

Pendampingan Remaja Menggunakan Gawai Oleh Ibu di Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Tabanan

Made Dewi Sariyani¹, Kadek Sri Ariyanti²
^{1,2} STIKES Advaita Medika Tabanan
¹sariyani27@gmail.com

ABSTRAK

Setiap anggota keluarga memiliki peran dan fungsi masing-masing. Selama periode masa perkembangan remaja, orangtua yang berada pada lingkungan terdekat, memegang peranan penting dalam memberikan pengawasan dan pengelolaan waktu luang. 50% remaja mengalami permasalahan perilaku akibat dari kurangnya berkomunikasi dengan orangtua. Kurangnya komunikasi antara orangtua dan remaja menjadi salah satu faktor penyebab utama remaja mencari perhatian dan informasi pengganti melalui gawai secara daring. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan peran orang tua terutama ibu dalam mendampingi remaja menggunakan gawai di rumah. Metode pelaksanaan kegiatan dengan cara talkshow (penyuluhan) pada ibu-ibu yang tergabung dalam Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Tabanan. Tujuan dari kegiatan ini adalah bertukar pengalaman dan memberikan pemahaman kepada ibu remaja dalam pendampingan menggunakan gawai. Harapannya adalah mereka dapat menyampaikan informasi yang diterima dalam talkshow ini kepada ibu-ibu di organisasinya serta menyebarluaskan informasi kepada seluruh ibu yang memiliki anak remaja. Luaran dari kegiatan ini adalah membentuk komunikasi yang baik antara ibu dengan remaja, sehingga mengurangi penyimpangan dalam penggunaan gawai oleh remaja. Ibu-ibu yang tergabung dalam GOW Kabupaten Tabanan, memiliki efikasi diri yang baik untuk mendampingi remaja dalam menggunakan gawai. Harapannya bahwa peserta dalam kegiatan ini dapat menyampaikan informasi yang diperoleh kepada ibu-ibu lain yang memiliki anak remaja, sehingga kita semua mampu untuk menekan kejadian penyimpangan akibat penggunaan gawai oleh remaja.

Kata Kunci: Gawai, Ibu, Pendampingan, Remaja

ABSTRACT

Each family member has a role and function of each. During the period of adolescent development, parents who are in the closest environment, play an important role in providing supervision and management of free time. 50% of adolescents experience behavioral problems as a result of a lack of communication with parents. Lack of communication between parents and adolescents is one of the main factors causing adolescents to seek replacement attention and information through online devices. This activity aims to increase the role of parents, especially mothers, in assisting teenagers using devices at home. The method of implementing the activity is by means of talk shows (counseling) for women who are members of the Association of Women's Organizations (GOW) of Tabanan Regency. The hope is that they can convey the information received in this talkshow to mothers in their organizations and disseminate information to all mothers who have teenage children. The output of this activity is to establish good communication between mothers and adolescents, thereby reducing deviations in the use of gadgets by adolescents. Mothers who are members of the Tabanan Regency GOW have good self-efficacy to assist teenagers in using gadgets. The hope is that the participants in this activity can convey the information obtained to other mothers who have teenage children, so that we are all able to reduce the incidence of irregularities due to the use of gadgets by teenagers.

Keywords: gadget, mother, mentoring, teenager

1. PENDAHULUAN

Setiap anggota keluarga memiliki peran dan fungsi masing-masing, dimana antara ayah dan ibu memiliki peran atau fungsi yang berbeda serta saling melengkapi. Peran seorang ibu adalah menjadi seorang istri, mengurus rumah tangga serta mendidik anak, sehingga ibu memiliki tanggung jawab yang pertama dan utama terhadap anak-anaknya (Septiani, 2019). Selama periode masa perkembangan remaja, orangtua yang berada pada lingkungan terdekat, memegang peranan penting

dalam memberikan pengawasan dan pengelolaan waktu luang (Nurfadhilah, 2015). Penelitian Turnbull (2012), menemukan bahwa remaja memiliki preferensi untuk berbicara dengan orangtua mereka, namun sering ditemukan bahwa orangtua menyatakan keberatan untuk berdiskusi dengan remaja karena ada rasa ketidaknyamanan dan rasa malu untuk membahas tentang perkembangan remaja. Adams (2008), menunjukkan bahwa sekitar 50% remaja mengalami permasalahan perilaku akibat dari kurangnya berkomunikasi dengan orangtua.

Beberapa remaja berpendapat bahwa ibu masih belum menguasai penggunaan gawai dengan baik, sehingga remaja merasa kesulitan untuk berdiskusi tentang aplikasi yang sudah mereka unduh (Septiani, 2019). Salah satu aktivitas penggunaan gawai pada remaja khususnya remaja awal tanpa pengawasan orang tua adalah bermain game baik daring maupun luring (Subu, 2019). Kurangnya komunikasi antara orang tua dan remaja menjadi salah satu faktor penyebab utama remaja mencari perhatian dan informasi pengganti melalui gawai secara daring (Setiono, 2017).

Septiani (2019), menyatakan bahwa salah satu penyimpangan perilaku pada penggunaan gawai yaitu kecanduan gawai, dimana kecanduan gawai mengacu pada ketergantungan, penggunaan gawai yang berlebihan dan tidak terkendali. Selain itu fenomena kecanduan gawai telah menjadi perhatian dunia karena berpengaruh pada kesehatan mental dan fisik yang buruk. Peneliti dari Universitas Oxford menyatakan durasi ideal penggunaan gawai secara daring yaitu sekitar 257 menit atau sekitar empat jam 17 menit dalam sehari. Dengan durasi tersebut, remaja akan mampu memiliki kecerdasan di bidang teknologi dan juga dalam bersosialisasi. Apabila melebihi batas waktu tersebut, maka gawai dianggap mampu mengganggu kinerja otak remaja, sehingga berdampak pada aktivitas mereka (Sativa, 2017).

Pengawasan remaja yang menggunakan gawai baik luring maupun daring akan lebih efektif jika melibatkan ibu (Lauricella, 2015). Martiani (2016), menunjukan bahwa selama ini komunikasi ibu dengan remaja belum terjalin dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari kurangnya kepercayaan remaja kepada ibu dan ketidakpuasan remaja terhadap cara ibu melakukan pengawasan kepada remaja yang menggunakan gawai. Menurut Lestari (2012), ibu cenderung bersikap menunggu pertanyaan daripada bersikap proaktif untuk menyampaikan informasi kepada remaja. Hal ini berbanding terbalik dengan kebutuhan remaja terhadap informasi tentang lingkungan sekitar dan kehidupan pribadi dari orang terdekat, yaitu ibu (Martiani, 2016).

Motivasi seseorang dalam berperilaku dipengaruhi oleh harga diri dan efikasi diri, dimana kedua faktor ini memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi seseorang dalam mengambil keputusan (Kusuma, 2017). Efikasi diri merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan yang dimiliki untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan serta mengatasi segala kesulitan dalam menjalankan program (Agustina, 2007). Efikasi diri ini penting pada pendampingan, karena merupakan salah satu bagian dari aspek kognitif dalam kompetensi pendampingan, sehingga berdampak langsung pada perilaku yang ditunjukkan ibu saat mendampingi remaja (Delft, 2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi pendampingan ibu terhadap remaja yaitu pendidikan, pekerjaan, ekonomi dan efikasi diri (Doepke dan Zilibotti, 2017).

Hasil evaluasi kualitatif pada penelitian yang dilakukan oleh Sariyani (2021) dengan judul Evaluasi Kualitatif Penggunaan Booklet untuk Meningkatkan Efikasi Diri Ibu dalam Mendampingi Remaja Menggunakan Gawai di Rumah, menunjukkan bahwa terdapat perubahan hal yang dirasakan, informan menunjukkan kunci keberhasilan penerapan model dan menyampaikan harapan terhadap model untuk kedepannya. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendampingan remaja menggunakan gawai oleh ibu dirumah melalui workshop. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membentuk komunikasi yang baik antara ibu dan remaja, sehingga ibu dapat melakukan pendampingan saat remaja menggunakan gawai. Luaran dari kegiatan ini adalah penyimpangan akibat penggunaan gawai oleh remaja berkurang.

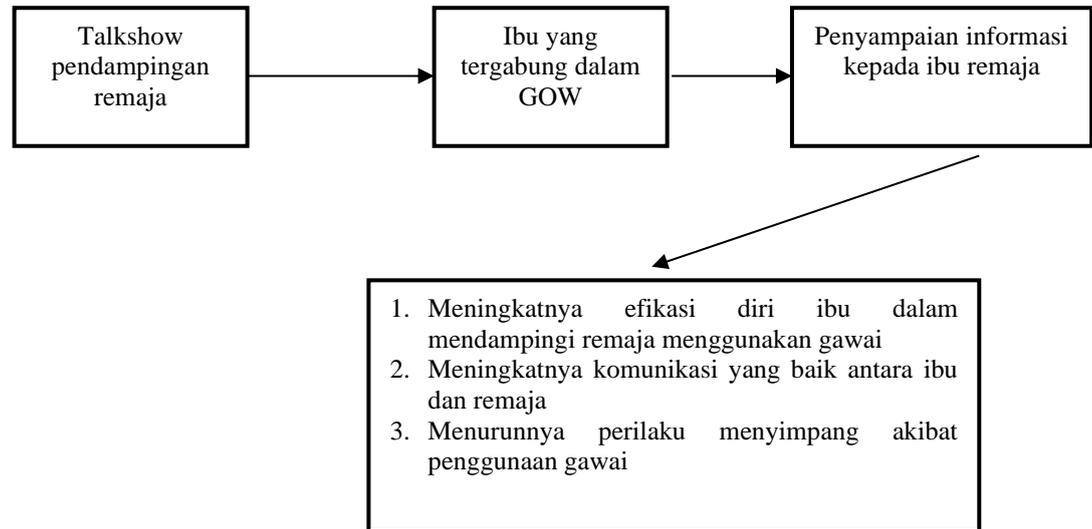
2. PERMASALAHAN MITRA

- a. Remaja cenderung mengalami penyimpangan perilaku pada penggunaan gawai seperti: kecanduan gawai, dimana kecanduan gawai mengacu pada ketergantungan, penggunaan gawai yang berlebihan dan tidak terkendali.
- b. Kurangnya komunikasi antara orang tua dan remaja menjadi salah satu faktor penyebab utama remaja mencari perhatian dan informasi pengganti melalui gawai secara daring
- c. Remaja berpendapat bahwa ibu masih belum menguasai penggunaan gawai dengan baik, sehingga mereka merasa kesulitan untuk berdiskusi tentang penggunaan gawai.
- d. Kurangnya kepercayaan remaja kepada ibu dan ketidakpuasan remaja terhadap cara ibu melakukan pengawasan kepada remaja yang menggunakan gawai.

- e. Perlu dilakukan pendampingan kepada remaja saat menggunakan gawai yang dilakukan oleh orang tua terutama ibu di rumah.

3. METODE PELAKSANAAN

Salah satu cara untuk meningkatkan efikasi diri ibu dalam mendampingi remaja menggunakan gawai adalah dengan mengubah kognitifnya melalui pemberian edukasi menggunakan booklet sebagai media. Alur pemecahan masalah dapat dijelaskan pada bagan berikut ini:



Gambar 1. Alur Pemecahan Masalah

Kegiatan ini dilaksanakan pada Hari Jumat, 18 Maret 2022 pukul 10.00 WITA bertempat di Rumah Jabatan Wakil Bupati Tabanan. Metode pelaksanaan kegiatan dengan cara melakukan talkshow (penyuluhan) kepada ibu-ibu yang tergabung dalam Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Tabanan. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu yang tergabung dalam GOW Kabupaten Tabanan. Pelaksanaan kegiatan ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Penjajagan lokasi kegiatan.
2. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan
3. Persiapan dokumen dan perlengkapan kegiatan
4. Pelaksanaan talkshow
5. Penyusunan laporan kegiatan
6. Publikasi hasil kegiatan

Adapun alur pelaksanaan kegiatan dapat dijelaskan pada bagan di bawah ini:



Gambar 2. Alur pelaksanaan kegiatan

4. PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini dapat dijelaskan sesuai tahapan kegiatan yaitu sebagai berikut:

Tahap persiapan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pelaksanaan kegiatan yang meliputi:

1. Pendataan dan registrasi peserta.
2. Kegiatan diikuti oleh 45 orang yang terdiri dari: 10 orang panitia, 10 orang mahasiswa dan 25 orang peserta dari GOW Kabupaten Tabanan.
3. Pemeriksaan kesehatan peserta yang dilakukan oleh mahasiswa STIKES Advaita Medika Tabanan. Jenis pemeriksaan yang dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah. Seluruh peserta yang melakukan pemeriksaan memiliki tekanan darah yang normal.

4. Pengarahan dari Ketua GOW Kabupaten Tabanan



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan Peserta

Tahap Pelaksanaan Talkshow

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan meliputi:

1. Sambutan dari Ketua GOW Kabupaten Tabanan sekaligus membuka acara Talkshow.
2. Penyampaian materi oleh narasumber: peserta mengikuti dengan baik dan sangat kooperatif saat mengikuti kegiatan.
3. Diskusi: beberapa peserta mengajukan pertanyaan kepada narasumber, kemudian terjadi diskusi. Peserta sangat antusias mengikuti jalannya diskusi.



Gambar 4. Pelaksanaan Talkshow

Role Play

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan, antara lain:

1. Beberapa peserta menceritakan pengalamannya dalam mendampingi anak remaja di rumah.
2. Peserta kemudian mempraktikkan, bagaimana pola pendampingan yang dilakukan kepada anak remaja di rumah saat menggunakan gawai, dimana seorang peserta mengatakan bahwa memang sulit melakukan pendampingan kepada remaja saat menggunakan gawai. Sulit memantau kegiatan yang dilakukan remaja saat menggunakan gawai, apalagi ibu tidak paham dengan penggunaan gawai itu sendiri.
3. Terjadi interaksi yang baik antara narasumber dan peserta. Peserta sangat antusias dalam mengikuti role play.



Gambar 5. Penandatanganan BAP



Gambar 6. Penyerahan Booklet



Gambar 7. Foto Bersama

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki potensi yang sangat bagus sebagai suatu aset dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kegiatan ini mampu meningkatkan efikasi diri ibu dalam mendampingi remaja ketika menggunakan gawai di rumah. Dari hasil evaluasi, dapat terlihat

bahwa ibu-ibu yang tergabung dalam GOW Kabupaten Tabanan, memiliki efikasi diri yang baik untuk mendampingi remaja dalam menggunakan gawai. Harapannya bahwa peserta dalam kegiatan ini dapat menyampaikan informasi yang diperoleh kepada ibu-ibu lain yang memiliki anak remaja, sehingga kita semua mampu untuk menekan kejadian penyimpangan akibat penggunaan gawai oleh remaja. Dapat dilakukan kegiatan serupa dengan subjek remaja, sehingga antara ibu dengan remaja sendiri terdapat kesesuaian pemahaman.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada LPPM dan seluruh civitas akademika STIKES Advaita Medika Tabanan yang telah membantu kelancaran pelaksanaan PkM ini. Terimakasih pula kami ucapkan kepada Ibu Wakil Bupati Tabanan sekaligus sebagai Ketua Gabungan Organisasi Wanita (GOW) Kabupaten Tabanan, yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, C. (2008). School Violence: Perundungan Behaviors and the Psychosocial School Environment in Middle Schools. *Children and School Journal*
- Agustina, E. (2007). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Perilaku Diet Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Obesitas*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma
- Delft, S. (2012). *Relationships between Parental Self Efficacy, Parenting Training Instruction Practices, and Models of Parent Practicians*. The University of British Columbia
- Doepke, M. and Zilibotti, F. (2017). Parenting With Style: Altruism and Paternalism in Intergenerational Preference Transmission. *Econometrica*, 85(5), pp. 1331–1371. doi: 10.3982/ECTA14634.
- Kusuma, M. I. (2017). *Hubungan Antara Harga Diri Dan Efikasi Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Peserta Kursus Di Lembaga Kursus Dan pelatihan Adi Tiara*. Yogyakarta
- Lauricella, A.R, Wartella, E, and Rideout, V. J. (2015). Young Children’s Screen Time: The Complex Role of Parent and Child Factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, pp. 11–17.
- Lestari, S. (2012) *Psikologi Keluarga, Penanaman Nilai Dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Martiani. (2016). *Efektivitas Pelatihan Keterampilan Komunikasi Untuk Meningkatkan Kualitas Hubungan Ibu Remaja*. Jawa Tengah: Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Nurfadhilah, R. (2015). *Pengaruh Parenting Style dan Tipe Kepribadian Big Five Terhadap Kecendrungan Adiksi Internet*. Institutional Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Psikologi.
- Sativa, R., S. (2017). *Berapa Lama Waktu Ideal Gunakan Gadget?* Available at: <https://inet.detik.com/cyberlife/d-3398914/berapa-lama-waktu-ideal-gunakan-gadget>.
- Septiani, A. (2019). *Bahaya Penggunaan Gawai pada Remaja*. Available at: <https://m.ayobandung.com/read/2019/06/09/54554/bahaya-penggunaan-gawai-pada-remaja>.
- Setiono, A., K. (2017). *Perancangan Film Semi Dokumenter Mencegah Perilaku Kecanduan Smartphone Pada Remaja Usia 12-18 Tahun*. Petra, pp. 1–9.
- Subu, A. (2019). Kecanduan Internet Gaming dan Status Body Mass Index (BMI) Pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Pertama Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 6(2).

Turnbull, T. (2012). Communicating About Sexual Matters Within The Family: Facilitator And Barries. *Education and Health Journal*, 30(2), pp. 40–4