

## **POLA ASUH EFEKTIF DI ERA DIGITAL**

**<sup>1</sup>Hairani Lubis, <sup>2</sup>Afif Husniyatur Rosyida, <sup>3</sup>Nikmatul Hidayati Solikhatin**

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: hairanilubis1703@gmail.com

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: ahusniyaturrosyida@gmail.com

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman  
email: nikmatulhidayatisolikhatin@gmail.com

### **Abstrak**

Pada era digital saat ini para orang tua harus memilih pola asuh yang efektif untuk sang anak agar terhindar dari program distrak yang dapat memicu perilaku menyimpang. Untuk itu dilakukannya sebuah penyuluhan Psikoedukasi pada masyarakat mengenai “pola asuh yang efektif di era digital” yang dilakukan selama 120menit terhadap 50 orangtua/guru di Kecamatan Sungai Pinang serta Kantor Pemberdayaan Perempuan Provinsi Kalimantan Timur. Orangtua harus memahami bahwasannya perangkat lunak dan media digital tidak dapat lepas sepenuhnya pada era sekarang ini, sehingga orangtua sebaiknya mengawasi anak dengan sebaik mungkin gara anak tidak salah menggunakan perangkat dan media digital tersebut. Hal ini membutuhkan ekstra tanggung jawab karena semakin hari semakin canggih perangkat dan media digital yang digunakan. Awal kesalahan pertama apabila orangtua menyerahkan keputusan menggunakan perangkat dan media digital sepenuhnya kepada anak, sehingga diperlukannya perilaku berkomunikasi internal keluarga untuk melindungi anak dari penggunaan perangkat digital dan paparan media digital. Setelah diberikannya penyuluhan orangtua dapat mengetahui pengaruh gadget pada perkembangan anak, fakotr-faktor anak dapat mengalami kecanduan gadget dan pemilihan pola asuh yang efektif dalam era digital.

**Kata Kunci:** *gadget, pola asuh, perkembangan anak*

### **Abstract**

*In the current digital era, parents must choose effective parenting for the child to avoid distracting programs that can trigger deviant behavior. For this reason, a psychoeducation education was provided to the community about "effective parenting in the digital era" which was conducted for 120 minutes with 50 parents / teachers in Sungai Pinang District and the Office of Women's Empowerment in East Borneo Province. Parents must understand that software and digital media cannot be separated completely in the current era, so parents should supervise their children as well as possible because the child is not mistaken in using these digital devices and media. This requires extra responsibility because more and more sophisticated devices and digital media are used. The first mistake starts when a parent submits the decision to use the device and digital media fully to the child, so the need for internal family communication behavior is needed to protect the child from using digital devices and exposure to digital media. After counseling parents can find out the effect of gadgets on children's development, the factors of children can experience gadget addiction and effective parenting choices in the digital age.*

**Keywords:** *gadget, parenting, child development*

Submitted: 2 Desember 2019    Revision: 9 Desember 2019    Accepted: 11 Desember 2019

## 1. Pendahuluan

Teknologi dan komunikasi berkembang dengan sangat pesat. Perkembangan teknologi ini berpengaruh dalam bidang pendidikan ataupun sosial, seperti halnya zaman sekarang manusia tidak perlu lagi pergi ke perpustakaan untuk membaca buku, cukup dengan menggunakan teknologi seperti *gadget* buku yang ingin dibacapun dengan mudah ditemukan. Menurut Elfandi (2008) *Gadget* merupakan suatu jenis alat teknologi elektronik yang berfungsi sebagai media komunikasi secara *online* maupun *offline* yang dapat mempermudah seseorang untuk melakukan segala sesuatu menjadi mudah dan praktis yang dapat berupa computer/laptop, tablet, dan *smartphone* atau sejenisnya. *Gadget* memberikan dampak yang cukup besar pada masa sekarang. Sekarang setiap orang diseluruh dunia pasti sudah memiliki *gadget* bahkan tak jarang orang hanya memiliki lebih dari satu *gadget*. *Gadget* bukan hanya seorang pekerja saja yang memiliki, anak-anak sekarangpun telah diberikan *gadget* oleh orangtuanya.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indoneisa (APJII) (dalam Okezone, 2019) mengungkapkan data penetrasi dan profil perilaku pengguna internet di Indonesia. Dari hasil laporan survei yang dilakukan APJII tersebut juga terungkap peneterasi pengguna internet 2018 berdasarkan umur. Adapun pengguna internet terbanyak ada pada usia 15 hingga 19 tahun. Sementara itu, pengguna terbanyak kedua berada pada umur 20 hingga 24 tahun. Anak-anak berumur 5 hingga 9 tahun pun juga menggunakan internet, bahkan mencapai 25,2 persen dari keseluruhan sampel yang berada pada umur tersebut.

Melihat harga *gadget* yang saat ini *relative* murah dengan fitur lengkap menjadi salah satu alasan orang membeli *gadget*, karena *gadget* dapat digunakan untuk menambah informasi dan sebagai hiburan. Tuntutan zaman dan banyaknya manfaat dari *gadget* membuat banyak orang tua sudah mulai mengenalkan *gadget* sejak usia dini. Sekarang kita dapat melihat secara langsung bahwa banyak anak usia dibawah 6 tahun sudah pandai menggunakan *gadget*.

Memberikan *gadget* pada anak dapat memiliki dampak dan pengaruh yang signifikan pada perkembangannya. Dampak tersebut dapat berupa *negative* maupun positif, tergantung bagaimana seorang anak dalam memanfaatkan *gadget* tersebut serta sejauh

mana keterlibatan dan pengawasan orang tua/guru dalam mengawasi penggunaan *gadget*. Elfiadi (2018) mengemukakan secara umum dampak *gadget* bagi anak berpengaruh pada aspek-aspek perkembangannya yang meliputi aspek nilai agama dan moral, aspek kognitif, aspek fisik dan motorik, aspek sosial dan emosional, serta aspek perkembangan bahasa.

Teradapat banyak dampak negatif yang dapat kita temui disekitaran seperti halnya kasus Vicko, bocah yang alami kecanduan *gadget* hingga hingga mata merah pada bulan juli lalu (RCTI, 2019). Lain halnya di kota Jember Jawa Barat. 5 Anak yang berada di kelas 5 SD hingga 1 SMP harus menjalani perawatan di rumah sakit jiwa akibat kecanduan bermain game hingga mereka lupa untuk kegiatan lainnya seperti makan dan belajar (Kompas, 2019). Law Justice (2018) juga memberitakan bahwa di yogyakarta terdapat anak yang meninggal dunia akibat kelelahan bermain game semalaman suntuk. Dia bermain game sejak hari kamis siang hingga besok harinya yaitu hari jumat.

Perkembangan merupakan suatu perubahan, dan perubahan ini tidak bersifat kuantitatif, melainkan kualitatif. Perkembangan tidak ditekankan pada segi material, melainkan pada segi fungsional. Setyaningrum (2017) mengatakan secara singkat dapat diutarakan perbedaan kedua istilah perkembangan dan pertumbuhan adalah bahwa perkembangan (*development*), merupakan proses atau tahap pertumbuhan kearah yang lebih maju yang bersifat psikis.

Secara kognitif, penggunaan *gadget* pada anak dapat mengasah kemampuan berpikir dan imajinasi anak serta mengembangkan kreativitasnya (Handrianto, 2013). Dari aspek perkembangan fisik dan motorik anak, penggunaan *gadget* memiliki dampak yang *negative* terhadap perkembangannya. Menurut Suwasih (dalam Chusna, 2017) Anak yang menghabiskan sebagian besar waktu bermainnya hanya dengan *gadget*, menyebabkan mereka menjadi anak-anak yang cenderung malas bergerak dan beraktivitas fisik. Dalam aspek perkembangan sosial dan emosional memberikan dampak *negative* dimana anak-anak terlalu lama menghabiskan waktu di depan layar *gadget* membuat interaksi sosial dengan lingkungan sekitar anak juga terganggu, kemampuan sosialisasi yang kurang karena disibukkan dengan dunia *gadget*nya sendiri tanpa mau memperdulikan orang lain. Terakhir dalam aspek perkembangan bahasa anak akan sulit mengembangkan bahasa karena sibuk dengan dunianya sendiri mereka cenderung hanya diam sambil menikmati mainan dalam *gadget*.

Menurut Smart (dalam, Masya dan Candra, 2016) mengemukakan bahwa seseorang suka bermain *game online* dikarenakan seseorang terbiasa bermain *game online* melebihi waktu. Beberapa orangtua menjadikan bermain *game online* sebagai alat penenang bagi anak dan apabila hal itu dilakukan secara berulang-ulang maka anak tersebut akan terbiasa bermain *game online*.

Dampak dan pengaruh yang ditimbulkan *gadget* dapat berupa positif maupun negative terhadap perkembangan seorang anak. Oleh karena itu faktor pengawasan orangtua atau pola asuh yang tepat sangat diperlukan dalam menjaga anak dari pengaruh *gadget*. Sunarti (2016) mengemukakan pola asuh dapat diartikan sebagai perlakuan orangtua terhadap anak dalam bentuk merawat, memelihara, mengajar, mendidik, membimbing, melatih, yang terwujud dalam bentuk pendisiplinan, pemberian tauladan, kasih sayang, hukuman, ganjaran, dan kepemimpinan dalam keluarga melalui ucapan-ucapan dan tindakan-tindakan orangtua.

Banyak orangtua yang tidak mengetahui bagaimana cara mengurangi perilaku kecanduan *gadget* pada anak. Sehingga dibutuhkan psikoedukasi terhadap orangtua untuk mengurangi dampak penggunaan *gadget* pada anak. Salah satu psikoedukasi yang dapat diberikan terhadap orangtua adalah dengan melakukan *smart parenting*. *Smart parenting* dapat menjelaskan secara terperinci bagaimana pola asuh yang baik dalam era digital ini, bagaimana cara agar perkembangan anak tidak terhambat karena adanya *gadget* disekitar sang anak.

## **2. Metode**

Strategi penyampaian materi penyuluhan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dengan 1 (satu) orang pemateri dan 1 (satu) orang moderator. Pemateri mempresentasikan materi mengenai hal-hal yang berkaitan dampak penggunaan *gadget* pada anak, factor-faktor yang mempengaruhi anak kecanduan *gadget*, tipe-tipe pola asuh, pola asuh yang efektif di era digital.

Sasaran kegiatan ini adalah orang tua dan guru yang dilaksanakan pada tanggal 12 sampai dengan 17 September 2019 yang bertempat di Kantor Pemberdayaan Perempuan Provinsi Kalimantan Timur dan Kantor Kecamatan Sungai Pinang.

Adapun dilaksanakannya pengabdian masyarakat ini bertujuan:

- a. Meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pengaruh *gadget* terhadap perkembangan anak.
- b. Meningkatkan pengetahuan orang tua terhadap factor-faktor yang mempengaruhi anak mengalami kecanduan *gadget*.
- c. Meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang efektif dalam era digital.

### 3. Hasil dan Diskusi

Teknologi dan informasi saat ini berkembang dengan pesat. Dimana kemajuan teknologi dan informasi mendatangkan keuntungan yang positif dan terdapat juga negatif. Dampak positif dalam perkembangan teknologi dan informasi ini membuat aktivitas dan kebutuhan manusia semakin mudah dan gampang dilaksanakn dan dipenuhi. Akan tetapi terdapat juga sisi negatifnya. Perkembangan teknologi dan informasi saat ini dengan mudah didapatkan terutama penggunaan perangkat digital (*gadget*). Harga yang relatif murah sehingga membuat seseorang dapat memiliki lebih dari satu *gadget*. Karena hal ini anak-anakpun juga menggunakan perangkat digital (*gadget*).

Pada masa sekarang, anak-anak hidup di era milenial memang pasti dipengaruhi oleh teknologi digital. Tidak heran jika anak-anak saat ini dikategorisasi sebagai generasi *digital*. Anak-anak generasi digital masa kini merupakan *digital native*, yaitu mereka yang sudah mengenal media elektronik dan digital sejak lahir (Kemendikbud RI, 2016).

Banyak orangtua yang sudah memberikan anaknya sebuah perangkat digital (*gadet*) sejak anak usia dini. Orangtua menggunakan *gadget* sebagai alternatif anak dapat diam disaat anak mulai rewel, karena hal inilah karena dibiasakan oleh orangtua sehingga sang anak tidak bisa jauh dari *gadget* ini merupakan pola asuh yang salah. Baumrind (dalam Papalia, 2004) mengatakan pola asuh adalah cara orangtua membesarkan anak dengan memenuhi kebutuhan anak, member perlindungan, mendidik anak, serta mempengaruhi tingkah laku anak dalam kehidupan sehari-hari.

Sang anak menjadi kecanduan akan *gadget* tersebut. Hal ini merupakan sebuah hal yang salah, yang tidak sepatutnya dilakukan oleh orangtua. Di era digital ini orangtua bertugas untuk mempersiapkan anak menghadapi zamannya. Orangtua sebagai pendidik pertama dan terutama perlu melakukan intropeksi dan retrospeksi diri dengan terus berupaya

mempersiapkan anak untuk menghadapi era digital saat ini dan era kedepannya.

Terdapat beberapa hal efektif yang dapat dilakukan orangtua untuk mengasuh anak di era digital ini. Kemendikbud RI (2016) mengatakan terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan orangtua antara lain (1) memperhatikan hal-hal yang dapat mengancam anak-anak di era digital seperti kesehatan mata, masalah tidur, kesulitan konsentrasi, menurunnya prestasi belajar, perkembangan fisik, perkembangan sosial, perkembangan otak, dan penundaan perkembangan bahasa. (2) Pendampingan generasi digital seperti menambah pengetahuan seperti situs, mengarahkan penggunaan perangkat dan media digital dengan jelas, imbangi waktu anak menggunakan media digital dengan interaksi di dunia nyata, pinjamkan anak perangkat digital sesuai keperluan, pilihkan program/aplikasi positif, mendampingi dan meningkatkan interaksi terhadap anak, selama bersama anak gunakanlah perangkat digital secara bijaksana, mempersiapkan anak berkunjung ke dunia usia dan tahap perkembangan anak. Untuk baitas usia 1-3 tahun berilah batasan waktu tayangan pada pemdia digital, memanfaatkan media digital dalam bentuk audio untuk meambah kosa kata, angka dan lagu, memanfaatkan program/aplikasi untuk meningkatkan perilaku prososial pada anak. Memanfaatkan informasi tentang berbagai macam orang dengan latar belakang yang berbeda untuk belajar mengenal keanekaragaman, menghindari tayangan program media digital yang megandung unsure kekerasan dan seksualitas, hindari tayangan yang menakutkan, hindari tayangan yang menggunakan bahasa yang tidak senonoh dan agresif karena anak dapat mengingat dan mengulangnya lagi, hindari tayangan iklan dengan konten yang tidak tepat usia anak, mendampingi dan berinteraksi dengan orangtua/pengasuh saat menggunakan media, dan hindari penggunaan digital sebagai “pengganti peran orangtua”

Usia 4-6 tahun perlu memiliki kesepakatan bersama yang memahami dan dijalani anak, memanfaatkan program/aplikasi yang mendidik terkait dengan kesiapan sekolah, memnafaatkan program/aplikasi yang mengajarkan perilaku berteman serta menghargai perbedaan dan keanekaragaman yang ada, membahas persamaan dan perbedaan anak dengan tokoh favorit yang dilihat melalui media, meghindari tayangan program media digital yang sarat dengan kekerasan dan seksualitas, menghindari program media digital yang bias akan pengenalan dan penyimpanan gender, menghindari program/tayangan media digital yang menunjukkan tokohnya menyelesaikan masalah dengan kekerasan, dan membimbing

anak mengenal mana yang fakta dan fantasi.

Usia 8-12 tahun memiliki kesepakatan yang memahami dan dijalani bersama, memonitori pelaksanaannya, konsisten menerapkan konsekuensinya atas pelanggaran, dan memberikan apresiasi atas keberhasilan dalam menjalankan kesepakatan, memanfaatkan program atau video yang menunjukkan berbagai pengalaman positif yang menstimulus imajinasi, mendiskusikan perilaku baik dan tidak dari karakter di media yang mereka kenal, diskusikan hal-hal terkait peran laki-laki dan perempuan, menghindari tayangan program media digital yang menampilkan agresivitas, antisocial, dan perilaku negative lainnya, memberikan pemahaman tentang lelucon mengenai anggota tubuh, menghindari tayangan iklan yang berlebihan terutama mengenai pola nutrisi makanan yang tidak sehat, dan menghindari tayangan gambar atau iklan rokok.

Menjadi lebih peduli, bukan berarti orangtua harus mengatur dan mengetahui semua macam hal dan istilah dari perangkat lunak yang dibeli atau telah digunakan oleh anaknya. Selama anak masih tergantung kepada orangtua, maka orangtua wajib mengetahui, bukan membatasi, untuk apa dan bagaimana perangkat dan media digital digunakan oleh sang anak. Orangtua harus memahami bahwasannya perangkat lunak dan media digital tidak dapat lepas sepenuhnya pada era sekarang ini, sehingga orangtua sebaiknya mengawasi anak dengan sebaik mungkin gara anak tidak salah menggunakan perangkat dan media digital tersebut. Hal ini membutuhkan ekstra tanggung jawab karena semakin hari semakin canggih perangkat dan media digital yang digunakan.

Awal kesalahan pertama apabila orangtua menyerahkan keputusan menggunakan perangkat dan media digital sepenuhnya kepada anak, sehingga diperlukannya perilaku berkomunikasi internal keluarga untuk melindungi anak dari penggunaan perangkat digital dan paparan media digital.

#### **4. Kesimpulan**

Psikoedukasi pada masyarakat mengenai “pola asuh yang efektif di era digital khususnya para orangtua bertujuan agar orangtua dapat memilih mana pola asuh yang tepat dalam mendidik anak. Pada era digital ini anak sangat memerlukan perangkat dan media digital agar tidak tertinggal dengan teknologi yang semakin maju, sehingga orangtua diharapkan tidak menjauhkan perangkat atau media digital tetapi member dengan tanggung

jawab yang ekstra. Memberikan pengawasan dan pendampingan terhadap anak, meningkatkan interaksi dengan anak menghindari program distrak yang dapat memicu perilaku menyimpang.

## 5. Daftar Referensi

Chusna, P. A, (2017), Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315-350

Elfiadi, (2018) *Dampak Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini*. ItQan, 9(2).

Handrianto, P. (2013). Dampak Smartphone. Diakses tanggal 13 Oktober 2019, dari <http://sainsjournalfst11.web.unair.ac.id>

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, (2016) *Seri Pendidikan Orang Tua: Mendidik Anak di Era Digital*. Jakarta:

Law Justice (2018, 26 Febuari). Remaja Yogya Tewas Akibat Kecapean Bermain game Online. Diakses tanggal 13 Oktober 2019, dari <https://www.law-justice.co/>

Masya. H, & Candra. D, A., (2016) Faktor-Fator Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03(1), 153-169.

Official iNews (2019, 25 Juli). Vicko, Bocah yang Alami Kecanduan Gadget hingga Mata Memerah. Diakses tanggal 13 Oktober 2019, dari <https://www.youtube.com/>

Papalia., D, E. (2004). *Human Development*, (9<sup>th</sup> ed), Mc Graw Hill, New York.

Purba, D. O. (2019, 1 April). Kecanduan Game Online, 5 Anak di Jember Jalani Perawatan Kejiwaan. Kompas.com. Diakses tanggal 13 Oktober 2019, dari <https://regional.kompas.com/>

Setiyaningrum. Erna, (2017), Buku Ajar Tumbuh Kembang Anak Usia 0-12 Tahun. Dari Indoensia Pustaka. Diakses pada tanggal 13 Oktober 2019, dari [https://www.academia.edu/36608746/Buku\\_Ajar\\_Tumbuh\\_Kembang\\_Anak\\_Usia\\_0-12\\_Tahun](https://www.academia.edu/36608746/Buku_Ajar_Tumbuh_Kembang_Anak_Usia_0-12_Tahun)

Surnati. Kustiah, (2016), Hubungan Pola Asuh Orangtua dan Kemandirian Anak. *Journal of EST*. 2(3) 152-160

Untari, P. H. (2019, 22 Mei). *2018 Pengguna Internet Indonesia Paling Banyak di Usia 15-19 Tahun*. Okezone. Diakses tanggal 13 Oktober 2019, dari <https://techno.okezone.com/>