



RESEARCH ARTICLE

Membangun Ketahanan Digital Remaja Melalui Peningkatan Kesadaran Perlindungan Data Pribadi dan Etika Bermedia Sosial

Galuh Sudarawerti,* Fariz and Mita Kharisma

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Telkom, Bandung, 40257, Jawa Barat, Indonesia

*Corresponding author: galusudorowerti@telkomuniversity.ac.id

Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang berasosiasi dengan meningkatnya intensitas penggunaan sosial media sangat berpengaruh terhadap perilaku dan juga kondisi mental generasi muda, terutama remaja. Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai risiko digital, seperti kebocoran data pribadi, perundungan siber, tekanan yang muncul karena standar sosial daring, peretasan data pribadi, dan gangguan lainnya. Melihat kondisi tersebut, peningkatan ketahanan digital atau digital *resilience* terhadap remaja merupakan hal yang sangat penting untuk dibangun. Oleh karena itu, perlindungan data pribadi dan edukasi terkait etika bermedia sosial menjadi elemen yang sangat penting. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji peran kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial sebagai mekanisme adaptif yang mendukung ketahanan digital remaja, khususnya dalam konteks kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pendekatan yang digunakan adalah kegiatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan remaja dan pendidik, dengan penekanan pada pemahaman risiko digital, refleksi perilaku bermedia sosial, serta penguatan nilai tanggung jawab dan empati dalam interaksi daring. Temuan kegiatan menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran terhadap data pribadi dan etika digital berkontribusi pada perubahan cara pandang remaja dalam menggunakan media sosial, dari yang bersifat impulsif menjadi lebih reflektif dan bertanggung jawab. Artikel ini menawarkan kontribusi konseptual dengan menempatkan literasi perlindungan data dan etika digital sebagai fondasi pembentukan ketahanan digital remaja, serta implikasi praktis bagi pengembangan program literasi digital berbasis komunitas di lingkungan pendidikan.

Key words: Ketahanan Digital, Perundungan Digital, Perlindungan Data Pribadi, Etika Bermedia Sosial.

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan signifikan dalam pola interaksi sosial masyarakat, khususnya pada kelompok remaja [1], [2]. Media sosial tidak hanya menjadi sarana komunikasi dan ekspresi diri, tetapi juga ruang pembentukan identitas, relasi sosial, dan persepsi diri [3]. Di sisi lain, intensitas penggunaan media digital yang tinggi juga meningkatkan berbagai resiko yang berdampak pada kesehatan mental dan kesejahteraan sosial para remaja, yang muncul dari berbagai risiko digital, seperti kebocoran data pribadi, perundungan siber, penyalahgunaan identitas, serta tekanan sosial [4][5]. Dalam beberapa tahun terakhir, isu kebocoran data pribadi di Indonesia menunjukkan eskalasi yang mengkhawatirkan. Insiden kebocoran data yang melibatkan lembaga publik maupun swasta memperlihatkan bahwa keamanan data tidak hanya bergantung pada sistem teknologi, tetapi juga pada tingkat kesadaran dan perilaku individu sebagai pengguna layanan digital [6], [7]. Remaja, sebagai kelompok pengguna aktif media sosial dan platform digital, sering kali

belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai jenis data pribadi, risiko penyalahgunaan data, serta konsekuensi jangka panjang dari jejak digital yang mereka tinggalkan [8], [9]. Kegagalan untuk memahami pentingnya melindungi data pribadi ketika terlibat dalam aktivitas daring dapat menjadi ancaman bagi para remaja yang akan mempengaruhi kualitas hidup mereka [7], [10]. Selain aspek perlindungan data pribadi, tantangan lain yang tidak kalah penting adalah rendahnya etika dalam bermedia sosial. Fenomena perundungan siber, ujaran kebencian, dan normalisasi komentar agresif di ruang digital menunjukkan bahwa penggunaan media sosial seringkali tidak diiringi kesadaran akan dampak aktifitas bermedia sosial terhadap psikologis orang lain. Bagi remaja, kondisi ini dapat memicu stres, baik dalam jangka pendek maupun dalam jangka panjang. Dalam jangka panjang, pengalaman negatif di ruang digital berpotensi membentuk pola interaksi sosial yang tidak sehat [11], [12]. Sebagian besar pendekatan literasi digital masih menempatkan perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial sebagai dua isu yang terpisah, dengan fokus utama

pada aspek kepatuhan hukum atau pencegahan risiko teknis. Padahal, dalam konteks perkembangan remaja, kedua aspek tersebut saling berkaitan dan berperan penting dalam membentuk ketahanan digital (*digital resilience*). Ketahanan digital dalam konteks psikologi merupakan pengembangan dari konsep resiliensi psikologi, yang merujuk pada kemampuan individu (terutama anak dan remaja) untuk mengenali risiko digital, beradaptasi secara sehat dan efektif terhadap berbagai tantangan dan tekanan yang muncul dari ruang digital, yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis [12], [13], [14]. Sumber daya digital seharusnya menjadi sarana untuk meningkatkan kapasitas adaptasi tersebut, bukan justru sebaliknya [15].

Dalam kerangka ini, kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial dapat dipahami sebagai mekanisme protektif dan adaptif bagi remaja. Pemahaman tentang batasan informasi yang boleh dibagikan, kesadaran akan konsekuensi jejak digital, serta kemampuan untuk berperilaku etis dan empatik di media sosial berkontribusi pada kemampuan remaja untuk mengelola risiko, menjaga hubungan sosial yang sehat, dan membangun rasa aman di ruang digital. Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji peran kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial dalam membangun ketahanan digital remaja melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Berbeda dengan pendekatan yang menitikberatkan pada peningkatan skor literasi semata, artikel ini menempatkan kegiatan edukatif sebagai sarana pembentukan cara pandang, sikap reflektif, dan perilaku adaptif remaja dalam menghadapi tantangan digital. Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual dan praktis bagi pengembangan program literasi digital yang lebih holistik dan berorientasi pada kesejahteraan serta ketahanan digital generasi muda.

Metodologi Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif, dengan tujuan membangun kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial sebagai fondasi pembentukan ketahanan digital (*digital resilience*) pada remaja. Pendekatan ini dipilih karena ketahanan digital tidak hanya terbentuk melalui transfer pengetahuan, tetapi juga melalui proses refleksi, dialog, dan internalisasi nilai dalam pengalaman sosial peserta.

Desain Kegiatan

Desain kegiatan pengabdian disusun dalam beberapa tahapan sistematis, yaitu:

1. Tahap persiapan dan koordinasi,
2. Tahap pelaksanaan kegiatan edukatif, dan
3. Tahap evaluasi dan refleksi.

Pada tahap persiapan, tim melakukan koordinasi dengan mitra kegiatan untuk mengidentifikasi karakteristik peserta, konteks sosial, serta isu digital yang paling relevan dihadapi oleh remaja sasaran. Hasil koordinasi ini digunakan sebagai dasar dalam menyusun materi edukasi yang kontekstual dan sesuai dengan kebutuhan peserta. Tahap pelaksanaan difokuskan pada kegiatan edukatif yang bersifat interaktif, mencakup penyampaian materi, diskusi terbuka, serta refleksi kasus-kasus nyata yang berkaitan dengan perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial. Pendekatan dialogis digunakan untuk mendorong partisipasi aktif peserta, sehingga mereka tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat dalam proses pemaknaan risiko dan tanggung jawab di ruang digital. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengamati perubahan pemahaman dan cara pandang peserta terhadap isu yang dibahas, serta untuk menilai efektivitas pendekatan kegiatan dalam mendukung pembentukan sikap reflektif dan adaptif sebagai bagian dari ketahanan digital remaja.

Subjek dan Lokasi Kegiatan

Subjek kegiatan pengabdian ini adalah remaja usia sekolah menengah yang menjadi siswa pada Yayasan Al Falah At Tirmidzi, yang berlokasi di Jalan Ciganitri, Desa Lengkong, Kecamatan Bojongsong, Kabupaten Bandung. Para siswa yang juga merupakan remaja merupakan kelompok dengan tingkat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dan rentan terhadap berbagai risiko digital. Selain remaja, kegiatan juga melibatkan pendidik dan pengelola lembaga pendidikan sebagai pihak pendukung yang berperan dalam membentuk lingkungan belajar dan pengawasan digital bagi peserta.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu:

- *Pre-test* dan *post-test*, yang digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan terkait perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial. Instrumen ini berfungsi sebagai indikator awal perubahan kognitif peserta.
- Observasi partisipatif, yang dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk mengamati keterlibatan peserta, respons terhadap materi, serta dinamika diskusi yang muncul. Observasi ini penting untuk menangkap aspek nonkuantitatif yang berkaitan dengan sikap, refleksi, dan interaksi sosial peserta.
- Diskusi dan refleksi terbuka, yang dimanfaatkan untuk menggali pandangan peserta mengenai pengalaman bermedia sosial, persepsi risiko digital, serta perubahan cara pandang setelah mengikuti kegiatan.
- Kuesioner evaluasi kegiatan, yang digunakan untuk memperoleh umpan balik peserta mengenai relevansi materi, metode penyampaian, dan manfaat kegiatan secara keseluruhan.

Definisi Operasional Konsep

Dalam konteks kegiatan ini, ketahanan digital remaja didefinisikan sebagai kemampuan remaja untuk mengenali risiko digital, mengelola informasi pribadi secara bertanggung jawab, serta berperilaku etis dan empatik dalam interaksi daring. Kesadaran perlindungan data pribadi dipahami sebagai pemahaman mengenai jenis data pribadi, potensi risiko penyalahgunaan data, dan langkah preventif dalam menjaga keamanan informasi. Sementara itu, etika bermedia sosial dipahami sebagai kemampuan untuk mempertimbangkan dampak sosial dan psikologis dari tindakan daring terhadap diri sendiri maupun orang lain.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan secara deskriptif dan reflektif. Data kuantitatif dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis untuk melihat kecenderungan perubahan pemahaman peserta setelah kegiatan berlangsung. Sementara itu, data kualitatif yang diperoleh dari observasi, diskusi, dan refleksi peserta dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola perubahan sikap, kesadaran risiko, dan perilaku adaptif yang berkaitan dengan ketahanan digital. Pendekatan analisis ini memungkinkan peneliti untuk tidak hanya menilai keberhasilan kegiatan dari sisi peningkatan pengetahuan, tetapi juga memahami bagaimana kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial berkontribusi pada pembentukan cara pandang dan kesiapan remaja dalam menghadapi tantangan di ruang digital.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi dari peserta. Diskusi dan refleksi yang

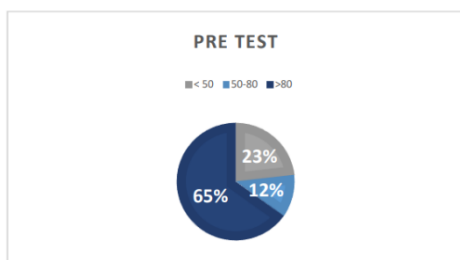
Table 1. Hasil Pre-Tes dan Post-Tes

Pre-Tes		Post-Tes	
Nilai	Jumlah	Nilai	Jumlah
< 50	10	< 50	0
50–80	5	50–80	7
> 80	28	> 80	19

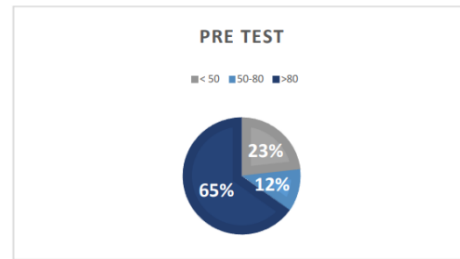
muncul selama kegiatan mengindikasikan bahwa isu risiko digital dan perilaku bermedia sosial merupakan bagian dari pengalaman sehari-hari remaja. Instrument *pre-test* dan *post-test* yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini dirancang untuk menangkap eksistensi dari perubahan pemahaman peserta terkait perlindungan data pribadi dan juga etika bermedia sosial. Secara konseptual, pertanyaan-pertanyaan tersebut disusun untuk menilai pemahaman peserta terhadap risiko digital dan kemampuan peserta untuk dapat membangun perilaku bermedia sosial yang aman dan bertanggungjawab. Kelompok pertanyaan terkait perlindungan data pribadi (pertanyaan 1–7) diarahkan untuk mengukur tiga aspek yaitu:

- Kesadaran akan pentingnya data pribadi,
- pemahaman mengenai jenis dan hak atas data pribadi
- Pengetahuan tentang langkah preventif dan responsif dalam menghadapi penyalahgunaan data.

Pertanyaan-pertanyaan awal, seperti alasan pentingnya perlindungan data pribadi dan contoh konkret data pribadi, menguji pemahaman dasar peserta terhadap konsep privasi digital. Sementara itu, pertanyaan mengenai UU No. 27 Tahun 2022 dan hak subjek data mengarah pada pengenalan kerangka regulasi, yang berfungsi untuk menanamkan kesadaran bahwa perlindungan data bukan sekadar isu teknis, tetapi juga hak hukum. Pertanyaan mengenai langkah perlindungan dan tindakan ketika terjadi penyalahgunaan data menilai kesiapan peserta dalam merespons risiko digital secara praktis. Adapun kelompok pertanyaan terkait etika bermedia sosial (pertanyaan 8–10) menitikberatkan pada refleksi perilaku bermedia sosial mereka sendiri. Pertanyaan-pertanyaan ini menguji apakah peserta memahami etika sebagai tanggung jawab sosial, mampu mengidentifikasi risiko dari perilaku daring yang tidak bijak, serta memiliki kesadaran untuk mempertimbangkan dampak sosial dan psikologis sebelum mempublikasikan suatu konten. Hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 1 dan Gambar 1 dan Gambar 2.



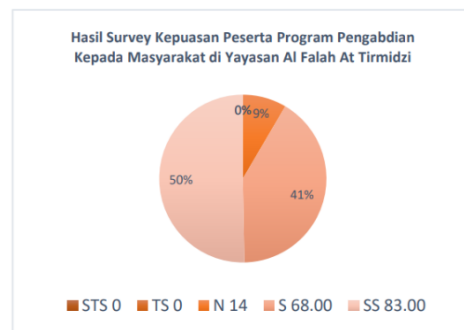
Gambar 1. Hasil *Pre-test*



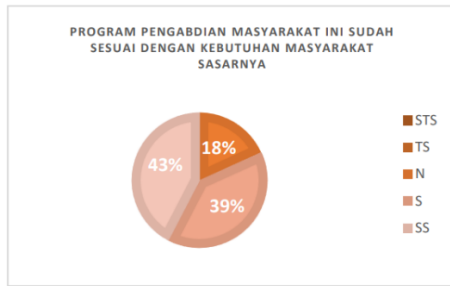
Gambar 2. Hasil Post-tes

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas, khususnya pada aspek konseptual dan preventif. Pada tahap awal, masih terlihat kecenderungan peserta memandang data pribadi sebagai sesuatu yang “biasa” dan belum sepenuhnya menyadari potensi penyalahgunaan data serta konsekuensi jangka panjang dari jejak digital. Pemahaman mengenai hak atas data pribadi dan mekanisme perlindungan formal juga belum merata di antara peserta. Setelah kegiatan edukatif dilaksanakan, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman yang lebih konsisten di seluruh aspek yang diukur. Peserta menjadi lebih mampu mengidentifikasi data pribadi secara tepat, memahami alasan perlindungan data sebagai upaya pencegahan kejahatan digital, serta mengenali langkah-langkah konkret yang dapat dilakukan untuk menjaga keamanan informasi pribadi. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif yang kontekstual dan berbasis diskusi efektif dalam memperkuat literasi perlindungan data pribadi.

Pada aspek etika bermedia sosial, perubahan yang terlihat tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga reflektif. Peserta mulai menunjukkan pemahaman bahwa etika bermedia sosial berkaitan erat dengan empati, tanggung jawab, dan dampak sosial dari interaksi daring. Kesadaran terhadap risiko seperti perundungan siber dan penyebaran hoaks meningkat, diikuti dengan pemahaman bahwa setiap unggahan memiliki potensi konsekuensi bagi diri sendiri maupun orang lain. Secara keseluruhan, hasil *post-test* memperlihatkan pergeseran dari pemahaman yang bersifat permukaan menuju pemahaman yang lebih terintegrasi, di mana perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial dipahami sebagai bagian dari praktik bermedia sosial yang sehat. Evaluasi kegiatan melalui kuesioner dilakukan untuk menilai peserta menilai kepuasan terhadap materi dan metode penyampaian relevan dengan kebutuhan mereka. Hasil dari evaluasi ini dapat dilihat pada Gambar 3 & Gambar 4.



Gambar 3. Hasil Survey Kepuasan Masyarakat Sata



Gambar 4. Hasil Post-tes

Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan berbasis komunitas dan dialogis efektif untuk menyampaikan isu literasi digital yang kompleks. Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial dapat berkontribusi pada pembentukan ketahanan digital remaja, baik dari sisi kognitif, sikap, maupun perilaku adaptif di ruang digital.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa kesadaran perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial berperan penting dalam membangun ketahanan digital remaja. Peningkatan pemahaman peserta tidak hanya tercermin dari hasil *pre-test* dan *post-test*, tetapi juga dari perubahan cara pandang terhadap risiko digital dan perilaku bermedia sosial yang lebih reflektif dan bertanggung jawab. Temuan ini menegaskan bahwa ketahanan digital remaja tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknis, tetapi juga oleh integrasi pengetahuan, nilai, dan sikap etis dalam berinteraksi di ruang daring. Kesadaran perlindungan data pribadi berfungsi sebagai mekanisme protektif terhadap risiko individual, sementara etika bermedia sosial mendukung kualitas relasi sosial dan kesejahteraan psikologis remaja. Implikasi dari kegiatan ini menunjukkan bahwa program literasi digital berbasis komunitas yang mengintegrasikan perlindungan data pribadi dan etika bermedia sosial berpotensi menjadi strategi efektif dalam membangun generasi muda yang tangguh secara digital. Pendekatan edukatif yang partisipatif dapat menjadi landasan pengembangan program serupa di lingkungan pendidikan guna memperkuat ekosistem digital yang aman, empatik, dan berkelanjutan.

Foto Kegiatan



Gambar 5. Pembukaan Kegiatan



Gambar 6. Serah Terima Modul dengan p



Gambar 7. Berfoto dengan seluruh peserta kegiatan

Daftar Pustaka

- Gu H, Hu Y, Cheng Y. So Close Yet So Far: Digital Wounds from Parental Phubbing on Adolescent Digital Self-Harm. *Telematics and Informatics*. 2025;102:102314.
- Pan Q, Lan M, Yong C, Tao S, Liang Q, Law N. Protective Factors Contributing to Adolescents' Multifaceted Digital Resilience for Their Wellbeing: A Socio-Ecological Perspective. *Computers in Human Behavior*. 2024;155:108164.
- Murray NE, et al. Investigating Associations of Social Media Use Motives and Mental Well-Being in Adolescents. *Computers in Human Behavior Reports*. 2025;20:100846.
- Angelini F, Koning IM, Gini G, Marino C, Van Den Eijnden RJJM. Adolescent Social Media Use Profiles: A Longitudinal Study of Friendship Quality and Socio-Motivational Factors. *Computers in Human Behavior*. 2026;177:108880.
- Witjaksono AA, Hanika IM, Pratiwi SI. Fenomena Cyberbullying pada Mahasiswa di DKI Jakarta. *IMPRESI*. 2021;2:15-30.
- Djafar W, Sumigar BRF, Setianti BL. *Perlindungan Data Pribadi di Indonesia*; 2016. Laporan.
- Kusnadi SA. Perlindungan Hukum Data Pribadi Sebagai Hak Privasi. *AI Wasath Jurnal Ilmu Hukum*. 2021;2(1):9-16.
- Johanna L. Digital Interventions in Mental Health: An Overview. *Internet Interventions*. 2025;40:100824.
- Farhan A, Cindy. Perlindungan Hukum Data Pribadi di Indonesia. In: *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*; 2022. p. 947-51.
- Suryawan IWK, Sari MM, Rahman A, Suhardono S, Phan TTT, Lee CH. Factors Influencing Attitudes and Willingness to Pay for Data

- Protection and Sustainability in E-Waste Management of Laptop/Personal Computer. *Cleaner Waste Systems*. 2025;10:100202.
11. Lahti H, et al. What Counteracts Problematic Social Media Use in Adolescence? A Cross-National Observational Study. *Journal of Adolescent Health*. 2024;74(1):98-112.
 12. Lee AY, Hancock JT. Developing Digital Resilience: An Educational Intervention Improves Elementary Students' Response to Digital Challenges. *Computers and Education Open*. 2023;5:100144.
 13. Luo R, Zhihong S, Carter E, Hopfenbeck TN. Building Resilience, Emotional Regulation, Kindness, and Critical Thinking in the Digital Age. *International Journal of Educational Research Open*. 2025;9:100479.
 14. Exploring Latent Profiles of Digital Game Addiction, Socio-Emotional Well-Being, and Resilience in Turkish Preschoolers. *Acta Psychologica*. 2025;261:105788.
 15. Lin J, Tao J. Digital Resilience: A Multiple Case Study of Taobao Village in Rural China. *Telematics and Informatics*. 2024;86:102072.