

Digital Parenting untuk Digital Natives

Suryo Atmojo, Psi

Praktisi Psikologi Pendidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

mojopsiko004069@gmail.com

Kemajuan teknologi adalah suatu kepastian yang tidak bisa dipungkiri, karena kemajuan teknologi akan berjalan seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan. Inovasi dikembangkan untuk memberikan manfaat dan memberikan kemudahan, serta sebagai cara baru dalam melakukan aktivitas manusia (Kumorotomo dan Subando, 2004).

Mau tidak mau dan suka tidak suka anak-anak di era digital akan intens berinteraksi dengan perangkat-perangkat digital seperti televisi, *handphone*, laptop, dan tentu saja dengan jaringan internetnya. Era digital membawa berbagai perubahan yang berdampak positif namun dalam waktu yang bersamaan, era digital juga membawa banyak dampak negatif. Era digital sendiri dimulai pada waktu Revolusi Digital yang ditandai dengan perubahan dari teknologi mekanik dan elektronik analog ke teknologi digital yang telah terjadi sejak tahun 1980 dan berlanjut sampai hari ini (Wikipedia, 2016).

Dampak teknologi digital mempengaruhi karakteristik generasi anak yang tumbuh dan berkembang pada tahun 2000-an sampai sekarang. Menurut Sri Rumini dan Siti Sundari (2004), sisi positif dari teknologi digital adalah sebagai penunjang untuk edukasi baik secara akademik, maupun non akademik, banyak tersedia permainan untuk merangsang pemecahan masalah, mencari ide-ide baru, sarana bersosialisasi dengan jaringan yang lebih luas.

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

1. Seolah-olah gawai bisa digunakan dalam kondisi *multi tasking* namun justru mengurangi konsentrasi dan kemampuan berfikir.
2. *Phantom vibration syndrome* yaitu keinginan untuk mengecek lebih sering dan dalam situasi, merasa bahwa pesan akan segera datang, jika tidak mengecek merasa gatal/penasaran untuk melihat gawai.
3. *Dopamin* yaitu suatu senyawa di otak yang berperan dalam sistem “keinginan dan

kesenangan” sehingga meningkatkan rasa senang dan puas yang lama-lama berakibat menjadi suatu kecanduan..

4. Gadget menjadikan berfikir hanya dirinya sendiri, bukan saya dan orang lain, yang berarti bahwa dapat berakibat kurang berkembangnya kemampuan sosial anak.
5. Ponsel cerdas lebih besar peluangnya untuk mempengaruhi kecanduan anak daripada computer.
6. 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.

Digital Natives vs Digital Immigrants

Terkait dengan perkembangan era digital, Prensky (2001) mengkategorikan dua kelompok terkait dengan pengguna layanan digital yakni *digital natives* dan *digital immigrants*. Generasi *Digital Natives* adalah generasi yang lahir dimana teknologi sudah berada di lingkungannya (dimulai tahun 1990). Sedangkan generasi *Digital Immigrants* adalah generasi yang lahir sebelum 1990, seseorang (terutama yang telah berumur) yang selama masa kehidupan anak hingga remaja berlangsung sebelum berkembangnya komputer. Generasi *digital natives* disebut juga sebagai *the native gadget* yang lahir pada abad digital (Prensky, 2001), artinya lebih banyak menggunakan gadget dalam beraktivitas keseharian

Ku & Soulier (2009); Gaith (2010) mencirikan generasi *digital natives* dengan karakteristik yang menonjol adalah menikmati aktivitas dalam lingkungan yang serba online. Misalnya, lebih sering menciptakan pertemanan secara *online*, mendapatkan informasi sesegera mungkin, berkolaborasi secara berjejaring, mencari informasi secara acak untuk mendapatkan informasi secara cepat dan instan. Generasi ini dalam melakukan aktivitas, cenderung multitasking atau secara paralel dalam kurun waktu bersamaan. Mereka lebih suka memproses informasi visual secara dinamis, menikmati informasi berbentuk gambar, khususnya *games* yang interaktif. Maka dari itu perlu pendampingan orang tua untuk memfasilitasi aktivitas dalam lingkungan yang serba *online* dan cukup dinamis.

Mendampingi Anak di Era Digital

Tidak dipungkiri, dalam perkembangannya anak masih membutuhkan panduan dan kontrol dalam menggunakan produk-produk digital, agar produk digital dapat dimanfaatkan secara optimal oleh anak. Peran orang tua diantaranya adalah untuk memfilter informasi yang masuk agar sesuai dengan tahapan perkembangannya saat ini. Salah satu tugas orang tua adalah memberikan informasi dan pendampingan yang tepat mengenai penggunaan media

digital yang sesuai dengan usia dan tahap perkembangan anak. Mengingat keluarga adalah lembaga pendidikan pertama kali yang diikuti oleh anak oleh anak, maka pendidikan dalam keluarga sewajarnya pertama kali dilakukan oleh orangtua melalui pola asuh yang tepat.

Salah satu pola pengasuhan di era digital seperti sekarang ini adalah *Digital Parenting* (Rode, 2019) atau pengasuhan digital yaitu pengasuhan dengan memberikan batasan yang jelas kepada anak tentang hal-hal yang boleh maupun yang tidak boleh dilakukan pada saat menggunakan perangkat digital. Prinsipnya, menanamkan kebijaksanaan berperilaku di internet serta mengenalkan etika menggunakan internet dan memberikan pengertian tentang durasi yang tepat dalam menggunakan internet atau produk digital lainnya.

Tentunya mendampingi anak dan memberikan pola pengasuhan yang tepat di era digital ini merupakan tantangan yang luar biasa. Orangtua tidak bisa serta merta melarang anak untuk menggunakan gawai. Anak setidaknya cukup stimulasi untuk mengikuti perkembangan teknologi yang begitu kilat. Anak dapat mempelajari berbagai hal dari internet, buku, pertemanan, dan sumber lainnya. Menguasai perkembangan teknologi mempermudah anak dalam berbagai aktifitas, memudahkan segala urusan, dan memberi pondasi yang kuat agar bertahan dalam persaingan di dunia era digital. Dengan pengawasan yang tepat, anak dapat menggunakan gawai dengan tepat pula.

Mendampingi anak dan memandunya ketika bermain gawai adalah alternatif terbaik agar anak bisa memanfaatkan secara optimal gawai yang digunakan tanpa harus terpapar efek negatifnya. Menanamkan kebijaksanaan serta aturan yang konsisten membantu anak dalam menggunakan gawai sesuai dengan kebutuhannya. Dikutip dari buku Seri Pendidikan Orang Tua mengenai Mendidik Anak di Era Digital yang diterbitkan oleh Kementerian Pendidikan dan kebudayaan, berikut langkah-langkah yang bisa dilakukan dalam menerapkan *digital parenting*.

1. Menambah Pengetahuan

Arus informasi saat ini luar biasa cepat dan sangat masif. Jadi, orang tua juga memiliki tanggung jawab untuk memperbaharui pengetahuannya. Orangtua akan sulit menetapkan aturan bila belum memahami internet, jaringan media sosial, serta layanan-layanan lain yang ditawarkan dunia digital.

Tentu ada orangtua mudah beradaptasi atau sebaliknya orangtua dengan predikat *digital immigrants* akan kesulitan untuk mengejar. Maka, strategi yang tak kalah penting agar bisa menerapkan *digital parenting* ialah terus belajar. Mencoba beragam aplikasi hingga *games* terbaru jika perlu. Minimal mengetahui cara memproteksi situs

web dan media sosial yang berdampak negatif. Intinya, bekali diri untuk menguasai digital terlebih dahulu sebelum diperkenalkan ke anak.

2. Mengarahkan Penggunaan Perangkat dan Media Digital dengan Tepat

Memahami manfaat dan resiko penggunaan media digital sehingga dapat mengarahkan penggunaannya dengan baik sesuai usia dan tahap perkembangan anak. Pada setiap usia tahapan perkembangan terdapat batasan-batasan dalam durasi penggunaan gawai (*screen time*), yang teori-teorinya bisa dicari dengan berselancar di jejaring internet.

3. Mengimbangi Waktu Penggunaan Media Digital dengan Interaksi di Dunia Nyata

Orang tua dapat menjadi penyeimbang dalam penggunaan media digital. Dengan mengenalkan pengalaman dunia nyata seperti kegiatan berkesenian, aktivitas fisik luar ruangan, olahraga, membaca interaktif, musik, tarian, permainan tradisional dan sebagainya kepada anak.

4. Meminjamkan Anak Perangkat Digital Sesuai Keperluan

Meminjamkan anak perangkat digital seperti ipad, telepon pintar, dan komputer sesuai dengan kebutuhan anak, jadi tidak setiap saat orangtua meminjamkan gawainya. Anak juga harus dilatih untuk belajar mengendalikan diri dan memahami tujuannya sendiri dalam menggunakan gawai.

5. Memilih Program/ Aplikasi Positif

Orangtua perlu mengidentifikasikan terlebih dahulu apakah program /aplikasi yang dijalankan oleh anak memiliki nilai edukasi dan memberikan dampak positif bagi tumbuh kembang anak.

6. Mendampingi dan Meningkatkan Interaksi

Orangtua menjadi pendamping anak saat anak berselancar di dunia maya. Menggunakan satu perangkat digital dan memandu anak dalam bermain pada suatu kesempatan, dapat digunakan sebagai sebuah kegiatan yang bisa dilakukan bersama keluarga.

7. Gunakan Perangkat Digital Secara Bijaksana

Memberikan aturan yang jelas seperti meletakkan perangkat komputer di ruang terbuka yang mudah dilihat. Tidak menggunakan perangkat digital pada saat berinteraksi/berkegiatan dengan orang lain. Tidak menggunakan gawai sebelum tidur. Mengatur batasan penggunaan gawai secara seimbang sesuai usia anak.

8. Menelusuri Kegiatan Anak di Dunia Maya

Orangtua hendaknya selalu memantau dan mengarahkan situs web, media sosial, aplikasi dan permainan yang digunakan oleh anak. Seandainya ada yang kurang sesuai dengan usianya, berikan penjelasan dan alihkan kepada aplikasi lain. Sebisa mungkin hindari memarahi anak tanpa memberikan penjelasan, karena itu akan semakin memancing rasa ingin tahu anak.

Dengan memahami perkembangan di era digital beserta dampaknya, orangtua diharapkan mampu melindungi anak-anak dari ancaman negatif era digital, tanpa harus menghalangi anak untuk mengeksplorasi potensi manfaat yang ditawarkan dari dunia digital. Dalam hal ini sikap dan perilaku orangtua adalah sebagai teladan bagi anak. Orangtua pun perlu menerapkan mengenai kebiasaan dalam menggunakan gawai untuk diri sendiri sehingga bisa menjadi model perilaku digital yang baik bagi anak. Anak akan mencontoh jauh lebih banyak dari apa yang orangtua lakukan, daripada apa yang orangtua katakan, baik *online* dan maupun *offline*.

Daftar Pustaka

Anonim. 2016. Revolusi Digital. Diakses pada tanggal 1 Juli 2019 dari laman https://id.wikipedia.org/wiki/Revolusi_Digital

Ghaith, G. (2010). An exploratory study of the achievement of the twenty-first century skills in higher education. *Education & Training*, 52 (6/7), 489-498.

Ku, D.T., & Soulier, J.S. (2009). Effects of learning goals on learning performance of field-dependent and field-independent late adolescent in a hypertext environment. *Adolescence*, 44, 651-664.

Kumorotomo, Wahyudi. & Agus, Subando Margono. 2004. *Sistem Informasi Manajemen*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

Prensky, M., (2001). Digital natives, digital immigrant. *On the Horizon*, 9 (5). Retrieved from

<http://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>

Rode, J.A. 2009. Digital parenting: designing children's safety : Proceedings of the 23rd British HCI Group Annual Conference on People and Computers: Celebrating People and Technology (244-251). Cambridge : United Kingdom.

Rumini, Sri. & Sundari, Siti. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Renika Cipta

Tim Penyusun. 2018. Seri Pendidikan Orang Tua : Mendidik Anak di Era Digital. Direktorat Pembinaan Pendidikan keluarga Ditjen Paud Dikmas, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan