



**Menjaga Anak dari
Pengaruh Media**

Kurikulum Pengasuhan Anak bagi Orangtua di Aceh ini dikembangkan bersama oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dan United Nation's Children Fund (UNICEF).

Program ini terlaksana atas dukungan dari IKEA Foundation 

Agustus 2019





Menjaga Anak dari Pengaruh Media

Pertemuan 13

Tujuan:

1. Meningkatkan pengetahuan orangtua tentang jenis-jenis media dan dampaknya pada anak
2. Meningkatkan keterampilan orangtua dalam mencegah pengaruh media pada anak

Durasi:

1 jam 10 menit

Alat dan Bahan:

- Buku Menjadi Orangtua Hebat
- Lembar Balik – Pengaruh Media

Cara membaca dan menggunakan dokumen panduan pertemuan ini:

- Panduan pertemuan ini berisikan rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan kader selama pertemuan. Kader perlu membaca instruksi-instruksi yang ada sebelum melaksanakan kegiatan yang diminta.
- Kalimat yang tertulis di dalam kotak berwarna **hijau** adalah materi yang perlu dibacakan kader langsung kepada peserta seperti yang tertulis.
- Untuk membantu menjelaskan topik pertemuan, kader akan menggunakan lembar balik dengan cara penggunaan sebagai berikut:
 - Masukkan tangan kiri ke dalam lipatan segitiga lembar balik.
 - Arahkan lembaran judul (dan lembaran untuk peserta pada halaman-halaman berikutnya) kepada peserta. Pastikan bahwa peserta paling belakang dapat melihat gambar dan tulisan yang ada.
 - Lembaran yang menghadap kader adalah petunjuk dan bahan penjelasan yang perlu dibacakan langsung oleh kader pada saat menyampaikan materi.
 - Kader dapat membalik lembar demi lembar selama pertemuan berlangsung, sambil membacakan penjelasan pada lembaran untuk kader.

Pembukaan

5'

1. Kader mengucapkan salam dan menyampaikan tujuan dari pertemuan.

Bapak/Ibu, terima kasih sudah hadir kembali dalam pertemuan kita pada hari ini. Tidak terasa kita sudah melakukan 12 kali pertemuan dan hari ini adalah pertemuan terakhir dari rangkaian pengasuhan anak. Pada hari ini kita akan membahas tentang **menjaga anak dari pengaruh media**

Catatan untuk kader:

Kader bisa menyambut peserta dengan menyapa dan menyebut nama peserta langsung.

- 2.. Kader memimpin doa. Jika memungkinkan, kader meminta salah satu peserta untuk secara sukarela memimpin doa.
3. Kader mengajak peserta untuk mengingat kembali apa yang dipelajari pada pertemuan sebelumnya.

Sebelum kita memulai pertemuan hari ini, apakah ada Bapak/Ibu yang bisa mengingatkan kita bersama tentang apa yang kita pelajari dalam pertemuan sebelumnya?

Catatan untuk kader:

Jika tidak ada peserta yang ingat, kader bisa mengingatkan kembali secara umum apa saja yang sudah dipelajari pada pertemuan sebelumnya, yaitu tentang stimulasi/ rangsangan perkembangan kemampuan menolong diri sendiri dan tingkah laku sosial.

4. Kader bertanya kepada peserta tentang tugas rumah yang sudah dilakukan

Bapak/Ibu, saya juga ingin menanyakan apakah Bapak/Ibu sudah sempat mengerjakan tugas rumah yang kita bahas pada pertemuan yang lalu:

- Apakah Bapak/Ibu sudah menyampaikan apa yang dipelajari kepada anggota keluarga di rumah?
- Apakah Bapak/Ibu sudah melakukan stimulasi atau rangsangan perkembangan anak sesuai KKA? Apa saja yang Bapak/Ibu lakukan?
- Bagaimana dengan perkembangan perilaku sosial anak? Apakah anak sudah tidak bermasalah untuk bertemu dengan orang lain/ keluarga besar?

5. Kader melakukan penyegaran suasana dengan memeragakan **salam BKB**, dan meminta peserta untuk mengikuti gerakan yang dicontohkan kader.

Kader mengucapkan
“Salam BKB!”

Peserta dan kader menjawab dengan:



“Orangtua hebat” (sambil gerakan mengacungkan dua ibu jari)



“Balita cerdas” (sambil menunjuk ke kening dengan dua jari telunjuk)



“Keluarga bahagia” (sambil membuat gerakan tangan membuat simbol hati)

Pengenalan Topik

5'

- 6 Kader menyampaikan saat ini salah satu tantangan terbesar dalam mengasuh anak adalah dengan kecanggihan teknologi dan media.

Bapak/Ibu, sebagai orangtua kita dihadapkan pada berbagai tantangan dalam membesarkan anak. Salah satunya adalah tantangan terhadap kecanggihan teknologi dan media.

- Apakah kita di sini semua memanfaatkan kemajuan teknologi dan media? Apa saja media yang Bapak/Ibu miliki di rumah?
- Apa tayangan yang biasa ditonton anak di media tersebut? Apakah ada permasalahan yang Bapak/Ibu hadapi?

7. Kader mendengarkan jawaban peserta dan berterima kasih. Kader kemudian menyampaikan pengantar topik.

Terima kasih atas jawabannya, Bapak/Ibu. Sekarang kita akan mendiskusikan sisi positif dan negatif dari media dan teknologi yang ada di rumah saat ini.

Kegiatan Inti

30'

8. Kader meminta peserta untuk membentuk 4 kelompok kecil dan berdiskusi mengenai dampak negatif dan positif dari media selama 10 menit, dengan pembagian tugas setiap kelompok sebagai berikut.

| No | Media | Dampak/ Pengaruh Positif | Dampak/ Pengaruh Negatif |
|------------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| Kelompok 1 | Televisi | | |
| Kelompok 2 | Telepon genggam (termasuk akses internet dan sosial media dengan menggunakan telepon genggam) | | |
| Kelompok 3 | Permainan elektronik (play station, ding dong, video games dan lainnya) | | |
| Kelompok 4 | Komputer atau laptop (termasuk akses internet, sosial media dengan menggunakan komputer) | | |

9. Setiap kelompok diminta untuk menyampaikan hasil diskusi.
10. Kader merangkum hasil diskusi dengan menyampaikan informasi tentang media yang ada di Lembar Balik – Pengaruh Media.

Bapak/Ibu, marilah sekarang kita simak penjelasan tentang tantangan yang dihadapi orangtua dan cara menjaga anak dari pengaruh media melalui Lembar Balik.

Catatan untuk kader:

Setelah pengantar di atas, kader bisa mulai menyampaikan informasi yang ada pada Lembar Balik. membantu peserta lain yang membawa anak

11. Kader mengajak peserta untuk menyepakati waktu penggunaan media elektronik yang sesuai bagi anak maupun bagi orangtua

Bapak/Ibu, dari penjelasan yang kita dapatkan melalui Lembar Balik, sangatlah penting bagi kita untuk membatasi penggunaan media pada anak dan memilihkan tontonan/permainan yang cocok buat anak sesuai usianya. Jadi setelah ini, sebaiknya orangtua menyepakati dengan anak dan anggota lain yang ada di keluarga mengenai tayangan apa yang boleh dan tidak boleh dilihat serta *game* apa yang bisa dimainkan dan tidak oleh anak.

Kesimpulan

10'

12. Kader meminta kesediaan beberapa peserta untuk menyampaikan pendapat tentang apa yang sudah dipelajari hari ini dan menyimpulkan. Jika diperlukan gunakan lagi lembar balik untuk mengingatkan peserta tentang apa yang dipelajari pada hari ini.

- Orangtua perlu menyepakati bersama dengan anak tentang waktu, jenis tayangan, dan lamanya media yang ada yang boleh digunakan oleh anak.
- Orangtua perlu menjadi contoh bagi anak dalam penggunaan media elektronik dan teknologi secara bijak.
- Ingatlah setiap kita akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat kelak, termasuk pertanggung jawaban sebagai orangtua dalam memastikan media teknologi apa yang digunakan oleh anak, apakah memberikan banyak manfaat atau banyak mudharat?

Pengisian KKA

5'

14. Kader membantu setiap peserta mengisi Kartu Kembang Anak (KKA).

15. Jika kader menemukan ada **anak yang belum mampu melakukan tugas perkembangan sesuai usianya**, yang ditunjukkan oleh titik perpotongan antara garis tegak (merupakan tugas perkembangan) dan garis datar (merupakan umur anak dalam hitungan bulan) yang berada di bawah garis merah, maka kader memberikan tugas rumah kepada **orangtua untuk melakukan stimulasi (rangsangan)** kepada anak sesuai dengan yang disarankan di KKA. **Sampaikan kepada orangtua dari anak tersebut untuk tidak merasa malu** jika anaknya belum mampu melakukan tugas perkembangan, karena **kecepatan perkembangan setiap anak berbeda-beda**.
16. Kader perlu memastikan orangtua telah melakukan tugas rumah untuk melakukan rangsangan (stimulasi) pada pertemuan sebelumnya. Jika anak masih belum dapat melakukan tugas perkembangannya meskipun sudah dilakukan rangsangan (stimulasi) maka sarankan orangtua untuk merujuk (membawa) anak ke Puskesmas terdekat atau tenaga ahli tumbuh kembang lainnya (dokter, psikolog, tenaga pendidik) agar mendapatkan bantuan lebih lanjut.

Tugas Rumah

5'

17. Kader meminta peserta untuk melakukan tugas rumah sebagai berikut.

- Menyampaikan apa yang sudah dipelajari pada hari ini kepada anggota keluarga di rumah.
- Menstimulasi perkembangan anak sesuai hasil dari KKA.
- Membuat kesepakatan di rumah dengan anak dan seluruh anggota keluarga tentang batasan dalam penggunaan media teknologi.
- Menghindari penggunaan media sosial (facebook, aplikasi percakapan online (chatting), dan lainnya) saat sedang menemani anak.

Penutup

5'

18. Kader menyampaikan rencana pertemuan berikutnya (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta untuk membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir dalam pertemuan berikutnya.
19. Kader mengingatkan tentang KB dengan menyampaikan hal-hal berikut.

Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T:

- Terlalu muda (usia di bawah 16 tahun)
- Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)

- Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)
- Terlalu banyak (memiliki banyak anak)

20. Kader mengucapkan terima kasih atas kehadiran para peserta dalam kegiatan ini.
21. Kader meminta salah seorang peserta untuk memimpin doa penutup kegiatan.
22. Kader menutup kegiatan dengan yel-yel orangtua hebat atau yel-yel kelompok masing-masing.

Kader mengajak peserta melakukan yel-yel orangtua hebat.

Kader mengatakan **“Mau jadi orangtua hebat?”**

Peserta dan kader menjawab dengan: **“Ayo ke BKB”**
(sambil gerakan kedua tangan gaya mengajak orang ikut serta)

Catatan untuk kader:

Jika pertemuan ini bukan dalam bentuk pertemuan BKB, kader bisa mengganti istilah BKB dengan nama lain sesuai dengan nama pertemuan, misalnya: Posyandu, Kelas Ibu, PKK, dan lain sebagainya.

Bahan Bacaan Pertemuan 13

Tantangan pengasuhan anak di era digital/layar

Seiring dengan perkembangan zaman, anak-anak tumbuh dan berkembang dengan terbiasa melakukan kegiatan sehari-hari di depan layar, seperti layar telepon genggam, layar mesin permainan, layar TV, layar komputer, dan sebagainya. Di satu sisi, anak-anak dituntut terampil dalam mengakses teknologi, tetapi di sisi lain, anak juga mendapatkan akses negatif terhadap penggunaan teknologi.

Berikut adalah dampak penggunaan media-media tersebut pada anak:

| Positif | Negatif |
|---|---|
| Keterampilan penguasaan teknologi | Waktu menonton yang berlebihan |
| Hiburan yang relative murah | Acara tidak sesuai dengan usia |
| Ketika bermain game, dapat melatih pemecahan masalah dan penggunaan logika | Dampak sinar biru pada layar yang memengaruhi fokus perhatian dalam belajar dan ketahanan membaca |
| Mendapatkan informasi dan pengetahuan baru untuk tayangan yang memang khusus anak | Menghilangkan kesempatan untuk bersosialisasi dengan lingkungan |
| Menciptakan kebersamaan antara orang tua dan anak | Kurang kontrol orang tua |

Tantangan pengasuhan anak di era digital/layar

Gejala fisik

- Ada perbedaan pada jari atau jempol (mis: melepuh, luka, dsb)
- Mata kering, penglihatan berkurang
- Sakit kepala, migren
- Sakit-sakitan
- Ada penyimpangan dalam kebiasaan sehari-hari (mis: malas makan, malas mandi, dsb)

Gejala psikologis

- Perasaan mudah berubah (mis: cepat marah, gelisah)
- Lebih berminat untuk bermain video game/ menonton dibanding hal lainnya
- Permainan/tontonan digunakan sebagai mekanisme pertahanan diri
- Berbohong untuk mencari waktu agar bisa bermain
- Menghindari bertemu orang lain/bersosialisasi

Kiat untuk membantu keluarga mengelola media digital yang selalu berubah:

- Buat rencana penggunaan media untuk keluarga. Media seharusnya dapat membantu orangtua dalam mengasuh dan membesarkan anak ketika digunakan secara bijaksana dan tepat. Tetapi ketika digunakan secara tidak tepat atau tanpa pemikiran, media dapat menggantikan banyak kegiatan lain yang lebih penting. Hubungan langsung antara anak dan orangtua yang biasanya dilakukan dengan interaksi tatap muka, waktu berkumpul keluarga, permainan bersama di luar ruangan, akhirnya tergantikan oleh media yang dimanfaatkan sendiri oleh anak.

- Perlakukan media sebagaimana hal lainnya dalam kehidupan anak. Tetapkan batas penggunaan media oleh anak, seperti batasan yang ditetapkan untuk waktu bermain, dan batasan-batasan lainnya.
- Temani anak di depan layar elektronik. Melihat bersama, bermain bersama, dan bekerja sama dengan anak-anak ketika mereka menggunakan layar elektronik dapat mendorong interaksi dan ikatan yang baik antara orangtua dan anak.
- Jadilah teladan yang baik. Mengajarkan dan memberi teladan kepada anak adalah hal yang penting. Jika anak diberi batasan dalam menggunakan media/gadget, maka orangtua perlu melaksanakan hal yang sama.
- Berikanlah mainan alternatif seperti boneka atau mobil-mobilan atau mainan lainnya. Pada dasarnya cara ini kurang efektif, tetapi setidaknya anak masih memiliki beberapa pilihan mainan yang bisa untuk dimainkan. Dorong juga agar anak bermain dengan teman sebaya di luar rumah dengan memastikan bahwa lingkungan bermain yang aman.
- Apabila orangtua menginginkan anak tidak kecanduan gawai (gadget) maka orangtua perlu meluangkan waktu yang lebih untuk bermain bersama anak. Biasanya salah satu alasan anak memilih bermain dengan gawai karena anak dibiarkan sendiri tanpa ada yang mengajaknya berinteraksi.

