

DIGITAL PARENTING

Atur Penggunaan Gadget Anak

Prof. Dr. Hj. Eti Nurhayati, M.Si

Guru Besar IAIN SNJ Cirebon

etinurhayati@syekhnurjati.ac.id



Seminar Islamic Parenting, 12-01-2020

BAHAYA GADGET PADA ANAK:

- ❖ Rentan terpapar konten orang dewasa, kekerasan
- ❖ Berkurang interaksi sosial
- ❖ Obesitas, merusak mata, gangguan tidur, depresi,
- ❖ Lbh agresif, temperamen, pemalas, penghayal, emosional, kekerasan, pembohong, egois,
- ❖ Terganggu pelajaran, ibadah, prestasi sekolah

ATUR PENGGUNAAN GADGET ANAK:

- ❖ Tentukan waktu penggunaan digital: gadget, smartphone, tablet, komputer, tv.
 - < 2 thn : sama sekali tdk boleh berhubungan dg gadget/tv, video call dengan keluarga terdekat
 - 2 - 5 thn: terpaksa dan maks 1 jam dlm sehari, tanpa ganggu wktu tidur, aktivitas fisik motorik
 - > 6 thn : maksimal 2 jam per hari

ATUR PENGGUNAAN GADGET ANAK:

- ❖ Jangan hanya melarang, berikan alternatif pilihan/alihkan
- ❖ Beri teladan yg baik
- ❖ Perhatikan dan kendalikan konten kpd yg edukatif
- ❖ Tentukan waktu dan lokasi penggunaannya
- ❖ Dampingi dan arahkan dlm penggunaannya
- ❖ Tdk menggunakan medsos atau berteman dg anak dlm medsod
- ❖ Beri pemahaman bahaya penggunaan digital berlebihan
- ❖ Perbanyak aktivitas anak
- ❖ Disiplin dan tegas dlm aturan
- ❖ Sediakan mainan alternatif
- ❖ Luangkan waktu bersama anak
- ❖ Beri reward jika sesuai aturan

SARAN UNTUK ORANGTUA:

- Perbaiki pola interaksi/komunikasi dlm keluarga
- Bangun rumah dan keluarga harmonis
- Sadari peran dan kewajiban orangtua thdp anak
- Sadari anak adalah amanat Allah, tdk di-sia2kan
- Tradisikan hidup yg Islami dlm keluarga
- Investasikan waktu dan perhatian yg cukup utk anak
- Jadilah teladan “uswatun hasanah” bagi anak
- Bentuk dan kembangkan hobi anak yg konstruktif
- Sediakan permainan alternatif dan sarananya
- Alihkan penggunaan digital kpd permainan fisik, motorik, sosial
- Alihkan penggunaan digital kpd home literasi























