

PERSEPSI

RABU 3 JULI | TAHUN 2019

5

Konsep Digital Parenting dalam Kehidupan Keluarga

D era digital saat ini, seluruh komponen masyarakat, terutama orang tua dan elemen guru di manapun dituntut memiliki ruang yang cukup untuk menaruh perhatian, bijaksana dan bahkan boleh disebut harus ekstra waspada terhadap perkembangan mental anak-anak yang di usia masih di bawah balita saja sudah terbiasa mengutak-atik perangkat digital antara lain TV, Labtop, komputer dan Gadget (Ponsel cerdas, Tablet, I-Pad dan sebagainya).

Perangkat digital yang berada dalam genggamannya, merupakan candu yang dapat memicu ketergantungan yang cukup parah yang pada akhirnya akan berdampak terhadap perkembangan kehidupan seorang anak. Tidak heran jika ada yang mengatakan, membiarkan anak bermain dengan HP android maupun tablet ke dalam genggamannya, dapat memberikan sebutir "Kokain" kepada sang buah hati sendiri. Kecanduan game online dan konten-konten lainnya yang ada dalam ponsel pintar sama bahayanya dengan kecanduan narkoba.

Ungkapan di atas bukan tidak ada dasarnya, telah banyak kasus yang ditemukan, seorang anak yang sejak balita kecanduan perangkat digital pada perkembangannya mengalami gangguan mental yang cukup parah, seperti anak menjadi anti sosial atau sulit bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya, bersikap implusive dan dampak kesehatan seperti gangguan kesehatan mata, gangguan tidur pada anak, peluang terjadinya obesitas bagi seorang anak menjadi

cukup tinggi karena anak kurang bergerak bahkan sangat beresiko terhadap penyakit Autisme pada anak.

Selain itu, seorang anak yang kecanduan main Gadget akan kehilangan waktu emas masa kecilnya dalam mengembangkan keterampilan dasar, kenangan dasar, peristiwa mendasar dalam hidupnya. Sebutlah misalnya, sang anak tidak lagi tertarik untuk bermain dengan teman sebayanya yang sebenarnya sangat penting menjadi wahana belajar dan melatih anak menjadi mandiri dan menghargai orang lain. Seorang anak juga, akan kehilangan waktu untuk membaca dan menulis yang sebenarnya hal itu sangat penting bagi seorang anak.

Akademi Dokter Anak Amerika dan Perhimpunan Dokter Anak Kanada seperti dilansir laman The Asia Parent menegaskan, anak umur 0-2 tahun tidak boleh terpapar oleh gadget atau perangkat digital lainnya sama sekali. Hal ini terjadi karena, pada usia 0-2 tahun, otak anak bertumbuh dengan cepat hingga dia berusia 21 tahun. Perkembangan otak anak sangat dipengaruhi oleh stimulasi lingkungan, salah satunya stimulasi yang berlebih dari digital dapat menyebabkan keterlambatan kognitif, gangguan dalam proses belajar, meningkatkan sifat implusif anak serta menurunnya kemampuan anak untuk mandiri.

Sementara itu, untuk anak umur 3-5 tahun dibatasi menggunakan gadget tidak boleh lebih dari 1 jam dan anak umur 6-18 tahun dibatasi 2 jam saja dalam sehari. Dalam rilisnya tersebut, para dokter mengatakan, anak-anak dan remaja yang menggunakan



Oleh :
Fory Armin Naway

gadget melebihi batas waktu yang dianjurkan memiliki resiko-resiko yang cukup berbahaya, diantaranya, seorang anak akan mengalami resiko gangguan pertumbuhan otak, pertumbuhan anak akan menjadi lambat, terancam mengalami obesitas (Kelebihan berat badan), membuat anak mengalami insomnia atau kurang tidur yang berdampak terhadap kesehatan, bersiko mengalami kelainan mental, menjadikan anak menjadi agresif atau suka menyerang dan menyalahkan orang lain, seorang anak akan beresiko tinggi terserang penyakit kanker karena radiasi emisi yang dikeluarkan oleh teknologi digital dan dampak lainnya.

Disinilah peran orang tua untuk mengembangkan konsep Digital Parenting, yakni menjadi orang tua yang bijak dalam mengasuh dan membesarkan anak. Hal ini penting, karena banyak orang tua, terutama kaum ibu yang memiliki prinsip "yang penting anak tidak rewel, tidak nakal apalagi sampai mengotori rumah dan mengutak-atik perabotan rumah yang sudah ditata dan dibersihkan, tidak mengganggu sang ibu dalam

aktifitas memasak, atau untuk mencegah seorang anak agar tidak keluyuran di luar rumah, maka terkadang sang ibu memberikan HP kepada sang anak untuk main gadget sebatasnya hingga berjam-jam.

Ketika anak sudah terbiasa dengan HP, maka sang anak setiap saat selalu merengek-rengok dan menangis untuk bermain HP, saking sayangnya, meski HP itu tengah digunakan terpaksa harus menyerahkannya kepada sang anak agar tidak menangis. Bahkan, ada keluarga yang menumpahkan kasih sayang dengan membelikan i-pad atau Hp tersendiri bagi sang anak. Ungkapan dan ekspresi kasih sayang orang tua terhadap anak, tidak harus memenuhi dan menuruti semua keinginan anak yang penting anak itu diam dan tidak menangis, melainkan memberikan sesuatu yang dibutuhkan bagi tumbuh kembang anak secara baik, kendati hal itu harus membuat anak menangis.

Memang tidak dapat dipungkiri, terkadang ada yang salah kaprah dalam memaknai rasa kasih sayang kepada sang anak sehingga menjadikan anak seperti "Raja" yang harus dituruti keinginan dan kemauannya. kendati, banyak keinginan anaknya itu yang dalam jangka waktu panjang justru tidak baik bagi sang anak. Disinilah pentingnya keterampilan mendidik anak sangat dibutuhkan.

Yee Jin Shin, dalam kata pengantar buku yang ditulisnya, Mendidik Anak di Era Digital (2014) menyebutkan, para petinggi google, Apple, Yahoo dan bidang TI lainnya yang ada di Silicon Amerika Serikat rata-rata justru menyekolahkan anak mereka di sekolah Waldorf yang

tidak menyediakan fasilitas komputer. Demikian juga di Perancis, murid SD dan SMP dilarang menggunakan ponsel di sekolah, sedangkan di Jerman dan Finlandia, anak-anak dibatasi dalam menggunakan Ponsel.

Lebih dari itu, di negara-negara maju, saat ini telah terjadi perubahan pola dan mindset orang tua dalam mengasuh anak sebagai upaya untuk menseiasati dampak negatif dari keberadaan digital di dalam rumah, terutama mereka yang memiliki bayi, anak balita dan remaja.

Prinsipnya adalah, jika dulu bahaya terhadap anak mengintai dari luar rumah, maka saat ini, bahaya itu ada di dalam rumah. Bahaya itu perlu diwaspadai karena sesuatu yang berbahaya itu, telah menjelma dalam bentuk benda yang menarik, memukau dan menjadikan anak-anak menjadi pecandu dan kecanduan. Maka solusinya adalah, memberikan bimbingan, arahan, pengertian dan pandangan-pandangan yang konstruktif terhadap anaknya yang sudah balit dan menuju remaja agar tidak terjebak pada gadget. Orang tua juga sudah saatnya untuk tidak terjebak pada sikap mengekspresikan rasa kasih sayang yang membabibuta, tapi ekspresi kasih sayang yang sesungguhnya yang tidak berdampak negatif terhadap tumbuh kembang anak. Digital Parenting, adalah konsep orang tua bijak di era digital saat ini dalam rangka mengeliminasi bahaya dan dampak negatif era digital yang menyeruak ke dalam relung kehidupan yang seakan tak terhindarkan ini. Semoga (*)

Penulis adalah Ketua
PUSPAGA Kab. Gorontalo