



Kecanduan Internet

16 Questions

NAME : _____

CLASS : _____

DATE : _____

1.



2.

Budaya Literasi

Budaya digital adalah sebuah konsep yang menggambarkan bagaimana teknologi dan internet membentuk cara kita berinteraksi sebagai manusia. Merupakan cara berperilaku, berpikir, dan berkomunikasi dalam masyarakat. (Miller, 2020)

3. menurut anda dengan adanya akses internet yang mudah dan teknologi yang mendukung saat ini, manfaatnya apa?

4.

Manfaat

1. konektivitas sosial
2. kecepatan komunikasi
3. kesempatan belajar lebih terbuka
4. digitalisasi yang membantu dalam kehidupan sehari-hari

5. berapa lama anda setiap harinya terhubung dengan internet dengan perangkat yang anda punya (hp, laptop, pc, gadget yang lain)

a) 2-4 jam perhari

b) 5-8 jam perhari

c) 8-12 jam perhari

d) lebih dari 12 jam

6. sebagian besar waktu yang anda gunakan dalam menggunakan internet untuk apa?

a) mengakses sosial media

b) main game

c) kebutuhan pekerjaan

d) surfing/googling

7. apakah anda merasa resah saat anda tidak terhubung dengan internet

a) tidak

b) ya lumayan

c) resahlah

d) resah pake banget

8. apakah anda merasa bahagia dan produktif dengan selalu terhubung dengan jaringan internet?

a) Yupp, i'm happy

b) No, I'm Not

9. menurut anda hal buruk atau kebiasaan negatif apa yang anda alami dengan selalu terhubung dengan internet

10.

Dampak

- Penelitian menunjukkan bahwa orang yang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial kurang bahagia
- Penggunaan teknologi yang berlebihan bisa menimbulkan masalah : depresi, kecelakaan dan bahkan kematian



11.

**Menjadi reflektive, inovatif dan produktif di
tengah budaya digital**

12.

Reflektive

1. menjadi pribadi yang *self aware*
2. self-improvement
3. lakukan perubahan dalam hidup

13.

Inovatif

1. melihat peluang
2. tumbuhkan rasa penasaran
3. visioner
4. tidak takut gagal
5. terus mencari jawaban

14.

Produktif

1. buat jadwal yang masuk akal
2. buat tujuan setiap harinya
3. stop multi-tasking
4. gunakan aplikasi yang membantu
5. jangan lupa istirahat dan mengevaluasi jadwal yang sudah dibuat

15.

berteknologi semoga tak membuat lupa diri
menjadi akal sehat justru menjadi mati
hingga nurani kadang tak berfungsi
berteknologi adalah tantangan dan peluang secara bersamaan
maka pandailah untuk menjadikannya alat
maka gunakanlah menjadi

16.

berteknologi semoga tak membuat lupa diri
menjadi akal sehat justru menjadi mati
hingga nurani kadang tak berfungsi

Terimakasih

Answer Key

- | | | | |
|--------|--------|--------|-----|
| 1. | 5. n/a | 9. n/a | 13. |
| 2. | 6. n/a | 10. | 14. |
| 3. n/a | 7. n/a | 11. | 15. |
| 4. | 8. n/a | 12. | 16. |