

DIGITAL PARENTING SEBAGAI WAHANA TERAPI UNTUK MENYEIMBANGKAN DUNIA DIGITAL DENGAN DUNIA NYATA BAGI ANAK

Oleh: Yulia Palupi, M.Pd

Staf Pengajar Prodi PGSD IKIP PGRI Wates

Abstrak

Kemajuan teknologi menyebabkan perubahan yang sangat besar pada kehidupan manusia dengan segala peradaban dan kebudayaan. Perubahan ini memberi dampak yang begitu besar terhadap transformasi nilai-nilai yang ada di Indonesia. Saat ini di Indonesia dapat kita saksikan begitu besar pengaruh kemajuan teknologi terhadap transformasi nilai-nilai yang ada di masyarakat, khususnya masyarakat dengan budaya ketimuran baik pada masyarakat pedesaan maupun perkotaan yang disebut dengan era modernisasi.

Kemajuan teknologi ini seperti dengan adanya televisi, telepon, HP, bahkan internet. Internet bukan hanya melanda pada masyarakat perkotaan tetapi juga oleh masyarakat di pelosok-pelosok pedesaan, sehingga diakui ataupun tidak memiliki dampak secara langsung karena segala informasi baik yang bernilai positif maupun negatif dapat dengan mudah diakses masyarakat dan secara perlahan-lahan mengubah pola pemikiran dan pola hidup masyarakat khususnya masyarakat pedesaan dengan segala image yang menjadi ciri khas mereka.

Digital parenting atau pengasuhan digital adalah memberikan batasan yang jelas kepada anak tentang hal-hal yang boleh maupun yang tidak boleh dilakukan pada saat menggunakan perangkat digital. Adapun yang harus dilakukan orang tua terhadap anak adalah controlling.

Kata Kunci: *kemajuan teknologi, dan digital parenting.*

I. PENDAHULUAN

Saat ini di Indonesia dapat kita saksikan begitu besar pengaruh kemajuan teknologi terhadap transformasi nilai-nilai yang ada di masyarakat, khususnya masyarakat dengan budaya ketimuran baik pada masyarakat pedesaan maupun perkotaan yang disebut dengan era modernisasi. Pengaruh teknologi ini dapat dilihat secara keseluruhan, dari anak-anak, remaja, orang dewasa, maupun orang tua. Menurut David L. Goetch, yang dikutip Jogiyanto (2005) mengatakan bahwa “people tools, resources, to solve problems or to extend their capabilities”. Makna dari suatu teknologi dapat dipahami sebagai upaya untuk mendapatkan suatu produk yang dilakukan manusia dengan memanfaatkan peralatan (*tool*), proses, dan sumberdaya (*resources*). Sedangkan menurut Abdul Kadir dan Terra Ch. Tri wahyuni (2003) memberikan pengertian bahwa teknologi sebagai keseluruhan metode yang secara rasional mengarah dan memiliki ciri-ciri efisiensi dalam setiap bidang kehidupan manusia. Sehingga dapat kita simpulkan bahwa teknologi secara umum adalah sebagai berikut ini:

- a. Sebuah proses yang meningkatkan nilai tambah
- b. Teknologi merupakan produk yang digunakan dan dihasilkan untuk memudahkan dan meningkatkan kinerja
- c. Struktur atau sistem di mana proses dan produk itu dikembangkan dan digunakan.

Kemajuan teknologi adalah sesuatu yang tidak dapat kita pungkiri dalam kehidupan ini, karena kemajuan teknologi akan berjalan seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan. Setiap inovasi diciptakan untuk memberikan manfaat baik yang positif maupun yang negatif, memberikan kemudahan pada manusia, serta sebagai cara baru dalam melakukan aktivitas manusia. (Wahyudi Kumorotomo dan Subando Agus Margono: 2004;11)

Dampak teknologi digital mempengaruhi gaya anak sekarang. Anak sekarang adalah anak yang lahir di era digital atau disebut *digital native*. Ciri-ciri dari anak *digital native* adalah sebagai berikut:

- a. Mereka terbiasa mengerjakan beberapa hal sekaligus dalam satu waktu.
- b. Anak-anak juga menyukai pendekatan tidak linear dalam menyerap informasi dan internet menyediakan kesempatan itu seluas-luasnya.

- c. Anak-anak juga suka penyajian informasi yang memang didesain murah dan *user friendly*.
- d. Ditambah lagi tampilan internet yang amat menyenangkan (ada gambar, grafik, warna, gerak, suara yang sanagta berbeda dengan buku teks dan sumber belajar yang konvensional).

II. ISI

A. Era Digital

Internet dan teknologi digital secara keseluruhan merevolusi cara kita melakukan bisnis, penelitian, memilih hiburan, dan bahkan bersosialisasi. Kemunculan teknologi computer sendiri sesungguhnya bersifat netral, positif dan negatif yang dapat muncul dari alat ini tentu tergantung dari pemanfaatannya dan si pemakai itu sendiri. Sedangkan bagi *digital native* atau anak yang dilahirkan di era digital, computer dan internet menawarkan untuk melakukan eksplorasi seluas-luasnya dan anak bebas memulai dengan cara yang tidak linear atau tidak searah secara urut yang membuat anak berkelana ke mana-mana. (Muhammad Fakhru Arifin, 2010)

Akibat yang ditimbulkan dari dampak digital ini adalah anak sulit dipisahkan dengan perangkat digital dan internet. Namun dari pantauan orang tua dan lingkungan anak-anak dapat diarahkan ke hal-hal positif dan meminimalisir dampak-dampak negatifnya.

Dampak positif yang dapat kita lihat dan kita rasakan adalah perkembangan teknologi yang dapat dirasakan secara langsung baik dari segi pemeliharaan, kesehatan, pencegahan penyakit, pengetahuan, gaya hidup yang sehat, komunikasi, pembudidayaan tanaman dan hewan, dan peningkatan dalam berwirausaha. Namun demikian dampak negatif dari suatu teknologi digital baik disadari maupun tidak dapat terjadi pada seluruh personil masyarakat dan lingkungannya yang belum dapat memahami kondisi, latar belakang, kebutuhan diri-sendiri, dan lingkungan. (Amirudin).

B. Sisi Positif dan negatif dari Digital Teknologi

Menurut Sri Rumini dan Siti Sundari (2004), sisi positif dari digital teknologi

adalah hidup menjadi praktis selain itu ada:

- Edukasi
- *Searching* hal-hal yang belum diketahui
- Belajar hal baru
- Dapat membuat games
- Belajar dan pembelajaran akademis
- Mencari ide
- Silaturahmi

Selain ada sisi-sisi positif, ada juga sisi-sisi negatif yaitu gadget dapat mengubah otak, antara lain:

- *attention, emotion, dan decision making* yang lama-lama berakibat menjadi suatu kecanduan.
- seolah-olah *multi tasting* tetapi justru mengurangi konsentrasi dan kemampuan berfikir.
- *Phantom vibration syndrome* yaitu keinginan untuk mengecek lebih sering dan dalam situasi, merasa bahwa pesan akan segera datang, jika tidak mengecek gatal untuk mengecek pesan dan informasi.
- *Dopamin* yaitu suatu senyawa di otak yang berperan dalam sistem “**keinginan dan kesenangan**” sehingga meningkatkan rasa senang dan puas.
- Gadget menjadikan berfikir hanya dirinya sendiri, bukan saya dan orang lain.
- Ponsel cerdas 3x lebih besar peluangnya untuk mempengaruhi kecanduan anak daripada computer
- Visual yang berubah cepat sangat berbahaya bagi anak karena menjadi pemicu ADHD yang mempengaruhi daya konsentrasi dan kematangan *lobus frontalis*, daya emosi, dan daya pikir.

C. Ciri-ciri Anak Kecanduan Gadget

Ciri-ciri anak kecanduan gadget menurut Suardi (2006) antara lain:

- Fokus berkurang
- Menjadi lebih emosional
- Sulit mengambil keputusan
- Kematangan semu: terlihat besar fisik tetapi jiwanya belum matang
- Sulit berkomunikasi dengan orang lain
- Tidak ada perubahan raut muka untuk mengekspresikan perasaan
- Daya juang rendah

- Mudah terpengaruh
- Anti sosial dan sulit berhubungan dengan orang lain yaitu menjadi diri anak yang kurang peka terhadap keadaan lingkungan sekitarnya
- Mengurangi kemampuan dan kemauan untuk bersosialisasi secara langsung
- Melemahnya kemampuan merasakan sensasi di dunia nyata
- Tidak memahami nilai-nilai moral
- Bersifat bebas dan tanpa control dari pihak manapun
- Menghadirkan hal-hal yang berbau pornografi dan sadisme, sehingga berampak munculnya bully pada sekelompok anak-anak tertentu dan kekerasan pada diri anak-anak baik kekerasan fisik maupun kekerasan seksual pada anak-anak.
- Melenakan dan kurang mengasah daya juang dalam mencapai sesuatu atau tidak kreatif
- Secara financial membutuhkan biaya yang tidak sedikit
- Penumpukan kepekaan.

Sedangkan menurut Zakiyah Darojad (2010) selain ada sisi positif dan sisi negative penggunaan gadget juga dipengaruhi oleh adanya factor-factor pendukung dan atau penghambat, antara lain:

- Pengaruh budaya dan gengsi anak jika tidak memiliki gadget.
- Waktu kebersamaan antara anak dan orang tua (apakah sebentar saja, lama ataukah sedang)
- Pendidikan dan penerapan nilai-nilai agama, baik orang tua dan anak-anak bersama-sama saling belajar dan membelajarkan
- Target pengasuhan, dipengaruhi oleh konsistensi tanggungjawab orang tua terhadap anak dan orang tua harus tahu dan mengerti akan karakter anak yang satu dengan yang lain tidaklah sama
- Tanggap atau gagap teknologi (menjadi orang tua yang pintar ataukah orang tua yang gagal)
- Ada tidaknya pemberian fasilitas

D. Digital Parenting

Digital parenting atau pengasuhan digital adalah memberikan batasan yang jelas kepada anak tentang hal-hal yang boleh maupun yang tidak boleh dilakukan pada saat menggunakan perangkat digital. Adapun yang harus dilakukan orang tua terhadap anak dalam pengasuhan digital atau digital parenting adalah sebagai berikut:

- Meningkatkan dan memperbaharui wawasan tentang internet dan gadget.
- Jika di rumah ada internet, posisikan di ruang keluargadan siapa yang dpat melihat apa yang dilakukan anak dalam mengakses internet.
- Membatasi waktu pada anak dalam menggunakan gadget dan internet.
- Memberikan pemahaman dan kesadaran bersama akan dampak negative dari internet dan atau gadget.
- Secara tegas melarang sesegera mungkin jika ada yang tidak pantas ditonton.
- Menjalin komunikasi yang terbuka dua arah dengan anak-anak.

Ada beberapa prinsip dalam *digital parenting*, adalah sebagai berikut:

1. Yang terpenting bukan **“apa”** jenisnya tetapi kapan memerlukannya
 - a. Dengan melihat waktu yang tepat untuk memberikannya yaitu dengan melihat usia dan kematangan anak
 - b. Membuat peraturan yang disetujui anak tentang penggunaan perangkat digital sebelum membelikan kepada anak
2. Kualitas lebih penting daripada kuantitas
 - a. Orang tua dapat melakukan pengamatan dan dialog dengan anak
 - b. Orang tua dapat menyuruh anak untuk membuat catatan dalam hal anak menggunakan internet yang tidak ada hubungannya dengan tugas sekolah

- c. Buat jadwal untuk menentukan menggunakan internet dan gunakan *timer* untuk mengingatkan waktunya serta anak harus membuat komitmen diri jam berapa harus mematikan gadget
3. Tentukan sanksi jika anak melanggar janjinya
 - a. Membuat sanksi terhadap peraturan yang dibuat bersama antar orang tua dan anak.
 - b. Konsisten dalam menerapkan sanksi terhadap anak.
4. Jelaskan alasan tentang diterapkannya peraturan
 - a. Menjelaskan pada anak tentang makna digital, social media dan dampak dari perangkat digital.
 - b. Usia anak berbeda dalam pendekatannya terkait dengan media digital.
5. Berbagilah pengalaman tentang perangkat digital dengan anak
 - a. Mengawasi anak secara rutin dengan suasana yang menyenangkan.
 - b. Orang tua berteman dengan anak di social media.
 - c. Menjelaskan fitur yang boleh diakses dan yang tidak boleh diakses oleh anak.

III. KESIMPULAN

Dunia digital memang menjadi dilema bagi anak-anak sebagai generasi penerus bangsa, ibarat dua sisi yang berlawanan arah artinya di satu sisi dapat memberikan manfaat tetapi di sisi lainnya dapat anak akan menjadi rusak akibat pengaruh perangkat digital tersebut. Jangan sampai generasi muda kita rusak dan menjadi tidak bermoral akibat dari kecanduan perangkat digital karena disalahgunakan pada tempat yang tidak seharusnya.

Perhatikan juga hal-hal berikut ini, sebelum anak menggunakan gadget atau internet:

1. Latihkan anak memiliki kata-kata social yang baik dengan orang tua, teman, tetangga atau kerabatnya.
2. Pahami terhadap anak tentang etika dunia maya, bagaimana manfaat dan kerugiannya.

3. Pastikan anak atau lingkungan terdekat sudah memiliki budaya belajar (bukan sekedar kebiasaan) dan waktu belajar yang teratur.

Jangan menyalahkan anak semata-mata, yang perlu kita ingat bahwa orangtua yang berperan mengenalkan anak pada games Seringkali orang tua memberikan HP Yang sebenarnya belum pantas untuk anak-anak pada usia tertentu. Seumpama sudah terlanjur sebaiknya, usahakan membangun hubungan yang baik terlebih dahulu. Jangan sampai kemarahan atau kekecewaan kita mempengaruhi relasi atau hubungan orang tua dengan anak. Akibat yang akan ditimbulkan akan sangat besar yaitu kalau anak-anak sudah luka dengan sikap orang tuanya kan lebih sulit mendekati hati anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirudin, Dampak Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK). <http://www.edukasi.net/karyaanda/viewkarya.php?kid=16>
- Abdul Kadir dan Terra Ch. Triwahyuni. 2203. *Pengenalan Teknologi Informasi*. Yogyakarta: Andi.
- Muhammad. Fakhru Arifin. 2010. *Dampak Teknologi Informasi dan Komunikasi terhadap Perilaku Anak*. Bandung: FMIPA: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Jogiyanto. 2005. *Sistem Teknologi Informasi*. Yogyakarta: Andi.
- Sri Rumini dan Siti Sundari. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Renka Cipta.
- Suardi. 2006. *Psikologi Perkembangan pada Remaja*. Bandung: Raja Grafindo Persada.
- Wahyudi Kumorotomo, Suando Agus Margomo. 2004. *Sistem Informasi Manajemen*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Zakiah Darojad. 2010. *Kesehatan Mental*. Jakarta;Haji Masagung.