



Dinas Pengendalian Penduduk
Keluarga Berencana Pemberdayaan
Perempuan dan Perlindungan Anak



Bijak Bermedia Sosial di Era Digital

Panduan Cerdas
Menggunakan Internet
untuk
"Anak dan Keluarga"



Alamat
Jalan APT. Pranoto, Tanjung Redeb,
Kabupaten Berau.



Phone
0812-5031-0120 (UPT) & 0813-1090-9255 (PUSPAGA)



Instagram
dppkbpppa_kabberau



Website
dppkbpppa.beraukab.go.id

PENGANTAR

Media sosial dan **internet** (dunia digital) telah menjadi bagian dari kehidupan **sehari-hari**. Teknologi yang ada saat ini dapat **memberi banyak manfaat**, tetapi **juga memberikan dampak negatif** (kurang baik) jika digunakan dengan tidak bijak. **Buku saku** ini dibuat **untuk memberikan pemahaman, tips, dan panduan** kepada pembaca. Selain itu **agar** kita semua dapat menjadi **pengguna internet yang cerdas, aman, dan bertanggung jawab**.

"Gunakan **internet** dengan **bijak**, lindungi diri dan orang terdekat" 💕



DAFTAR ISI



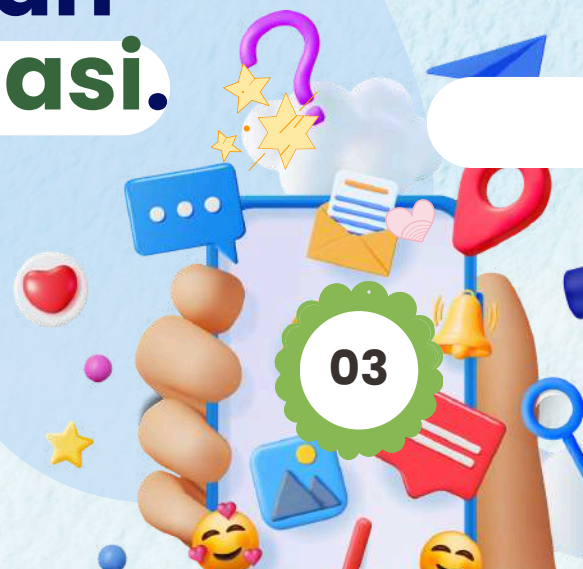
<u>Pengantar</u>	<u>1</u>
<u>Daftar Isi</u>	<u>2</u>
<u>Apa Itu Dunia Digital</u>	<u>3</u>
<u>Dampak Penggunaan</u>	<u>4</u>
<u>Contoh Kasus</u>	<u>7</u>
<u>Undang-undang ITE</u>	<u>8</u>
<u>Sanksi Pelanggaran</u>	<u>10</u>
<u>Cara Menggunakan Media Sosial Yang Baik</u>	<u>12</u>
<u>Penggunaan HP/Internet Yang Baik</u>	<u>13</u>
<u>Tips Untuk Orang Tua dan Anak</u>	<u>15</u>
<u>Etika Bermedia Sosial</u>	<u>17</u>
<u>Evaluasi Diri</u>	<u>19</u>
<u>Penutup</u>	<u>21</u>
<u>Buku saku digital</u>	<u>23</u>



APA ITU DUNIA DIGITAL



Dunia digital
adalah
lingkungan yang
menggunakan
teknologi **internet**
dan **perangkat**
elektronik (seperti
smartphone,
tablet dan
komputer) untuk
berkomunikas,
belajar, dan
bersosialisasi.



DAMPAK **MEDIA SOSIAL/INTERNET**

DAMPAK POSITIF

- ✓ Akses dalam mendapatkan informasi cepat
- ✓ Menambah pengetahuan
- ✓ Mempermudah dalam berkomunikasi
- ✓ Mendukung belajar dan kreativitas



DAMPAK MEDIA SOSIAL/INTERNET

DAMPAK NEGATIF

- ⚠ Kecanduan gadget
- ⚠ Menurunnya konsentrasi
- ⚠ Gangguan tidur
- ⚠ Cyberbullying (Perundungan melalui internet)
- ⚠ Paparan konten negatif



AKIBAT PENGGUNAAN YANG TIDAK BIJAK



Menurunnya prestasi belajar



Gangguan kesehatan (fisik & mental)



Hubungan sosial menjadi renggang



Memiliki resiko menjadi korban kejahatan digital

Bijak dalam bermedia sosial!

CONTOH KASUS: **GROOMING**

Grooming adalah **tindakan manipulasi** yang dilakukan oleh seseorang (biasanya orang dewasa) **melalui internet** atau media sosial untuk **mendapatkan kepercayaan anak** dengan **tujuan mengeksploitasi** atau menyakiti.

Ciri-ciri Grooming:

- Memberi perhatian berlebihan.
- Saling menghubungi secara pribadi.
- Membujuk untuk bertemu langsung.



UNDANG-UNDANG ITE

TERKAIT INTERNET



Penggunaan internet di Indonesia diatur dalam Undang-undang Nomor 1 Tahun 2024 tentang Perubahan Kedua atas Undang-undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE).



Ketentuan Penting dalam UU ITE



Pasal 27

Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan, mentransmisikan, dan/atau membuat dapat diaksesnya informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan melanggar kesusilaan, judi, atau penghinaan.



Pasal 27

Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyerang kehormatan atau nama baik orang lain dengan maksud agar diketahui umum melalui informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik.



Pasal 28 Ayat (2)

Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyebarkan informasi yang ditujukan untuk menimbulkan kebencian atau permusuhan individu dan/atau kelompok masyarakat tertentu berdasarkan atas suku, agama, ras, dan antar golongan (SARA).



Pasal 29

Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mengirimkan informasi Elektronik yang berisi

TUJUA UNDANG UNDANG ITE



Melindungi masyarakat dari penyalahgunaan teknologi informasi, menjaga keamanan dan ketertiban dalam ruang digital, serta menciptakan lingkungan internet yang aman, tertib, dan bertanggung jawab.

INGAT!



**Internet adalah ruang publik.
Gunakan dengan bijak, sopan,
dan bertanggung jawab.**

Sumber Referensi:

- Republik Indonesia (2024). Undang-undang Nomor 1 Tahun 2024 tentang Perubahan Kedua atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang informasi dan Transaksi Elektronik.
- Raranta, E. A., Mamengko, R. S., & Karamoy. R. V. (2025). Penerapan Pasal 27A Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2024 dalam Praktik Peradilan Pidana. Lex Privatum, 14(5).
- Mahkamah Konstitusi Republik Indonesi. (2025). Putusan Nomor 105/PUU-XXII/2024.



SANKSI PELANGGARAN UNDANG-UNDANG ITE

Pelanggaran terhadap ketentuan dalam UU ITE dapat dikenai sanksi pidana dan/atau denda sesuai dengan pasal yang dilanggar.

Jenis Pelanggaran

Sanksi

Pasal 27 (UU ITE)
Mendistribusikan atau membuat dapat diaksesnya konten yang melanggar keasusilaan, perjudian, atau penghinaan.

Pidana penjara paling lama **6 Tahun** dan/atau denda paling banyak **Rp1.000.000.000**

Pasal 27A (UU ITE)
Menyerang kehormatan atau nama baik orang lain (pencemaran nama baik) melalui informasi elektronik.

Pidana penjara paling lama **4 Tahun** dan/atau denda paling banyak **Rp750.000.000**

Pasal 28 ayat (2) (UU ITE)
Menyebarkan informasi yang menimbulkan kebencian atau permusuhan berdasarkan SARA.

Pidana penjara paling lama **6 Tahun** dan/atau denda paling banyak **Rp1.000.000.000**

Pasal 29 (UU ITE)
Mengirimkan informasi yang berisi ancaman kekerasan atau menakut-nakuti kepada orang lain.

Pidana penjara paling lama **4 Tahun** dan/atau denda paling banyak **Rp750.000.000**

CATATAN PENTING



UU ITE berlaku untuk semua orang, baik di dunia nyata maupun di dunia digital.



Setiap tindakan di internet meninggalkan jejak digital dan dapat diproses secara hukum.



Gunakan internet untuk hal-hal positif dan bermanfaat.



Bersama wujudkan generasi cerdas dan bertanggung jawab di dunia digital!

Sumber Referensi:

- Republik Indonesia (2024). Undang-undang Nomor 1 Tahun 2024 tentang Perubahan Kedua atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang informasi dan Transaksi Elektronik.
- Raranta, E. A., Mamengko, R. S., & Karamoy. R. V. (2025). Penerapan Pasal 27A Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2024 dalam Praktik Peradilan Pidana. Lex Privatum, 14(5).
- Mahkamah Konstitusi Republik Indonesia. (2025). Putusan Nomor 105/PUU-XXII/2024.

CARA MENGGUNAKAN SOSIAL YANG BAIK



Verifikasi informasi
sebelum membagikan



Jaga privasi data
pribadi



Gunakan bahasa
yang sopan



Hindari konten negatif



Laporkan jika
menemukan konten
berbahaya

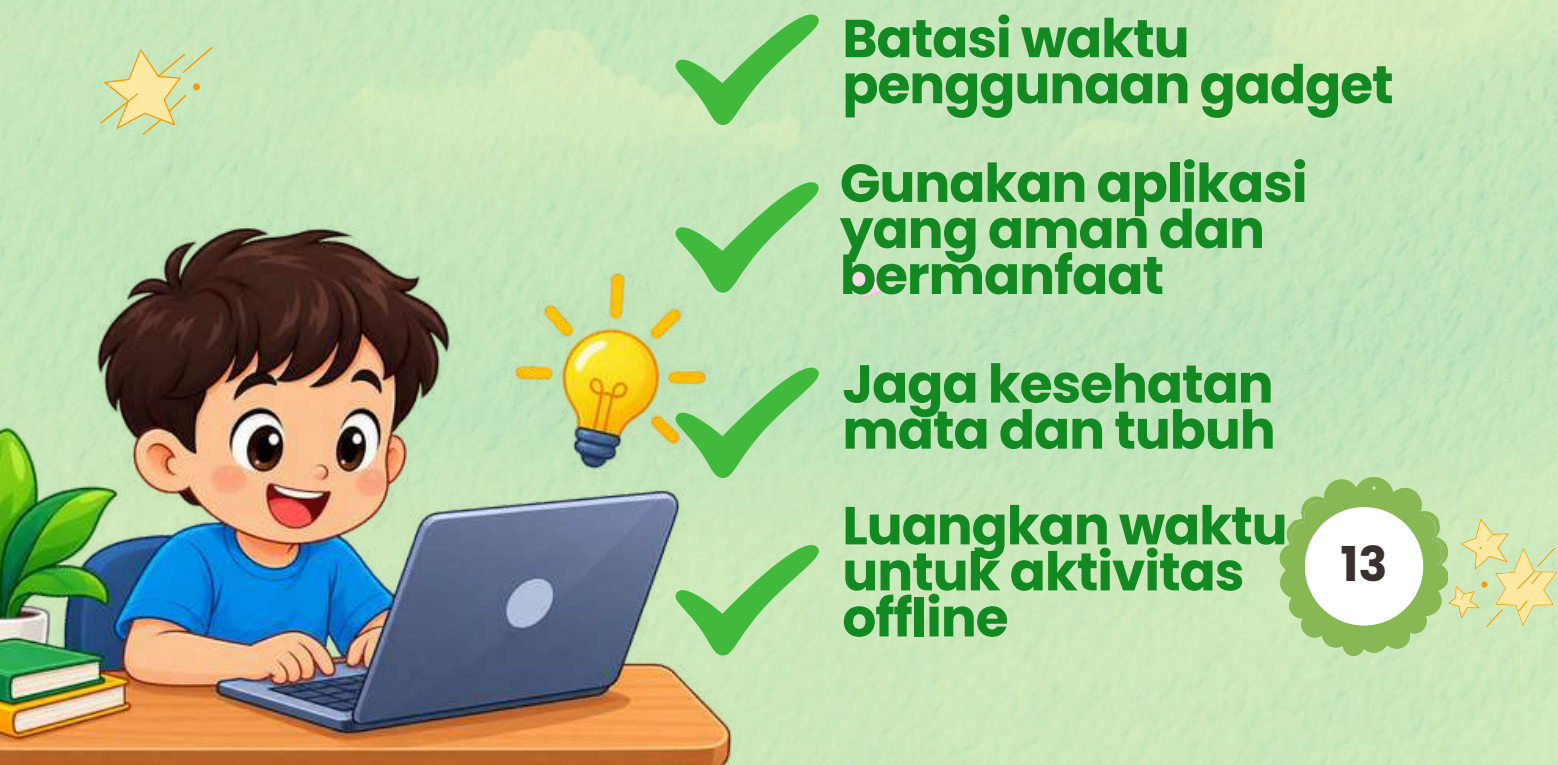


PENGUNAAN HP/INTERNET YANG BAIK

Aturan Screen Time Untuk anak Menurut Ikatan Dokter Indonesia (IDAI)

1. Anak di bawah 1 tahun dilarang melihat layar gadget dan screen time lainnya.
2. Bentuk screen time untuk anak usia 1-2 tahun berupa menonton tv dan video. Adapun komputer dan gadget tidak dianjurkan.
3. Untuk anak usia 2-6 tahun yang termasuk pra-sekolah, waktu screen time maksimal satu jam. Semakin singkat waktunya akan semakin baik.
4. Bagi anak usia 6-12 tahun (masa sekolah), screen time yang disarankan maksimal 90 menit.

Sumber: <https://ppid-dinkes.kalbarprov.go.id/artikel/screen-time-gawai-gadget-untuk-mata-sehat-pada-anak/>



✓ Batasi waktu
penggunaan gadget

✓ Gunakan aplikasi
yang aman dan
bermanfaat

✓ Jaga kesehatan
mata dan tubuh

✓ Luangkan waktu
untuk aktivitas
offline

TANDA-TANDA

PENGUNAAN INTERNET YANG BERLEBIH



Terlalu lama online



Sulit lepas dari HP



**Merasa cemas jika
tidak terhubung
internet**



**Mengabaikan kegiatan
lain**



TIPS UNTUK ANAK



Pilih konten yang positif dan edukatif



Jangan mudah percaya pada informasi yang belum jelas



Ceritakan kepada orang tua jika merasa tidak nyaman



Gunakan internet untuk belajar dan berkarya





KEGIATAN YANG DAPAT DILAKUKAN ORANG TUA & ANAK DIRUMAH

**Membaca buku
cerita bersama**



**Berkreasi (mengambar,
mewarnai, atau
membuat prakarya)**



**Memasak makanan
atau cemilan**



**Berkebun
menanam dan
merawat tanaman**



**Bermain
(Bola, senam, atau
permainan tradisional)**



**Bermain Permainan
Keluarga (Ular
tangga, tebak kata)**



**Berbagi cerita
dengan anggota
keluarga**



**Bernyanyi atau
bermain musik**



**Quality Time
dengan keluarga**



Tidak harus mahal atau rumit,
yang penting dilakukan
bersama!



- ✓ Awasi aktivitas digital anak.
- ✓ Berikan contoh penggunaan internet yang baik.
- ✓ Bangun komunikasi yang baik.
- ✓ Ajarkan literasi digital yang baik.

ETIKA

BERMEDIA SOSIAL



INGAT SELALU:

S

Sopan dalam berkomentar

A

Aman dalam membagikan data

M

Menggunakan internet untuk hal positif

I

Inspiratif dan bertanggung jawab



DUNIA DIGITAL AMAN & CERDAS

**“Jadilah pengguna
internet yang cerdas,
aman, dan
bertanggung
jawab”**



EVALUASI DIRI

Yuk, cek
pemahamanmu!

☐ Saya tahu dampak
media sosial

☐ Saya tahu cara
menggunakan
internet dengan
baik

☐ Saya akan lebih
bijak bermedia
sosial

PESAN UNTUK ANAK DAN ORANG TUA

**“Internet adalah alat
yang bermanfaat,
asalkan digunakan
dengan bijak,”**

**Mari bersama ciptakan dunia
digital yang aman, sehat, dan
positif.**



PENUTUP

 Dengan memahami cara menggunakan media sosial dan internet secara bijak, kita dapat menikmati manfaat dunia digital tanpa harus mengorbankan keamanan, kesehatan, dan hubungan sosial. 

 **INGAT!**

 Internet adalah sahabat jika digunakan dengan cerdas

**"Bijak di Dunia Digital,
Aman di Dunia Nyata"**

CATATAN

A large, spiral-bound notebook with a dark blue cover and a silver spiral binding. The pages are white with light blue horizontal ruling. The notebook is positioned vertically, filling most of the page.

BUKU SAKU DIGITAL





Dinas Pengendalian Penduduk
Keluarga Berencana Pemberdayaan
Perempuan dan Perlindungan Anak



KONTAK INFORMASI



Alamat

Jalan APT. Pranoto, Tanjung
Redeb, Kabupaten Berau.



Phone

0812-5031-0120 (UPT)
0813-1090-9255 (PUSPAGA)



Instagram

dppkbpppa_kabberau



Website

dppkbpppa.beraukab.go.id

