

Penguatan Gen-Z Cerdas Mandiri melalui Edukasi Kesehatan, Literasi Digital, dan Kesadaran Hukum di SMK Mulya Husada Purwokerto

Apitta Fitria Rahmawati¹, Yuris Tri Naili²

Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia¹⁻²

Email Korespondensi: apittafitriarahmawati@uhb.ac.id, yuristrinaili@uhb.ac.id

Article received: 05 Januari 2026, Review process: 28 Januari 2026

Article Accepted: 22 April 2026, Article published: 27 Juli 2026

ABSTRACT

Generation Z is a group of students who are growing in the digital era and are very close to the use of devices, social media platforms, and internet-based interactions. This situation opens up opportunities for the development of students' knowledge and creativity, but also presents risks in the form of unhealthy lifestyles, the spread of misinformation, bullying in cyberspace, privacy violations, and low legal awareness in digital activities. This Community Service activity aims to help students of SMK Mulya Husada Purwokerto understand the importance of maintaining health, using technology wisely, and building legal awareness in the digital era. The activity method applies a participatory-educational approach through counseling, interactive discussions, case analysis, participant reflection, observation, documentation, and comprehension evaluation. The results of the activity showed that students showed great interest in topics related to device use, account security, comment ethics, personal data protection, and the risk of unauthorized dissemination of content. The combination of health materials, digital literacy, and legal awareness can relate adolescent issues to the real conditions they experience in their daily lives. Case-focused discussions also help students realize that digital activities have an impact on social, health, and legal aspects. This activity shows that integrated education is very important as a prevention strategy to create students who are healthy, think critically, wisely in using digital media, and are legally responsible.

Keywords: Generation Z, Adolescent Health, Digital Literacy, Legal Awareness, Prevention Education.

ABSTRAK

Generasi Z adalah kelompok siswa yang berkembang di era digital dan sangat dekat dengan pemanfaatan perangkat, platform media sosial, serta interaksi berbasis internet. Situasi tersebut membuka kesempatan untuk pengembangan pengetahuan dan kreativitas siswa, namun juga menghadirkan risiko berupa gaya hidup tidak sehat, penyebaran informasi keliru, perundungan di dunia maya, pelanggaran privasi, serta rendahnya kesadaran hukum dalam aktivitas digital. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan membantu siswa SMK Mulya Husada Purwokerto memahami pentingnya menjaga kesehatan, menggunakan teknologi dengan bijak, serta membangun kesadaran hukum di era digital. Metode kegiatan menerapkan pendekatan partisipatif-edukatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, analisis kasus, refleksi peserta, observasi, dokumentasi, dan evaluasi pemahaman. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa menunjukkan minat besar terhadap

topik yang berhubungan dengan penggunaan perangkat, keamanan akun, etika komentar, perlindungan data pribadi, dan risiko penyebaran konten tanpa izin. Penggabungan materi kesehatan, literasi digital, dan kesadaran hukum dapat mengaitkan isu remaja dengan kondisi nyata yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Diskusi yang berfokus pada kasus juga membantu siswa menyadari bahwa aktivitas digital berdampak pada aspek sosial, kesehatan, dan hukum. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi terpadu sangat penting sebagai strategi pencegahan untuk menciptakan siswa yang sehat, berpikir kritis, bijaksana dalam menggunakan media digital, dan bertanggung jawab secara hukum.

Kata Kunci: *Generasi Z, Kesehatan Remaja, Literasi Digital, Kesadaran Hukum, Pendidikan Pencegahan.*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi digital telah mengubah cara generasi muda dalam belajar, berkomunikasi, mencari informasi, menjalin hubungan sosial, dan mengekspresikan diri (Rahmawati & Yuris Tri Naili, 2026). Generasi Z hidup dalam dunia yang sangat terhubung dengan internet, perangkat, media sosial, dan berbagai aplikasi digital. Situasi tersebut menciptakan kesempatan baik bagi siswa, seperti akses informasi yang lebih mudah, penggunaan media pembelajaran digital, peningkatan kreativitas, serta perluasan jaringan komunikasi. Namun, kedekatan generasi muda dengan teknologi juga menciptakan tantangan baru karena tidak semua siswa memiliki keterampilan yang cukup untuk mengelola informasi, melindungi data pribadi, memahami etika digital, serta menyadari dampak sosial dan hukum dari perilaku yang dilakukan di dunia digital (Alruthaya, 2021).

Permasalahan utama yang muncul adalah adanya kesenjangan antara kemampuan teknis dalam menggunakan teknologi dengan kemampuan reflektif untuk memanfaatkan teknologi secara sehat, aman, etis, dan bertanggung jawab (Fitriana, 2025). Banyak pelajar mampu mengoperasikan media sosial, membuat konten, berkomunikasi melalui aplikasi pesan, dan mengakses berbagai platform digital. Akan tetapi, kemampuan tersebut belum selalu diikuti dengan pemahaman mengenai risiko penggunaan teknologi (Lupton, 2017), seperti gangguan kesehatan akibat penggunaan gawai berlebihan, paparan informasi keliru, perilaku saling mengejek di ruang digital, pengungkahan konten tanpa izin, penyebaran data pribadi, hingga potensi pelanggaran hukum.

Pada usia remaja, siswa Sekolah Menengah Kejuruan berada dalam fase pertumbuhan yang membutuhkan bimbingan secara terus-menerus. Remaja memerlukan bukan hanya pengetahuan akademik dan keterampilan profesional, tetapi juga penguatan karakter, kesadaran akan kesehatan, literasi digital, serta pemahaman dasar hukum. Dalam aspek kesehatan, pemakaian teknologi yang tidak teratur dapat berdampak pada pola tidur, konsentrasi belajar, kesehatan mata, tingkat aktivitas fisik, dan kesehatan mental. Dalam konteks literasi digital, kemampuan rendah dalam mengevaluasi informasi dapat membuat siswa rentan terhadap hoaks, penipuan online, dan konten yang merugikan. Di sisi lain, dalam aspek hukum, ketidakpahaman terkait dampak dari tindakan digital bisa membuat pelajar tidak menyadari bahwa komentar, postingan, penyebaran gambar atau

video, serta penggunaan identitas orang lain dapat menimbulkan konsekuensi hukum.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa literasi digital tidak cukup dimaknai sebagai kemampuan mengoperasikan perangkat digital (Jones, R. H., & Hafner, 2021), tetapi juga mencakup kemampuan mengakses, mengevaluasi, mengelola, menciptakan, dan menggunakan informasi digital secara aman serta bertanggung jawab (Reddy et al., 2023). Penelitian (Wen Jiao; Angela Chang, 2023) menegaskan bahwa perilaku pencarian informasi kesehatan pada Generasi Z perlu diarahkan agar mereka mampu membedakan informasi kesehatan yang benar dari informasi yang menyesatkan. Kajian (Stoilova et al., 2020) menunjukkan bahwa pemahaman anak dan remaja terhadap data pribadi serta privasi digital masih terbatas, sehingga sekolah perlu mengambil peran dalam membangun kesadaran keamanan digital. Dalam bidang kewargaan digital, (Komalasari, 2022) menjelaskan bahwa pendidikan kewargaan digital penting untuk membentuk perilaku yang etis, bertanggung jawab, serta sadar terhadap hak dan kewajiban di ruang digital.

Dari ringkasan penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa studi terkait kesehatan remaja, literasi digital, privasi, kewargaan digital, dan perundungan siber telah banyak dilaksanakan. Meski demikian, masih ada perbedaan antara pengetahuan dan praktik, yaitu sedikitnya kegiatan pengabdian yang menggabungkan pendidikan kesehatan, literasi digital, dan kesadaran hukum dalam satu model pembelajaran berbasis kasus untuk siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Beberapa aktivitas pendidikan sering kali membahas literasi digital secara terpisah dari kesehatan remaja dan pemahaman hukum, padahal ketiga aspek tersebut saling terhubung dalam kehidupan digital para pelajar.

Keunikan dari program Pengabdian kepada Masyarakat ini terletak pada penggabungan tiga isu utama, yaitu kesehatan remaja, literasi digital, dan kesadaran hukum, yang disampaikan melalui pendekatan edukatif-partisipatif berbasis kasus. Kegiatan ini tidak hanya menjadikan siswa sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai subjek aktif yang dilibatkan dalam diskusi, menganalisis contoh peristiwa, serta merefleksikan perilaku digital yang mereka temui dalam keseharian. Dengan demikian, pendidikan yang disampaikan tidak hanya teoritis, tetapi bertujuan untuk mengembangkan keterampilan praktis siswa dalam mengenali risiko, membuat keputusan, melindungi diri, menghargai orang lain, dan mempertanggungjawabkan perilakunya di dunia digital.

Kegiatan ini dilaksanakan di SMK Mulya Husada Purwokerto dengan tema “Gen-Z Cerdas Mandiri: Generasi Z Cerdas Menjaga Kesehatan, Bijak Memanfaatkan Teknologi, dan Sadar Hukum di Era Digital”. Kegiatan ini merupakan bagian dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya Pengabdian kepada Masyarakat, yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Harapan Bangsa dengan pendampingan dosen pembimbing (LPPM Universitas Harapan Bangsa, 2026). Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan, menggunakan teknologi secara bijak, dan membangun kesadaran hukum sejak dini. Secara ilmiah dan praktis,

kegiatan ini diharapkan memberikan kontribusi dalam pengembangan model edukasi terpadu berbasis kasus yang dapat diterapkan pada satuan pendidikan menengah untuk memperkuat karakter siswa sebagai generasi yang sehat, cerdas digital, dan sadar hukum.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini menerapkan desain deskriptif kualitatif dengan pendekatan partisipatif-edukatif. Metode ini digunakan untuk menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan, tanggapan peserta, serta pemahaman siswa tentang materi kesehatan remaja, literasi digital, dan kesadaran hukum. Aktivitas dilakukan di SMK Mulya Husada Purwokerto pada 12 Juni 2026 dengan target 75 siswa. Kegiatan ini melibatkan siswa sebagai subjek, sedangkan informan yang mendukung berasal dari pihak sekolah yang mengawasi pelaksanaan kegiatan. Tim pelaksana hadir secara langsung sebagai fasilitator, penyaji materi, pendamping diskusi, dan juga sebagai pengamat selama kegiatan berlangsung. Metode pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan, diskusi interaktif, sesi tanya jawab, analisis studi kasus, dokumentasi, dan evaluasi pemahaman peserta. Materi kegiatan disampaikan melalui edukasi dan analisis studi kasus yang relevan dengan kehidupan siswa, seperti penggunaan perangkat, keamanan akun online, etika berjejaring sosial, penyebaran konten tanpa izin, serta perundungan siber. Analisis data dilakukan dengan pendekatan kualitatif melalui pengurangan data, pengelompokan hasil, penyajian informasi, interpretasi, dan penarikan kesimpulan. Informasi yang didapat dari pengamatan, pembicaraan, dan penilaian peserta dibagi menjadi tiga tema utama, yaitu kesehatan remaja, literasi digital, dan pemahaman hukum. Hasil analisis dipakai untuk mengevaluasi pencapaian sasaran kegiatan dalam meningkatkan pemahaman siswa supaya dapat menjaga kesehatan, memanfaatkan teknologi secara bijak, dan bertanggung jawab secara hukum di era digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertema “Gen-Z Cerdas Mandiri” yang dilaksanakan di SMK Mulya Husada Purwokerto pada 12 Juni 2026 mampu memberikan pemahaman kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan, menggunakan teknologi secara bijak, serta membangun kesadaran hukum dalam aktivitas digital. Kegiatan ini diikuti oleh 75 siswa dengan metode penyuluhan, diskusi interaktif, analisis kasus, tanya jawab, dan refleksi peserta. Berdasarkan hasil observasi, siswa menunjukkan ketertarikan tinggi terhadap materi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, terutama penggunaan gawai, keamanan akun digital, etika berkomentar di media sosial, penyebaran konten tanpa izin, dan perundungan daring.

Tabel 1. Temuan Lapangan Kegiatan Edukasi Gen-Z Cerdas Mandiri

Aspek Kegiatan	Temuan Lapangan	Makna Temuan
Kesehatan remaja	Siswa tertarik membahas	Siswa membutuhkan

	dampak penggunaan gawai terhadap pola tidur, konsentrasi belajar, kesehatan mata, dan kondisi emosional.	pemahaman bahwa penggunaan teknologi perlu dikendalikan agar tidak mengganggu kesehatan fisik dan mental.
Literasi digital	Siswa aktif menanggapi contoh kasus mengenai keamanan akun, informasi tidak benar, dan perlindungan data pribadi.	Literasi digital perlu diarahkan pada kemampuan berpikir kritis dan menjaga keamanan diri di ruang digital.
Kesadaran hukum	Siswa banyak merespons pembahasan tentang komentar negatif, penyebaran foto atau video tanpa izin, dan perundungan daring	Siswa perlu memahami bahwa aktivitas digital dapat menimbulkan akibat sosial dan hukum apabila merugikan orang lain.
Metode kegiatan	Diskusi dan analisis kasus lebih mudah dipahami siswa dibandingkan penyampaian materi satu arah.	Pendekatan edukatif-partisipatif relevan untuk membangun pemahaman siswa karena melibatkan pengalaman nyata peserta.

Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Gen-Z Cerdas Mandiri

Kegiatan pembelajaran dilakukan dengan menjadikan siswa sebagai pelaku aktif. Materi disampaikan lewat penyuluhan, studi kasus, diskusi, dan sesi tanya jawab. Kegiatan dimulai dengan penjelasan mengenai tujuan pengabdian, yakni membantu siswa menyadari bahwa menjadi Generasi Z yang cerdas tidak hanya berarti memiliki keterampilan teknologi, tetapi juga mampu menjaga kesehatan, menyaring informasi, menghargai orang lain, serta memahami batasan hukum dalam bersikap di dunia digital.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa lebih cepat memahami materi saat pemateri memberikan contoh yang relevan dengan kehidupan mereka. Topik yang paling menarik perhatian peserta adalah pemanfaatan media sosial, perlindungan akun, distribusi konten pribadi, cyberbullying, serta batasan antara bercanda dan merugikan orang di dunia digital. Ini mencerminkan bahwa masalah digital bukanlah hal yang asing bagi siswa, melainkan bagian dari kehidupan sehari-hari yang memerlukan bimbingan.

Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa metode berdasarkan kasus lebih mudah dipahami oleh siswa dibandingkan pengajaran yang hanya berupa ceramah. Saat siswa diberikan contoh melalui unggahan di media sosial, komentar yang merugikan, penyebaran foto teman tanpa izin, atau pesan berantai yang tidak jelas kebenarannya, siswa menjadi lebih mudah memahami risiko dan dampak dari tindakan tersebut. Dengan cara ini, pendekatan edukatif-partisipatif menjadi penting untuk menciptakan kesadaran siswa.



Gambar : Pelaksanaan Edukasi Gen-Z Cerdas Mandiri di SMK Mulya Husada Purwokerto

Gambar di atas menunjukkan pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertema “Gen-Z Cerdas Mandiri” di SMK Mulya Husada Purwokerto yang melibatkan siswa sebagai peserta aktif. Kegiatan tersebut dilaksanakan melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, tanya jawab, dan pembahasan contoh kasus yang berkaitan dengan kesehatan remaja, literasi digital, serta kesadaran hukum dalam aktivitas digital.

Edukasi Kesehatan Remaja Dalam Penggunaan Teknologi

Materi kesehatan difokuskan pada pemahaman bahwa kesehatan remaja meliputi aspek fisik, mental, dan sosial. Peserta didik diinformasikan bahwa pemakaian teknologi secara berlebihan dapat memengaruhi pola tidur, kelelahan mata, fokus belajar, aktivitas fisik, serta kestabilan emosi. Masalah ini signifikan karena pemakaian media sosial dan perangkat di kalangan remaja tidak hanya terkait

dengan hiburan, tetapi juga berhubungan dengan identitas diri, hubungan sosial, serta tekanan untuk terus terhubung.

Dalam diskusi, siswa diajak untuk merenungkan kebiasaan penggunaan alat elektronik sebelum tidur, lama waktu menggunakan media sosial, serta dampak komentar atau tanggapan dari orang lain terhadap mood mereka. Edukasi ini menyoroti pentingnya manajemen waktu pemakaian gawai, menjaga rutinitas tidur, menghindari konsumsi informasi yang berlebihan, serta mengembangkan kebiasaan komunikasi yang positif. Penemuan ini konsisten dengan penelitian (Valkenburg et al., 2022) mengungkapkan bahwa efek media sosial terhadap kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh cara penggunaan, interaksi sosial, dan keadaan psikologis pengguna.

Melalui pembelajaran ini, siswa diajak untuk menyadari bahwa teknologi bukanlah hal yang perlu dihindari, tetapi harus dikelola dengan bijaksana. Pemanfaatan teknologi dapat membantu proses pembelajaran, komunikasi, kreativitas, dan pencarian informasi terkait kesehatan. Namun, tanpa pengendalian diri dan kemampuan untuk menyaring informasi, teknologi bisa menyebabkan tekanan psikologis, kecemasan, serta gangguan pada konsentrasi. Maka dari itu, pendidikan kesehatan untuk Generasi Z harus terhubung dengan kebiasaan digital sebab ruang digital kini telah menjadi bagian dari kehidupan remaja.

Literasi Digital: Aman, Etis, Dan Bertanggung Jawab

Materi literasi digital dirancang dengan menekankan tiga keterampilan utama, yaitu kemampuan menilai informasi, melindungi diri, dan berkomunikasi secara etis. Siswa diajak untuk menyadari bahwa literasi digital bukan sekadar kemampuan mengoperasikan alat, tetapi juga kemampuan berpikir kritis sebelum menerima, membagikan, atau menciptakan informasi. Sesuai dengan (Reddy et al., 2023), literasi digital meliputi kemampuan untuk mengakses, menilai, mengelola, dan menggunakan informasi digital dengan cara yang aman dan bertanggung jawab.

Dalam aktivitas ini, siswa diberikan contoh tentang pesan berantai, informasi palsu, tautan yang mencurigakan, akun yang tidak nyata, dan permintaan informasi pribadi. Peserta didik diajak untuk mengecek sumber informasi, tidak sembarangan menyebarkan konten yang belum terkonfirmasi, serta melindungi data pribadi seperti alamat rumah, nomor telepon, kata sandi, gambar pribadi, dan detail keluarga. Pentingnya edukasi tentang privasi muncul karena anak-anak dan remaja sering kali belum sepenuhnya menyadari bagaimana data digital dapat disimpan, disebar, dan digunakan oleh orang lain (Stoilova et al., 2020).

Selain perlindungan digital, materi juga menyoroti etika dalam berkomunikasi. Siswa diajarkan bahwa komentar di platform media sosial bisa memengaruhi emosi, citra, dan harga diri orang lain. Kebiasaan menghina, mencemooh, menyebarkan tangkapan layar percakapan, atau memposting foto teman tanpa izin dapat berubah menjadi perundungan daring. Dengan

pemahaman ini, siswa diarahkan agar tidak hanya menjadi konsumen teknologi, tetapi juga menjadi warga digital yang peduli dan bertanggung jawab.

Kesadaran Hukum Dalam Aktivitas Digital

Bagian kesadaran hukum menjadi materi penting karena banyak pelajar belum memahami bahwa tindakan di ruang digital dapat memiliki akibat hukum. Siswa sering memandang media sosial sebagai ruang pribadi atau ruang bercanda, padahal unggahan, komentar, dan penyebaran konten dapat diakses, disimpan, disebarluaskan, dan dijadikan bukti apabila menimbulkan kerugian bagi pihak lain.

Dalam kegiatan ini, siswa diberikan pemahaman bahwa penggunaan teknologi informasi di Indonesia diatur melalui Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 dan perubahan kedua melalui Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2024. Materi hukum diarahkan secara preventif, bukan untuk menakut-nakuti siswa, melainkan untuk membangun kehati-hatian. Pokok materi yang disampaikan meliputi pentingnya menjaga kehormatan dan nama baik orang lain, tidak menyebarkan informasi elektronik yang merugikan, tidak melakukan ancaman melalui media digital, menjaga keamanan akun, serta menghormati privasi orang lain.

Kegiatan ini menekankan bahwa kebebasan berekspresi harus diimbangi dengan tanggung jawab. Siswa diberikan contoh bahwa menyebarkan foto atau video teman tanpa izin, membuat komentar yang merendahkan, menggunakan identitas orang lain, menyebarkan informasi bohong, atau ikut membagikan konten yang memperlakukan orang lain dapat menimbulkan dampak sosial dan hukum. Temuan ini sejalan dengan (Putra, 2024) yang menegaskan bahwa perundungan siber terhadap anak dan remaja di Indonesia memerlukan pendekatan preventif melalui pendidikan hukum, literasi digital, dan penguatan kesadaran sosial.

Integrasi Kesehatan, Literasi Digital, Dan Kesadaran Hukum

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa isu kesehatan, literasi digital, dan kesadaran hukum tidak dapat dipisahkan. Perilaku digital yang tidak sehat dapat berdampak pada kondisi fisik dan mental. Rendahnya literasi digital dapat meningkatkan risiko penyebaran informasi salah, pelanggaran privasi, dan perundungan daring. Kurangnya kesadaran hukum dapat membuat siswa tidak memahami batasan antara ekspresi, candaan, dan perbuatan yang merugikan orang lain (Primadhany, 2025).

Integrasi tiga materi tersebut menjadi kekuatan utama kegiatan ini. Ketika siswa membahas penggunaan gawai, pembahasan tidak berhenti pada kesehatan mata atau durasi penggunaan, tetapi juga dikaitkan dengan keamanan akun dan etika berinteraksi. Ketika siswa membahas media sosial, pembahasan tidak hanya diarahkan pada manfaat komunikasi, tetapi juga pada risiko jejak digital dan akibat hukum. Ketika siswa membahas perundungan daring, pembahasan tidak

hanya dilihat sebagai persoalan hukum, tetapi juga sebagai persoalan kesehatan mental, empati, dan budaya digital.

Tabel 2. Perubahan Pemahaman Peserta Berdasarkan Diskusi dan Refleksi

Sebelum Edukasi	Sebelum Edukasi
Siswa cenderung memahami teknologi sebagai sarana hiburan, komunikasi, dan media sosial.	Siswa mulai memahami bahwa teknologi juga memiliki risiko kesehatan, sosial, dan hukum.
Siswa belum sepenuhnya menyadari pentingnya menjaga data pribadi di ruang digital.	Siswa memahami pentingnya melindungi akun, kata sandi, identitas pribadi, dan konten pribadi.
Siswa menganggap komentar atau candaan di media sosial sebagai hal biasa.	Siswa mulai memahami bahwa komentar negatif dapat berdampak pada orang lain dan dapat menimbulkan konsekuensi hukum.
Siswa belum memahami hubungan antara penggunaan gawai dan kesehatan remaja.	Siswa memahami bahwa penggunaan gawai perlu dibatasi agar tidak mengganggu pola tidur, konsentrasi, dan kesehatan mental.
Siswa belum mengetahui bahwa penyebaran foto atau video tanpa izin dapat merugikan orang lain.	Siswa memahami pentingnya meminta izin sebelum menyebarkan konten yang memuat orang lain.

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa kegiatan edukasi memberikan perubahan pemahaman pada peserta. Meskipun kegiatan ini tidak menggunakan pengukuran kuantitatif berupa pre-test dan post-test, hasil observasi, diskusi, dan refleksi menunjukkan bahwa siswa mulai mampu menghubungkan materi dengan pengalaman nyata yang mereka hadapi. Perubahan tersebut terlihat dari respons siswa ketika menanggapi contoh kasus dan menjelaskan kembali pentingnya menjaga kesehatan, keamanan digital, serta tanggung jawab hukum dalam bermedia sosial.

Model edukasi terpadu ini sejalan dengan kebutuhan pendidikan saat ini yang menempatkan sekolah sebagai ruang pembentukan karakter digital. (Komalasari, 2022) menjelaskan bahwa pendidikan kewargaan digital perlu memuat dimensi etika, tanggung jawab, partisipasi, dan kemampuan kritis agar peserta didik tidak hanya menjadi pengguna teknologi, tetapi juga warga digital yang sadar hak dan kewajiban. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan kontribusi praktis bagi sekolah dalam membangun pembinaan siswa yang lebih kontekstual.

Kendala Dan Implikasi Kegiatan

Kendala dalam kegiatan ini adalah keterbatasan waktu penyampaian materi, keberagaman tingkat pemahaman siswa, serta belum digunakannya

instrumen evaluasi kuantitatif yang lebih terukur. Karena tema yang dibahas mencakup tiga bidang utama, yaitu kesehatan, teknologi, dan hukum, waktu kegiatan perlu dirancang lebih panjang agar setiap isu dapat dibahas secara lebih mendalam.

Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki implikasi penting. Bagi siswa, kegiatan ini memberikan pemahaman praktis untuk menjaga kesehatan, menggunakan teknologi secara aman, dan memahami akibat hukum perilaku digital. Bagi sekolah, kegiatan ini dapat menjadi model pembinaan siswa dalam bidang kesehatan remaja, literasi digital, dan pencegahan perundungan daring. Bagi perguruan tinggi, kegiatan ini menjadi bentuk kontribusi nyata dalam pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat berbasis kebutuhan sekolah.

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan lanjutan disarankan menggunakan instrumen pre-test dan post-test agar peningkatan pemahaman peserta dapat diukur secara lebih sistematis. Selain itu, sekolah dapat mengintegrasikan materi kesehatan digital, literasi digital, dan kesadaran hukum ke dalam kegiatan pembinaan siswa secara berkala.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertema “Gen-Z Cerdas Mandiri” di SMK Mulya Husada Purwokerto menunjukkan bahwa edukasi terpadu mengenai kesehatan remaja, literasi digital, dan kesadaran hukum relevan dengan kebutuhan siswa di era digital. Kegiatan ini memperlihatkan bahwa siswa lebih mudah memahami risiko penggunaan teknologi apabila materi disampaikan melalui contoh kasus yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, seperti penggunaan gawai, etika bermedia sosial, keamanan data pribadi, perundungan daring, dan penyebaran konten tanpa izin. Dengan pendekatan edukatif-partisipatif, tujuan kegiatan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan, menggunakan teknologi secara bijak, dan bertanggung jawab secara hukum dapat tercapai secara kualitatif melalui partisipasi aktif, diskusi, tanya jawab, dan refleksi peserta.

Sebagai rekomendasi, sekolah perlu mengintegrasikan edukasi kesehatan digital, literasi digital, dan kesadaran hukum ke dalam kegiatan pembinaan siswa secara berkala agar pemahaman yang telah diperoleh dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian berikutnya disarankan menggunakan instrumen evaluasi yang lebih terukur, seperti pre-test dan post-test, sehingga peningkatan pemahaman peserta dapat dianalisis secara lebih sistematis dan menjadi dasar pengembangan program edukasi berkelanjutan.

DAFTAR RUJUKAN

- Alruthaya, A. (2021). The Application of Digital Technology and the Learning Characteristics of Generation Z in Higher Education. *Australasian Conference on Information Systems*, 1–7.
- Fitria, R. (2025). Literasi Digital dan Kemanusiaan : Menjadi Cerdas dan Bijak di

- Era Digital. *Jurnal Ilmiah Manajemen Ekonomi Dan Akuntansi (JIMEA)*, 2(5), 665–673.
- Jones, R. H., & Hafner, C. A. (2021). *Understanding digital literacies: A practical introduction (2nd ed.)*. Routledge.
- Komalasari, I. F. D. B. K. (2022). Digital Citizenship In Civic Education Learning : A Systematic Literature Review. *The Indonesian Journal of the Social Sciences*, 10(3).
- Lupton, D. (2017). *Digital health: Critical and cross-disciplinary perspectives*. Routledge.
- Primadhany, et al. (2025). *Pengantar Hukum Siber Indonesia*. Sada Kurnia Pustaka.
- Putra, E. N. (2024). Law's Silence On Cyberbullying To Children In Indonesia. *Brawijaya Law Journal*, 1(1), 12–20.
- Rahmawati, A., & Yuris Tri Naili. (2026). Harmonisasi Pengaturan dan Implementasi UU KUHP dan UU ITE dalam Perlindungan Korban Perempuan pada Tindak Pidana Siber. *Al-Zayn : Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 4(3 SE-Articles), 4055–4066. <https://doi.org/10.61104/alz.v4i3.5981>
- Reddy, P., Chaudhary, K., & Hussein, S. (2023). A digital literacy model to narrow the digital literacy skills gap. *Heliyon*, 9(4), e14878. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14878>
- Stoilova, M., Livingstone, S., & Nandagiri, R. (2020). Digital by Default : Children ' s Capacity to Understand and Manage Online. *Cogitatio Media and Communication*, 8(4), 197–207. <https://doi.org/10.17645/mac.v8i4.3407>
- Valkenburg, P. M., Meier, A., & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 58–68. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>
- Wen Jiao; Angela Chang, M. H. ; Q. L. M. T. L. ; P. J. S. (2023). Predicting and Empowering Health for Generation Z by Comparing Health Information Seeking and Digital Health Literacy: Cross-Sectional Questionnaire Study. *JMIR Publications Advancing Digotal Health & Open Science*, 25.
- Jones, R. H., & Hafner, C. A. (2021). *Understanding digital literacies: A practical introduction (2nd ed.)*. London: Routledge.
- Primadhany, et al. (2025). *Pengantar Hukum Siber Indonesia*. Sada Kurnia Pustaka.
- Lupton, D. (2017). *Digital health: Critical and cross-disciplinary perspectives*. London: Routledge.