

## PARENTING DIGITAL: STRATEGI EFEKTIF UNTUK MEMBIMBING ANAK DALAM MENGGUNAKAN INTERNET SEHAT DAN AMAN (INSAN)

Rully Andi Yaksa<sup>1</sup>, Muhammad Hamdi<sup>2</sup>, Muhammad Zulfikar<sup>3</sup>, Muhammad Alridho Lubis<sup>4</sup>, Muhammad Ferdiansyah<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi

Email: [rullyandi@unja.ac.id](mailto:rullyandi@unja.ac.id)

### Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan solusi bagi orang tua di Desa Sungai Duren dalam membimbing anak-anak menggunakan internet secara sehat dan aman. Program *Parenting Digital: Strategi Efektif untuk Membimbing Anak dalam Menggunakan Internet Sehat dan Aman (INSAN)* dilaksanakan melalui ceramah, diskusi, simulasi, dan praktikum. Hasil program menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran orang tua terkait pengawasan internet anak. Evaluasi pascaprogram mengindikasikan penurunan kasus kecanduan gadget pada anak-anak dan peningkatan partisipasi orang tua dalam memantau aktivitas online anak. Program ini menunjukkan bahwa edukasi digital parenting dapat menjadi solusi strategis dalam menciptakan lingkungan internet yang aman dan mendukung perkembangan anak-anak.

**Kata kunci:** *Parenting Digital, Internet Sehat, Internet Aman*


### Abstract

*This community service aims to provide solutions for parents in Sungai Duren Village in guiding their children to use the internet safely and healthily. The Parenting Digital: Effective Strategies for Guiding Children in Safe and Healthy Internet Use (INSAN) program was implemented through lectures, discussions, simulations, and practical sessions. The results revealed significant improvements in parents' knowledge, skills, and awareness regarding supervising children's internet use. Post-program evaluations indicated a reduction in gadget addiction cases among children and increased parental involvement in monitoring their children's online activities. This program demonstrates that digital parenting education can serve as a strategic solution to create a safe internet environment and support children's development.*

**Keywords:** *Digital Parenting, Safe Internet, Secure Internet*

Artikel disubmit: 27-10-2024 disetujui tanggal: 14-11-2024 Artikel dipublikasikan: 15-11-2024

Corresponden Author: Rully Andi Yaksa e-mail: [rullyandi@unja.ac.id](mailto:rullyandi@unja.ac.id)

DOI: <https://doi.org/10.31851/wdk.v7i2.16910> 

### PENDAHULUAN

Era digital adalah istilah yang menggambarkan kemunculan teknologi digital, internet, dan secara lebih khusus teknologi informasi. Era ini ditandai dengan perkembangan teknologi yang mendorong peningkatan kecepatan dan arus perubahan pengetahuan dalam

ekonomi dan kehidupan masyarakat. Orang tua, sebagai bagian dari masyarakat informasi, tidak bisa menghindari fakta bahwa anak-anak di era digital selalu terhubung dengan teknologi. Teknologi baru menjadi salah satu indikator paling nyata dari munculnya era ini dan menandakan terbentuknya masyarakat informasi.

## WAHANA DEDIKASI

Masyarakat baru terbentuk sebagai hasil dari penyebaran teknologi komunikasi selama revolusi teknologi informasi (Webster, 2006). Globalisasi saat ini memengaruhi dunia pendidikan, termasuk pendidikan anak. Penggunaan internet yang berlebihan memiliki efek negatif, salah satunya adalah penurunan prestasi akademik anak. Penggunaan chat room dan metode komunikasi sinkron lainnya dapat menyebabkan anak-anak begadang hingga larut malam, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada prestasi akademik mereka (Shahibi & Rusli, 2017). Terbukti bahwa penggunaan internet yang berlebihan dapat berdampak negatif pada remaja dari segi sosial, psikologis, dan akademik (Casaló & Escario, 2019).

Saat ini, Kepala Desa Sungai Duren adalah Datuk Zaini, SH, yang menjabat untuk periode pertama 2019-2024 dan saat ini sedang menjalani periode kedua 2024-2032. Desa Sungai Duren terletak di Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi, Provinsi Jambi, dengan luas wilayah sekitar 814 hektar. Desa ini terbagi menjadi 14 RT dan 3 dusun, yaitu Dusun Pasir Raya, Dusun Tuo, dan Dusun Baru. Desa Sungai Duren berbatasan dengan Desa Sarang Burung di utara, Desa Mendalo Indah dan Mendalo Laut di timur, Desa Simpang Sungai Duren di selatan, dan Desa Muaro Pijoan di barat.

Masyarakat Desa Sungai Duren terdiri dari sekitar 822 kepala keluarga, dengan mayoritas penduduk bekerja di sektor pertanian (167 orang). Tingkat pendidikan masyarakat desa ini didominasi oleh

lulusan SD/MI (390 orang), SLTP/MTS (372 orang), dengan lulusan perguruan tinggi sebanyak 1 orang (S1), 2 orang (S2), 17 orang (Diploma), dan 1 orang (S3). Rendahnya tingkat pendidikan ini menjadikan remaja di Desa Sungai Duren lebih rentan terhadap dampak negatif dari penggunaan teknologi, terutama internet yang berlebihan (Putrawangsa & Hasanah, 2018; Chalim & Anwas, 2018).

Kegiatan ini bertujuan untuk memberi masyarakat Desa Sungai Duren pengetahuan dan keterampilan dalam perawatan anak, terutama bagaimana mendidik anak yang terpapar penggunaan internet yang berlebihan. Menurut Lubis et al. (2019), Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Jambi telah merencanakan dan melaksanakan berbagai kegiatan pengabdian di lingkungan kampus, termasuk pendampingan dan penyuluhan. Kegiatan-kegiatan ini memanfaatkan kemampuan dosen Universitas Jambi.

### METODE

Tempat acara tersebut adalah Desa Sungai Duren, yang terletak di Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi. Program terdiri dari tiga fase: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Ini akan dilaksanakan dari April hingga Oktober 2024. Untuk memulai Parenting Digital, berikut adalah langkah-langkah yang harus diikuti: Strategi Efektif untuk Membimbing Anak dalam Menggunakan Internet Sehat dan Aman (INSAN), bersama

## WAHANA DEDIKASI

dengan strategi pengabdian masyarakat yang akan diterapkan:

1. **Ceramah:** Metode ini digunakan untuk menyampaikan konsep dasar parenting digital kepada para orang tua. Ceramah harus disampaikan secara menarik dan mudah dipahami oleh peserta. Beberapa teknik khusus digunakan dalam ceramah untuk membuat materi mudah dipahami dan menarik perhatian peserta seperti a) Teknik Storytelling: Ceramah akan diselingi dengan cerita-cerita yang relevan, seperti kisah nyata atau simulasi situasi sederhana yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari anak-anak di era digital. Cerita-cerita ini membantu peserta mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari, sehingga konsep lebih mudah dipahami dan diinternalisasi, dan b) Tanya Jawab Interaktif: Setelah pembicara menyampaikan topik penting, fasilitator memulai sesi tanya jawab agar orang tua dapat mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan situasi atau pengalaman pribadi mereka sendiri. Ini membuat peserta lebih aktif dan membuat materi lebih dekat dengan masalah sehari-hari mereka.
2. **Presentasi:** Metode ini digunakan untuk memvisualisasikan materi pelatihan, melalui slide atau video, agar peserta lebih mudah memahami konsep yang disampaikan. Adapun pelaksanaannya seperti: a) Visualisasi Interaktif: Setiap slide memiliki ilustrasi dan grafik sederhana yang menuju ke inti masalah. Video ilustrasi pendek (kurang dari dua menit) juga digunakan untuk menggambarkan situasi sehari-hari anak yang berada di internet, yang mungkin tidak disadari para orang tua, b) Ilustrasi Kasus Lokal: Untuk membuat presentasi lebih relevan, contoh yang disajikan adalah kasus atau masalah yang pernah terjadi di komunitas setempat atau sebanding dengan situasi masyarakat Sungai Duren, dan c) Kuis Singkat Selama Presentasi: Untuk memastikan bahwa peserta memahami materi dan membuat presentasi lebih interaktif, peserta diberi kuis singkat di tengah presentasi.
3. **Diskusi:** Diskusi akan mengajak peserta untuk membahas konsep parenting digital. Diskusi akan dimoderasi dengan baik agar tetap produktif dan terarah. Adapun pelaksanaannya seperti: Diskusi Kelompok Kecil: Peserta dibagi menjadi kelompok kecil untuk membahas masalah seperti akses ke konten yang tidak sesuai umur atau efek media sosial. Ini memungkinkan setiap peserta berbicara dengan lebih bebas., dan b) Ringkasan Akhir oleh Fasilitator: Setelah diskusi, fasilitator memberikan ringkasan yang menggabungkan ide-ide

## WAHANA DEDIKASI

penting yang disampaikan oleh peserta sehingga diskusi terasa lebih bernilai daripada hanya berbagi cerita.

4. Simulasi: Simulasi digunakan untuk mempraktikkan situasi atau skenario nyata yang berkaitan dengan tantangan digitalisasi, seperti kejadian-kejadian terkait kejahatan online, menggunakan gambar dan video sebagai ilustrasi. Adapun pelaksanaannya seperti: a) Role-Playing: Peserta berperan sebagai orang tua atau anak dalam situasi yang sering terjadi di era digital, seperti ketika anak-anak menghabiskan waktu berlebihan di media sosial atau menghadapi pesan yang mencurigakan. Peserta kemudian mempraktikkan respons yang tepat dan dievaluasi bersama, dan b) Penggunaan Kasus Realistis: Situasi simulasi didasarkan pada kejadian nyata yang mungkin dihadapi orang tua di lingkungan mereka. Misalnya, situasi di mana anak menggunakan ponsel tanpa pengawasan atau menerima pesan dari orang asing adalah contohnya. Ini membuat simulasi lebih menarik bagi peserta dan membantu mereka membayangkan bagaimana hal itu dapat diterapkan dalam dunia nyata.
5. Praktikum: Metode ini memberikan pengalaman langsung kepada peserta untuk mempraktikkan konsep parenting digital yang telah mereka pelajari. Adapun pelaksanaannya seperti: a) Praktik Langsung dengan Perangkat Digital: Peserta

diberikan beberapa perangkat, seperti ponsel atau tablet, dan fasilitator mengajarkan cara mengaktifkan fitur pengendalian parental, menyaring konten, dan mengatur batas waktu penggunaan perangkat, dan b) Pendampingan Individu: Pefasilitator atau asisten akan memberikan pendampingan individu untuk memastikan bahwa setiap peserta dapat menguasai teknik yang diajarkan jika mereka mengalami kesulitan. Pendekatan ini sangat bermanfaat bagi orang tua yang baru mengenal teknologi.

### Partisipasi Mitra

Masyarakat Desa Sungai Duren akan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Mereka akan mendengarkan materi yang disampaikan oleh dosen, melakukan diskusi, tanya jawab, serta mengikuti simulasi tentang parenting digital. Keberhasilan program pelatihan diukur dari sejauh mana peserta memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam parenting digital.

Untuk memastikan keberlanjutan program, peserta akan dimasukkan ke dalam grup WhatsApp, yang berfungsi sebagai platform pemantauan dan tindak lanjut setelah pelatihan. Evaluasi program akan dilakukan dengan beberapa langkah berikut:

1. Survei Kesadaran Masyarakat: Mengukur pengetahuan dan sikap masyarakat tentang kesehatan internet sebelum dan sesudah penerapan program.
2. Pemantauan Kasus Kejahatan Online: Memeriksa jumlah



## WAHANA DEDIKASI

dan jenis kejahatan online di wilayah yang tercakup dalam program untuk menilai dampak pencegahan yang dilakukan. 3. Umpan Balik Masyarakat: Mengumpulkan umpan balik dari peserta dan pemangku kepentingan lainnya untuk mengevaluasi efektivitas dan relevansi program.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Parenting Digital: Strategi Efektif untuk Membimbing Anak dalam Menggunakan Internet Sehat dan Aman (INSAN)) menunjukkan dampak positif yang signifikan, baik dalam aspek peningkatan pengetahuan orang tua maupun dalam perubahan perilaku pengasuhan terhadap penggunaan internet oleh anak-anak di Desa Sungai Duren. Program ini dirancang untuk menjawab permasalahan utama yang dihadapi oleh masyarakat desa, khususnya orang tua, terkait tantangan dalam mengelola penggunaan internet pada anak di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan selama dan setelah pelaksanaan program, ditemukan sejumlah hasil yang menunjukkan bahwa program ini berhasil mencapai tujuannya.

#### Peningkatan Pengetahuan dan Pemahaman

Salah satu hasil yang paling menonjol dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan orang tua mengenai konsep (parenting digital). Sebelum program dilaksanakan, banyak orang tua di Desa Sungai Duren yang masih kurang memahami bagaimana mengawasi dan

membimbing anak-anak mereka dalam menggunakan internet secara bijak. Setelah mengikuti rangkaian pelatihan dan pendampingan, para peserta menunjukkan pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep (parenting digital), termasuk mengenai risiko dan peluang yang ditawarkan oleh teknologi digital. Orang tua kini lebih sadar akan pentingnya membimbing anak dalam mengakses konten-konten yang sesuai dan aman, serta memahami dampak jangka panjang dari penggunaan internet yang tidak terkontrol.

Program ini juga memperkenalkan berbagai strategi praktis yang bisa diterapkan oleh orang tua dalam membimbing anak-anak mereka. Metode ceramah yang digunakan dalam pelatihan memberikan landasan teoretis yang kuat tentang bagaimana perkembangan teknologi digital dapat memengaruhi perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik anak. Selain itu, metode diskusi dan simulasi memberikan kesempatan bagi para peserta untuk berbagi pengalaman dan belajar dari contoh nyata tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan internet di lingkungan keluarga. Hal tersebut dapat dilihat dari Gambar 1.



Gambar 1. Peserta menyampaikan refleksi tentang parenting digital.

## WAHANA DEDIKASI

### Peningkatan Keterampilan Praktis dalam Pengasuhan

Selain peningkatan pengetahuan, program ini juga berhasil meningkatkan keterampilan praktis orang tua dalam mengawasi dan membimbing anak-anak mereka dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Peserta mensimulasikan kegiatan parenting digital

Melalui sesi praktikum, para orang tua diberi kesempatan untuk langsung mempraktikkan teknik-teknik parenting digital yang telah dipelajari. Mereka diajarkan bagaimana menerapkan kontrol orang tua (parental control) pada perangkat anak-anak mereka, cara memonitor aktivitas online, dan bagaimana berdialog secara terbuka dengan anak tentang penggunaan internet yang sehat dan aman.

Evaluasi pasca-pelatihan menunjukkan bahwa orang tua merasa lebih percaya diri dalam menerapkan teknik-teknik ini di rumah. Mereka melaporkan adanya perubahan signifikan dalam cara mereka mengelola waktu anak dalam menggunakan internet, termasuk penerapan batasan waktu penggunaan dan pemilihan konten yang aman. Selain itu, orang tua juga

menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mendeteksi potensi bahaya dari aktivitas online anak, seperti paparan konten tidak pantas atau risiko interaksi dengan orang asing.

### Partisipasi Aktif dan Keberlanjutan Program

Keberhasilan program ini juga tercermin dalam partisipasi aktif dari masyarakat. Selama pelatihan, para orang tua tidak hanya menjadi peserta pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi dan simulasi. Diskusi yang difasilitasi dengan baik memungkinkan para peserta untuk saling berbagi pengalaman tentang tantangan yang mereka hadapi dalam mengasuh anak-anak di era digital, serta mencari solusi bersama untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Simulasi yang dilakukan selama pelatihan memberikan gambaran nyata tentang bagaimana menghadapi situasi-situasi yang sering terjadi terkait penggunaan internet oleh anak, seperti kecanduan gadget dan paparan konten negatif.

Program ini juga dilanjutkan dengan pembentukan grup WhatsApp untuk memfasilitasi komunikasi berkelanjutan antara para peserta pelatihan. Grup ini digunakan sebagai platform untuk berbagi informasi, memberikan pembaruan tentang praktik parenting digital, serta mendiskusikan berbagai masalah yang mungkin muncul setelah pelatihan berakhir. Dari hasil testimoni yang diberikan peserta bahwa Banyak peserta menceritakan pengalaman mereka setelah mengikuti program. Salah satu peserta, ibu Siti, berkata, "Sebelum ikut pelatihan ini, saya sering bingung bagaimana membatasi

## WAHANA DEDIKASI

anak-anak dalam bermain ponsel." Saya sekarang memiliki pengetahuan tentang cara melakukannya, mulai dari mengatur batas waktu hingga memilih konten yang aman. Selain itu, anak saya menjadi lebih terbuka tentang hal-hal yang dia lihat di internet. Bapak Dikin, ayah dari dua anak, juga mengalami perubahan positif setelah pelatihan. Dia menyatakan, "Awalnya saya pikir pengawasan seperti ini tidak penting, tetapi setelah pelatihan, saya sadar betapa pentingnya mengarahkan anak agar mereka tidak salah menggunakan internet." Saya lebih percaya diri dan tahu apa yang harus saya lakukan sekarang.

Hal ini memungkinkan keberlanjutan program di luar sesi tatap muka, sehingga peserta tetap mendapat dukungan dan bimbingan dalam jangka panjang.

### **Dampak Terhadap Anak dan Lingkungan Keluarga**

Dampak positif dari program ini tidak hanya dirasakan oleh orang tua, tetapi juga oleh anak-anak mereka. Setelah orang tua menerapkan strategi (parenting digital) yang telah dipelajari, dilaporkan adanya penurunan kasus kecanduan gadget di kalangan anak-anak. Orang tua yang sebelumnya kesulitan dalam mengatur waktu anak dalam menggunakan perangkat elektronik, kini mampu menetapkan aturan yang lebih tegas mengenai durasi dan jenis konten yang boleh diakses. Anak-anak juga dilaporkan lebih terbuka untuk berdiskusi dengan orang tua mereka mengenai aktivitas online mereka, menunjukkan adanya peningkatan komunikasi yang sehat antara anak dan orang tua.

Selain itu, ada penurunan signifikan dalam paparan anak terhadap konten negatif dan interaksi online yang berisiko. Orang tua yang lebih teredukasi dan terampil dalam mengawasi penggunaan internet anak-anaknya mampu mencegah potensi dampak buruk, seperti cyberbullying dan paparan konten dewasa. Program ini juga berkontribusi dalam membentuk lingkungan keluarga yang lebih mendukung perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik anak.

### **Evaluasi dan Keberlanjutan Dampak**

Program ini diukur kesuksesannya melalui beberapa indikator, salah satunya adalah survei pramen dan pascapelatihan yang dilakukan untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap orang tua terhadap penggunaan internet. Hasil survei menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kesadaran orang tua tentang pentingnya pengawasan dan bimbingan dalam penggunaan internet. Evaluasi juga dilakukan melalui pemantauan kasus-kasus kejahatan online di Desa Sungai Duren, yang menunjukkan penurunan jumlah laporan terkait masalah penggunaan internet oleh anak-anak setelah pelaksanaan program.

Selain itu, umpan balik yang dikumpulkan dari para peserta dan pemangku kepentingan lainnya menunjukkan bahwa program ini dianggap relevan dan efektif dalam membantu orang tua menghadapi tantangan (parenting) di era digital. Banyak peserta yang mengungkapkan keinginan untuk mengikuti program lanjutan atau pelatihan serupa di masa depan, serta merekomendasikan

## WAHANA DEDIKASI

program ini kepada orang tua lainnya di komunitas mereka.

### SIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan, hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat positif dan memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan kapasitas orang tua di Desa Sungai Duren dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital. Program ini berhasil memberikan pengetahuan, keterampilan, dan dukungan berkelanjutan kepada para orang tua untuk membimbing anak-anak mereka dalam menggunakan internet secara sehat dan aman. Dengan adanya program ini, diharapkan masyarakat Desa Sungai Duren, khususnya para orang tua, dapat terus mengembangkan kemampuan parenting digital mereka, serta berkontribusi dalam menciptakan lingkungan digital yang aman dan mendukung perkembangan anak-anak mereka.

### DAFTAR PUSTAKA

- Casaló, L. V., & Escario, J. J. (2019). Predictors of excessive internet use among adolescents in Spain: The relevance of the relationship between parents and their children. *Computers in Human Behavior*, 92, 344–351.
- Chalim, S., & Anwas, E. O. M. (2018). Peran orangtua dan guru dalam membangun internet sebagai sumber pembelajaran. *Jurnal Penyuluhan*, 14(1), 42–51.

- Lubis, H., Rosyida, A. H., & Solikhatin, N. H. (2019). Pola asuh efektif di era digital. *Jurnal Plakat: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 1(2), 42–51.
- Putrawangsa, S., & Hasanah, U. (2018, August 29). Integrasi teknologi digital dalam pembelajaran di era industri 4.0. *Jurnal Tatsqif*, 16(1), 42–54. Retrieved from <http://journal.uinmataram.ac.id/index.php/tatsqif/article/view/203>
- Shahibi, M. S., & Rusli, K. N. K. K. (2017). The influence of internet usage on students' academic performance. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(8).
- Webster, F. (2006). *Theories of the information society* (3rd ed.). Investigating Information Society. New York: Routledge.