyuluhan terhadap siswa-siswi SMP Madani Desa Singajaya, Kecamatan Cihampelas

**Rentang Waktu** : Selasa, 15 Agustus 2023. Pukul 09.00 s/d 11.30 WIB

**Tempat Kegiatan** : Aula lt 2 SMP MADANI

**Stakeholder** : Kepala Sekolah SMP Madani, Staff SMP Madani, dan rekan-rekan KKN Kelompok 260

Dalam kegiatan inipun kami sebagai pihak mahasiswa atau pihak yang menyediakan program tidak lupa terkait mengurangi penggunaan handphone saat



acara dimulai. Hal ini dilakukan guna mencegah kecanduan siswa-siswi terhadap social media.



**Gambar 3.** Sesi Tanya Jawab

Pada sesi inipun kami persilahkan kepada siswa-siswi yang ingin bertanya ataupun ada bahasan kami yang masih kurang dipahami. Maka setelah sesi tanya jawab dibuka pun banyak dari siswa-siswi yang aktif bertanya kepada kami selaku pemateri.

#### **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Seperti yang telah penulis sampaikan sebelumnya, bahwa tujuan dari penulisan artikel ini yaitu untuk mengetahui bagaimana efektifitas peran dan fungsi mahasiswa terhadap masyarakat Desa Singajaya. Setelah berbagai kegiatan yang telah dilaksanakan oleh penulis di lokasi KKN. Penulis menyadari bahwa peran dan fungsi mahasiswa terhadap masyarakat setempat mendapatkan respon positif dari masyarakat. oleh karena itu, hal tersebut bisa menjadi sebuah indikator keberhasilan sebuah kegiatan. Selain itu, kegiatan yang dilakukan pun terlaksana sebagaimana mestinya. Peranan sosial mahasiswa terhadap masyarakat yaitu bertujuan untuk memberikan manfaat terhadap masyarakat sekitar, hal sesuai dengan pengertian yang terdapat didalam pembahasan sebelumnya. Program-program tersebut dilakukan karena melihat kondisi dari masyarakat setempat.

Adapun siswa-siswi menjadi lebih tau pengaruh opium modern terhadap kesehatan mental, diantaranya :

**Cyberbullying** adalah penggunaan teknologi untuk melecehkan, mengancam, memermalukan, atau menargetkan orang lain. Ancaman online dan teks, tweet, posting, atau pesan yang kejam, agresif, atau kasar semuanya ditujukan secara khusus dan mungkin berulang. Penindasan dunia maya juga mencakup foto, pesan, atau halaman yang tidak dapat dihapus, bahkan setelah orang tersebut diminta untuk melakukannya. Dengan kata lain, itu adalah segala sesuatu yang diposkan secara online dan dimaksudkan untuk menyakiti, melecehkan, atau membuat orang lain kesal. Intimidasi atau komentar kasar yang berfokus pada hal-hal seperti jenis kelamin, agama, orientasi seksual, ras, atau perbedaan fisik seseorang dianggap sebagai diskriminasi. Penindasan online bisa sangat merusak dan menjengkelkan karena biasanya anonim atau sulit dilacak. Ini juga sulit dikendalikan, dan orang yang menjadi korban tidak tahu berapa banyak orang (atau ratusan orang) yang telah melihat pesan atau postingan tersebut. Orang dapat tersiksa tanpa henti setiap kali mereka memeriksa perangkat atau komputer mereka.

**Ketagihan memainkan game online** juga akan berdampak buruk, terutama dari psikis, segi akademik dan sosialnya. Secara psikis, pikiran jadi terus menerus memikirkan game yang sedang dimainkan sehingga siswa-siswi menjadi sulit berkonsentrasi terhadap pelajaran dan sering bolos. Selain itu, menurut Young (2009), game online dapat membuat pecandunya jadi cuek, acuh tak acuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitar seperti pada keluarga, teman dan orang-orang terdekat.

**Kecanduan belanja online** menyebabkan pengidapnya gemar membeli barang yang sebenarnya tidak dibutuhkannya. Saat seseorang mengalami kecanduan belanja online atau belanja yang kompulsif, gejala yang timbul dapat berupa tidak adanya kontrol dari diri sendiri saat berbelanja. Dalam jangka panjang, pengidapnya dapat mengalami banyak kesulitan karenanya. kecanduan belanja online ini dapat disebabkan oleh gangguan kontrol impuls karena pengidapnya merasa dengan belanja dapat melepaskan rasa stres yang dirasakan. Cara ini dapat membuatnya merasa lebih baik dan menghindari perasaan negatif, seperti kecemasan dan depresi. Kecanduan belanja online mirip dengan gangguan candu lainnya, seperti binge eating dan juga berjudi.

**Insomnia** adalah jenis gangguan tidur yang terjadi ketika seseorang mengalami kesulitan atau tidak bisa tidur. Penyebab insomnia sangat beragam, bisa karena masalah fisik ataupun mental.

## E. PENUTUP

Kegiatan kegiatan atau program yang ada didalam KKN ini diantaranya penyuluhan mengenai Bahaya Opium Modern Terhadap Kesehatan Mental siswa-siswi, yang dimana siswa-siswi ini memerlukan perhatian yang lebih dari kedua orangtuanya, terutama dalam pergaulan sehari-hari.

Tujuan diadakannya program kerja ini guna untuk mengetahui dan melihat bagaimana efektivitas dari peran dan fungsi yang dimiliki mahasiswa terhadap

masyarakat sekitar. Sehingga menghasilkan sebuah kesimpulan yang dimana mahasiswa sangat diperlukan untuk berperan aktif di masyarakat setempat.

## **F. UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih saya ucapkan terkhusus untuk rekan-rekan KKN Kelompok 260 yang selalu bekerjasama dalam menyiapkan sebuah program dengan sesama seperti mempersiapkan program penyuluhan ini sehingga dapat terlaksana dengan lancar.

Saya ucapkan banyak terimakasih juga kepada seluruh staff SMP Madani yang sudah bersedia memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan salah satu program di sekolahnya. Atas bantuan seluruh staff juga kami dapat melandungkan program KKN kami dengan baik.

## **G. DAFTAR PUSTAKA**

- Akram, W., & Kumar, R. (2017). A Study on Positive and Negative Effects of Social Media on Society. *International Journal of Computer Sciences and Engineering*, 5(10), 351–354. <https://doi.org/10.26438/ijcse/v5i10.351354>
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 9(1), 140–157.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). "Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf." *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja (Remaja)*: 1–8.
- Kelly, Yvonne, Afshin Zilanawala, Cara Booker, and Amanda Sacker. (2018). "Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study." *EclinicalMedicine* 6: 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2018.12.005>.
- Thursina, F. (2023). "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN Di Kota Bandung." *Jurnal Psikologi dan Konseling West* ... 1(01): 19–30