

Pencegahan Adiksi Media pada Anak Melalui Pelatihan *Digital tools* Media Pengawasan Konsumsi Media

Hestin Oktiani^{*1}, Eka Yuda Gunawibawa², Eri Maryani³, M. Yusuf Effendy⁴

^{1,2,3} Jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Lampung;

⁴Program Studi Teknik Informatika Universitas Raharja

*e-mail: hestinoktiani@gmail.com¹, eka.yuda@fisip.unila.ac.id², eri.maryani@fisip.unila.ac.id³,
yusufeffendy74@gmail.com⁴

Abstract

Excessive media use among children has the potential to lead to media addiction. With the rapid expansion of internet access and smartphone usage—reaching not only urban but also rural areas—parents are increasingly required to develop the ability to supervise their children's media consumption through digital tools. Achieving this goal necessitates the active involvement of educational institutions at all levels to build awareness and enhance parents' digital parenting skills. In rural communities, teachers serve as influential opinion leaders and play a vital role in promoting responsible media supervision practices. Moreover, early childhood children are particularly vulnerable to the negative impacts of media due to their limited ability to selectively process messages. Therefore, early childhood educators must be equipped with digital literacy skills, particularly in using parenting tools, so they can transfer these competencies to parents and other community members through various community-based activities. This community service initiative aimed to enhance the digital parenting skills of early childhood education (PAUD) teachers in South Lampung Regency. A total of 34 teachers participated in the program, which included counseling and practical training. The results showed a significant increase in participants' knowledge and skills, ranging from 23% to 74%. Participants showed high levels of enthusiasm and engagement throughout the training. The observed improvements indicate that the program effectively achieved its objectives and underscores the importance of sustaining such initiatives to empower parents in preventing media addiction and mitigating the negative effects of excessive media consumption among children and adolescents.

Keywords: *Media addiction, Media consumption Supervision, Digital literacy*

Abstrak

Penggunaan media berlebihan oleh anak dapat menyebabkan *addiction* (kecanduan). Jaringan internet dan penggunaan smartphone semakin meluas, tidak hanya di perkotaan tapi juga pedesaan. Oleh karena itu para orang tua perlu memiliki kemampuan dalam mengawasi penggunaan media oleh anak dengan menggunakan perangkat *digital tools*. Untuk mewujudkan hal ini perlu peran aktif lembaga pendidikan di semua jenjang untuk bisa membangun kesadaran dan membentuk kemampuan para orang tua untuk memanfaatkan perangkat tersebut. Peran guru sebagai opinion leader di tengah masyarakat di pedesaan menjadi penting dalam mensosialisasikan hal tersebut. Di sisi lain, anak usia dini memiliki tingkat selektivitas pesan yang masih minim sehingga sangat rentan terhadap dampak penggunaan media yang berlebih. Oleh karena itu, para guru lembaga pendidikan anak usia dini juga perlu diberikan kemampuan *digital literacy* terutama keterampilan menggunakan *parenting tools* sehingga dapat menularkan keterampilan ini kepada orang tua murid atau anggota masyarakat yang lain melalui kegiatan sejenis. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini merupakan hal yang sangat penting untuk dilaksanakan secara berkelanjutan di masyarakat. Dengan kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan keterampilan penggunaan *digital tools* di kalangan orang tua yang memiliki anak usia dini dan remaja. Pemanfaatan keterampilan ini oleh orang tua diharapkan dapat menghindarkan anak dan remaja dari adiksi media dan dampak negatif konsumsi media lainnya. Kegiatan ini dihadiri oleh 34 orang guru PAUD yang ada di Kabupaten Lampung Selatan. Setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan, terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan 23%-74%. Peserta antusias mengikuti pelatihan. Adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ini telah berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan.

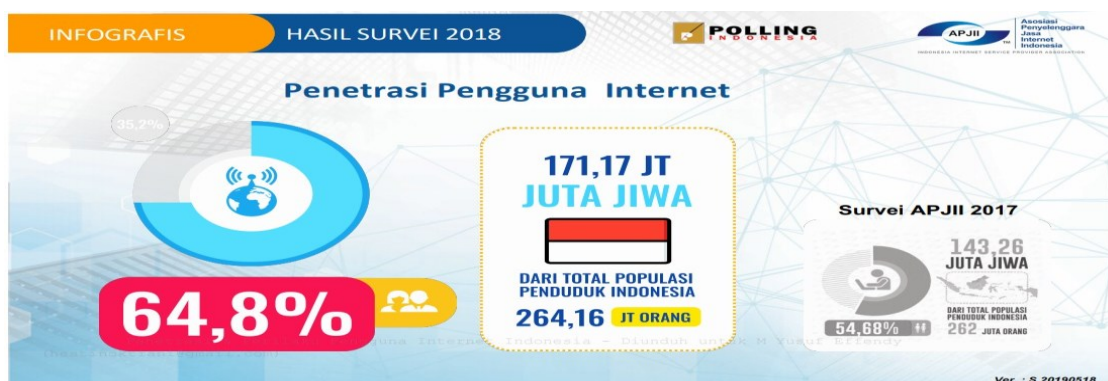
Kata kunci: *Adiksi media, Pengawasan konsumsi media, Lireasi digital*

1. PENDAHULUAN

Beberapa hasil penelitian tentang konsumsi media menunjukkan adanya fenomena kecanduan media internet yang dialami oleh para penggunanya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurina Hakim dkk (2017) memperlihatkan bahwa kecanduan internet (internet addiction) lebih banyak dampak negatifnya dibandingkan dampak positifnya. (jurnal.unissula.ac.id diakses tanggal 11 Maret 2019) Silvia Fardila Soliha menghasilkan riset yang menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan pada media sosial (<https://ejournal3.undip.ac.id> diakses tanggal 11 Maret 2019) Noviana Dewi dkk (2016) menemukan adanya hubungan kecanduan internet dan kecemasan komunikasi dengan karakter kerja sama pada mahasiswa. (<https://jurnal.ugm.ac.id> diakses pada tanggal 10 Maret 2019)

Penelitian mengenai adiksi internet (Andy Corry, Hestin Oktiani dkk, 2016) pada remaja (siswa SMU) di Bandar Lampung menunjukkan hasil bahwa terdapat adiksi di kalangan siswa SMU Bandar Lampung, dan potensi konsumsi media yang mengarah adiksi juga cukup tinggi. Hal senada juga ditemukan pada hasil penelitian tentang pola konsumsi Internet pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) di Bandar Lampung (Hestin Oktiani dkk, 2017) dengan mengambil sample 250 orang siswa menunjukkan bahwa terdapat lebih dari 30% siswa yang terindikasi memenuhi 7 dari 8 kriteria mengalami adiksi/ kecanduan internet

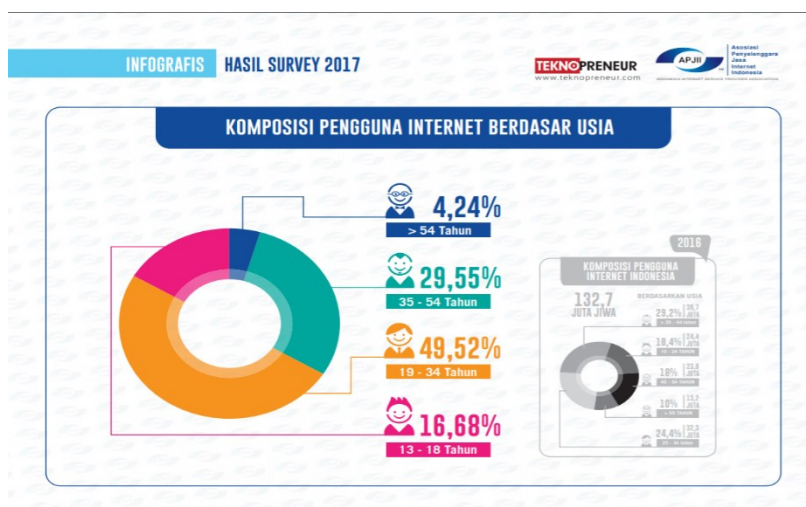
Anak-anak dan remaja dan remaja dan remaja adalah pasar potensial bukan hanya bagi media televisi, tetapi juga media yang menggunakan internet sebagai media baru. Anak dan remaja menjadi bagian dari pengguna internet yang terus meningkat.



Gambar 1. Pengguna Internet di Indonesia

Sumber: <http://www.apjii.or.id>, Maret 2020

Adapun sebaran pengguna internet di Indonesia menunjukkan bahwa anak dan remaja adalah pengguna terbanyak di Indonesia, mencapai 65%. Hal dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Komposisi Pengguna Internet di Indonesia berdasar usia

Sumber: <http://www.apjii.or.id>, Maret 2019

Data lain menunjukkan, menurut survey yang dilakukan oleh UNICEF (2014) pada remaja berusia 10-19 tahun di kota-kota besar di Indonesia, menunjukkan bahwa terdapat 69,57% remaja yang menggunakan internet dibandingkan dengan 30,43% remaja yang tidak menggunakan internet. Hasil tersebut menunjukkan bahwa internet sudah sangat populer digunakan oleh remaja di Lampung. (Dhanik S., Hestin Oktiani dkk, 2015)

Pada UU No. 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik pada pasal 40 ayat 2 dan 3 menyatakan tentang adanya kewajiban pemerintah untuk melindungi kepentingan umum dari penyalahgunaan informasi elektronik dan mencegah penyebaran dan penggunaan informasi elektronik yang memiliki muatan yang dilarang oleh ketentuan undang-undang.

Perlindungan anak dan remaja dari konten media yang tidak sehat serta konsumsi media yang mengarah pada adiksi tentunya tidak hanya mengandalkan peran pemerintah. Masyarakat terutama orang tua juga harus “cerdas bermedia” sehingga dapat pula melakukan tindak pencegahan minimal di tingkat keluarga. Penerapan pola asuh anak dan remaja dengan menyesuaikan dengan perkembangan teknologi komunikasi dan informasi dan pola konsumsi anak pada media digital, inilah yang disebut sebagai “*digital parenting*”.

Digital parenting dapat dilakukan dengan melakukan pendampingan dan pembuatan aturan dalam konsumsi media digital. Hal ini membutuhkan waktu yang bersama cukup banyak dan kedisiplinan serta konsistensi yang tinggi. Harus disadari bahwa trend yang terjadi saat ini, semakin sedikit waktu bersama anak, selain kesibukan orang tua, pola konsumsi media pada anak juga semakin meningkat. Anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadgetnya. Kedisiplinan dan konsistensi juga sulit untuk dipertahankan. Media digital memiliki banyak konten yang sangat beragam yang membuat anak ingin selalu berlama-lama mengaksesnya, baik untuk memenuhi kebutuhan mereka akan hiburan maupun pertemanan.

Oleh karena itu, pemanfaatan “tools” atau program digital yang dapat digunakan para orang tua ketika sedang berjauhan dengan anak, untuk memantau penggunaan media terutama smartphone/HP, membatasi durasi waktu menggunakan internet, dan mem “blokir” aplikasi layanan internet yang tidak diinginkan. Orang tua dapat mengawasi konsumsi internet anak dari kejauhan, bahkan di tempat kerja sekalipun. Salah satu tools yang dapat digunakan adalah yang dikeluarkan oleh Aplikasi. Namun sayang, aplikasi *digital parenting* ini belum banyak diketahui dan digunakan oleh orang tua.

Posisi internet sebagai media yang paling populer di kalangan masyarakat sesungguhnya memiliki arti strategis, karena televisi dan internet diharapkan dapat melakukan fungsinya sebagai media informasi, edukasi, dan hiburan, yang dapat menjangkau audience yang luas hingga ke pelosok desa. Namun sebaliknya, konten internet tidak mendidik yang dikhawatirkan akan berdampak negatif bagi penggunaannya, terutama anak-anak.

Peran serta guru dan orang tua sangat penting dalam mendampingi dan mengawasi penggunaan internet oleh anak dan remaja. Guru di sekolah juga penting diberikan pemahaman dan pelatihan agar dapat menularkan pengetahuan dan keterampilan *digital parenting* kepada orang tua murid melalui pelatihan sejenis yang dilakukan oleh guru yang telah mengikuti kegiatan ini.

Dengan demikian mereka akan dapat menyeleksi tayangan dan konten internet yang ditonton oleh anak-anak dan remaja, dan dapat memberikan pengertian dan menjelaskan kepada anak-anak dan remaja mengenai tayangan dan konten tersebut, dan pada akhirnya akan melindungi anak dari pengaruh negatif internet, salah satunya adalah *addiction* (kecanduan).

2. METODE

Untuk memecahkan masalah mengenai kurangnya pemahaman para orang tua tentang pentingnya *digital parenting* dalam pengaturan dan pengawasan anak mengkonsumsi media, khususnya internet, maka perlu diadakan suatu penyuluhan. Pendekatan yang akan dilakukan adalah dengan

memberikan pembelajaran atau pengetahuan tentang pentingnya orang tua, memiliki kemampuan meleak media, atau bersikap kritis terhadap media dan arti pentingnya *digital parenting*.

Penyuluhan dilanjutkan dengan memberikan pelatihan, simulasi, praktik menggunakan aplikasi *digital parenting tools*. Dalam pelatihan dilakukan latihan-latihan dan pembimbingan dalam penggunaan aplikasi.

Sebagai masyarakat akademisi yang memiliki kewajiban untuk menyumbangkan kemampuannya dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat, metode penyuluhan dan pelatihan dapat menjadi salah satu alternatif bagi kami untuk membantu masyarakat/talent memecahkan masalahnya.

Dengan demikian, metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah :

1. Tim menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan metode ceramah dan peserta penyuluhan , dengan memberikan contoh tayangan-tayangan, peserta mendengarkan serta menyimak materi yang diberikan dan dapat mengajukan pertanyaan jika ada yang belum jelas.
2. Setelah tim memberikan ceramah untuk memperdalam materi yang telah disampaikan, dilanjutkan dengan diskusi kasus-kasus yang terkait dengan pola komunikasi dalam keluarga dengan menggunakan *digital tools* dalam pengawasan dan pengaturan pola konsumsi media oleh anak .Peserta dipersilakan menceritakan kasus, pengalaman yang dialami terkait masalah tersebut, dan bertanya. Peserta lain diberikan waktu untuk memberikan tanggapan, tim akan memberikan penjelasan dan menyimpulkan.
3. Tim memberikan modul panduan aplikasi untuk pengaturan konsumsi media, dan meminta kepada peserta untuk mensimulasikannya, dan bertanya jika ada yang belum jelas. Berlatih dengan didampingi oleh tenaga instruktur.

Adapun rincian kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut:

1. Penggalian data awal tentang kondisi pola konsumsi internet dan tayangan televise pada anak dan remaja
Kegiatan ini dilakukan dengan cara menggali data awal mengenai kondisi pengetahuan dan kesadaran akan bahaya bermain game dan menonton tayangan tidak mendidik, melalui studi pustaka dan melakukan riset pendahuluan kegiatan.
2. Perancangan dan membuat media pelatihan digitalparenting tools.
3. Melakukan pre test kepada peserta kegiatan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai materi penyuluhan
4. Kegiatan memberikan penyuluhan dan pemahaman dan pelatihan kepada guru PAUD
 - a. Tim menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan metode ceramah, dan penayangan contoh tayangan dan game, dan peserta penyuluhan mendengarkan serta menyimak materi yang diberikan.
 - b. Setelah tim memberikan ceramah untuk memperdalam materi yang telah disampaikan, dilanjutkan dengan berdialog/berbincang denganibu-ibu, anak-anak mengenai materi ceramah, yaitu peserta dipersilahkan bertanya dan menyampaikan keluhan mereka mengenai materi yang telah disampaikan dan menanyakan tentang masalah-masalah yang mereka alami, dan tim akan memberikan penjelasan dengan bahasa yang sederhana, persuasif, dan menyenangkan..
 - c. Menayangkan beberapa contoh tayangan,slide, dan media presentasi yang lain, dan memberikan kesempatan untuk menanyakan bagaimana jika peserta ingin menerapkan strategi yang telah di jelaskan.
 - d. Melakukan pelatihan dengan menggunakan media yang telah dibuat, mensimulasikan, dan melakukan latihan dengan pendampingan dalam penggunaan aplikasi *digital tools*.
5. Post test dan test keterampilan menggunakan apilkasi untuk megetahui tingkat penerimaan materi penyuluhan dan pelatihan yang telah dilakukan

6. Pembagian dan pemberian pengarahan tentang pengisian lembar monitoring pola konsumsi media

Prosedur kerja yang dilakukan adalah:

1. Mempersiapkan dan membagikan materi penyuluhan
2. Mempersiapkan dan menyangkan media penyuluhan
3. Mempersiapkan dan membagikan panduan aplikasi *digital tools*
4. Mempersiapkan smartphone untuk simulasi penggunaan aplikasi
5. Latihan bersama dan pendampingan penggunaan aplikasi *digital tool*

Penyuluhan dan pelatihan ini akan diberikan kepada para guru PAUD yang berada di lingkungan Kabupaten Lampung Selatan. Hal ini penting dilakukan, karena gerakan untuk mencegah dampak negatif penggunaan media sebaiknya dilakukan dengan memberikan pengetahuan kepada guru dan orang tua dalam mendampingi dan mengatur, mengawasi, konsumsi media anak. Guru PAUD/TK memiliki peran yang strategis dalam membangkitkan pengetahuan mengenai hal ini kepada orang tua murid agar dapat melindungi anak dari dampak negatif t dan internet.

Sedangkan mengenai alasan pemilihan lokasi, lokasi ini dipilih dengan pertimbangan banyaknya lembaga pendidikan PAUD/TK di Lampung Selatan, yang belum tersentuh oleh kegiatan semacam ini. Selain itu juga, wilayah Lampung Selatan juga berdekatan dengan Kota Bandar Lampung yang akses terhadap internet dapat dilakukan dengan mudah dengan berbagai layanan dari banyak operator dengan kualitas sinyal yang cukup baik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan dilaksanakan di Aula PAUD Percontohan Tunas Ceria, Tanjung Bintang, Lampung Selatan dimulai pada tanggal 18 Agustus 2020 pukul 08.00 hingga selesai. Kegiatan ini dilakukan dengan diawali dengan pembagian atk dilanjutkan pelaksanaan pre test untuk peserta. Selanjutnya dilakukan pembagian hand out materi dan penyampaian materi oleh anggota tim. Selanjutnya dilakukan proses tanya jawab. Tahapan berikutnya adalah simulasi *digital tools* dipandu oleh instruktur dan anggota tim dan mengacu pada panduan yang telah dibagikan.

Kepakaran yang diperlukan dalam kegiatan ini guna menyelesaikan masalah dan memenuhi kebutuhan mitra akan pengetahuan dan pemahaman mitra adalah:

1. Kepakaran di bidang Ilmu Komunikasi dengan spesifikasi keilmuan Jurnalistik dan Kajian Media Massa.
2. Kepakaran di Bidang Ilmu Komunikasi dengan spesifikasi keilmuan Teknologi Komunikasi dan Informasi.
3. Kepakaran di bidang Ilmu Komunikasi dengan spesifikasi keilmuan Produksi Siaran Audio Visual dan Fotografi.
4. Kepakaran di bidang Teknologi Digital (Narsum dari Universitas Raharja, Tangerang: M. Yusuf Effendy, S.Kom., M.M.)

Tujuan dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam menggunakan digital tolls dalam pengawasan dan pengaturan konsumsi media oleh anak. Untuk mengetahui apakah tujuan tersebut telah tercapai, maka tim melakukan kegiatan evaluasi. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan melakukan tanya jawab dengan peserta, melakukan observasi terhadap peoses praktik/simulasi aplikasi pada saat pelatihan dilakukan.

Pelaksanaan pre test dan post test juga dilakukan sebagai bentuk evaluasi yang lain agar diketahui seberapa besar peningkatan pengetahuan yang dialami oleh peserta setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan ini Berikut rekapitulasi hasil pre test yang diberikan kepada peserta. Dari 34 orang peserta terdapat 33 peserta yang mengikuti seluruhnya proses kegiatan, mengikuti pre test dan

post test. Terdapat 1 orang yang tidak mengikuti *pre-test* karena ada keperluan penting lainnya.



Gambar 3. Pembagian, penjelasan dan pengerjaan pre-test

Hasil pre test menunjukkan bahwa peserta telah memiliki pengetahuan, namun belum cukup baik tentang literasi media. Banyak jawaban ragu, kurang tahu (2) dan jawaban tidak tahu (1) yang diberikan atas pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam pre test. Namun demikian, peserta sudah memiliki kesadaran bahwa penting untuk melakukan pengawasan penggunaan media oleh anak. Hal ini terbukti pada pertanyaan nomor 17 dan nomor 18 dijawab secara positif, dengan kecenderungan jawaban bernilai 3, sehingga rata-rata total point pada kedua pertanyaan ini berjumlah 96 dan 94 dari total keseluruhan yaitu 99. Kondisi ini tentunya cukup baik, artinya para peserta sudah memiliki kesadaran akan adanya dampak negatif penggunaan gadget dan internet yang berlebihan oleh anak. Peserta menyadari bahwa mereka harus memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk mencegah dan mengatasi masalah yang banyak dialami oleh para orang tua saat ini. Mereka menyadari bahwa mereka memerlukan tools sebagai media bantu melakukan hal tersebut.

Jika melihat pada data yang terkait dengan pengetahuan dan kemampuan menggunakan aplikasi *digital tools* dalam proses pendidikan dan pengasuhan anak, terlihat bahwa para peserta belum mengerti adanya aplikasi yang dapat dimanfaatkan para guru dan orang tua untuk melakukan pengawasan dan pengaturan penggunaan media hp/internet yang dilakukan oleh anak. Para peserta juga belum mengetahui hal-hal apa saja yang dapat dilakukan dalam mengatur dan mengawasi penggunaan internet/gadget dengan menggunakan *digital tools*, serta cara menggunakan aplikasi tersebut.

Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan ini ternyata berpengaruh positif pada pengetahuan dan keterampilan peserta terkait literasi digital. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mengoperasikan aplikasi ini. Hal ini dapat diketahui dari jawaban peserta yang menjawab tidak tahu (kode 1) atas pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan aplikasi parenting tools. Adapun hasil post test dapat dilihat pada tabel berikut di bawah ini.

Pada hasil post tes diketahui bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan terkait literasi dan *digital tools*. Sebagian besar peserta menjawab “mengetahu” (koding 3). Pada aspek adiksi dan dampak media jawaban peserta tidak banyak berubah, sejak awal mereka memang sudah memiliki pengetahuan mengenai hal tersebut. Pada aspek aplikasi parenting tools, sebagian besar semula peserta menjawab tidak tahu (koding 1), tapi pada saat post test peserta menjawab mengetahui (koding 3). Artinya, terjadi perubahan positif setelah dilakukan penyampaian materi kegiatan. Lebih lanjut hal ini akan dibahas pada bagian lain laporan ini.

Kegiatan Penyuluhan dan pelatihan *digital tools* bagi guru PAUD/TK di Kabupaten Lampung Selatan semula direncanakan mengundang perwakilan dari 17 Kecamatan yang ada di Kabupaten Lampung Selatan, dengan bertempat di PAUD Percontohan Tunas Ceria Tanjung Bintang. Namun karena adanya pandemi Covid-19, demi meminimalkan potensi penularan, maka tim mengubah rencana tersebut berdasarkan arahan dari Kepala Dinas pendidikan kabupaten Lampung Selatan. Peserta yang diundang adalah guru-guru PAUD/TK yang merupakan perwakilan dari organisasi profesi ini dan dari sekolah-sekolah PAUD/TK yang ada di Kecamatan Tanjung Bintang Kabupaten Lampung Selatan, namun lokasi kegiatan tetap tidak berubah. Kegiatan ini berjalan dengan lancar. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2020 di aula PAUD Tunas Ceria, Tanjung Bintang. Peserta yang hadir dan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, mengisi pre test dan post test secara lengkap berjumlah 33 orang peserta. Terdapat 1 orang peserta yang tidak mengikuti test secara lengkap. Total peserta berjumlah 34 orang.



Gambar 4. Penyampaian Materi Dampak Media pada Anak

Berdasarkan hasil observasi terhadap kondisi selama kegiatan pelatihan, tampak bahwa peserta sangat menaruh perhatian terhadap materi yang disampaikan. Peserta tetap mematuhi protokol kesehatan dan mengikuti kegiatan pelatihan, mempraktikkan aplikasi parenting tools, dan terlibat aktif dalam proses tanya jawab secara aktif. Peserta memiliki kekhawatiran terhadap kondisi saat ini, anak-anak sangat banyak menghabiskan waktu mereka dengan mengakses internet/menggunakan hp. Namun disisi lain, orang tua dan guru tidak memungkinkan untuk mengawasi penggunaan tersebut secara intens. Para peserta, baik sebagai guru maupun orang tua siswa, kerap kali mendapat keluhan dari orang tua murid, bahkan mengalami sendiri kondisi tersebut. Sebagian besar orang tua merasa bingung karena tidak tahu harus melakukan apa.



Gambar 5. Penyampaian materi Pentingnya Literasi Digital

Terdapat tools yang dapat dimanfaatkan, tetapi mereka tidak tahu dan tidak dapat mempraktikkannya. Keberadaan *digital tools* sangat mereka harapkan dapat mengatasi masalah tersebut bila dilaksanakan secara konsisten. Pengetahuan dan keterampilan peserta sebelum mengikuti pelatihan sudah baik dalam beberapa aspek, namun masih sangat kurang pada aspek yang lainnya. Hal yang cukup menggembirakan adalah, sesudah pelatihan, kondisi ini berubah secara positif, pengetahuan dan keterampilan peserta mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Sebagian besar mengalami kenaikan rata-rata 40%. Berikut rekapitulasi hasil pre test dan post test peserta kegiatan.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan setelah Mengikuti Pelatihan

Nomor	N A M A	ASAL SEKOLAH	TOTAL NILAI		PENINGKATAN	
			PRE TEST	POST TEST	ANGKA	%
1	Ayu Purwaningsih	Al Azhar 12	44	54	10	23%
2	Diah Maharani	Tunas Ceria	43	54	11	26%
3	Dwi Puji		42	54	12	29%
4	Erlinda	Tunas Ceria	38	54	16	42%
5	Farida	Negeri Pembina	42	54	12	29%
6	Hastriana	Al Rozzaq 2	35	51	16	46%
7	Karlinah	As-Syafiiyah	37	52	15	41%
8	Kartuti	Setia Bunda	34	54	20	59%
9	Khoiriyah	Bintang Sakti	41	54	13	32%
10	Luis Lebiyati	Griya Alami	44	52	8	18%
11	Meysari		43	54	11	26%
12	Miftakhul Jannah	Al Azhar 12	41	52	11	27%
13	Monisa	Tunas Ceria	43	54	11	26%
14	Noname		40	54	14	35%
15	Novita	Negeri Pembina	33	54	21	64%
16	Nyamiati	Tunas Ceria	40	54	14	35%
17	Retno	Tunas Harapan	37	52	15	41%
18	Samirah	DW Serdang	35	52	17	49%
19	Shilvy Nova	Tunas Ceria	32	48	16	50%
20	Sinta Kumala Putri	Rumah Kepompong	43	54	11	26%
21	Siti Aisyah	Al Rozzaq 2	40	53	13	33%
22	Siti Khodyjah	As-Syafiiyah	42	54	12	29%
23	Siti Komsatun	Griya Alami	37	54	17	46%
24	Solehah	Tunas Ceria	38	54	16	42%
25	Sudarmi	Rumah Balita Pintar	42	52	10	24%
26	Suhermi	Setia Bunda	39	54	15	38%
27	Supriyati	Darma Wanita Serdang	40	52	12	30%
28	Tiara Noer	Rumah Balita Pintar	31	54	23	74%
29	Tin Elvi	Bintang Sakti	39	54	15	38%
30	Umi Hidayah	Rumah Kepompong	36	54	18	50%
31	Waginah	Tunas Harapan	31	53	22	71%
32	Yona Eby	Rumah Balita Pintar	31	54	23	74%
33	Zahratur		34	52	18	53%
			38.39	53.18	14.79	40%

Sumber: Hasil pengolahan data, Agustus 2020

Peserta diberikan post test dengan pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan pertanyaan pada saat pre test. Post test diberikan setelah semua materi selesai disampaikan dan proses latihan penggunaan aplikasi juga telah selesai dilakukan. Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman guru yang menjadi peserta kegiatan terhadap bahaya penggunaan media secara berlebihan, adiksi media dan *digital tools* sebagai media yang dapat membantu mencegah atau meminimalisir dampak buruk tersebut. Terjadi peningkatan yang signifikan pada sebagian besar peserta pelatihan. Sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan dan keterampilan di atas 20 % bahkan ada yang hingga 74%. Kondisi ini cukup baik, mengingat waktu untuk menyampaikan materi dan melakukan latihan yang tidak terlalu lama. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dengan sebagian peserta, diketahui bahwa tingkat pendidikan para guru juga sebagian besar adalah SMA/ sederajat. Usia yang tidak muda yang menjadikan jarak yang cukup jauh dengan perkembangan teknologi juga menjadikan efek kegiatan ini belum merata kepada peserta. Namun demikian, lama, perubahan positif yang ada dapat dijadikan sebagai ukuran keberhasilan kegiatan ini.

Data yang tampak pada tabel di atas, merupakan pencapaian dari setiap peserta secara individual. Penting juga untuk mengetahui bagaimana peningkatan berdasarkan kategori aspek literasi dengan menacu pada item-item pertanyaan yang terdapat pada soal pre test dan post test. Setelah dikelompokkan berdasarkan aspek pertanyaan tersebut, maka dapat diketahui bahwa peningkatan pengetahuan/keterampilan sebagian besar peserta yang cukup signifikan, di atas 40% tersebut lebih pada aspek-aspek yang terkait dengan aplikasi *digital tools*. Berikut ini hasil dari pre test dan post test berdasarkan aspek pengetahuan/keterampilan.

Tabel 2. Hasil pre test dan post test berdasarkan aspek pengetahuan/keterampilan

NO	ASPEK	PRE	POST	PENINGKATAN	%
1	Pengetahuan literasi media	63	95	32	51
2	Penggunaan gadget tanpa henti selain untuk SFH	94	96	2	2
3	Konsumsi media berlebih sebabkan gangguan kejiwaan	77	94	17	22
4	Konsumsi media berlebih sebabkan gangguan fisik	93	96	3	3
5	Konsumsi media berlebih sebabkan adiksi	91	95	4	4
6	Penggunaan gadget sebaiknya dibatasi	90	96	6	7
7	Ada teknologi untuk mengawasi konsumsi media	59	96	37	63
8	Digital Parenting tools	53	96	43	81
9	Mengunci gadget anak	54	95	41	76
10	Mengunci game	52	95	43	83
11	Membatasi durasi	55	96	41	75
12	Mengetahui durasi penggunaan gadget	51	95	44	86
13	Mengetahui posisi anak	52	96	44	85
14	Mengunci Konten pornografi	47	95	48	102
15	Mengontrol proses install	52	96	44	85
16	Membunyikan hp meskipun moda silent	50	95	45	90
17	Kekhawatiran perilaku konsumsi media berlebih	96	96	0	0
18	Kekhawatiran dampak konsumsi media berlebih	94	96	2	2

Sumber: Hasil pengolahan data, Agustus 2020

Tampak pada tabel bahwa peningkatan pengetahuan/keterampilan terjadi sangat signifikan pada aspek-aspek yang terkait dengan aplikasi *digital tools*, yaitu pada pertanyaan mulai dari nomor 7 hingga pertanyaan nomor 16. Sementara pengetahuan mengenai dampak media dan literasi media sudah cukup baik. Artinya, peserta sebelum mengikuti pelatihan telah memiliki pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya literasi media, peserta juga menyadari akan dampak negatif dari penggunaan media, terutama gadget/internet bagi kesehatan fisik dan kejiwaan anak. Kesadaran ini juga menimbulkan

kekhawatiran yang besar pada diri peserta akan bahaya tersebut dialami oleh anak-anak mereka di rumah dan di sekolah. Begitu juga kesadaran akan dampak negatif penggunaan gadget dan internet secara berlebihan juga sudah dimiliki sejak awal sebelum mengikuti kegiatan pelatihan. Hal ini terlihat bahwa point pre test pada aspek ini di atas 90, begitu juga hasil post test yang juga di atas 90. Hal ini dimungkinkan terjadi karena peserta sering mengikuti kegiatan seminar-seminar dan pelatihan tentang pendidikan usia dini yang dilaksanakan oleh dinas, maupun organisasi profesi.

Setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan, langsung melakukan simulasi/praktik aplikasi parenting tools dengan mengikuti langkah-langkah yang tertulis di panduan aplikasi yang telah disusun dan diberikan oleh pemateri, dengan didampingi oleh instruktur yang membantu saat para peserta mengalami kendala saat praktik, peserta menjadi tahu, paham, dan dapat menjalankan aplikasi tersebut. Hal tersebut terlihat dari proses selama pelatihan, dan terbukti juga dari nilai post test pada tabel di atas.

Terjadi peningkatan pengetahuan sangat signifikan tentang aplikasi parenting tools diangka 37% hingga 48%. Peningkatan ini sangat signifikan. Keterampilan peserta juga meningkat tajam, dari semula yang tidak mengetahui kini dapat menggunakan aplikasi parenting tools. Hal ini diketahui saat proses simulasi/praktik pada saat kegiatan pelatihan dilakukan.



Gambar 5. Praktik Penggunaan *Digital tools* Pengawasan Konsumsi Media

Peserta yang semula tidak mengetahui adanya aplikasi parenting tools yang dapat dijadikan teknik dalam membatasi dan mengawasi konsumsi media/HP/internet pada anak menjadi tahu dan paham adanya aplikasi tersebut serta kegunaan dari aplikasi tersebut. Hal ini ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 37%-43%.

Selain itu peserta juga mengetahui dan dapat melakukan langkah-langkah layanan dalam aplikasi parenting tools tersebut untuk mengunci gadget anak pada saat-saat yang tidak seharusnya anak menggunakan gadgetnya untuk hal-hal yang tidak bermanfaat. Pada aspek ini terjadi peningkatan sebesar 41%. Orang tua juga mengalami peningkatan sebesar 43% dan dapat melakukan tahap-tahap dalam aplikasi untuk mengunci game yang tidak mendidik.

Peserta juga mengetahui bagaimana aplikasi parenting tools dapat membatasi durasi pemakaian gadget. Peningkatan pengetahuan ini juga cukup signifikan yaitu diangka 41%. Aplikasi juga dapat digunakan untuk mengetahui lokasi anak berada saat berjauhan dari orang tua, hal ini semula tidak diketahui oleh orang tua, pelatihan ini telah meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai hal ini sebesar 44%. Berdasarkan hasil observasi saat kegiatan pelatihan, para peserta juga telah mengetahui dan dapat melakukan langkah-langkah penggunaannya. Peningkatan pengetahuan juga terjadi secara sangat baik pada kisaran angka 44% - 48% pada pengetahuan peserta bahwa aplikasi *digital tools* dapat digunakan untuk mengunci konten pornografi dan kekerasan, mengontrol program yang diinstall maupun

di unduh oleh anak serta membunyikan HP anak meskipun dalam mode hening/diam. Metode simulasi dan latihan dengan berpasangan, berganti peran sebagai anak dan ortu ternyata cukup efektif dalam meningkatkan keterampilan peserta dalam menggunakan *digital tools* untuk mengatur dan mengawasi penggunaan media internet/gadget.

Data peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang terlihat pada tabel dapat menjelaskan bahwa pengetahuan peserta kegiatan tentang dampak negatif media, sudah sangat baik. Mereka juga menkhawatirkan hal tersebut terjadi pada siswa mereka. Namun mereka tidak mengetahui bahwa terdapat aplikasi digital yang dapat digunakan untuk membantu mengawasi, mengatur penggunaan hp/internet oleh anak, terutama anak usia dini.

Penyuluhan dan pelatihan ini telah membuat peserta bukan hanya mengetahui tetapi dapat melakukan penggunaan aplikasi dan memanfaatkannya untuk berbagai kepentingan sesuai layanan yang diberikan oleh *digital tools* yang ditetapkan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kegiatan ini telah mencapai tujuan yang telah ditetapkan sejak awal.

5. KESIMPULAN

Kegiatan Penyuluhan dan pelatihan *digital tools* media pengawasan konsumsi media bagi guru PAUD/TK di Kabupaten Lampung Selatan yang bertempat di PAUD Percontohan, PAUD Tunas Ceria, Kecamatan Tanjung Bintang telah berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan ini telah mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada guru PAUD/TK yang menjadi peserta kegiatan tentang dampak konsumsi media yang berlebih. Kegiatan ini juga telah membuat peserta mampu menggunakan aplikasi *digital tools* yang dapat digunakan untuk mengatur dan mengawasi konsumsi media oleh anak, terutama anak usia dini. Hal ini penting untuk mencegah adiksi media dan dampak negatif media pada anak. Peserta mengalami peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang berbeda-beda, sebagian besar meningkat cukup baik yaitu 41% hingga 48%. Peningkatan yang terjadi lebih pada aspek pengetahuan dan teknik aplikasi *digital tools*, sementara pengetahuan peserta tentang dampak media sudah cukup baik sebelum mengikuti kegiatan pelatihan. Kegiatan sejenis hendaknya dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pihak. Komponen pemerintah daerah, perguruan tinggi, dan organisasi masyarakat harus berperan aktif sehingga aplikasi ini dapat diketahui dan digunakan oleh lebih banyak lagi guru sekolah pada semua jenjang pendidikan dan para orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryanti, Nina Yudha, dkk. (2014). Menumbuhkan Kecerdasan Konsumsi Media pada Sisiwa dan Guru di SDN 1 Rajabasa Sebagai Upaya Pencegahan Tindak Kekerasan Anak. Laporan PKM DIPA FISIP Universitas Lampung Tahun 2014.
- Badudu, J.S. dkk. (2005). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Dahar, R.W. (1988). Teori-Teori Belajar. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen Pendidikan Tinggi P2LPTK.
- Dewi, Noviana dkk. (2016). Bahaya Kecanduan Internet dan Kecemasan Komunikasi terhadap Karakter Kerja Sama pada Mahasiswa. Diakses pada tanggal 10 Maret 2019, dari <https://jurnal.ugm.ac.id>.
- Hakim, Siti Nurina dkk. (2017). Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. Diakses tanggal 11 Maret 2019, dari <http://jurnal.unissula.ac.id>.
- Herdiyani, Rena (2004). Dampak Media bagi Remaja Perempuan. *Yayasan Jurnal Perempuan Update Rating Kualitatif Acara TV Anak dan Remaja*. Diakses 25 Juni 2009, dari <http://www.kidia.org>. <http://www.apjii.or.id>, Maret 2019.
- Indonesia. (2002). Undang-Undang RI No. 32 Tahun 2002 tentang Penyiaran. Jakarta: Sekretariat Negara.

- Indonesia. (2016). Undang-Undang RI No. 19 Tahun 2016 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. Jakarta: Kementerian Hukum dan HAM.
- Media Literacy. Diakses 16 November 2009, dari http://www.medialit.org/reading_room/rr2def.php, Potter, J. 2001. *Media Literacy*, Sage Publications, USA.
- Oktiani, Hestin. (2015). Respons *user* terhadap *Content Website* Pemerintah Kota Bandar Lampung (Analisis terhadap Respons Dosen FISIP Unila sebagai *User* terhadap *Content Website* Pemerintah Kota Bandar Lampung). Laporan Penelitian DIPA FISIP Universitas Lampung Tahun 2015.
- Palupi, Yulia. (2015). Digital Parenting Sebagai Wahana Terapi Untuk Menyeimbangkan Dunia Digital Dengan Dunia Nyata Bagi Anak. Diakses tanggal 11 Maret 2019, dari <https://repository.upy.ac.id>
- Pengajaran Pendidikan Media Melalui Sekolah Dasar. Diakses 16 November 2009, dari <http://www.kidia.org/news/tahun/2007/bulan/05/tanggal/10/id/19/>.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 1-10.
- Sulistyarini, Dhanik, dkk. (2011). Peran Perempuan sebagai Agen Literasi Media (Melek Media) dalam Keluarga (Penyuluhan dan Pelatihan bagi para Ibu Orang Tua Murid TK Aisyiah Desa Pagelaran Mengenai Strategi Mendampingi Anak Menonton Tayangan di Televisi). Laporan PKM DIPA Universitas Lampung Tahun 2011.
- Wardhani, Andy C dkk. (2014). Menumbuhkan Kesadaran Anak Tentang Bahaya Game dan Tayangan Tidak Mendidik (Pembuatan Media Sosialisasi dan Penyuluhan Pada Siswa Sekolah Dasar (SD) di Bandar Lampung. Laporan PKM DIPA BLU Universitas Lampung Junior Tahun 2014.
- Yayasan Jurnal Perempuan. (2004). Remaja Melek Media. Jakarta: Yayasan Jurnal Perempuan.