

PSIKOEDUKASI TEKNOLOGI DAN MEDIA SOSIAL UNTUK MENINGKATKAN DIGITAL AWARENESS PADA GURU SEKOLAH

^{1*)}Vania Ardelia, ²⁾Wulan Patria Saroinsong, ³⁾Shelly Andari, ⁴⁾Muhammad Afifuddin Ghozali, ⁵⁾Muhammad Nurul Ashar, ⁶⁾Ima Widiyanah, ⁷⁾Ricky Setiawan, ⁸⁾Onny Fransinata Anggara, ⁹⁾Nurul Istiq'faroh, ¹⁰⁾Kaniati Amalia
^{1,8)}Psikologi, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

²⁾Pendidikan Guru-Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia
^{3,6,10)}Manajemen Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁴⁾Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁵⁾Pendidikan Luar Biasa, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

^{7,9)}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

vaniaardelia@unesa.ac.id; wulansaroinsong@unesa.ac.id; shellyandari@unesa.ac.id;

muhamadghozali@unesa.ac.id; muhammadashar@unesa.ac.id;

imawidiyanah@unesa.ac.id; rickysetiawan@unesa.ac.id; onnyanggara@unesa.ac.id;

nurulistiwa@unesa.ac.id; kaniatiamalia@unesa.ac.id

Abstract

Massive developments in technology and social media have encouraged all aspects of life to adapt, including education. Teachers as the main driving force in education play a major role in creating quality education services for students. Unfortunately, the environment around students such as teachers who are still not in detail understand and are aware of the good use of technology and social media. Therefore, this community service was carried out to provide psychoeducation on technology and social media to increase digital awareness among teachers. Psychoeducation was conducted for 14 teachers at Sekolah Indonesia Johor Baru (SIJB) Malaysia. The implementation of psychoeducation by providing material, pre-test and post-test consisting of 23 questions about digital awareness and social media use. Results were analyzed by paired sample t test using Jamovi software. The results showed a significant increase in the understanding of digital awareness with a pre-test and post-test difference value of 8.07 ($\zeta = 0.019$). This shows that this psychoeducation has an impact on significant changes in the understanding of digital awareness of technology and social media before and after psychoeducation in teachers.

Keywords: digital awareness; teacher; psychoeducation; Sekolah Indonesia Johor Bahru

Abstrak

Perkembangan masif pada teknologi dan media sosial turut mendorong semua aspek kehidupan untuk beradaptasi, termasuk dalam aspek pendidikan. Guru sebagai penggerak utama dalam pendidikan berperan besar dalam menciptakan pelayanan pendidikan yang berkualitas bagi siswa. Sayangnya, lingkungan di sekitar siswa seperti guru yang masih belum secara detail paham dan sadar tentang penggunaan teknologi dan media sosial yang baik. Maka dari itu, pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk memberikan psikoedukasi teknologi dan media sosial guna meningkatkan digital awareness pada guru sekolah. Psikoedukasi dilaksanakan kepada 14 guru di Sekolah Indonesia Johor Baru (SIJB) Malaysia. Pelaksanaan psikoedukasi dengan memberikan materi, serta pre-test dan post-test yang terdiri dari 23 pertanyaan tentang digital awareness dan penggunaan media sosial. Hasil tes dianalisis dengan uji t sampel berpasangan menggunakan bantuan software Jamovi. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada pemahaman digital awareness dengan nilai perbedaan pre-test dan post-

test sebesar 8,07 ($\zeta = 0,019$). Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi ini memberikan dampak perubahan yang signifikan dalam pemahaman digital awareness teknologi dan media sosial sebelum dan sesudah psikoedukasi pada guru.

Kata Kunci: digital awareness; guru; psikoedukasi; SIJB

1. PENDAHULUAN (*Introduction*)

Kemajuan pesat dalam teknologi dan media sosial telah mendorong semua aspek kehidupan, termasuk pendidikan, untuk menyesuaikan diri. Guru sebagai pilar utama dalam pendidikan, memiliki peran penting dalam menyediakan layanan pendidikan yang berkualitas bagi siswa. Oleh karena itu, guru perlu memahami berbagai aspek terkait perilaku dan proses mental siswa, terutama dalam penggunaan teknologi dan media sosial. Sejalan dengan ini, maka kompetensi guru juga harus senantiasa mengikuti teknologi terkini untuk dapat memberikan kualitas pembelajaran yang terbaik bagi siswa (Habibah, 2022). Dimana saat ini perkembangan teknologi khususnya penggunaan media sosial sangat meluas digunakan bagi siswa. Mengingat siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) kebanyakan adalah kelompok usia remaja, maka menjadi hal yang penting bagi guru untuk sadar tentang digitalisasi media sosial (Aulia dkk., 2023).

Data menunjukkan bahwa remaja di Indonesia merupakan kelompok usia yang paling banyak menggunakan internet dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, yaitu dengan tingkat penetrasi internet mencapai 99,16% (APJII, 2024). Sejalan dengan hal ini, remaja juga menjadi kelompok usia pengguna sosial media tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 75,50% (APJII, 2024). Berdasarkan data diatas, sosial media telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari (Ardelia & Jaro'ah, 2023).

Seperti yang kita ketahui, sosial media menawarkan berbagai macam fitur dan manfaat bagi penggunaannya, namun juga tidak lepas dari dampak negatif yang disebabkan khususnya bagi remaja. Terlebih lagi, tahap perkembangan remaja adalah masa transisi dengan berbagai perubahan baik dalam aspek biologis, kognitif, maupun sosioemosional (Aprilia dkk., 2020). Sehingga hal ini membuat remaja cenderung sulit untuk mengontrol penggunaan media sosial (Davis, 2001). Remaja sendiri juga berada pada tahap eksplorasi identitas dirinya sehingga pengaruh teman sebaya cukup besar, maka dari itu media sosial menjadi hal yang krusial bagi mereka (Ardelia & Jaro'ah, 2023).

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Bila remaja tidak dapat menggunakan media sosial secara adaptif, maka dapat menyebabkan dampak negatif seperti mengalami kecanduan media sosial *cyberbullying*, mengalami *technostress*, melakukan *cyberslacking*, menjadi korban kejahatan siber, berita hoaks, dan penyelewengan privasi (Ardelia, 2023; Thakkar, 2006). Permasalahan ini dapat mempengaruhi kehidupan remaja baik pada aspek akademis, sosial, dan juga secara psikologis. Namun sayangnya, sampai dengan saat ini dukungan dari lingkungan sekitar remaja seperti guru atau orang tua tentang kesadaran bermedia sosial atau menggunakan teknologi (*digital*

awareness) secara bertanggung jawab masih rendah (Anita & Astuti, 2022; Faridi & Lutfi, 2023).

Sekolah Indonesia Johor Bahru (SIJB) merupakan sekolah Indonesia yang dijemputi KBRI yang bertujuan sebagai pelayanan pendidikan warga negara Indonesia yang berada di Malaysia. Fokus utama SIJB adalah memberikan pelatihan bahasa Inggris dan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) kepada para siswa, menjadikannya sebuah pusat pendidikan dan budaya. Penting dicatat bahwa SIJB bukanlah sekolah dengan siswa dan guru berkebangsaan Malaysia atau dengan bahasa pengantar Inggris dan Melayu.

SIJB memiliki peran strategis dan menjadi garda terdepan diplomasi pendidikan di Malaysia dalam konteks pembangunan sumber daya manusia (SDM) Indonesia berdasarkan Pancasila dan Undang-undang Dasar 1945. Guna mencapai ini, salah satu peran SIJB adalah menyelaraskan dengan perkembangan pesat di dunia pendidikan dan ilmu pengetahuan, serta menghadapi arus globalisasi dan modernisasi. Fokusnya melibatkan aspek-aspek seperti tenaga pendidikan, kependidikan, fasilitas, hasil belajar, dan semua elemen pendukung kegiatan pembelajaran, baik di dalam maupun diluar lingkungan sekolah. Siswa di SIJB kebanyakan adalah kelompok usia anak-anak hingga remaja karena berada pada jenjang SD, SMP, atau SMA.

Sejalan dengan paparan diatas, maka kompetensi guru yang mengajar di SIJB juga harus senantiasa mengikuti teknologi terkini untuk dapat memberikan kualitas pembelajaran yang terbaik bagi siswa (Habibah, 2022). Dimana saat ini perkembangan teknologi khususnya penggunaan media sosial sangat meluas digunakan bagi siswa. Mengingat siswa SIJB kebanyakan adalah kelompok usia remaja, maka menjadi hal yang penting bagi guru untuk sadar tentang digitalisasi media sosial.

Dalam era digital, peran guru dan sekolah sangat berpengaruh dalam menanamkan nilai-nilai pendidikan karakter kepada para muridnya. Selain itu, guru juga perlu menerapkan pendekatan pembelajaran multi-kanal yang menganggap siswa sebagai pembelajar yang fleksibel, dapat memperoleh pengetahuan di berbagai tempat, kapanpun diperlukan, dari siapapun, dan melalui beragam sumber (Rahayuningsih & Muhtar, 2022). Dalam konteks ini, guru sebaiknya berperan sebagai fasilitator yang menunjukkan kepada siswa berbagai kompetensi yang harus dimiliki, serta memberikan kesempatan kepada mereka untuk belajar dari berbagai sumber pembelajaran digital di seluruh dunia secara global, termasuk dalam penggunaan sosial media yang bertanggung jawab. Maka dari itu, guru berperan signifikan untuk dapat memastikan siswa remaja terhindar dari dampak negatif digitalisasi (Véliz, 2021). Sayangnya, lingkungan di sekitar siswa seperti guru yang masih belum secara detail paham dan sadar tentang penggunaan teknologi dan media sosial yang baik atau yang dikenal dengan *digital awareness*. Secara lebih spesifik, ditemukan bahwa guru di SIJB masih belum sepenuhnya memahami tentang *digital awareness* ini. Maka dari itu, SIJB dipilih menjadi lokasi target yang sesuai untuk memberikan guru psikoedukasi lebih lanjut tentang *digital awareness*.

Oleh karena itu, Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) terkait psikoedukasi teknologi dan media sosial untuk meningkatkan digital awareness bagi guru perlu diberikan untuk dapat menumbuhkan pemahaman atas digitalisasi khususnya perilaku bermedia sosial yang bertanggung jawab sehingga para guru dapat memberikan pelayanan yang lebih adaptif dan berkualitas bagi siswa.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terbagi menjadi tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan psikoedukasi, dan tahap akhir. Rincian dari tiap tahap dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Metode Pelaksanaan PkM

Tahapan	Kegiatan	Deskripsi
Persiapan	Penyusunan proposal PkM	Kerjasama dengan tim PkM dalam penyusunan proposal PkM
	Koordinasi awal dengan tim	Koordinasi tim pelaksana PkM
	Persiapan materi psikoedukasi	Mempersiapkan berbagai materi dan skala pretest posttest yang akan disampaikan dalam psikoedukasi
	Koordinasi dengan sekolah	Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk melakukan kegiatan psikoedukasi meliputi koordinasi dengan kepala sekolah dan guru
Pelaksanaan Psikoedukasi	Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi	Pelaksanaan psikoedukasi terdiri dari: <ol style="list-style-type: none">1. Pemberian pre-test2. Definisi teknologi dan media sosial beserta dampak positif dan negatif bagi remaja3. Perkembangan remaja dan kaitannya dengan penggunaan teknologi media sosial4. Keamanan digital dan etika online5. Cara membentuk perilaku penggunaan

		media sosial yang adaptif dan bertanggung jawab
		6. Sesi tanya-jawab
		7. Pemberian post-test
Akhir	Penyusunan laporan hasil PkM	Tim PkM bersama menyusun laporan akhir PkM

Tahap persiapan pada dasarnya terdiri dari penyusunan proposal PkM, koordinasi awal dengan tim PkM, menyusun materi psikoedukasi dan koordinasi dengan pihak sekolah. Sementara pada tahap pelaksanaan terdapat sesi *pre-test* dan *post-test* yang skalanya disusun oleh penulis terkait *digital awareness* dan penggunaan media sosial. Skala ini merupakan skala Likert yang terdiri dari 23 pertanyaan dengan tipe jawaban pilihan ganda. Contoh dari item pada skala ini adalah "Sebagai guru, saya bisa menginstal dan menghapus instalasi aplikasi perangkat lunak yang saya gunakan". Partisipan perlu memilih jawaban antara "Sangat Tidak Setuju" hingga "Sangat Setuju". Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur pemahaman guru atas *digital awareness* dan penggunaan teknologi dan media sosial yang bijak. Lebih lanjut, proses ini juga merupakan tahap yang penting untuk mengukur ketercapaian dari tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Tahap pelaksanaan psikoedukasi berisi tentang pelaksanaan psikoedukasi yang materi penyampaiannya memfokuskan pada beberapa bahasan yaitu diantaranya Pemberian *pre-test* dan *post-test*, definisi teknologi dan media sosial beserta dampak positif dan negatif bagi remaja, perkembangan remaja dan kaitannya dengan penggunaan teknologi media sosial, keamanan digital dan etika online, dan cara membentuk perilaku penggunaan media sosial yang adaptif dan bertanggung jawab. Materi psikoedukasi ini kemudian disusun dalam bentuk modul yang kemudian dapat diakses secara bebas oleh peserta.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Tahap Persiapan PkM

Pada tahap persiapan PKM, dilakukan identifikasi permasalahan pada sekolah dengan penggalian data pada pihak guru Sekolah Indonesia Johor Bahru (SIJB). Dari penggalian tersebut, ditemukan beberapa permasalahan yang khususnya terkait dengan kesadaran digital pada guru. Masalah tersebut kemudian oleh penulis ditelaah lebih dalam terkait penyebab permasalahannya. Identifikasi masalah dapat dilihat secara lebih rinci pada Tabel 2.

Tabel 2. Identifikasi Permasalahan

Permasalahan Mitra	Penyebab Permasalahan
Guru-guru SIJB belum memahami secara detail seputar perkembangan remaja dan	Kurangnya pemahaman tentang perkembangan remaja dan kaitannya

pengaruhnya terhadap perilaku penggunaan teknologi atau media sosial	dengan perilaku penggunaan teknologi atau media sosial
Guru-guru SIJB belum memahami secara detail dampak positif dan negatif yang dapat ditimbulkan dari penggunaan teknologi atau media sosial	Kurangnya pemahaman tentang dampak positif dan negatif yang dapat ditimbulkan dari penggunaan media sosial
Guru-guru SIJB belum memahami secara detail terkait keamanan digital dan etika online	Kurangnya pemahaman tentang keamanan digital dan etika online
Guru-guru SIJB belum memahami secara detail tentang cara menggunakan teknologi atau media sosial secara bertanggung jawab.	Kurangnya pemahaman tentang cara bermedia sosial yang bertanggung jawab, baik dalam membagikan konten, membaca konten orang lain, berkomentar, dan juga berinteraksi antar pengguna media sosial.

Dari identifikasi permasalahan, maka selanjutnya dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk merencanakan rangkaian kegiatan psikoedukasi yang akan diberikan kepada guru beserta penjadwalan pelaksanaan kegiatan PKM. Berdasarkan hasil identifikasi masalah dan koordinasi dengan pihak sekolah, maka pelaksanaan PKM yang disepakati adalah “Psikoedukasi Teknologi dan Media Sosial untuk Meningkatkan *Digital Awareness* bagi Guru Sekolah”.

Tahap Pelaksanaan PkM

Pelaksanaan kegiatan PkM "Psikoedukasi Teknologi dan Media Sosial untuk Meningkatkan *Digital Awareness* bagi Guru Sekolah" dilaksanakan pada hari Senin, 12 Agustus 2024 di Sekolah Indonesia Johor Baru (SIJB), Malaysia. Kegiatan dilaksanakan secara luring pada guru-guru SIJB dengan jumlah 14 orang.

Kegiatan psikoedukasi diawali dengan pemberian sambutan dari kepala sekolah SIJB yang kemudian dilanjutkan dengan sambutan dari pihak tim PkM. Setelah sambutan diberikan, pengenalan oleh masing-masing anggota PkM dan selanjutnya pemberian *pre-test* bagi guru dan kemudian kegiatan psikoedukasi diberikan.

Seperti yang dapat dilihat pada Gambar 1, materi psikoedukasi disampaikan oleh salah satu anggota PkM yaitu Wulan Patria Saroinsong, Ph.D yang dibagi menjadi empat bagian yaitu teknologi dan media sosial, perkembangan remaja dan kaitannya dengan penggunaan teknologi media sosial, keamanan digital dan etika online, dan cara membentuk perilaku penggunaan media sosial yang adaptif dan bertanggung jawab.



Gambar 1. Pemberian materi psikoedukasi oleh Wulan Patria Saroinsong, Ph.D.

Materi yang pertama berisikan tentang pengenalan terhadap era digital, media sosial, dan *digital awareness*, kemudian materi kedua tentang perkembangan remaja mencakup tentang karakteristik perkembangan remaja yang dikaitkan dengan penggunaan media sosial pada tahap perkembangan tersebut. Materi ketiga yaitu tentang pemahaman atas keamanan digital dan etika online yang terdiri dari etika berinternet serta etiket berinternet. Terakhir, materi keempat berisikan tentang tips menggunakan media sosial secara adaptif yaitu: 1) Gunakan media sosial sesuai fungsinya; 2) Berpikir sebelum mengunggah; 3) Selektif dalam melihat postingan; 4) Batasi durasi penggunaan media sosial; 5) Bersosialisasi dengan kehidupan nyata.

Setelah pemberian materi psikoedukasi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang interaktif yang dapat dilihat pada Gambar 2. Pada akhir pemberian materi, link ditunjukkan untuk pengerjaan *post-test* bagi guru dan kemudian memberikan *barcode* untuk mengakses modul psikoedukasi juga diberikan.



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab PkM

Tahap Akhir PkM

Tahap akhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah evaluasi terkait efektivitas pelaksanaan psikoedukasi, yang salah satunya dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* yang telah dilakukan dianalisis menggunakan *paired sample t-test* dengan bantuan *software* Jamovi versi 2.3.21 for Mac. Hasil analisis dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil analisis *paired sample t-test*

	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>Mean Difference</i>
Student's t	2.67	13	0.019	8.07

Berdasarkan hasil, ditemukan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam pemahaman teknologi, media sosial dan *digital awareness* pada guru Sekolah Indonesia Johor Bahru ($t(13) = 2.67, p = 0.019$). Hasil ini dapat diartikan bahwa guru-guru di SIJB sebelum psikoedukasi belum memiliki pemahaman atas *digital awareness* yang cukup, sehingga setelah materi psikoedukasi diberikan guru-guru mendapatkan pemahaman yang lebih baik terkait teknologi, media sosial, dan *digital awareness*.

Hasil dari kegiatan PkM ini juga sejalan dengan hasil PkM yang dilakukan oleh Aulia dkk. (2023) yang menemukan bahwa pemberian psikoedukasi literasi media sosial untuk meningkatkan *parental awareness* terhadap *cyber threats* pada orang tua dan guru penting untuk dilakukan dan menunjukkan peningkatan signifikan setelah pemberian psikoedukasi. Lebih lanjut, PkM tersebut menemukan adalah peningkatan pengetahuan orang tua dan guru tentang literasi media sosial, dampak ancaman siber khususnya bagi siswa serta upaya pencegahannya. PkM serupa juga dilakukan oleh Nurhidayat dkk. (2022) yang melakukan pelatihan peningkatan literasi digital guru untuk mengintegrasikan teknologi menemukan terdapat peningkatan pemahaman atas literasi digital yang kemudian penting untuk diimplementasikan dalam proses pengajaran sehari-hari pada siswa. Berdasarkan hasil ini, maka dapat disimpulkan bahwa kesadaran guru atas literasi digital khususnya terkait penggunaan teknologi dan media sosial adalah hal yang esensial untuk meningkatkan kualitas proses pengajaran serta menjaga kesehatan mental siswa didik (Faridi & Lutfi, 2023).

Secara garis besar, PkM ini mendapatkan testimoni yang positif yang dari pihak sekolah. Meskipun begitu, kegiatan PkM ini memiliki kelebihan dan kekurangan yang perlu diperhatikan. Kelebihan dari kegiatan psikoedukasi ini adalah pemilihan konteks partisipan yang menarik yaitu guru-guru di Sekolah Indonesia Johor Bahru Malaysia. Partisipan juga memiliki latar belakang yang representatif. Sementara kekurangan dari psikoedukasi ini adalah pemilihan target partisipan yang hanya dari guru saja, namun sebenarnya materi ini juga penting diketahui oleh pihak orang tua yang juga erat

kaitannya dengan kehidupan sehari-hari siswa. Maka dari itu, psikoedukasi kedepannya dapat melibatkan pihak orang tua.

5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

Psikoedukasi teknologi dan media sosial untuk meningkatkan digital awareness bagi guru-guru SIJB Malaysia diperlukan untuk dapat menumbuhkan pemahaman atas digitalisasi khususnya perilaku bermedia sosial yang bertanggung jawab sehingga para guru dapat memberikan pelayanan yang lebih adaptif dan berkualitas bagi siswa. Pelaksanaan psikoedukasi yang diberikan pada 14 guru di SIJB menunjukkan peningkatan yang signifikan, dimana hal ini terlihat dari hasil pre-test dan post-test peserta yang menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap pemahaman digital awareness setelah psikoedukasi diberikan. Dengan begitu, dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang lebih baik tentang *digital awareness* serta penggunaan teknologi dan media sosial setelah psikoedukasi diberikan.

6. UCAPAN TERIMA KASIH (*Acknowledgement*)

Penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Surabaya dan Sekolah Indonesia Johor Bahru (SIJB) atas dukungan dan kontribusinya dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini.

7. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Anita, A., & Astuti, S. I. (2022). Digitalisasi Dan Ketimpangan Pendidikan: Studi Kasus Terhadap Guru Sekolah Dasar Di Kecamatan Baraka. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 7(1), 1–12. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v7i1.2509>
- APJII. (2024, Februari 7). APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1). <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- Ardelia, V. (2023). The Influence of Technostress on Cyberslacking Among Emerging Adults University Students: An Indonesian Context. *Epistema*, 4(2), 166–174. <https://doi.org/10.21831/ep.v4i2.63668>
- Ardelia, V., & Jaro'ah, S. (2023). Exploring Social Media Use Integration Based on Educational Level Among Emerging Adults. *International Journal of Current Educational Research*, 2(2), 106–114. <https://doi.org/10.53621/ijocer.v2i2.249>

- Aulia, F., Magistarina, E., & Sukma, D. (2023). Psikoedukasi Literasi Media Sosial untuk Meningkatkan Parental Awareness terhadap Cyber Threats pada Orangtua dan Guru. 7.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Faridi, E. N. J., & Lutfi, A. (2023). Kesadaran Guru Dalam Meningkatkan Kompetensi Diri di Abad Digital. *Jised: Journal of Information System and Education Development*, 1(1), Article 1. <https://journal.mwsfoundation.or.id/index.php/jised/article/view/5>
- Habibah, M. (2022). Pengembangan Kompetensi Digital Guru Pendidikan Agama Islam Sekolah Dasar Dalam Kerangka Kurikulum Merdeka. *Sittah: Journal of Primary Education*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.30762/sittah/v3i1.11>
- Nurhidayat, E., Herdiawan, R. D., & Rofi'i, A. (2022). Pelatihan Peningkatan Literasi Digital Guru Dalam Mengintegrasikan Teknologi di SMP Al-Washilah Panguragan Kabupaten Cirebon. *Papanda Journal of Community Service*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.56916/pjcs.v1i1.71>
- Rahayuningsih, Y. S., & Muhtar, T. (2022). Pedagogik Digital Sebagai Upaya untuk Meningkatkan Kompetensi Guru Abad 21. *Jurnal Basicedu*, 6(4), Article 4. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3433>
- Thakkar, V. (2006). *Addiction*. Chelsea House.
- Véliz, C. (2021). Privacy and digital ethics after the pandemic. *Nature Electronics*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.1038/s41928-020-00536-y>