

## **Internet Sehat di Road Show SMPN 1 Sidoarjo: Berselancar tanpa was-was**

SIAPA yang bangun tidur tadi langsung pegang handphone? Langsung update status, tanya Ivo Ananda, founder Tangkis, ketika membuka road show di SMPN 1 Sidoarjo kemarin (12/9). Ratusan siswa kelas VIII itu pun mulai mengacungkan jari. Pertama sedikit.

Melihat temannya sudah berani mengacung, lainnya ikut mengangkat tangan. Hasilnya, hampir sebagian besar di antara mereka memegang handphone sebelum memulai aktivitas lain. Menurut psikolog, dosen, sekaligus Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Ubaya Dra Srisiuni Sugoto MSi PhD, hal tersebut adalah lumrah. Anak-anak yang lahir pada pertengahan 1990&ndash;2010 adalah generasi Z. Mereka sangat peka terhadap teknologi, ujarnya.

Salah satunya, Stefanny Imelda Cristy. Dalam sehari, siswi ke las VIII-3 itu mengakses internet selama empat jam. Tapi, nggak langsung lama. Biasanya, saya pakai internet buat cari tugas atau download musik, ucap Imel.

Beberapa bahkan punya durasi lebih lama, mencapai tujuh jam sehari. Rata-rata yang diakses merupakan situs streaming film, pelajaran, Instagram, dan YouTube.

Keakraban generasi Z dengan teknologi punya dampak ter sendiri. Karena dimudahkan dengan keberadaan media sosial, anak lebih terbiasa berkomunikasi lewat tulisan. Kalau diajak ngobrol langsung, malah bingung dan nggak terlalu lancar. Betul, enggak? tanya Siuni yang dijawab ya dengan serentak. Siuni membagikan tip internet dengan aman dan sehat.

komunitasnya didatangi Kuncinya, tidak berlebihan. Dia mencontohkan salah seorang road show? Silakan JANGAN BERLEBIHAN: Psikolog dari Ubaya Dra Srisiuni Sugoto MSi PhD memberikan tip aman berinternet di SMPN 1 Sidoarjo kemarin. Mahasiswa saya ini sampai dapat bayaran dari nge-game. Kuliahnya dianggap nggak penting sehingga dia drop out, ungkapnya.

banyak anak sepele-nya bergantung pada smartphone. Bahkan, ketika bangun tidur, gawai itulah yang pertama dicari. Nah, gimana caranya supaya anak saya tidak membuka hal-hal yang buruk? lanjut Dian.

Siuni menyatakan, solusi masalah itu dimulai dari orang tua. Orang tua harus jadi model. Jadi, mindset-nya adalah anak melakukan apa yang ayah dan bunda lakukan, paparnya. Jika anak dilarang menggunakan gadget saat makan bersama, orang tua pun harus melakukannya.

Untuk mengawasi pemakaiannya, Siuni menyebut perlu pembiasaan. Bisa juga dengan membuat kesepakatan mengenai aplikasi dan situs yang boleh diakses. Setelah norma dan aturan itu diterapkan, langkah selanjutnya adalah berdoa, tutur Siuni yang lantas disambut tawa para wali murid.

Dia menuturkan, meski aturan telah dibuat, bukan tidak mungkin anak membandel. Apalagi pada usia SMP yang merupakan masa transformasi. Salah satu bentuknya adalah meng akses situs dan konten dewasa. Misalnya, kekhawatiran yang di ung kap kan Ratna. Umpama ketahuan, bagaimana orang tua menanggapi Bu? , tanyanya.

Siuni menyatakan, jika anak ketahuan, orang tua semestinya bersyukur. Apalagi jika si anak mau ditanya lebih lanjut tentang konten yang ditonton. Artinya, anak percaya dan nyaman kepada ayah atau ibunya. Yang paling penting, orang tua tidak langsung menghakimi atau memberikan ceramah dadakan kepada anak. Tekankan dampak negatif dan beri anak solusi untuk memanfaatkan waktu luang dengan pendekatan yang lembut dan perlahan, tandasnya. (fam/c14/ayi)