

Pelatihan Pemanfaatan *Parental Control* Penggunaan *Gadget* Pada Anak Bagi Wali Siswa Sekolah Dasar

Isna Hikmawati^{1✉}, Lahan Adi Purwanto², Ragil Setiyabudi¹, Rakhmat Susilo¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Fakultas Teknik dan Sains, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Korespondensi: isnahikmawati@ump.ac.id, +62 815-4889-0521

Diterima: 16 Mei 2023

Disetujui: 2 Juli 2023

Diterbitkan: 16 Juli 2023

Abstrak

Latar belakang: Indonesia menjadi negara dengan penggunaan *smartphone* terbesar keempat yang aktif di dunia setelah China, India, dan Amerika. Berbagai fenomena peningkatan penggunaan gadget di Indonesia, perlu peran orangtua dalam ikut serta mendampingi anak, agar bijak dalam penggunaan gadget. Saat ini sebagian besar anak sudah mempunyai gadget pribadi karena adanya pembelajaran daring pada tahun sebelumnya akibat wabah Covid-19. **Tujuan:** Mencegah dampak buruk penggunaan gadget pada anak melalui penggunaan aplikasi parental control. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Bobosan, Purwokerto, Banyumas dengan metode pelatihan digital parenting dan praktik penggunaan aplikasi parental control dalam google family link. Materi disampaikan melalui pembagian leaflet dan paparan menggunakan Powerpoint. Pengukuran pengetahuan peserta dilakukan sebelum pelatihan dan sepekan setelah kegiatan dilaksanakan. **Hasil:** Pelatihan diikuti 30 peserta wali siswa kelas 4 dan 5. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah dilangsungkan kegiatan pelatihan, namun capaian penggunaan aplikasi oleh peserta masih relatif rendah (40%). **Kesimpulan:** Pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan wali siswa tentang parental control bagi anak. Perlu kerjasama yang baik antara sekolah dan orangtua siswa dalam pengelolaan penggunaan gadget pada anak.

Kata kunci: *digital parenting*, *gadget*, *parental control*, pelatihan

Abstract

Background: Indonesia is the fourth largest number of active smartphone users after China, India, and America. Various phenomena of increasing use of gadgets in Indonesia require the parents to accompany children so that they are wise in using devices. Currently, most children already have personal gadgets due to online learning the previous year due to the Covid-19 outbreak. **Objective:** It is preventing the effects of using gadgets on children through parental control applications. **Method:** The activities were carried out at Bobosan 01 Public Elementary School, Purwokerto, Banyumas. Digital parenting training was a method chosen. A practice of parental control applications was using the Google Family Link. The knowledge is substantial through the distribution of leaflets and sharing using Powerpoint. Measurement of participant knowledge was taken before the training and a week after the training. **Result:** The training was attended by 30 guardians of students in grades 4 and 5. The results showed increased knowledge before and after the training activities, but the achievement of using the application by the participants was still relatively low (40%). **Conclusion:** Training can increase parents' knowledge about parental control for children. There needs to be good cooperation between schools and parents of students in managing the use of gadgets in children.

Keywords: *digital parenting*, *gadgets*, *parental control*, training

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan kelompok usia pertengahan (*middle*) dengan rentang umur antara usia 6-12 tahun. Karakteristik pada usia ini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dengan cara menyelidiki, mencoba dan

berekspimen mengenai suatu hal yang dianggap menarik baginya [1]. Masa era digital anak-anak lebih banyak menggunakan waktunya untuk bermain *gadget* daripada bermain di luar bersama teman sebayanya. *Gadget* atau gawai merupakan sebuah alat elektronik yang

memiliki berbagai macam layanan fitur dan aplikasi yang menyajikan teknologi terbaru yang dapat membantu hidup manusia menjadi lebih praktis dan memiliki fungsi khusus dari berbagai macam aplikasi yang ada di dalamnya [2]. Macam – macam *gadget* yaitu *smartphone*, *laptop*, *tablet*, kamera komputer, dan lainnya. Dari berbagai macam *gadget* yang sering digunakan adalah *smartphone* [3].

Orang tua berperan penting dalam dalam pengawasan penggunaan *gadget* pada anak karena keluarga adalah anggota sosial terdekat anak. Orang tua berperan untuk melakukan upaya preventif untuk mencegah anak mengalami kecanduan akan *gadget*nya [4]. Peran orang tua sangat penting dalam memberikan dan melakukan pengawasan serta pengontrolan penggunaan *gadget* pada anak. Orang tua berperan meminimalkan anak dari pengaruh negatif penggunaan *gadget* dengan cara mendampingi anak, membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan *gadget*, membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka, *modeling* yang baik dari orang tua, orang tua dapat menaruh *gadget* dengan baik, dan mengajak anak untuk belajar bersama. Sebagai orang tua, sebaiknya dapat membimbing dan memantau serta memberikan pemahaman yang baik kepada anak untuk lebih selektif dalam memilih permainan (*game online*) yang terdapat pada *gadget* [5].

Indonesia menjadi negara dengan penggunaan *smartphone* terbesar keempat yang aktif di dunia setelah China, India, dan Amerika. Indonesia tidak jauh berbeda dengan Amerika. Indonesia menempati posisi keempat dengan 160,23 jiwa pengguna *smartphone* dan pengguna internet di Indonesia pada 2020 berada pada kisaran 58,6% [6]. Pengguna *smartphone* di dunia sekitar 3,6 miliar pada tahun 2020. Jumlah itu meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang sebesar 3,4 miliar pengguna. Jumlah pengguna *smartphone* pun diprediksi semakin meningkat kedepannya. Penggunaan *gadget* di Indonesia mencapai 69,4 juta orang dan diperkirakan jumlah *smartphone* aktif di Indonesia yang terjadi pada tahun 2018 dan 2019 akan terus bertambah menjadi 92 juta orang [7].

Berbagai fenomena peningkatan penggunaan *gadget* di Indonesia, perlu peran orang tua dalam mendampingi anak, agar bijak dalam penggunaan *gadget*. Kedudukan dan fungsi orang tua dalam kehidupan anak sangat penting. Orang tua memberikan pengetahuan dan ketrampilan berbagai hal positif yang diperlukan bagi anak [8]. Salah satu dampak negatif dari *gadget* adalah gangguan perkembangan emosi, untuk itu diperlukan peran orangtua dalam penggunaan *gadget* agar penggunaannya lebih bermanfaat untuk hal-hal yang positif daripada hal negatif [9]. Tahun 2021 penggunaan *gadget* pada anak di Jawa Tengah meningkat dibanding tahun 2020 yang semula sebanyak 65,27% menjadi 67,13%. Pada tahun 2022 presentasi penggunaan *gadget* atau

telepon seluler pada anak di Kabupaten Banyumas sebesar 83,25%. Hasil survei tersebut memberikan gambaran bahwa selain untuk kepentingan belajar, anak sering menggunakan *gadget* untuk *chattingan* dengan teman, menonton *youtube*, mencari informasi, bersosial media, mengakses *game online*, menonton film *online*, menggunakan aplikasi *word*, *power point*, dan *editing video*. Rata-rata mengakses internet yaitu 1-2 jam perhari 36,5%, 2-5 jam perhari 34,8%, lebih dari 5 jam perhari 25,4% dan 1-4 jam perminggu 3,3% [10]

Sekolah Dasar Negeri 01 Bobosan, Purwokerto, Banyumas dengan jumlah siswa 142 orang, kurang lebih 50% anak sudah mempunyai *gadget* pribadi karena adanya pembelajaran daring pada tahun sebelumnya akibat wabah Covid-19. Melihat fenomena tersebut, perlu kerjasama yang saling sinergi antara sekolah dan orangtua, dengan melakukan pengawasan aktifitas anak-anak saat memakai *gadget* yang terhubung dengan internet dan memberi batasan akses terhadap informasi tertentu dengan bantuan digital parenting. Untuk itu, sangat diperlukan memberikan pemahaman kepada orangtua siswa, bagaimana penggunaan aplikasi tersebut sehingga pemakaian *gadget* pada anak dapat terus dipantau dan diawasi, harapannya berbagai dampak negatif dapat diantisipasi sedini mungkin.

METODE

Program pemecahan masalah dilakukan dengan dua pendekatan yaitu metode ceramah dan praktik. Kegiatan ceramah berisi materi tentang dampak *gadget* bagi kesehatan dan macam-macam *digital parenting*. Kegiatan praktik meliputi praktik penggunaan *google family link*. Sebelum dan sesudah kegiatan peserta diberikan *pre-test* dan *post-test* tentang dampak *gadget* bagi kesehatan meliputi pengaruh *gadget* terhadap tumbuh kembang anak, ciri-ciri anak kecanduan *gadget*, dampak fisik dan psikologis kecanduan, *digital parenting* dan macam-macam *parental control*. Mitra berpartisipasi aktif dalam setiap kegiatan. Partisipasi aktif dimulai dari mengikuti kegiatan tutorial dan dilanjutkan praktik menggunakan *google family link* pada *gadget* yang dimiliki dan dievaluasi oleh tim pengabdian dari seluruh rangkaian kegiatan. Kegiatan dilaksanakan setelah koordinasi dengan Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Bobosan. Pelaksanaan pelatihan pada tanggal 5 Januari 2023. Selanjutnya tanggal 6-13 Januari 2023 dilakukan monitoring ke rumah wali siswa oleh pembantu pelaksana kegiatan, dalam hal ini 3 mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan untuk melihat kemampuan dan pelaksanaan dari wali siswa dalam penggunaan *parental control*. *Parental control* yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan *google family link* yang bertujuan mengontrol dan membatasi anak mengakses konten yang tidak sesuai dengan usianya dan telah mendapatkan persetujuan dari orangtua.

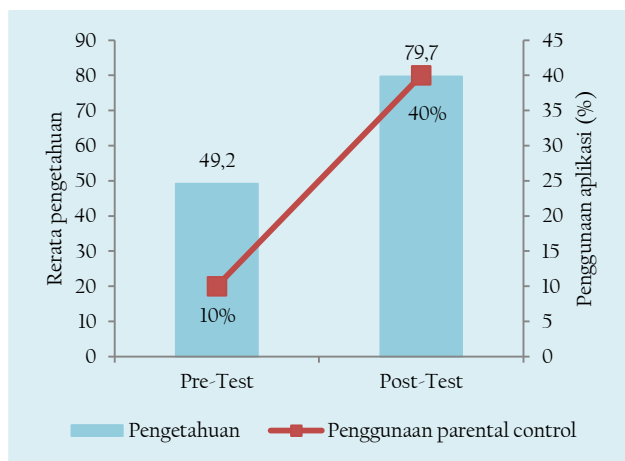
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan berjalan lancar, diikuti 30 peserta dari perwakilan wali siswa kelas 4 dan 5. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan karena merupakan hal baru dalam optimalisasi manfaat gadget yang setiap hari selalu digunakan untuk berkomunikasi (Gambar 1).



Gambar 1. Pelatihan *digital parenting*

Peserta seluruhnya belum pernah diberikan pelatihan *digital parenting* namun beberapa telah menggunakan aplikasi *google family link*. *Google family link* bisa dipakai untuk gadget berbasis android dan IOS. Aplikasi ini berperan sebagai *remote control* yang bias dimanfaatkan untuk mengendalikan *gadget* milik si Anak. Cara kerjanya sangat mudah, orangtua dan anak hanya perlu mengunduh aplikasi *family link* dan memiliki akun *google*. Ada dua jenis aplikasi yang tersedia untuk memakai layanan ini meliputi versi orang tua dan versi anak. Layanan ini memungkinkan orang tua mengatur berbagai macam hal ke *gadget* anak, termasuk diantaranya seperti mengatur waktu pemakaian, mengelola aplikasi yang bisa dipasang, membatasi konten-konten yang dapat ditonton, hingga melihat lokasinya. Keduanya dapat diunduh dari layanan *google play store/apple apps store*. Khusus untuk aplikasi orang tua, pengelolaan akun sesuai dengan jumlah anak yang ingin diawasi.



Gambar 2. Hasil pelatihan penggunaan *digital parenting*

Hasil evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan rerata pengetahuan orang tua peserta pelatihan sebelum dan sesudah kegiatan pelatihan *digital parenting* (Gambar 2).

Digital parenting merupakan hal yang penting karena dampak dari pembelajaran daring selama pandemic Covid-19 masih berdampak sampai sekarang pada penggunaan gadget anak. Hasil penelitian menunjukkan dampak kesehatan yang buruk bagi orang tua, wali, guru, mentor akibat peningkatan paparan gadget dan teknologi karena aktivitas pembelajaran online selama pandemi dan pemberlakuan karantina mandiri menyebabkan berkurangnya aktivitas di luar ruangan memiliki konsekuensi akumulasi kesehatan yang buruk [11]. Hal ini disebabkan paparan layar elektronik pada gadget berdampak pada gangguan psikopatologi. Penelitian terdahulu menunjukkan hubungan antara paparan layar *gadget* dengan tingkat depresi. Anak-anak, terutama perempuan, menggunakan *gadget* lebih dari lima jam/hari, hampir setengahnya (48%) memiliki risiko terkait bunuh diri lebih tinggi dibandingkan yang terpapar satu jam/hari (29%) [12]. Selain itu berbagai risiko perilaku buruk akibat paparan layar yang lain seperti kekerasan, perkelahian fisik, merendahkan diri dan harga diri, kecanduan, pembelajaran yang lambat, penurunan kognitif prematur 40-60% karena penggunaan perangkat elektronik termasuk menonton televisi [13]. Berbagai dampak *gadget* tidak hanya bagi anak-anak tapi juga guru. Beberapa penelitian menunjukkan intervensi kesehatan mental guru meningkatkan kesiapan, kepercayaan diri, dan sikap terhadap kesehatan mental [14].

Kegiatan pelatihan ini, dilanjutkan dengan monitoring untuk memantau keberlanjutan program. Kegiatan dilaksanakan dengan menerapkan strategi *bottom-up* yang melibatkan masyarakat dalam perancangan, pelaksanaan dan evaluasi setiap intervensi kesehatan, sehingga setiap kegiatan dapat berkelanjutan [15]. Hasil monitoring pelatihan *digital parenting* menunjukkan masih rendahnya partisipasi wali siswa dalam mempraktikkan aplikasi *google family link* di gadgetnya. Baru mencapai 40% wali siswa yang berusaha mengaplikasikan penggunaan *google family link* setelah pelatihan (Gambar 2).

Beberapa kendala yang dihadapi orang tua pada saat wawancara, merasa repot sehingga orangtua memilih dengan cara menasehati tanpa melakukan lewat pembatasan dengan gadgetnya. Wali murid yang sudah menggunakan aplikasi menyampaikan bahwa aplikasi sangat membantu terutama bagi para ibu yang bekerja, sehingga saat anak pulang sekolah, orang tua tetap dapat mengawasi kegiatan penggunaan *gadget* yang dilakukan oleh anak. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang aplikasi *parental control* menggunakan Kakano menunjukkan bahwa aplikasi mudah, murah, menarik

dan bermanfaat serta membantu orangtua dalam pendampingan anak, namun demikian hanya 20 % yang mempertahankan uji coba dengan aplikasi tersebut [16]. Penggunaan aplikasi *parental control* selain membawa manfaat bagi anak, agar terkontrol dalam penggunaan *gadget*, juga memberi manfaat bagi orangtua, karena penggunaan *gadget* bagi orangtua dapat meningkatkan semangat hidup dan kepuasan hidup sehingga menghindarkan pada kesepian yang dampaknya dapat menimbulkan berbagai gangguan psikologis. Hal ini sebagaimana hasil penelitian yang menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara keterlibatan internet dan kesejahteraan mental orang tua dengan hubungan antar generasi yang berkonflik atau terpisah.

Hasil ini merekomendasikan untuk mendorong dan melatih orang tua agar menggunakan internet untuk mengecilkan kesenjangan digital, mengembangkan infrastruktur internet yang sehat, menyediakan layanan internet berbiaya rendah, terutama bagi kaum muda dengan hubungan antar generasi yang berkonflik atau terpisah dan kaum lanjut usia [17]. Beberapa kegiatan program yang berkaitan dengan aplikasi digital bagi orang tua harapannya mempertimbangkan aksesibilitas dan keberlanjutan dengan informasi yang lebih mudah diakses oleh keluarga dan intervensi kesehatan digital yang efektif dan luas jangkauan programnya dalam pengasuhan anak diharapkan dapat meningkatkan dampak kesehatan bagi masyarakat [18].

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan wali siswa tentang dampak penggunaan *gadget* dan *digital parenting* agar dapat mengantisipasi dampak negatif bagi perkembangan anak.

REKOMENDASI

Sekolah hendaknya selalu mengingatkan penggunaan *gadget* pada anak didik dan orang tua berperan aktif dalam memantau penggunaan *gadget* pada anak sehingga tidak memberikan pengaruh negatif dalam perkembangan anak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada Kepala Sekolah Dasar Negeri Bobosan dan wali siswa yang telah memberikan ijin dan dukungannya dalam kegiatan pengabdian, serta ananda Rezky Rantika Dewi dan kawan-kawan yang senantiasa membantu dalam setiap pelaksanaan kegiatan. Terimakasih juga untuk Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan dukungan pendanaan hibah pengabdian masyarakat dengan kontrak nomor A.12-III/830-S.Pj/LPPM/XII/2022.

REFERENSI

[1] Hardiyanti Y, Parulian TS, Sihombing F. Peran Orangtua Dalam Mengawasi Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Sekolah Selama Pandemi Covid-19. *Carolus J Nurs* 2021; 4:

- 67–81.
- [2] Tambunan N, Batubara FA. Gadget utilization as a source of learning students of grade XII SMA Panca Budi Medan. *Int J Res Rev* 2020; 7: 524–547.
- [3] Hidayat F, Hernisawati H, Maba AP. Dampak penggunaan gadget terhadap kepribadian anak sekolah dasar: studi kasus pada siswa 'X'. *J Hum dan Ilmu Pendidik* 2021; 1: 1–13.
- [4] Aramico B, Azwar E, Aceh UM. Hubungan Perkembangan Karakter Anak Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Usia 3-6 Tahun Di Desa Bener Pepanyi Kecamatan Permata Kabupaten Bener Meriah Tahun 2022. 2022; 1: 118–129.
- [5] Neno AJ. Peran orangtua dalam mendampingi penggunaan gadget pada anak usia 4-6. *J Wilson* 2022; 2: 60.
- [6] Isnaningsih T, Sari FW. Hubungan Perilaku dan Frekuensi Penggunaan Gadget dengan Kualitas Tidur pada Remaja Relationship between Behavior and Frequency of Gadget Use with Sleep Quality in Adolescents. 2022; 1: 205–216.
- [7] Sumiyarini R, Yuliyani A. Kecanduan Smartphone dan Stres Akademik di Masa Pandemi : Sebuah Studi Potong Lintang. *Smart Soc Empower J* 2022; 2: 57.
- [8] Karomah YS, Widiyono A. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosi Siswa. *Jurkessutra (Jurnal Keschat Surya Nusantara)* 2022; 8: 35–44.
- [9] Chusna PA. Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Din Penelit Media Komun Sos Keagamaan* 2020; 17: 315–330.
- [10] BPS. *Penggunaan Gadget Pada Anak*. 2021.
- [11] Patra BN, Rina K, Padhy SK. of Learning on Children and Adolescents and Suggestions. *Psychiatr Danubina*, 2021; 33: 600–603.
- [12] Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML MG. Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time. *Clin Psychol Sci* 2018; 6: 17–19.
- [13] Janssen C&. Neighborhood disorder and screen time among 10-16 year old Canadian youth: A cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2012; 9: 12–17.
- [14] Bressan CDAPP. Digital mental health interventions for school teachers - A narrative review. *Early Interv Psychiatry*; 5.
- [15] Hikmawati I, Setiyabudi R. Pengendalian Bersama Vector Demam Berdarah Dengue (DBD) Dan Covid-19 Berbasis Pemberdayaan Masyarakat. In: “*Pengembangan Sumberdaya Menuju Masyarakat Mandiri Berbasis Inovasi Ipteks*”. Universitas Muhammadiyah Purwokerto, ISBN : 978-602-14930-0-7, 2021, pp. 29–35.
- [16] Frampton, Aeth Donkin, Merry, Moor, Mowat , Hetrick ; Hopkins S. Exploring the Acceptability, Feasibility, and Effectiveness of a Digital Parenting Program to Improve Parental Well-being After the Christchurch Earthquakes: Cluster-Randomized Trial. *JMIR Form Res*; 5.
- [17] L M Zhang Y GY. The moderating effect of intergenerational relationships on the association between Internet engagement and mental well-being. *Aging Ment Heal* 2023; 5: 1–9.
- [18] D Holtrop K, Casaburo G, Hickman T, Yzaguirre MM Y. The acceptability and preliminary effectiveness of a brief, online parenting program: Expanding access to Evidence-Based parenting intervention content. *Fam Process* 2023; 5: 1–18.