

Sosialisasi *Digital Parenting* “Pengasuhan Menggunakan *Screen Time* di Desa Benteng”

Ode Yahyu Herliany Yusuf¹ Nurhayani² Ade Wahyu Ningsih³ Desi Ratna Sari⁴ Silfiyani⁵
Sumarzawan⁶ Wa ode Arnam Mustika⁷

Jurusan Tarbiyah, Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Sekolah Tinggi Agama Islam
YPIQ Bau Bau, Kota Bau Bau, Provinsi Sulawesi Tenggara, Indonesia^{1,2,3,4,5,6,7}

Email: ode.yahyu85@gmail.com¹ yaniyan894@gmail.com² ade73066@gmail.com³
desi43678@gmail.com⁴ silfiyaniatifa@gmail.com⁵ waniwivo815@gmail.com⁶
waodemustika91@gmail.com⁷

Abstrak

Penggunaan waktu layar pada media digital yang berlebihan pada anak dapat menimbulkan masalah serius yang tidak disadari oleh orangtua. Banyak orangtua yang mengeluh tentang anaknya yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget sehingga mengalami perubahan pola hidup dan perilaku, tanpa disadari masalah tersebut muncul karena kurangnya informasi yang diketahui oleh orangtua tentang aturan penggunaan waktu layar pada anak. Tujuan diadakannya program kreativitas mahasiswa ini adalah untuk mensosialisasikan aturan atau rekomendasi penggunaan waktu layar pada anak agar orangtua bisa mengoptimalkan pengasuhan pada anak di era digital seperti sekarang ini. Kegiatan program kreativitas mahasiswa ini dilaksanakan di Desa Benteng, Kabupaten Buton, Provinsi Sulawesi Tenggara. Kegiatan sosialisasi kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara memberikan materi dan berdiskusi. Saat kegiatan berlangsung ditemukan banyak orangtua yang mulai menyadari sebab dari perubahan pola hidup dan perilaku pada anaknya yang berasal dari penggunaan gadget yang berlebihan. Pada kegiatan ini orang tua memberikan respon yang sangat positif

Kata Kunci: Waktu Layar, Digital, Pengasuhan, Gadget

Abstract

Excessive use of screen time on digital in children can cause serious problems that are not realized by parents. Many parents complain about their children spending more time with gadgets so that they experience changes in lifestyle and behavior. Without realizing this problem arises due to lack of information. What parents know about the rules for using screen time in children. The purpose of holding it. This student creativity program is to socialize rules or recommendations for using screen time on numbers so that parents can optimize parenting for children in the digital era like today. This student creativity program activity was carried out in Benteng Village, Buton Regency, Southeast Sulawesi Province. This socialization activity to the community was carried out by providing material material and discussing. During the activity, it was found that many parents were starting to realize the causes of changes in lifestyle and behaviour in their children from excessive use of gadgets. In this activity, parents gave a very positive response.

Keywords: Screen Time, Digital, Parenting, Gadgets



This work is licensed under a [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Saat ini, hampir semua kalangan masyarakat dari usia anak-anak hingga dewasa telah menggunakan media digital, dan media digital yang paling banyak digunakan yaitu *gadget*. Hana Pebriana (2017:3) menyatakan bahwa “*gadget* adalah perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Diantaranya *smarthphone* seperti *iphone* dan *blackberry*, serta *netbook* (perpaduan antara komputer *portable* seperti *notebook* dan internet”. Ukuran yang kecil sehingga mudah dibawa dan memiliki fungsi yang praktis membuat banyak orang yang

memilih menggunakannya termasuk anak-anak, tapi penggunaan waktu layar yang berlebihan saat berhadapan dengan media *digital* mempunyai dampak terhadap perkembangan anak. Maka penting bagi orangtua untuk mengetahui tentang aturan atau rekomendasi penggunaan waktu layar atau *screen time*, karena saat observasi di lapangan ditemukan bahwa anak-anak dibawah usia 6 tahun rata-rata telah menggunakan *gadget*.

Dalam penggunaan waktu layar atau *screen time* ada aturan atau rekomendasi dari para ahli, karena dalam penggunaan *screen time* atau waktu layar akan memberikan dampak yang positif dan negatif. Dampak yang muncul baik itu dampak positif atau negatif akan sesuai dengan bagaimana cara penggunaannya. Seperti yang telah dijelaskan oleh WHO bahwa ada batasan *screen time* atau durasi untuk melihat layar digital (*gadget*, televisi, dan lain sebagainya) untuk anak-anak dibawah 5 tahun (Hidayat & Maesyaroh, 2022). Lanca & Saw (2020) menyatakan bahwa "usia 1-4 tahun tidak boleh lebih dari satu jam".

Efek penggunaan layar pada seseorang tergantung kepada beberapa faktor, dan faktor yang paling tertinggi ialah berapa lama durasi yang digunakan untuk melihat layar, penggunaan waktu yang lama dapat berpengaruh terhadap otak korteks frontal dan memiliki efek yang hampir sama dengan kokain (Aril & Shaikh, 2019). Penggunaan *screen time* atau waktu layar yang berlebihan akan memberikan dampak negatif pada pengguna, tidak terkecuali pada anak-anak, tapi jika penggunaan *screen time* sesuai dengan rekomendasi atau dalam waktu yang wajar maka akan memberikan dampak positif.

Sebagai upaya pencegahan dampak negatif karena penggunaan waktu layar yang berlebihan pada anak, program kreativitas mahasiswa berbasis pengabdian kepada masyarakat diadakan di Desa Benteng dengan tujuan untuk mengenalkan dan memberikan pemahaman kepada orangtua tentang aturan atau rekomendasi *screen time* pada anak-anak, agar anak-anak di Desa Benteng tidak terpapar dampak negatif karena penggunaan waktu layar berlebihan melalui kegiatan sosialisasi. Kegiatan yang dilakukan pada saat sosialisasi yaitu penyampaian materi, diskusi dan Tanya jawab tentang aturan atau rekomendasi penggunaan waktu layar atau *screen time*. Selama pelaksanaan kegiatan sosialisasi, banyak orangtua yang mengakui bahwa anaknya telah terpapar dampak negatif dari penggunaan waktu layar yang berlebihan, misalnya perubahan pola tidur dan pola makan anak dan perubahan emosi anak yang memburuk karena tidak ingin melepaskan *gadget*. Semua orangtua terlihat antusias dan memberikan respon positif terhadap informasi yang telah disampaikan.

Desa Benteng merupakan salah satu Desa yang berada di Kecamatan Lasalimu, Kabupaten Buton, Provinsi Sulawesi Tenggara. Di dalam Desa Benteng dibagi menjadi dua dusun yaitu Dusun Lapuli dan Dusun Bajo. Kegiatan ini dilakukan di dusun lapuli yang masyarakatnya rata-rata bekerja sebagai petani, sehingga dengan memberikan *gadget* kepada anak merupakan salah satu alternatif untuk membuat anak tenang sehingga tidak mengganggu pekerjaan orangtua saat berada di rumah. Hal inilah yang akhirnya menjadi alasan untuk mengadakan kegiatan sosialisasi tentang aturan penggunaan waktu layar atau *screen time* pada anak.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan program kreativitas mahasiswa berbasis pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu tahap persiapan yang terdiri dari observasi, pendataan, dan administrasi. Tahap pelaksanaan yang terdiri dari persiapan kegiatan dan sosialisasi. Tahap terakhir yaitu tahap *monitoring* dan evaluasi.

1. Tahap persiapan. Pada tahap persiapan yang pertama dilakukan adalah mengobservasi lokasi kegiatan untuk mencari tahu tentang permasalahan yang terjadi pada anak usia dini

di Desa Benteng. Proses observasi dilakukan selama dua hari, satu hari di Dusun Lapuli dan satu hari di Dusun Bajo. Setelah melakukan observasi, selanjutnya adalah proses pendataan untuk mengambil data orangtua yang akan menjadi sasaran sosialisasi, pendataan ini dilakukan selama tiga hari. Setelah mendapatkan permasalahan yang terjadi di lapangan dan menetapkan sasaran sosialisasi, maka terakhir adalah melakukan proses administrasi mulai dari mengurus perizinan kepada pemerintah desa dan mengedarkan surat undangan kegiatan sosialisasi kepada masyarakat sasaran.



Gambar 1. Tahap Persiapan Awal

2. Tahap Pelaksanaan. Persiapan sosialisasi yang kami lakukan mulai dari pukul 06:00 sampai 09:00 WITA dengan kegiatan menyediakan alat-alat yang dibutuhkan seperti: laptop, *proyektor* dan *sound system* serta merapikan tempat duduk peserta kegiatan sosialisasi, setelah itu dari pukul 09:00 sampai 09:30 WITA melakukan penyambutan tamu peserta kegiatan dan peserta langsung menandatangani daftar hadir. Setelah semua tamu telah hadir di aula kantor Desa Benteng, maka sosialisasi mulai dilakukan pada pukul 09:30-Selesai yang di hadiri oleh Kepala Desa Benteng dan Masyarakat Desa Benteng, dan materi yang di bahas tentang digital *parenting* “pengasuhan menggunakan *screen time*”.



Gambar 2. Tahap Pelaksanaan

3. Tahap *Monitoring* dan Evaluasi. Kegiatan *monitoring* yang dilakukan untuk memantau atau melihat hasil setelah kegiatan sosialisasi. Dari hasil sosialisasi tersebut, sekarang masyarakat khususnya para orang tua telah mulai menerapkan aturan atau rekomendasi *screen time* pada anak dan menyadari tentang pentingnya digital *parenting* dengan memperhatikan dampak positif dan negatifnya pada anak.



Gambar 3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

HASIL PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan

Hasil sosialisasi yang dilakukan di Desa Benteng telah membuahkan hasil yang baik. awalnya masih banyak orangtua yang membiarkan anak-anak menggunakan *gadget* dalam waktu yang berlebihan, tapi setelah diadakannya kegiatan sosialisasi tentang aturan atau rekomendasi *screen time*, akhirnya para orangtua mulai menerapkan rekomendasi penggunaan waktu layar atau *screen time* pada anak karena sadar akan dampak yang diterima anak nantinya.

Pembahasan

Pada awal kunjungan untuk melakukan observasi di Desa Benteng ditemukan banyak anak-anak yang sudah diberikan kebebasan menggunakan *gadget* oleh orangtua dan orang dewasa disekitarnya, pemberian *gadget* kepada anak-anak juga dilakukan tanpa adanya pendampingan dari orangtua. Padahal sudah seharusnya orangtua bisa mengawasi dan memberikan perbuatan serta memberikan contoh yang baik pada anak (Ariston & Frahasini, 2018). sehingga hal itu yang menjadi alasan untuk mengangkat topik digital *parenting* tentang pengasuhan menggunakan *screen time* pada kegiatan sosialisasi di Desa Benteng agar orangtua bisa mengoptimalkan pola asuh di era digital dengan memberikan perhatian yang lebih, serta melakukan berbagai cara untuk meminimalisir anak-anak dari dampak negatif penggunaan *gadget*.

Hal-hal yang dilakukan orangtua untuk meminimalisir anak dari pengaruh negatif penggunaan *gadget* yaitu (1) mendampingi anak, (2) membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan *gadget*, (membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka, (4) *modeling* yang baik dari orangtua, (5) orangtua dapat menaruh *gadget* dengan baik, (6) mengajak anak untuk belajar bersama (Fadilah, dalam Yusmi Warisyah 2015:137). Dengan menggunakan cara-cara tersebut maka orangtua di Desa Benteng mendapatkan hasil yang baik karena anak-anaknya mulai mempunyai batasan penggunaan waktu layar.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dengan menyampaikan materi kepada para orangtua tentang aturan atau rekomendasi penggunaan waktu layar atau *screen time* yang tepat pada anak, mampu menimbulkan kesadaran bagi orangtua untuk bisa menerapkan aturan dan batasan pada penggunaan *gadget* agar bisa meminimalisir pengaruh negatif pada anak. Dengan terlaksananya kegiatan ini diharapkan kepada semua orangtua dan orang dewasa yang hidup berdampingan dengan anak-anak agar bisa terus mencari dan memperoleh informasi-informasi terbaru tentang ilmu pola asuh pada anak, sehingga bisa mengoptimalkan pola asuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Anil, A., & Shaikh, S. (2019). Third Eye Syndrome- A Gadget Screen Additction Among Medical Professionals In Chennai, Tamilnadu, India. *National Journal Of Reserch in Communiy Medicine*, 8(3), 249-254. <https://doi.org/10.26727/NJRCM.2019.8.3.249-254>
- Ariston, Y., & Frahasini, F. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 1(2), 86. <https://doi.org/10.26737/jerr.v1i2.1675>
- Hana Pebriana, Putri. (2017). Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Social Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1-1.
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>
- Warisyah, Yusmi. (2015). Pentingnya (Pendampingan Biologis) Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *Seminar Nasional Pendidikan*, 130-138.