



Pelatihan Parenting Melalui Pemanfaatan Internet Sehat Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Internet (Media Sosial) Pada Yayasan Nurul Islam Sabillurrosyad

Agustiena Merdekawati^{1*}, Azis Sukma Dhiana², Jefina Tri Kumalasari³, Irwin Sukrisno Sugeng⁴, Susi Wahyu Lestari⁵

^{1,2,3,4,5}. Sistem Informasi
Universitas Bina Sarana Informatika
*agustiena.atd@bsi.ac.id

KATA KUNCI

Digital Parenting,
Internet Sehat,
Kecanduan Internet,
Media Sosial

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima : 19 Nov 2021
Revisi : 27 Nov 2021
Disetujui : 12 Des 2021
Dipublish : Desember 2021

ABSTRAK

Digital parenting merupakan strategi pengasuhan orang tua terkait aturan penggunaan perangkat digital baik online maupun offline untuk melindungi keselamatan anak dari ancaman penggunaannya. Pengabdian masyarakat ini untuk memberikan pelatihan parenting melalui pemanfaatan internet sehat sebagai upaya mengurangi kecanduan internet (media sosial) sehingga dapat mensosialisasikan bagaimana cara menggunakan media internet dan media sosial yang baik dan benar, menyebarkan informasi dan edukasi serta membimbing mereka agar lebih berhati-hati memilih penggunaan internet yang baik dan benar serta bertanggung jawab, sehingga tidak menjadikan kecanduan media sosial. Dalam kegiatan pelatihan ini diadakan di Yayasan Nurul Islam Sabillurrosyad dengan target bagi ibu rumah tangga dan santri. Metode pelaksanaan pada kegiatan yaitu memberikan sosialisasi dan pelatihan parenting melalui pemanfaatan internet sehat untuk mengurangi kecanduan internet (media sosial), melakukan tanya jawab dan diskusi dengan berbagi pengalaman.

KEYWORD

Digital Parenting,
Healthy Internet,
Internet Addiction,
Social Media

ARTICLE HISTORY

Accepted : 19th Nov 2021
Revision : 27th Nov 2021
Approved : 12th Dec 2021
Published : Dec 2021

ABSTRACT

Digital parenting is a parenting strategy related to the rules for using digital devices both online and offline to protect children's safety from the threats of their use. This community service is to provide parenting training through the use of healthy internet as an effort to reduce internet addiction (social media) so that they can socialize how to use internet media and social media properly and correctly, disseminate information and education and guide them to be more careful in choosing their use. good and right and responsible internet, so it doesn't make social media addiction. In this training activity, it was held at the Nurul Islam Sabillurrosyad Foundation with a target for housewives and students. The implementation method for the activity is providing parenting socialization and training through the use of healthy

internet to reduce internet addiction (social media), conducting questions and answers and discussions with sharing experiences.

Ini adalah artikel akses terbuka dibawah lisensi [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



A. PENDAHULUAN

Internet merupakan beberapa komputer yang saling terkoneksi yang dapat menjangkau seluruh dunia. Internet memberikan kemudahan dalam mencari berbagai sumber informasi dan data. Namun dengan keberadaan internet yang semakin berkembang sangat cepat dan efisien. Perkembangan internet pada tahun 2020 yang dilansir oleh *we are social* dalam (Ramadhan, 2020), penetrasi pengguna internet di Indonesia masih terbilang jauh dari kata maksimal, yaitu masih berada pada 64% dengan jumlah pengaksesan 174 juta orang, sehingga menempatkan Indonesia sebagai negara dengan populasi pengguna internet terbesar di dunia, dengan durasi rata-rata pemakaian selama 7 jam 59 menit, hampir 8 jam perhari.

Pola asuh orang tua memiliki pengaruh besar di masa golden age. Orang tua berperan penting dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak, sehingga dikatakan orang tua adalah penentu bagi masa depan anak. Kualitas pengasuhan mempengaruhi perkembangan anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan merupakan faktor utama yang mempengaruhi perkembangan anak. Pada usia anak dan remaja sangat diperlukan pola asuh orang tua yang tepat

dalam rangka menstimulasi tumbuh kembang anak secara optimal. Secara terminologi, pola asuh adalah cara yang ditempuh orang tua dalam mendidik anak sebagai perwujudan dari tanggung jawab kepada anak.

Menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dalam (Tech, 2020) sampai kuartal II tahun 2020, jumlah pengguna internet Indonesia 196,7 juta orang atau 73,7% dari jumlah populasi Indonesia 266,9 juta berdasarkan data BPS. Ketua umum APJII, Jamalul Izza dalam (Tech, 2020), mengatakan “kenaikan pengguna internet dikarenakan infrastruktur yang cepat dan *broadband* Indonesia yang merata dengan adanya palapa ring dan belajar online, serta WFH pada saat pandemi Covid-19.

Menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018 dalam (Haryanto, 2019), penetrasi paling tinggi dari segmen umur berada pada usia 15-19 tahun selanjutnya umur 20-24 tahun. Kelompok tersebut masuk kedalam generasi milenial, yang kebanyakan dari mereka menggunakan internet untuk bermain sosial media. Berikut grafik pengguna internet berdasarkan umur:

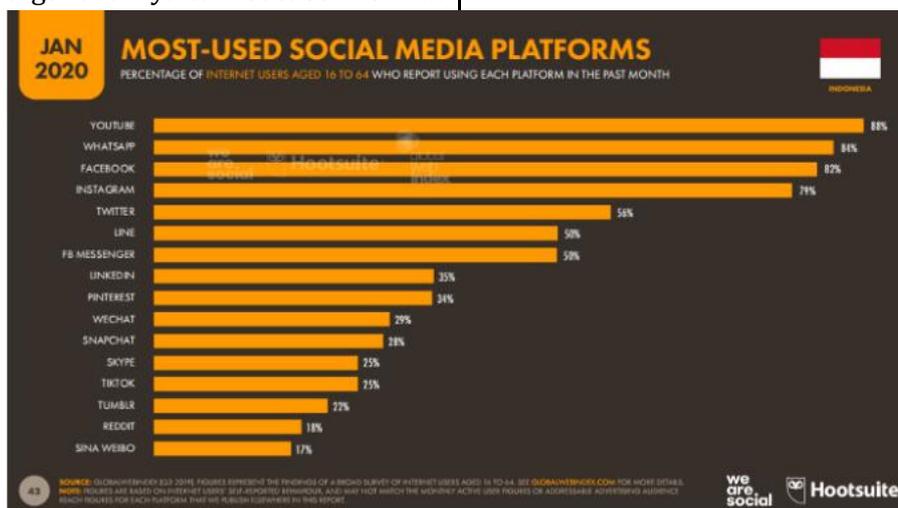


Gambar 1.

Grafik Pengguna Internet berdasarkan Umur

Berdasarkan data *we are social* pada tahun 2020 dalam (Ramadhan, 2020) media sosial yang paling banyak digunakan yaitu Youtube. Berikut

grafik penggunaan internet berdasar jenis media sosial yang digunakan:



Gambar 2.

Grafik Pengguna Internet Berdasarkan Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan data tersebut diatas, berkembangnya internet dan media sosial dapat memberikan dampak positif dan negatif bagi masyarakat, khususnya remaja. Rendahnya pengetahuan dan pengawasan dalam menggunakan internet sebagian orang tua belum memahami dampak negatif gadget. Mengenai dampak negatif dari *gadget*, sebagian besar orang tua sudah mengetahuinya. Akan tetapi, bagaimana mengetahui anak sudah kecanduan gadget dan cara mencegah anak yang sudah kecanduan gadget, belum mereka pahami.

Cara untuk mengurangi dampak negatif dalam menggunakan internet dan media sosial, dengan membuat kegiatan pengabdian masyarakat berupa memberikan sosialisasi mengenai internet ramah, sehat, dan aman.

Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad didirikan pada tahun 1989 oleh Alm. Ahmad Rosadi bin H Nur Ali. Seiring dengan perkembangan dan kebutuhan umat pada tahun 2013, dikukuhkanlah Yayasan Nurul Islam dan diganti nama menjadi Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad yang diketuai oleh Ustad Ahmad Affandi SH.I. Serta bertambahnya program pendidikan antara lain : Taman Kanak-Kanak, Taman Pendidikan Al Qur'an (TPQ/TPA), Majelis Talm Nurul Islam Sabilurrosyad, Halaqoh yatim.

Permasalahan yang dihadapi para pengajar yang sebagian besar juga para ibu rumah tangga dan santri di lingkungan Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad mengenai pemakaian *gadget* atau internet yaitu:

- Kurangnya memahami pola pengasuhan anak remaja dalam penggunaan media sosial
- Kurangnya memahami dampak negatif penggunaan media social yang tidak terkontrol

Kurangnya memahami aturan perundang-undangan yang mengatur mengenai penggunaan media internet.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan metode sosialisasi dan metode pedagogi. Menurut Goslin dalam Ihrom (Mardatila, 2020), Sosialisasi adalah proses belajar yang dialami seseorang untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, nilai-nilai dan norma-norma agar ia dapat berpartisipasi sebagai anggota dalam kelompok masyarakat. Namun sosialisasi dalam pengabdian masyarakat disini dimaksudkan untuk mengarahkan dan membina kepribadian seseorang agar dapat hidup nyaman pada sebuah lingkungan kelompok dan kebudayaannya, untuk kelangsungan masyarakat, sosial dan budaya.

Metode sosialisasi yang dilakukan, pertama berkunjung ke ketua Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad dengan mengenalkan maksud dan tujuan berkunjung. Pertemuan kedua membahas materi acara, jadwal pelaksanaan pengabdian masyarakat, susunan acara dan memberikan surat undangan. Pertemuan ketiga, acara pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai sosialisasi Pelatihan *Parenting* Melalui Pemanfaatan Internet Sehat Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Internet (Media Sosial) dengan peserta ibu rumah tangga dan santri dari Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad.

Menurut (Hiryanto, 2017), Metode pedagogi dalam bahasa Yunani kuno, bermakna seorang pembantu rumah tangga yang mengamati pembelajaran putra majikannya, saat itu anak perempuan tidak dibolehkan mendapatkan pembelajaran khusus, pembantu ini mengantar, menunggu dan menemani putra majikannya ke pada saat dan dari sekolah. Pedagogi dalam bahasa latin berarti mengajari anak. Dalam bahasa Inggris, pedagogi berarti kepada teori pengajaran, dimana guru harus memahami materi ajar, mengenal siswanya, dan boleh menentukan cara mengajarnya.

Metode pedagogi ini dipilih karena sebagian peserta sudah memiliki pengetahuan mengenai bermedia sosial di internet yang aman. Tahap yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap sebelum kegiatan

Tahap yang dilakukan sebelum kegiatan, yaitu:

- a. Melakukan penetapan lokasi dan survei lokasi ke Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad didirikan pada tahun 1989. Beralamat Jl. Unkris No.57, RT.005/RW.009, Jaticempaka, Kec. Pondokgede, Kota Bks, Jawa Barat 17411.
- b. Penyusunan proposal yang dituju kepada ketua Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad
- c. Penyusunan perlengkapan yang dibutuhkan pada pelaksanaan kegiatan dan membuat materi kegiatan, meliputi slide presentasi dan *hard copy* untuk peserta kegiatan.

2. Tahap pelaksanaan kegiatan

Adapun yang dilakukan pada tahap pelaksanaan kegiatan, yaitu:

- a. Pembukaan, pembukaan ini dipimpin oleh ketua pengabdian masyarakat. Serta perkenalan diri panitia kegiatan pengabdian masyarakat.
- b. Pemaparan materi, pada tahap ini memberikan penjelasan materi mengenai Pelatihan *Parenting* Melalui Pemanfaatan Internet Sehat Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Internet (Media Sosial) bagi ibu rumah tangga dan santri
- c. Tanya jawab dan diskusi. Pada sesi tanya jawab, peserta dapat bertanya kepada narasumber jika ada yang tidak dimengerti. Pada sesi diskusi, baik peserta ataupun panitia dapat mengolah daya pikirnya untuk menceritakan pengalamannya dan pengetahuannya dalam membatasi penggunaan media social

3. Tahap setelah kegiatan

Tahap yang dilakukan setelah kegiatan yaitu:

- a. Penyusunan laporan akhir kegiatan berdasarkan pelaksanaan kegiatan.
- b. Penyusunan publikasi sebagai bentuk luaran dan pertanggungjawaban kegiatan pengabdian masyarakat, baik dalam bentuk jurnal maupun media massa.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Agar terwujudnya seluruh pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, fokus utama yang dilakukan adalah pemaparan materi mengenai apa itu internet sehat, penyalahgunaan konten negatif, hal yang membuat kecanduan internet dan media sosial, tanda-tanda seseorang mengalami kecanduan internet dan media sosial, dan yang terakhir mengenai mencegah atau upaya dalam mengatasi kecanduan internet dan media sosial. Dalam sosialisasi ini, akhir dari pembahasan dilakukan tanya jawab dan diskusi mengenai penggunaan gadget, internet dan media sosial.

Sebelum kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan, banyak di ceritakan oleh beberapa orang tua santri yang mengeluhkan saat anak sudah menggunakan gadget dan internet, orang tua sulit

mengarahkannya, seperti saat waktunya anak belajar, makan dan ibadah, anak masih asyik dengan gadget dan internetnya. Gadget dan internet telah menyita waktu anak, banyak waktu yang terbuang begitu saja dikarenakan gadget dan internet. Bahkan terdapat anak yang marah kepada orang tuanya saat orang tua tidak mengizinkan memberi gadget.

Melalui kegiatan sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan tujuan setelah mengikuti pelatihan sosialisasi ini yaitu diharapkan dapat lebih bijak dalam menggunakan media social sehingga tercipta internet ramah, sehat dan aman. Berikut hasil tingkat kecanduan gadget pada Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad yang diambil dengan cara *random sampling*:

Tabel 1
Kuesioner Tingkat Kecanduan Gadget

Pertanyaan	Ya	Tidak
Apakah waktu anda banyak tersita oleh gadget?	1	19
Apakah setiap ada waktu luang, perhatian anda selalu pada gadget?	8	12
Apakah anda sering lupa waktu ketika asyik dengan gadget?	16	4
Apakah anda menggunakan waktu lebih banyak menggunakan gadget dari pada bermain dengan teman atau berkumpul dengan keluarga?	0	20
Apakah waktu anda menggunakan gadget semakin hari semakin bertambah?	6	15
Apakah anda berharap dapat mengurangi waktu penggunaan gadget?	20	0
Apakah ketika tidur, gadget anda berada disekitar tempat tidur anda?	20	0
Apakah setiap jam, selalu mengecek gadget padahal itu menyita waktu kegiatan yang sedang dikerjakan?	10	10

Pertanyaan	Ya	Tidak
Apakah saat mengemudi atau mengerjakan pekerjaan yang membutuhkan waktu fokus, anda masih sering menggunakan gadget?	12	8
Apakah anda merasa ada sesuatu yang kurang, jika tidak menggunakan gadget ?	20	0
Apakah produktifitas anda menurun dikarenakan gadget?	8	12
Saat gadget tertinggal atau tidak ada kuota atau signal, apakah anda merasa kesal atau tidak nyaman?	20	0
Pada saat makan, apakah posisi gadget anda juga dekat dengan anda?	15	5
Jika gadget anda berbunyi/memberikan notifikasi pesan masuk, anda langsung ingin mengeceknya?	17	3
Apakah anda selalu ingin mengecek gadget, walaupun tidak ada notifikasi masuk?	6	14

Berdasarkan data kuesioner tabel 1. bahwa yang mengarah ke arah kecanduan gadget sebesar 60%, dengan jumlah koresponden 20 dan sebanyak 12 koresponden yang menjawab ya, sisanya yang menjawab tidak sebanyak 8 koresponden dengan persentase sebesar 41%. Berdasarkan data tersebut Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad membutuhkan sosialisai parenting mengenai internetsehat upaya mengurangi kecanduan internet (media sosial).

Kegiatan sosialisai pada pengabdian masyarakat ini berjalan sangat lancar, peserta sangat antusias dalam berdiskusi dan memberikan pertanyaan. Hasil dari keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat melalui evaluasi sosialisai kegiatan berupa pertanyaan dalam bentuk kuesioner sebagai berikut:

Tabel 2
Hasil Evaluasi Sosialisai Pada Pengabdian Masyarakat

Pertanyaan	Sebelum Pelatihan			Sesudah Pelatihan		
	B	C	K	B	C	K
Apakah sudah mengetahui mengenai internet sehat?		15	5	20		
Apakah sudah mengetahui cara menggunakan internet yang aman?	2	2	16	20		
Apakah sudah mengetahui dampak dari kecanduan internet?	2	4	20	18	2	
Apakah sudah mengetahui dampak dari konten negatif?	2	3	15	20		
Apakah sudah mengetahui bahaya dan dampak dari kecanduan media sosial?	1	2	17	19	1	
Apakah sudah mengetahui cara mengatasi kecanduan media sosial?			20	20		

Berdasarkan hasil evaluasi pada tabel 1. Saat sebelum pelatihan 78% yang belum mengenal internet sehat, bahaya dan dampak kecanduan gadget, internet dan media sosial, serta cara mengatasi kecanduan gadget, internet dan media sosial. Namun setelah diadakan sosialisasi, 98% yang sudah mengenal internet sehat, bahaya dan dampak kecanduan gadget, internet dan media sosial, serta cara mengatasi kecanduan gadget, internet dan media sosial. Sehingga mereka dapat berhati-hati dalam menggunakan internet dan media sosial.

Selanjutnya peserta merasa puas terhadap sosialisasi pada pengabdian masyarakat ini, karena dapat memberikan penyampaian materi dapat dipahami dengan mudah, dan memberikan solusi dari permasalahan sesuai dengan temanya kecanduan internet dan media sosial, serta peserta ingin diadakan kembali sosialisasi seperti ini dengan tema yang berbeda. Berikut hasil kuesioner kepuasan sosialisasi pada pengabdian masyarakat di Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad:

Tabel 3
Hasil Kuesioner Tingkat Kepuasan

Pertanyaan	Puas	Tidak Puas
Personil/Anggota yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat memberikan pelayanan sesuai dengan kebutuhan peserta	100 %	0%
Tutor menyampaikan materi kegiatan dengan jelas dan mudah dimengerti oleh peserta	100 %	0%
Setiap keluhan/pertanyaan/permasalahan yang diajukan ditindaklanjuti dengan baik oleh tutor yang terlibat	100 %	0%
Materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan peserta dalam menambah wawasan, pengetahuan, keterampilan dan keahlian peserta	100 %	0%

Pertanyaan	Puas	Tidak Puas
Peserta mendapatkan materi kegiatan berupa modul dan soal latihan	100 %	0%
Peralatan untuk menyampaikan materi memadai	100 %	0%
Kegiatan pengabdian masyarakat yang disampaikan bermanfaat untuk menambah wawasan, pengetahuan, keterampilan dan keahlian peserta	100 %	0%
Saya merasa puas dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan Universitas Bina Sarana Informatika	100 %	0%
Kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan Universitas Bina Sarana Informatika sesuai dengan harapan saya	100 %	0%
Jika Kegiatan ini diselenggarakan kembali, saya bersedia untuk berpartisipasi/terlibat	100 %	0%

Berdasarkan tabel 3. Diperoleh bahwa 100% yang menyatakan puas terhadap pelaksanaan sosialisasi pelatihan parenting melalui pemanfaatan internet sehat sebagai upaya mengurangi kecanduan internet (media sosial).

D. KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa kegiatan memanfaatkan ilmu pengetahuan dalam upaya memberikan sumbangan ilmu pengetahuan kepada ibu rumah

tangga dan santri Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad untuk berpartisipasi dalam menerapkan internet yang sehat, penerapan nilai-nilai etika dalam penggunaan media internet serta dapat mencegah dampak negatif penggunaan media internet terutama pada pada media sosial dan bahaya dan dampak dari kecanduan gadget dan media sosial, serta cara mencegah kecanduan gadget dan media sosial.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ini teruntuk:

1. Universitas Bina Sarana Informatika yang telah mengizinkan pengabdian masyarakat ini berlangsung.
2. Ketua Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad, ibu Siti Latifah Magfur, yang telah memberikan kesempatan untuk mengadakan pengabdian masyarakat di Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad.
3. Para ibu rumah tangga dan santri Yayasan Nurul Islam Sabilurrosyad yang telah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai peserta sehingga pengabdian masyarakat ini dapat berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Haryanto, A. T. (2019). *Pengguna Internet Indonesia Didominasi Milenial*. DetikInet.
- Hiryanto. (2017). PEDAGOGI, ANDRAGOGI DAN HEUTAGOGI SERTA IMPLIKASINYA DALAM PEMBERDAYAAN MASYARAKAT. *Dinamika Pendidikan, XXII, No.0*, 65.
- Mardatila, A. (2020). *Mengenal Tujuan Sosialisasi, Jenis dan Penjelasannya Menurut Para Ahli*. Merdeka.Com.
- Ramadhan, B. (2020). *Data Internet di Indonesia dan Perilakunya Tahun 2020*. Teknoia.Com.
- Tech, K. (2020). *Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tahun 2020 Capai 196,7 Juta, Naik karena WFH*. KumparanTECH.