

Program Desa Sehat Digital Upaya Pencegahan Brain Rot di Lingkungan RT 01 RW 02 Cipayung

Imam Himawan^{1*}, Khusnul Khotimah², Aminah³, Hanasa Shelviani⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Teknik Informatika, Universitas Indraprasta PGRI

^{1,2,3,4}Jl. Raya Tengah No. 80, RT.6/RW.1, Gedong, Kec. Ps. Rebo, Kota Jakarta Timur

Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13760

e-mail: imamhimawann@gmail.com ^{1}, imae2288@gmail.com², aminah.review@gmail.com ³,
goalsnasa64@gmail.com ⁴

* Penulis korespondensi

Diajukan: 1 Mei 2026

Direvisi: 11 Juni 2026

Diterima: 28 Juni 2026

Dipublikasikan: 30 Juni 2026

Abstrak

Perkembangan teknologi digital pada era modern memberikan kemudahan akses bagi seluruh kelompok usia, termasuk anak-anak. Namun, penggunaan teknologi yang tidak terkontrol dapat memengaruhi perkembangan emosi, kemampuan berpikir kritis, pola interaksi sosial, serta pembentukan karakter anak. Anak cenderung merekam dan meniru aktivitas lingkungan terdekat, terutama kebiasaan orang tua. Oleh karena itu, orang tua perlu menjadi teladan positif melalui sikap disiplin, taat aturan, serta mampu membangun komunikasi dua arah yang nyaman, terbuka, dan mendukung anak untuk berekspresi. Kurangnya perhatian dan pendampingan dapat mendorong anak mencari hiburan melalui aktivitas berbasis online, seperti game online dan media sosial, yang berpotensi mengandung konten negatif. Kegiatan ini bertujuan mengalihkan kebiasaan anak bermain handphone menjadi aktivitas luar rumah yang lebih positif dan edukatif. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan dan observasi lapangan pada warga RT 01 RW 02 Kelurahan Cipayung, Kota Depok. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program literasi digital melalui transfer pengetahuan kepada masyarakat mampu meningkatkan pemahaman orang tua terhadap teknologi, sekaligus mendorong tindakan preventif dan persuasif dalam mendampingi tumbuh kembang anak secara optimal.

Kata Kunci : Literasi, Digital, Brain Rot.

Abstract

The development of digital technology in the modern era provides easy access for all age groups, including children. However, the uncontrolled use of technology may affect children's emotional development, critical thinking skills, social interaction patterns, and character formation. Children tend to record and imitate activities in their immediate environment, particularly their parents' habits. Therefore, parents need to serve as positive role models by demonstrating discipline, obeying rules, and fostering comfortable, open, and supportive two-way communication that encourages children to express themselves. Lack of parental attention and guidance may lead children to seek entertainment through online activities, such as online games and social media, which may contain negative content. This activity aims to redirect children's habit of using mobile phones toward more positive and educational outdoor activities. The methods used were a literature review and field observations among residents of RT 01 RW 02, Cipayung Subdistrict, Depok City. The results show that the digital literacy program, through knowledge transfer to the community, improved parents' understanding of technology and encouraged preventive and persuasive actions to support children's optimal growth and development.

Keywords: Literacy, Digital, Brain Rot.

1. PENDAHULUAN

Dunia Usaha Dunia Industri memiliki jalur masing-masing terhadap perkembangan bisnis terhadap sektor konvensional, perkembangan teknologi yang begitu pesat memaksakan seseorang harus mampu beradaptasi terhadap zaman khususnya bagi masyarakat pekerja. Khususnya masyarakat yang berperan sebagai orang tua yang memiliki anak khususnya dapat mengontrol perangkat *handphone* anak menggunakan aplikasi yang tersedia dalam perkembangan anak dapat dikategorikan tumbuh kembang baik secara positif (Shelviani Hanasa & Artikel, 2025). Penggunaan alat elektronik seperti gawai terhadap anak-anak yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan, seperti berakibat terkena radiasi, fungsi syaraf dll, serta pola tidur anak akan berantakan dikarenakan waktu untuk istirahat digunakan untuk bermain gawai, serta

dapat merusak psikologi anak walaupun tidak signifikan sehingga orang tua ekstra perhatian memberikan peraturan terhadap anak untuk menggunakan gawai sesuai jam dan porsi (Priantari, 2016).

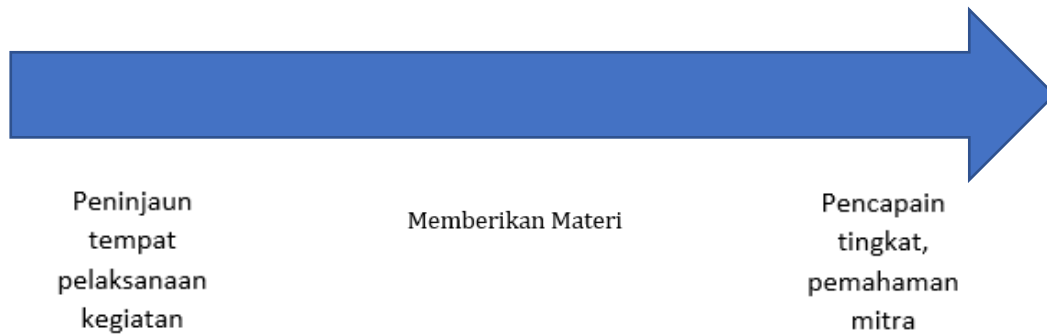
Sosial Media saat ini bermunculan aplikasi baru, kerap kategori seseorang Orang tua, Dewasa, Remaja bahkan anak-anak pasti memiliki akun khususnya sosial media, media sosial terhadap gawai yang digunakan sering kita ketahui bersama adanya konten video *platform* berupa video berdurasi panjang dan pendek. Konten tidak akan lepas dari aspek penyampaian informasi yang tersedia melalui media elektronik yang mengandung aspek manfaatnya tergantung seseorang menanggapi serta melihatnya seperti apa. Dengan banyaknya akun yang mengakses sosial media seseorang yang memiliki akun tersebut dapat berekspresi mengunggah videonya namun kebebasan berekspresi dapat berakibat fatal. Video yang diupload terhadap *platform* kerap mengandung konten *brain rot*, konten kekerasan, konten negatif serta tidak bermutu. Eksistensi paparan konten *brain rot* ini sudah banyak varian secara penyampaiannya bukan sekedar candaan, namun terisi dampak buruk bagi pembusukan otak yang melihat konten tersebut terutama bagi yang belum cukup usianya akan terbentuk karakter tumbuh kembang anak (Riyadi1 et al., 2025).

Efek *brain rot* tersebut sudah dialami oleh seseorang dengan kategori remaja dan dewasa dampak kecanduan konten dianggap sebuah karakter yang harus diperhatikan supaya terlihat gaul dan kekinian. Sementara faktor utama pengaruh lingkungan keluarga, masyarakat, bahkan pelaksana pemerintah yang kurang perhatian khususnya instansi yang bertugas menaungi teknologi informasi harus lebih selektif khususnya penggunaan akun dibawah umur tidak boleh berselancar di dunia maya dalam hal ini menggunakan aplikasi yang bersifat selektif berbasis usia yang sudah layak menggunakan aplikasi tersebut (Faiq Al Azis et al., 2025).

Mengadopsi uraian yang ada diatas, team pengabdian masyarakat universitas indraprasta PGRI membuat identifikasi permasalahan untuk membuat solusi yang ditemui terhadap desa Cipayung RT 01 RW 01 terhadap ruang lingkup penanganan *brain rot*. Tujuan observasi ini menganalisis keterkaitan antara fenomena *brain rot* terhadap video yang terpublikasi di media sosial atau di *platform* aplikasi terhadap kognitif remaja, korelasi dalam konteks perhatian dan literasi (Rochuffaisal Nastiar Al Najib et al., 2025).

2. METODE PELAKSANAAN

Penulis menggunakan pendekatan secara sistematis tertuju terhadap topik yaitu *brain rot*. Observasi team pengabdian masyarakat universitas indraprasta PGRI melakukan studi kepustakaan dan observasi lapangan pada warga RT 01 RW 02 Desa Cipayung. Khususnya mitra RT 01 RW 02 memahami penanganan terhadap *brain rot*. Dengan demikian memahami tindakan preventif dan persuasif sebagai bentuk penanganannya. Metode digunakan yakni mengobservasi langsung pengabdian langsung datang ke lokasi pengabdian untuk memperoleh data. Hal ini, kami lakukan sebelum kegiatan maupun saat kegiatan berlangsung. Juga melakukan wawancara langsung kepada warga RT 01 RW 02 Desa Cipayung berguna untuk mengetahui kondisi dan menentukan materi dan bahan yang diperlukan dalam sosialisasi.



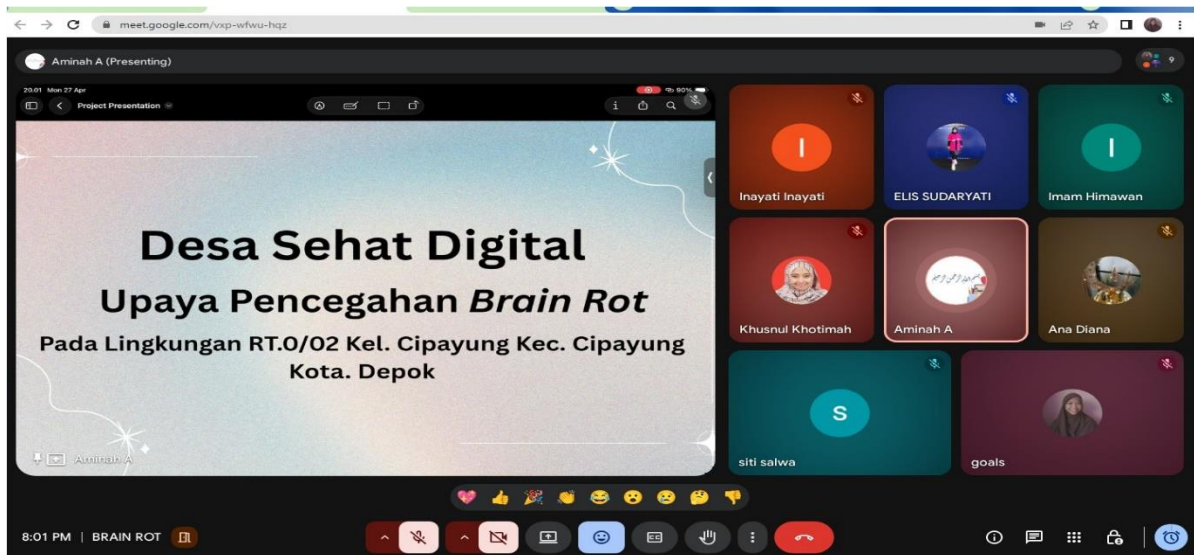
Gambar 1. Tahapan Kegiatan Sosialisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan inti dari pengabdian masyarakat dengan sosialisasi desa sehat pencegahan brain rot pada Desa Cipayung RT 01 RW 02 terlaksana pada Tanggal 27 April 2026. Jumlah peserta yang mengikuti sosialisasi sebanyak 25 peserta. Adapun tahapan-tahapan yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Tahap pembukaan akan diberikan pemahaman awal mengenai kegiatan abdimas yang akan dilaksanakan, memberikan ucapan terima kasih kepada Ketua RT atau pengurus perangkat karang taruna setempat. Serta memperkenalkan seluruh Tim abdimas serta menjelaskan teknis kegiatan.
2. Pemaparan materi brain rot dalam kegiatan ini dirancang secara holistik dan menarik, dimulai dari pengenalan literasi digital, Apa itu brain rot sebagai pengenalan lebih dekat. Pada bagian awal, disampaikan bahwa keberhasilan bisnis modern tak bisa lepas dari kekuatan visual, di mana penunjang sarana dan prasarana menjadi kebutuhan primer dalam menunjang kegiatan bisnis proses. Proses sosialisasi ini terletak pada pendekatan interaktif dan aplikatif, di mana peserta tidak hanya menyimak, tetapi juga terlibat aktif dalam sosialisasi terhadap brain rot.
3. Praktek mengidentifikasi video dalam melakukan identifikasi peserta dikenalkan terhadap aplikasi sosial media yang sering viral atau FYP (From Your Page).
4. Evaluasi dengan memahami cara menggunakan aplikasi serta dapat mengoperasikan dengan baik maka peserta akan memiliki filter terhadap video konten yang dilihat.

Sebagaimana terlampir selama kegiatan via dalam jaringan google meet.



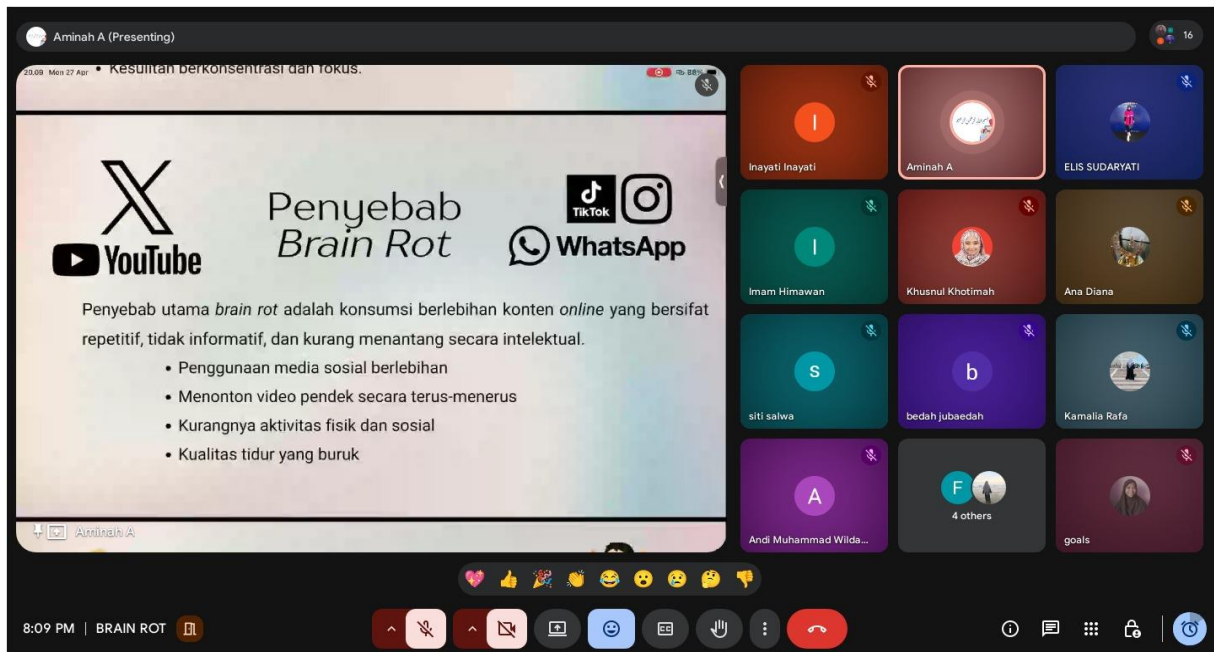
Gambar 2. Narasumber menjelaskan upaya Desa Sehat Digital

Narasumber tim pengabdian masyarakat memaparkan topik pembahasan dalam kegiatan ini menjelaskan secara pengantar teroris agar peserta memahami informasi yang jelas.



Gambar 3. Cara Mencegah Brain Rot

Pemaparan menjelaskan solusi alternatif terhadap pencegahan brain rot, memastikan kondisi kesehatan terjaga, terutama kesehatan mental, kemudian jam operasional penggunaan gawai sesuai dengan manajemen waktu yang semestinya, selanjutnya mengelola jam tidur istirahat harus terjaga minimal 8 jam lama waktu istirahatnya. Kemudian narasumber menjelaskan sebab seseorang teridentifikasi terkena brain rot.

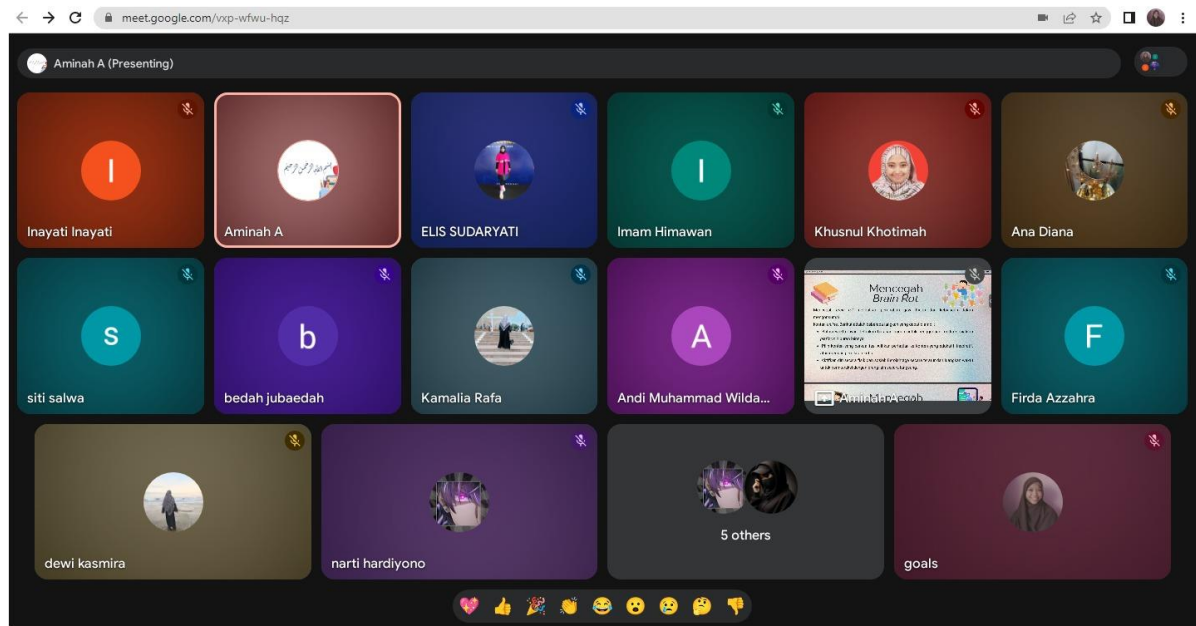


Gambar 4. Penyebab Brain Rot

Peran orang tua sangatlah penting untuk mengontrol mengawasi secara penuh terhadap aktivitas anak – anak, terutama kondisi sekolah saat ini aktivitas yang mencerminkan kegiatan secara mobile sehingga anak – anak selalu menggunakan perangkat gawai tersebut untuk menyelesaikan tugas sekolah dikarenakan secara efisiensi.



Gambar 5. Penutup dan Kesimpulan dari Tim Penelitian



Gambar 6. Review Sejenak dari Penjelasan Brain Rot

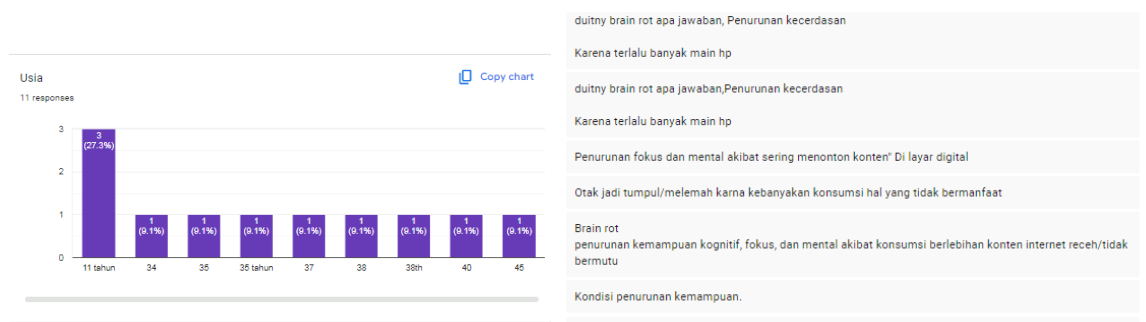
Keterangan:

Menjelaskan foto kegiatan pada gambar diatas. Narasumber menjelaskan cara pemahaman literasi digital khususnya brain rot, menggunakan gawai terhadap aplikasi sosial media dengan bijak.

Tabel 1. Aktivitas Tanya Jawab selama sesi tanya jawab

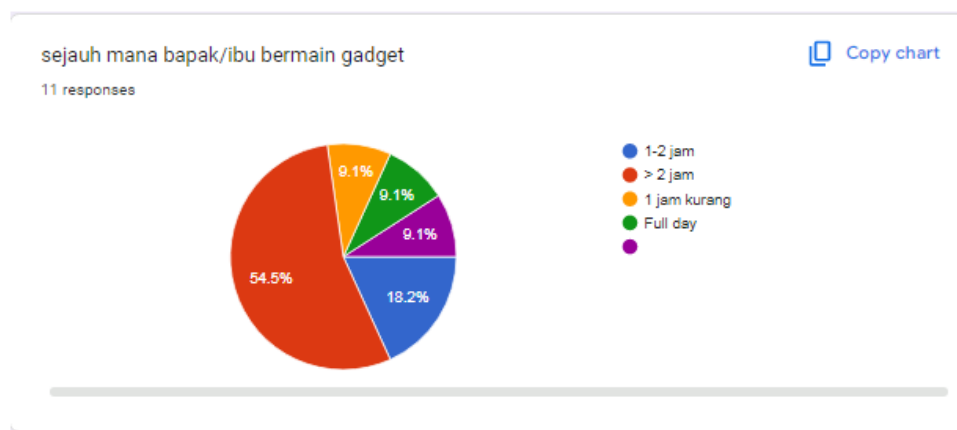
No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana caranya kita membatasi anak – anak bermain hp dalam 24 jam, mengingat kegiatan sekolah sering menggunakan gawai untuk penunjang kegiatan belajar mengajar?	Orang tua harus mampu mengidentifikasi karakteristik anak dalam hal ini mengajak diskusi bercerita serta melakukan pendekatan memberikan pujian terhadap capaian anak, kemudian penyampaian rasa perhatian terhadap anak dan diberikan pandangan terhadap dampak sering menggunakan gawai terlalu lama sampai mengganggu jam tidur.
2.	Bisa tidak kita sebagai orang tua bekerja sama agar anak – anak tidak dekat dengan gawai?	Seharusnya bisa terhadap sekolah, khususnya ada program komite sekolah yang diselenggarakan oleh kepala sekolah pihak orang tua dapat memberikan kritik dan saran terutama jangan sering menggunakan gawai dalam hal penunjang kegiatan sekolah, orang tua memberikan saran mengedepankan aktivitas konvensional seperti halnya kembali lagi terhadap media cetak kertas.

Sebagai pelengkap tim pengabdian masyarakat Universitas Indraprasta PGRI memberikan sebaran formulir elektronik terhadap peserta untuk memastikan pemahaman peserta untuk mengisi formulir tersebut, dengan selesainya mengisi formulir tersebut peserta dapat dikatakan tervalidasi dalam hal pemahaman yang dilaksanakan.



Gambar 7. Usia Responden

Dari Gambar 6. Usia Responden dari kuesioner yang diisi rata-rata usia 30 tahun keatas. Memberikan tanggapan jika selama penggunaan gadget lebih lama akan membuat otak tumpul, penurunan kognitif dan lemah fokus.



Gambar 8. Waktu Bermain gadget

Dari Gambar 7. Kaitan usia Responden dari kuesioner yang diisi rata-rata usia 30 tahun keatas. Tanggapan yang diberikan selama penggunaan gadget, senilai 54,5 % lebih dari dua jam. Disarankan oleh narasumber untuk menggunakan aplikasi timer sejenisnya agar bisa memberi peringatan dalam penggunaan gadget

4. SIMPULAN

Pemahaman peserta menjadi bertambah khusus dalam hal literasi digital, menanggapi video konten yang berbasis negatif dan hoax, dan konsumsi konten singkat memberikan dampak negative signifikansi jika tidak diatur dalam kehidupan sehari-hari. Dari pertemuan ini harapannya masyarakat mampu mengidentifikasi untuk informasi yang beredar di internet terutama mengidentifikasi brain rot terhadap tumbuh kembang anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Faiq Al Azis, M. W., Nikmah, K., & Yusril Fahmi, M. (2025). Analisis Penggunaan Konten Video Brain Rot Terhadap Pembentukan Karakter Pancasila Pada Mahasiswa Universitas PGRI Wiranegara. *Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan (Jupank)*, 5(1), 693–702. <https://doi.org/10.36085/Jupank.V5i1.8089>
- Priantari, S. (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Anak. *Holistika: Jurnal Ilmiah Pgsd*, 49–54.
- Riyadi1, S., Munip, A., Junaidi, A., Buaja, T., Shaddiq, S., Nining, & Andriani. (2025). Pemanfaatan Teknologi Interaktif Dalam Mengurangi Dampak Brain Rot Pada Siswa. 6(0), 167–186.
- Rochuffaisal Nastiar Al Najib, Muhammad Nabil Asykar Nur, Faiz Fidliya Ulhaq, Muhamad Maulana Yusuf, & Muhammad Adhira Khalim. (2025). Fenomena Brainrot Pada Pelajar: Tinjauan Literatur Tentang Dampak Video Pendek Terhadap Fokus Dan Literasi. *Jurnal Mahasiswa Kreatif*, 3(4), 56–67. <https://doi.org/10.59581/Jmk-Widyakarya.V3i4.5241>
- Shelviani Hanasa, S., & Artikel, P. K. (2025). Kapas : Kumpulan Artikel Pengabdian Masyarakat Pelatihan Konfigurasi Aplikasi Parental Kroha. 3(3), 293–300.