

BAB V

PEMBAHASAN

A. Perilaku Remaja Yang Terpapar Dampak Negatif Internet

Peneliti sependapat dengan pernyataan bahwa internet bersifat bebas dan netral. Betapa remaja memanfaatkan internet menjadi penentu manfaat teknologi itu akan berdampak positif ataupun sebaliknya. Di sisi positif, remaja memahami bahwasanya internet menyodorkan berbagai fasilitas untuk mempelajari apa saja dengan sangat mudah, beragam fasilitas untuk membentuk jejaring sosial, terhubung dengan anggota keluarganya dimanapun mereka berada, melonjaknya sikap tolong-menolong antar manusia seperti penggalangan koin dan bantuan dana bencana, meningkatkan produktivitas akademik, serta masih banyak faedah atau kebermanfaatan lainnya. Sedangkan di sisi negatif, remaja juga mendapati dan memahami bermacam-ragam efek inferior yang muncul disebabkan menggunakan teknologi internet, diantaranya ialah: *online game addiction*, kejahatan dunia maya, dan pelecehan seksual akibat terpengaruh pornografi.

Di tengah maraknya seminar, workshop, diskusi, pelatihan dan lainnya tentang keadaan memprihatinkan kelompok remaja di masa sekarang, atau terlepas dari perdebatan tentang dampak positif dengan dampak negatif penggunaan internet, penelitian ini bertujuan mengembangkan program kegiatan keagamaan untuk pembentukan perilaku terpuji bagi remaja yang terpapar dampak negatif internet sehingga yang menjadi pokoknya adalah “perbaikan.” Melalui program khusus remaja dapat melakukan evaluasi, simulasi dan latihan

pengelolaan diri untuk memperbaiki dirinya sendiri dan mengantisipasi dikemudian hari dengan lebih tangguh.

Lalu apa yang dialami remaja yang terpapar dampak negatif internet dalam penelitian ini? Berdasarkan hasil analisa data remaja yang terpapar dampak negatif internet menunjukkan sikap yaitu: (1) pikirannya tertuju pada keasikan berinternet dan aplikasi media sosial setiap saat, (2) orang tua sering mengeluh tentang waktu yang dihabiskan untuk online dan bermedia sosial, (3) gagal mencoba mengurangi waktu yang dihabiskan untuk online, (4) merasa aneh dan *bad-mood* jika tidak online dan *update* status, (5) pernah membohongi keluarga untuk menutupi aktivitas berinternet, (6) online dengan sembunyi-sembunyi, (7) merasa takut hidup tanpa gadget sebab tidak ada tempat melampiaskan masalah.

Selanjutnya menunjukkan kondisi terpapar remaja karena tidak cukup keadaan mentalnya untuk mendapat konten-konten yang tidak sesuai dengan umurnya seperti: (8) *game online* membuat penasaran dan pengasikkan, (10) pernah membuka situs porno dengan tidak sengaja, (11) menyatakan “kumpul kebo” adalah *trend* remaja milenial saat ini, (12) dalam situasi sulit melakukan kejahatan adalah sah-sah saja.

Kemudian potensi kemunduran perilaku terpuji akibat terpapar dampak negatif internet berdampak merusak akhlak khususnya yang mulai muncul pada sikap seperti: (13) sering tidak sependapat dengan aturan-aturan sekolah, (14) remaja berbuat salah adalah wajar, (13) merasa tidak perlu memperbaiki kesalahan yang diperbuat, (14) remaja tidak suka diawasi dan bebas berekspresi,

(15) tidak sependapat sholat dan dzikir sebagai benteng, (17) merasa pikiran terpengaruh dengan tontonan kriminal/ kekerasan dari tv dan internet. Dengan demikian remaja gambaran remaja yang terpapar dampak negatif internet khususnya di Kapuas umumnya memiliki ciri 17 sikap tersebut di atas.

Tak terhitung konten-konten di ruang internet yang disenangi remaja berisi materi-materi kebengisan. Di mana diketahui, remaja dengan mudah meniru untuk merespon berbagai pola perilaku sosial dengan antisosial. Beraneka ragam *game online* tersebut sudah terang-terangan menyuguhkan fragmen-fragmen kebengisan yang efektif dapat mengajari remaja cara bertindak bengis, keras dan menjadi bahan generator perilaku agresivitas baik kognitif, afektif, dan psikomotor terlebih menyusutkan sikap empatik dan sikap pro-sosial. Di sisi yang lain, menikmati *action-action* menegangkan dengan kekerasan di *smartphone* dan laptop sangat menyenangkan bagi kaum milenial. Lebih gawat lagi, ketika menonton dan bermain *game online* yang bermuatan kekerasan itu, remaja tidak hanya bertindak sebagai observer sebaliknya berperan sebagai partisipan aktif dalam abstraksi fantasinya yang dipenuhi bayangan-bayangan kekerasan. Walhasil, dengan mengakses dan bermain internet remaja bukan saja berpotensi mencontoh akan tetapi belajar menjadi agresif dan bengis.

Jika sejenak kita kembali merefleksi kesandaran agama, manusia sebagai makhluk sempurna ciptaan Allah dibekali perangkat diri yang bisa menjadi sumber akhlak mulia adalah salah satunya adalah mata. Membaca narasi Amka Abdul Aziz mata adalah jendela dunia. Dengan mata seseorang bisa melihat indahnya dunia berikut juga semua keburukan yang terjadi di depannya. Mata

selalu menjadi organ paling depan yang dihadapkan pada dua pilihan, melihat yang baik dan menghindari yang buruk, atau melihat yang buruk dan menghindari yang baik. Juga melalui mata seseorang bisa diketahui sedang bicara dusta atau jujur karena konon bola mata tidak bisa berbohong.¹⁷⁹

Sifat asli mata sebenarnya selalu husnuzhan, baik sangka kepada objek apa saja yang dilihatnya. Kejujuran itu karena fitrah mata selalu mencari objek yang indah dan menyenangkan untuk dilihat. Bukankah perasaan seseorang senang melihat pemandangan yang indah? Bukankah perasaan seseorang senang melihat perhiasan, pakaian atau kendaraan yang bagus-bagus? Wajar saja kalau manusia yang memiliki keimanan kuat senantiasa berdoa Q.S. Al- Furqan/25:74 berbunyi:

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَرْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ۗ ٧٤

Dan orang-orang yang berkata: "Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami isteri-isteri kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan jadikanlah kami imam bagi orang-orang yang bertakwa"

Mata, menurut fitrahnya bisa dengan sendirinya memalingkan diri dari objek apa saja yang dilarang Allah. Artinya, ketika seseorang secara tidak sengaja melihat suatu objek, dan objek itu sebenarnya terlarang dilihat maka dia bisa memalingkan mata ke objek yang lain. Tidak perlu berlama-lama “menikmati” objek haram itu. Tetapi, lagi-lagi setan tidak mungkin tinggal diam. Dia sangat tidak suka menerima kondisi seperti itu. Oleh karenanya, setan selalu menjadikan indah apa saja yang buruk dalam pandangan mata manusia. Mereka mengubah yang indah menurut syariat agama menjadi buruk, kuno, ketinggalan zaman dan

¹⁷⁹Amka Abdul Aziz, *Hati Pusat Pendidikan Karakter: Melahirkan Bangsa Berakhlak Mulia* (Klaten: Cempaka Putih, 2012), h. 114.

membosankan. Dan menjadikan yang sesungguhnya buruk menurut syariat agama menjadi indah, gemerlap dan menjanjikan kenikmatan. Kalau mata sudah termakan bujuk rayu setan maka yang dilihatnya tidak lebih dari fatamorgana. Sesuatu yang kelihatan nyata, padahal semu, atau bahkan tidak ada sama sekali. Seperti seorang yang kehausan di gurun pasir dan dia sudah tidak mempunyai persediaan air lagi. Ketika dia memandang nun jauh di sana maka tampaklah genangan air. Padahal itu hanya pantulan cahaya. Ketika dia menghampiri, ternyata dia tidak menemukan apa-apa kecuali hamparan pasir juga. Saat itulah dia kecewa. Mata jenis ini adalah mata yang mengajarkan kebohongan, atau mata yang menipu atau tertipu. Allah SWT mengecam mata yang seperti ini, sebagaimana tercantum dalam firman-Nya Q.S. Al- A'raf/7:197:

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا
وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْإِطْعَامِ بَلَّ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ ١٧٩

Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai

Ayat diatas menjadi peringatan bagi manusia, agar senantiasa cerdas dan dapat mengontrol diri akan mengembalikan fungsi mata sesuai dengan karakter aslinya, yang selalu baik sangka terhadap objek yang dilihat dan seperti inilah pada dasarnya *stereotype* yang dimaksud dengan perilaku terpuji.

Diakhir pembahasan pertama ini, remaja yang terpapar dampak negatif internet dikategorikan menjadi lima yaitu: terpapar dampak negatif “sangat rendah”, terpapar dampak negatif “rendah”, terpapar dampak negatif “sedang”, terpapar dampak negatif “tinggi”, terpapar dampak negatif “sangat tinggi.” Hasilnya ditemukan bawah potret remaja terpapar dampak negatif internet pada siswa MAN Kapuas dalam kategori “tinggi” sebesar (21,7%) dan kategori “sangat tinggi” (3,7%), sedangkan dalam kategori “sedang” (57,8%) dan kategori “rendah” (15,5%). Artinya kata lain pada MAN Kapuas siswa yang terpapar dampak negatif internet lebih sedikit dari pada siswa yang tidak terpapar dampak negatif internet.

Kondisi ini setidaknya lebih membaik jika dibandingkan dengan survei yang dilakukan oleh Markplus Insight pada tahun 2012 yang memperlihatkan bahwa di Indonesia ada 61 juta pengguna internet yang mayoritas golongan umur 15-22 tahun (kisaran 42,4%). Sebesar (84,7%) dari mereka mempergunakan *gadget* untuk bertualang di ruang internet. Nyaris (70%) remaja konsumen membuang waktunya untuk internetan lebih dari 3 jam dalam sehari. Media sosial menjadi aktivitas paling banyak dilakukan yakni sebanyak (94%), berburu suatu informasi (64%) dan *e-mail* sebanyak (60,2%). Data menunjukkan bahwa rata-rata jumlah konsumen internet meningkat dari (22%) menjadi 74,57 juta dalam setahunnya.¹⁸⁰ Khusus terkait penggunaan internetnya sendiri memperlihatkan kondisi tidak berubah seperti penelitian tahun 2012 masih terdapat juga pada penelitian tahun 2013.

¹⁸⁰Markplus Insight, *Data Pengguna Internet 2012*. Retrieved from <http://blog.evoucher.co.id/2012/11/data-penggunainternet-2012-by-markplus-insight.html>.

Bagi pihak pengelola MAN Kapuas temuan ini menunjukkan nilai evaluasi yang positif atau pernyataan positif khususnya pelaksanaan proses mendidik yang dalam arti luas. Seperti halnya bimbingan dalam kecerdasan berfikir, akhlakul karimah juga memberikan pengajaran, tuntunan dan memelihara dengan baik. Setidaknya sebagian besar siswa sudah menunjukkan sikap positif seperti kemandirian, kedisiplinan, tanggung jawab dan amanah serta terhindar dari terpapar pornografi, game online dan terpapar perilaku agresifitas dan kasar. Sementara bagi (21,7%) remaja yang terpapar dampak negatif internet kategori “tinggi” dan (3,7%) kategori “sangat tinggi” ditanggulangi dengan tindakan intervensi melalui pengembangan program kegiatan keagamaan untuk pembentukan perilaku terpuji bagi remaja yang terpapar dampak negative internet melalui pelaksanaan *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri).

Membicarakan perilaku terpuji sebagai tujuan pendidikan membersihkan harapan, bahwa pada masa akan datang generasi Indonesia akan semakin baik. Ini tidak berarti bahwa manusia Indonesia yang hidup saat ini bukan generasi yang baik. Tidak begitu maksudnya, hanya pada kenyataannya kita harus menerima bahwa telah terjadi penurunan tingkat kualitas manusia Indonesia secara signifikan. Bukan pula kualitas dalam lapangan ilmu dan teknologi, tetapi kualitas dalam segi yang lain, yakni kualitas rohani dan sikap. Oleh karena itu menjadikan remaja (peserta didik) berbudi pekerti adalah kewajiban. Hanya dengan budi pekerti bangsa yang berkarakter sempurna akan terbentuk. Manusia Indonesia yang insan kamil, yakni manusia-manusia yang beraktivitas sesuai dengan Fitrah Insani nya.

B. *Daurah Idaratul Dz*at Cocok Untuk Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Yang Terpapar Dampak Negatif Internet.

Dari paparan sebelumnya bahwa program kegiatan keagamaan untuk membentuk perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri), merupakan metode intervensi pencegahan dengan prinsip latihan pengelolaan diri yang dirancang menggunakan strategi pendekatan belajar perilaku dan kognitif membentuk kepribadian remaja mengubah pola penggunaan internet dan meningkatkan pengendalian diri dalam memilih dan memilih berbagai materi yang ditemui ketika terhubung dengan internet yang terintegrasi di dalam kegiatan keagamaan (Rohis/Rohani Islam) di sekolah.

Pada dasarnya tujuan utama pengembangan kegiatan keagamaan *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) terbagi menjadi 4 tujuan, yaitu:

1. Memberikan informasi akurat kepada remaja tentang prevalensi atau sikap remaja yang terpapar dampak negatif internet,
2. Mendorong remaja untuk memantau sendiri terhadap penggunaan internet mereka dan mengidentifikasi pengaruh-pengaruh lingkungan dan rohaniah untuk terlibat dengan internet lebih lama dari pada yang semula mereka niatkan,
3. Mendukung perubahan perilaku yang berkaitan dengan penggunaan internet, seperti menetapkan aturan tentang penggunaan internet, mengurangi waktu internet selangkah-demi selangkah, merencanakan

kegiatan-kegiatan lain sebelumnya, dan mendapatkan dukungan dari orang lain,

4. Mengajari remaja bagaimana cara mengatasi dengan mengelola diri dengan kegiatan-kegiatan ibadah yang mampu meningkatkan penguasaan mereka terhadap diri sendiri.

Dengan demikian inti program “ritual-edukasional” ini memberikan penekanan lebih besar pada perubahan-perubahan perilaku yang diarahkan sendiri dalam kaitannya dengan menggunakan internet, dan bukan menekankan pada penguatan kompetensi personal pada bidang pelajaran tertentu. Seperti itu juga yang terkesan dari pendapat

Pada buku *The Dragon Fly Effect*, Aaker bersama Smith berpendapat bahwa melalui penanggulangan yang tepat dan terkontrol, internet (social media) dapat memacu terjadinya alterasi sosial yang sesuai harapan termasuk alterasi perilaku individu sebagai makhluk sosial.¹⁸¹

Sebagai instrumen penelitian, desain awal Modul *Daurah Idaratul Dzaf* (Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Terpapar Dampak Negatif Internet) yang peneliti rancang terdiri dari 9 sesi dengan durasi 25 - 120 menit setiap sesi selama lima hari. Modul sesi 1-2, memberikan informasi akurat kepada remaja tentang bahaya paparan dampak negatif internet, pola kemajuannya, dan faktor-faktor resiko terkait; modul sesi 3-5 mendorong remaja untuk memantau sendiri penggunaan internet mereka dan mengidentifikasi faktor internal dan eksternal

¹⁸¹J., Aaker & A. Smith, *The Dragonfly Effect Quick, Effective, and Powerful Ways to Use Sosial Media to Drive Sosial Change*. (San Fransisco: Jossey-Bass A Wiley Imprint, 2010), h. 82.

yang membuat mereka terlibat dengan internet lebih lama; modul sesi 6-7 menemukan dan mendukung perubahan perilaku berkenaan dengan penggunaan internet seperti menetapkan aturan tentang penggunaan internet, mengurangi waktu penggunaan perlahan, merencanakan kegiatan-kegiatan lain, mendapatkan dukungan dari orang lain; dan modul sesi 8-9 membimbing remaja untuk menghadapi stress dan memperbanyak kegiatan keagamaan yang menyenangkan dan meningkatkan penguasaan kontrol diri (antisipasi) dengan bermain peran (*roll playing*).

Setelah melewati proses *Professional Judgement* mengajukan rancangan program kepada ahlinya untuk memperoleh penilaian dan pertimbangan apakah rancangan program ini sudah layak ataukah perlu perbaikan. Dilanjutkan proses Uji coba kelompok kecil melalui simulasi pelatihan yang dilaksanakan bersama para calon instruktur/ fasilitator dan para siswa dalam jumlah terbatas, maka Modul *Daurah Idaratul Dzati* (Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Terpapar Dampak Negatif Internet) dilakukan revisi sebanyak 2 kali dalam 2 tahap. Tema/sub tema dalam buku Modul *Daurah Idaratul Dzati* (Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Terpapar Dampak Negatif Internet) revisi akhir terdiri dari 20 materi penyajian yaitu: (1) memberikan motivasi, menyampaikan tujuan program kegiatan *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri), hal-hal yang akan dipelajari/dilatihkan, dan waktu yang diperlukan dalam pelatihan, (2) mengeksplorasi efek-efek jangka-pendek dan jangka-panjang dari dampak paparan internet, (3) mengajarkan bagaimana cara membuat catatan harian tentang penggunaan Internet, (4) *Ittifaq*/ menulis kontrak dengan diri untuk membatasi

penggunaan internet atau internet positif (wajib ditaati selama pelatihan), (5) memberikan informasi tentang kecanduan internet, (6) mengajarkan cara antisipasi/ pencegahan paparan negatif internet dalam pandangan islam (Keutamaan Sholat; Mengingat Awal dan Akhir Kejadian; Fadillah Wirid), (7) mengidentifikasi riwayat terdahulu untuk tetap online dalam waktu lebih lama dibanding yang diitikadkan sekarang, (8) menentukan *tsawab /reward* untuk diri sendiri untuk online hanya selama waktu yang direncanakan, (9) memberi label pada kesalahan-kesalahan pikiran, (10) mengubah pikiran-pikiran melemahkan/ *self-defeating* dengan pikiran-pikiran yang mendukung/ *self-enhancing*, (11) saling berbagi impian masa depan dengan peserta yang lain, (12) membuat rencana kegiatan harian efektif tentang penggunaan Internet dan ritual keagamaan, (13) mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki citra-diri terhadap tuhan dan lingkungan, (14) mendemonstrasikan dan mempraktikkan sholat dan amalan syareat, (15) mengajarkan keterampilan komunikasi dan sosialisasi efektif, (16) mengajarkan bagaimana bersikap asertif/ berani berkata tidak/ menolak, (17) meninjau dan mengonsolidasikan apa yang telah dicapai melalui *riqobatus nafsi* (mengontrol diri), (18) mempersiapkan diri untuk tantangan-tantangan di masa mendatang dengan literasi digital, (19) mendiskusikan apa saja yang sudah berubah dan yang masih harus diubah, (20) mengembangkan strategi-strategi untuk mengatasi masalah yang masih ada.

Beberapa revisi yang dilakukan dalam penyempurnaan Modul *Daurah Idaratul Dzati* (Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Terpapar Dampak Negatif Internet) ditujukan pada hasil evaluasi dan masukan para ahli baik secara langsung

maupun melalui skala penilaian di antaranya: (1) peninjauan kembali pada kelengkapan materi (25%), (2) peninjauan kembali pada kejelasan materi (25%), dan (3) peninjauan kembali pada kelengkapan sumber pustaka rujukan (25%).

Beberapa cacatan penting para ahli yang menjadi rujukan revisi materi dan prosedur penyajian Modul *Daurah Idaratul Dzati* (Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Terpapar Dampak Negatif Internet) di antaranya: (1) memasukkan Cetak Biru/ *Blue Print* Desain Pelatihan, (2) Menambah lembar evaluasi/ monitoring dan rencana tindak lanjut dibagian lampiran modul, (3) menambahkan materi literasi digital pada materi ke-2, sesi-8, hari ke-5, yaitu penyajian materi dengan judul “mempersiapkan diri untuk tantangan-tantangan di masa mendatang dengan literasi digital,” bersamaan itu juga (4) memasukkan konsep *Riyadhah* (latihan/pembiasaan), *Mujahadah* (kesungguhan/keseriusan), *Musyahadah* (kehadiran tuhan) menurut Imam al-Gazali dalam kitab *Ihya Ulumuddin* sebagaimana disarankan oleh ahli Prof. Dr. H. Asmaran AS., MA. Guru Besar Bidang Akhlak dan Tasawuf UIN Antasari Banjarmasin dalam materi penyajian.

Dari catatan-catatan yang diberikan oleh para ahli menunjukkan bagaimana pentingnya pijakan teori yang diambil sehingga dapat menjamin terjadi pembentukan perilaku terpuji sebagai dampak kegiatan. Terkesan muncul pertanyaan mendasar dibenak para ahli “bisakah karakter diubah” hanya dengan menyajikan Modul *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri) ini? Bagi peneliti sendiri, hal ini merupakan pertanyaan yang sulit. Bahkan ketika karakter diartikan sebagaimana bahasa asalnya, yakni *charassein* memiliki makna “sulit diubah.” Jika sesuatu itu mudah diubah, ia bukanlah karakter seutuhnya

melainkan adalah sifat, sikap, pandangan, pendapat, atau pendirian. Contohnya saja, karakter orang yang penakut akan sulit diubah menjadi pemberani. Demikian juga karakter kasar akan sulit berubah menjadi lembut. Namun, jika menilik bahwa karakter bisa dibentuk atau dibangun, ia pasti bisa diubah. Sebab, pembentukan dan pembangunan itu sendiri sejatinya adalah perubahan. Hanya saja, jika dianalogikan sebagai sebuah bangunan, apabila bangunan itu adalah bangunan yang kokoh, butuh waktu yang lama dan energi yang tidak sedikit untuk mengubahnya. Sebaliknya, bangunan tidak permanen yang menggunakan bahan-bahan rapuh, maka mengubahnya pun akan lebih cepat dan mudah.

Membahas mengenai pembentukan sikap, teori perilaku mengakui ada pengaruh dimensi behavioristik dan dimensi biologis dalam menjelaskan terjadinya perilaku. Suatu perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus-menerus akan menjadi sebuah kebiasaan yang didahului oleh kesadaran dan pemahaman dan menjadi karakter seseorang. Sementara genetik hanyalah merupakan salah satu faktor penentu saja. Namun faktor genetik ini sama sekali tidak boleh diremehkan sebab genetik merupakan penentu pertama yang melekat pada diri seseorang. Sehingga faktor genetik inilah yang akan menjadi karakter utama jika tidak ada proses berikutnya yang memiliki pengaruh kuat seperti pengasuhan dan pendidikan.

Sedikit membias, faktor genetik ini juga diakui keberadaannya di dalam ajaran Islam. Diantara contohnya adalah tentang alasan memilih calon istri atas dasar faktor keturunan. Rasulullah SAW pernah bersabda yang intinya menyebutkan bahwa hendaklah menikahi seorang wanita karena faktor rupa,

harta, keturunan, dan agama. Meskipun Islam mengajarkan yang terbaik adalah menikahi wanita karena pertimbangan agamanya, namun tetap saja bahwa Islam mengakui adanya kecenderungan orang menikah karena ketiga faktor selain agama itu. Salah satunya adalah keturunan. Boleh jadi orang yang menikahi wanita karena pertimbangan keturunan disebabkan oleh adanya keinginan memiliki keturunan yang mewarisi sifat-sifat khas orang tua istrinya, ataupun memperoleh kedudukan dan kehormatan sebagaimana orang tua si perempuan.

Zaman dahulu, tujuan pernikahan untuk memperoleh kedudukan dan kehormatan sering terjadi. Diantaranya di pulau Jawa, orang-orang dulu sangat bangga jika ada anaknya yang dijadikan selir oleh raja. Sebab, dengan dijadikan selir, akan membuat keturunan mereka berikutnya menjadi keturunan raja. Persoalan ini pula yang menyuburkan tradisi perempuan melamar laki-laki di daerah Minang. Laki-laki bangsawan dan terkenal akan paling banyak dilamar oleh para orang tua yang memiliki anak gadis. Tentu, tujuan utamanya adalah mendapatkan garis keturunan atau gen para bangsawan, di samping ketokohan dan popularitasnya. Sementara itu di masyarakat Arab juga ada kebiasaan yang memungkinkan seorang suami bisa menyuruh istrinya berhubungan intim dengan lelaki lain yang ditokohkan hanya demi ingin memiliki anak yang berpotensi menjadi tokoh besar. Seorang bapak juga bisa menyuruh anak gadisnya melakukan hal demikian untuk tujuan serupa.

Riwayat terkait keturunan ini pun pernah dibahas Rasulullah SAW kepada para sahabat. Suatu ketika ditanya beliau tentang siapakah manusia yang paling mulia di dunia ini, Rasul menjawab Nabi Yusuf a.s. Para sahabat kemudian

bertanya tentang apa yang menyebabkan Nabi Yusuf adalah dianggap sebagai orang yang paling mulia oleh Rasulullah Muhammad saw. Ternyata jawaban beliau adalah faktor keturunan orang-orang mulia. Ayah, kakek, dan buyut Nabi Yusuf adalah para nabi, yakni Ya'qub, Ishaq, dan Ibrahim a.s.

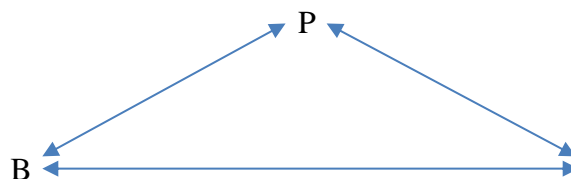
Lantas kalau demikian halnya pertanyaannya “apakah tidak diperlukan lagi melakukan pendidikan dan upaya-upaya membentuk perilaku terpuji? toh penentu kemuliaan dan kehebatan seseorang adalah keturunan alias genetik yang mengalir dalam dirinya?” Tentu saja tidak begitu. Mengapa? Karena, beliau sendiri seorang Nabi, yang adalah orang mulia karena kemuliaan pribadi yang dimilikinya sendiri bukan disebabkan garis keturunannya. Andai saja (semoga ilustrasi ini tidak melanggar syariat) Yusuf a.s. sendiri bukanlah seorang nabi, pasti Rasulullah tidak akan memilih beliau sebagai orang paling mulia meskipun nenek moyangnya adalah para nabi. Kalau sekadar mengandalkan keturunan, mengapa Rasulullah tidak menyebut saudara Nabi Yusuf yang lain? Padahal, mereka sama-sama memiliki garis keturunan para nabi sebagaimana Yusuf?

Artinya, kita meyakini bahwa faktor kemuliaan pertama dalam diri Nabi Yusuf adalah kemuliaan beliau sendiri yang telah terpilih sebagai seorang nabiullah. Bukan garis keturunannya. Setelah itu, baru ketika perbandingan dilakukan bahwa, yang memiliki garis keturunan para nabi paling kental ternyata adalah beliau. Ini faktor kedua. Sebab, jika soal keturunan semata, anak nabi yang durhaka juga ada dalam sejarah Islam, misalnya putra Nabi Nuh a.s. Adapun anak orang kafir yang menjadi nabi juga ada, yakni Ibrahim a.s. Sekali lagi, keturunan atau gen juga menjadi penentu, tetapi bukan satu-satunya.

Dalam psikologi dikenal Teori Medan untuk menjelaskan manifestasi sebuah perilaku. Seperti dalam teori Medan yang disampaikan Kurt Lewin, perkembangan pribadi dipengaruhi oleh proses belajar dan interaksi dengan lingkungan.¹⁸² Berarti perkembangan pribadi individu dipengaruhi oleh proses pikir, nalar imajinasi, harapan, rencana, kepercayaan, nilai, melalui pengaruh timbal balik dengan lingkungan. Implikasinya, individu dapat bereaksi terhadap stimulus lingkungan melalui proses pikir yang akan tertuang dalam perilaku. Berpijak dari hal tersebut maka Teori Medan ini dapat digunakan untuk menerangkan terjadinya suatu perilaku individu yang berkaitan dengan situasi dan kondisi sosial. Individu belajar observasi, dengan mengamati apa yang dilakukan orang lain, kemudian individu secara kognitif merepresentasikan tingkah laku orang lain dan kemudian mengambil tingkah laku tersebut. Para ahli teori psikologi sosial juga percaya bahwa dengan melakukan observasi, individu memperoleh sejumlah besar tingkah laku, pikiran, dan perasaan individu lain. Sehingga, dikatakan observasi menjadi bagian penting perkembangan individu.

Tingkah laku faktor individu beroperasi secara interaktif dengan kognisi serta pengaruh lingkungan. Tingkah laku dapat mempengaruhi kognisi, pun sebaliknya; aktivitas kognitif individu dapat mempengaruhi lingkungan; pengaruh lingkungan dapat mengubah proses pikiran individu, dan seterusnya. Saling keterkaitan tersebut dapat dilihat dalam ilustrasi berikut:

¹⁸²J.W. Santrock, *Child Development. Perkembangan Anak*. Terj. Mila Rahmawati dan Anna Kuswanti (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 102.



Gambar 5.1. Teori Medan Kurt Lewin Tentang Pengaruh Timbal Balik

Tingkah Laku, Faktor Manusia dan Lingkungan

Keterangan:

P (C) : Faktor individu & kognitif

B : Faktor Tingkah Laku

E : Lingkungan

Panah : Hubungan antar faktor bersifat timbal balik.

Berpijak pada teori Medan yang dikemukakan oleh Kurt Lewin, maka karakter bukanlah sesuatu yang bersifat stagnan. Karakter bukan pula suatu pemberian, sesaat dan bersifat instan. Karakter merupakan proses yang dinamis, panjang dan selalu tertaut dengan berbagai faktor yang mempengaruhi, baik faktor internal ataupun eksternal diri. Salah satu faktor eksternal tersebut adalah *key person* yakni orang tua, keluarga dan lingkungan dimana individu tersebut berinteraksi. Dengan sifat yang dinamis tersebut, karakter cenderung mengikuti dan melekat dalam pribadi individu secara holistik.

Karakter itu diajarkan. Karakter tidak dapat terpisah dengan pribadi. Karakter merupakan keteladanan. Karakter itu dibentuk sepanjang hidup menuju ke arah pengutuhan atau penyempurnaan.¹⁸³ Karakter dalam pribadi bersifat sepanjang hidup. Oleh karena itu, proses pembentukan menuju pengutuhannya

¹⁸³B.T. Lichona, E. Schaps & C. Lewis. *CEP's Eleven Principles of Effective Character Education* (2007). Retrive from <http://file.eric.ed.gov/fulltext/ED505086.pdf>

pun melalui pengalaman, melalui pengaruh lingkungan, dan melalui pendidikan. Pengalaman dalam hal ini adalah semua peristiwa yang sudah dan telah dialami (dihadapi, dijalani, dirasakan, atau ditanggung). Dalam hal ini lingkungan dimaknai sebagai apapun yang mempengaruhi kehidupan pribadi, entah berpengaruh secara langsung atau tidak.

Lebih lanjut, yang dirasa perlu digarisbawahi dalam konteks ini adalah pendidikan. Makna pendidikan adalah sebagai bimbingan oleh orang yang dipandang lebih dewasa daripada orang yang diberi bimbingan atau pertolongan, dilakukan dengan sengaja dan sungguh-sungguh. Bapak Pendidikan kita, Ki Hajar Dewantara (1954) menyampaikan bahwa pendidikan adalah usaha yang dijalankan oleh individu atau kelompok terhadap individu atau kelompok lain agar menjadi lebih dewasa atau mencapai tingkat yang lebih tinggi dalam arti mental. Berdasarkan definisi tersebut pendidikan bisa dikatakan sebagai usaha pendewasaan mental. Pendidikan mental dalam hal ini karakter adalah pendidikan yang bertujuan membentuk kepribadian individu, sehingga dapat memiliki budi pekerti, yang hasilnya akan tampak dalam tindakan nyata berupa perilaku yang jujur, disiplin, berkomitmen dan konsisten. Pendidikan karakter juga akan menghasilkan tingkah laku yang bertanggungjawab, ulet, menghormati orang lain, peka dan sukarela menolong, serta bertingkah laku dengan mengedepankan nilai-nilai moral. Ki Hajar Dewantara menyatakan pula bahwa mendidik bukan sekadar mengisi kepala (*head*) atau pemikiran dan upaya menguasai *skill* (keahlian), tapi juga mendidik hati (*heart*) atau akhlak.

Jika dicermati lebih jauh, ajaran Ki Hajar Dewantara menjelaskan bahwa pendidikan bertujuan membentuk karakter yang utuh. Pendidikan adalah jalan, daya-upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (intelektual) dan tubuh anak, dalam rangka kesempurnaan hidup dan keselarasan dengan dunianya. Pendidikan itu membentuk manusia yang berbudi pekerti, berpikiran (pintar, cerdas) dan bertubuh sehat.

Pada akhir pembahasan kedua ini dapat diketahui bahwa *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri) merupakan program kegiatan keagamaan yang cocok untuk pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet karena dalam desainnya sudah mempertimbangkan faktor individu (P), faktor tingkah laku (B), dan faktor lingkungan (E), sedangkan dalam praktiknya mengandung prinsip pendidikan karakter agar remaja yang dilatih dapat memberi nilai sesuatu dari segi baiknya, memelihara secara tulus apa yang diyakini baik dan menerapkan apa yang diyakini baik itu di segala situasi kondisi.

Pendidikan perilaku ini merupakan proses pemberian tuntunan terhadap remaja agar memiliki keutuhan karakter dalam berpikir, merasakan, dan berperilaku. Pendidikan perilaku ini dimaknai sebagai pendidikan nilai, pendidikan budi pekerti, pendidikan moral, pendidikan watak, yang bertujuan mengembangkan karakter individu, agar dapat membedakan dan memutuskan perkara baik-buruk, juga mengelola dirinya sendiri dengan sepenuh hati dalam menciptakan kebaikan itu di kesehariannya.

C. *Daurah Idaratul Dz*at Berpengaruh Signifikan Terhadap Pembentukan Perilaku Terpuji Remaja Yang Terpapar Dampak Negatif Internet

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel pre test dengan variabel pos test sejumlah 0,233 dengan nilai signifikansi sejumlah 0,384 dan probabilitas ($p > 0,05$). Penafsiran tersebut bermakna bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel pre test dengan variabel pos test, dengan kata lain perbedaan nilai rata-rata pada Skala Terpapar Dampak Negatif Internet yang diisi remaja peserta *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) pada saat pre test dengan nilai rata-rata pada Skala Terpapar Dampak Negatif Internet yang diisi remaja peserta *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) pada saat pos test itu adalah benar berbeda dan signifikan. Artinya perubahan itu bukan “dibuat-buat” atau “disengaja” melainkan kedua data itu tidak saling berkaitan satu sama lain.

Kemudian keberpengaruhan pelaksanaan program kegiatan keagamaan *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) terhadap pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet dapat dilihat dari hasil penelitian ini. Berdasarkan hasil perhitungan *paired sample test*, terdapat kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan dengan $t = 10,659$, $p = 0,000$ dan $p < 0,05$ pelaksanaan program kegiatan keagamaan melalui *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) terhadap pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet. Artinya ada dampak yang ditimbulkan dari *Daurah Idaratul Dz*at (pelatihan pengelolaan diri) terhadap perilaku remaja.

Hasil tersebut nampaknya mendukung penelitian yang dilakukan oleh Kwon dan Kwon yang tertulis dalam jurnal *Korean Journal of Clinical Psychology* bahwa teknik manajemen pengelolaan diri (*Self Management Training*) yang dikembangkannya mampu menurunkan tingkat kecanduan remaja-remaja Korea yang mengalami gejala kecanduan internet (*Internet Addiction*).¹⁸⁴

Pertanyaan selanjutnya “bagaimana kekuatan pengaruh yang ditimbulkan dari *Daurah Idaratul Dzāt* (pelatihan pengelolaan diri) terhadap perilaku terpuji remaja? Dari hasil uji *N-Gain Score* diketahui nilai media (rata-rata) *N-Gain Score* sebesar 0,661 atau (66,1%). Ini bermakna kekuatan pengaruh *Daurah Idaratul Dzāt* (pelatihan pengelolaan diri) menunjukkan kapasitas pada level “sedang.” Dengan kata lain terbentuknya perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet dapat dijelaskan bahwa itu dipengaruhi oleh pelaksanaan program kegiatan keagamaan melalui *Daurah Idaratul Dzāt* (pelatihan pengelolaan diri) sebesar (66,1%) sedangkan (33,9%) lainnya dipengaruhi oleh variabel-variabel yang tidak dimasukkan dan tidak diprediksi dalam penelitian ini.

Sehubungan dengan hasil di atas, Arikunto mengutip pendapat Fred N. Kerlinger sebagai berikut:¹⁸⁵

All experiments have one fundamental idea behind them: to test the effect of one or more independent variables on a dependent variable (it is possible to have more than one dependent variable in experiments)

Bahwa kemungkinan terdapat pengaruh variabel-variabel lain di luar variabel eksperimen sebesar (33,9%) adalah benar sebagaimana hasil penelitian ini.

¹⁸⁴H.K. Kwon & J.H. Kwon, The Effect of The Cognitive Behavioral Group Therapy for High-Risk Student of Internet Addiction. *Korean Journal of Clinical Psychology* (2002): h.503-514.

¹⁸⁵Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), h. 162.

Menurut peneliti variabel tersebut di antaranya adalah variabel keluarga dengan pola asuh orang tua dan variabel lingkungan, dimana situasinya mengharuskan remaja/siswa belajar online dan terus terhubung internet karena masa pandemi Covid-19 yang masih berlangsung saat penelitian ini dilakukan.

Lebih lanjut akan dijelaskan *pertama*, tidak bisa dipungkiri keluarga dan orang tua sebagai faktor yang besar dalam pembentukan perilaku terpuji seseorang. Jika ditarik kebelakang, keutamaan dan terpenting bagi orang tua sesungguhnya adalah menanamkan kesadaran kepada anak tentang pentingnya sebuah kebaikan. Sebagai contoh anak perlu tahu mengapa ia harus membenci perilaku membuang sampah sembarangan. Anak perlu tahu mengapa ia harus membuang sampah di tempatnya. Anak harus sadar dan paham jika orang tua ingin menanamkan membuang sampah pada tempatnya sebagai perilaku terpuji.

Setelah proses penyadaran dan pemahaman berjalan, anak dibimbing untuk menanamkannya dalam diri bahwa senantiasa mewujudkannya dalam tindakan nyata. Jika tidak, setiap kebaikan yang ia ketahui tidak akan ada nilainya di hadapan Allah dan manusia. Apabila anak sudah memahami dan menyepakatinya bahwa hal itu harus diwujudkan dalam tindakan nyata, orang tua lekaslah memberikan dorongan penuh kepada anak untuk mewujudkannya. Bentuk dorongan yang dimaksud adalah meneladankan kebaikan-kebaikan tersebut.

Kendala yang dihadapi biasanya adalah menerjemahkan konsep kebaikan yang abstrak ke dalam perbuatan. Misalnya, seorang anak diberi pengertian oleh orang tuanya bahwa ia harus menghormati setiap orang. Sikap hormat di mata

anak adalah sesuatu yang sangat abstrak. Konsep yang abstrak ini harus dikonkretkan, disusun cara-cara konkret itu dan dilatihkan kepada anak, agar bisa diaplikasikan dalam kehidupan. Orang tua harus mengajari bagaimana wujud penghormatan kepada setiap orang.

Disamping itu, orang tua juga harus menyediakan waktu mengintrospeksi perilaku anak. Introspeksi ini penting, karena bisa saja terjadi situasi di mana anak harus membuat keputusan atas hal baru yang belum ia pahami. Ini bisa disebabkan oleh situasi internal maupun eksternal. Situasi internal bisa berupa pengambilan keputusan yang berbeda, yang dilakukan oleh anak karena pertimbangan-pertimbangan tertentu. Sedangkan, situasi eksternal biasanya berupa keadaan yang betul-betul baru.

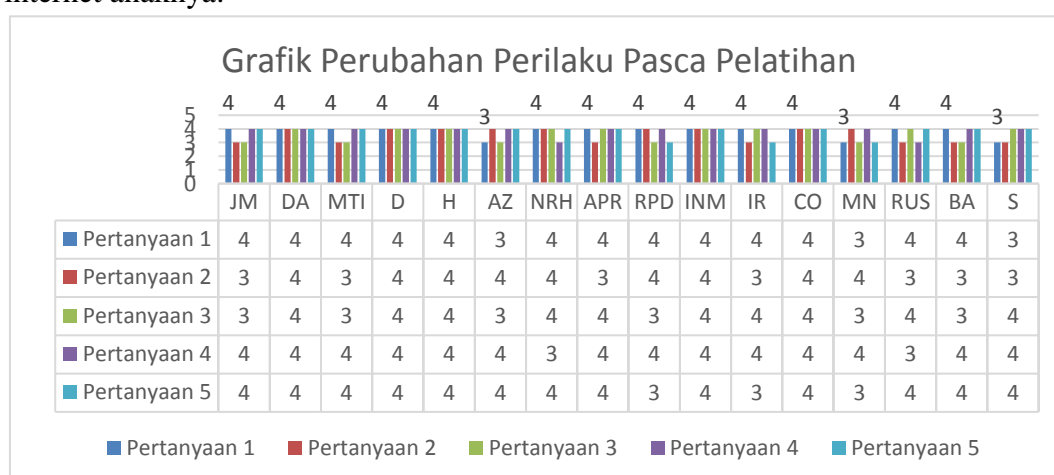
Introspeksi atau muhasabah dapat menjadi tuntunan orang tua untuk mereview segala kegiatan atau aktivitas anak. Misalnya, berapa kegiatan perilaku terpuji dan berapa aktivitas yang merupakan perilaku buruk? Adakah keputusan-keputusan baru yang diambil oleh anak? Hasil muhasabah ini akan menjadi pemahaman yang baru bagi anak. Dengan pemahaman baru yang dimilikinya, anak akan berkembang. Muhasabah ini bermakna penting yang berfungsi untuk mencerminkan amalan atau tindakan terpuji dalam keseharian anak. Konkretnya orang tua menjadi penentu pembentukan perilaku terpuji karena orang tua dapat mengasuh sekaligus mendidik anaknya membentuk perilaku terpuji melalui penyadaran, pemahaman, membimbing, meneladankan, memberikan pengertian, mengkonkretkan konsep kebaikan, melatih, mengevaluasi dan introspeksi diri.

Untuk melihat pengaruh variabel keluarga dengan pola asuh orang tua pada penelitian ini serta untuk melihat apakah telah terjadi perubahan perilaku pasca pelaksanaan pelatihan *Daurah Idaratul Dzati* pelatihan pengelolaan diri untuk pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet, peneliti atas rekomendasi promotor melakukan konfirmasi tepatnya 90 hari setelah pelaksanaan pelatihan kepada orang tua peserta via telpon dengan 5 pertanyaan dan 4 pilihan jawaban.

Tabel 5.1. Pertanyaan Konfirmasi Orang Tua Pasca Pelatihan

NO	PERTANYAAN	SKOR			
		4	3	2	1
1.	Adakah perubahan perilaku berinternet anak ibu saat ini jika dibanding 3 bulan sebelumnya?	SS	S	TS	STS
2.	Apakah anak ibu keasikan berinternet lebih dari 15 jam per hari?	STS	TS	S	SS
3.	Apakah anak ibu bermain <i>game online</i> hingga lupa waktu?	STS	TS	S	SS
4.	Apakah saat ini anak ibu tidak peduli, cuek, membangkang, dan malas beradaptasi terhadap lingkungan sekitar?	STS	TS	S	SS
5.	Adakah perubahan perilaku keagamaan seperti sholat anak ibu saat ini jika dibanding 3 bulan sebelumnya?	SS	S	TS	STS

Berikut adalah grafik tanggapan orang tua terhadap perilaku terpuji dan internet anaknya.



Sumber: pengambilan data 15 Februari 2021

Gambar 5.1. Grafik Perubahan Perilaku Pasca Pelatihan

Berdasarkan gambar 5.1 di atas diketahui berdasarkan pengakuan orang tua bahwa (81,3%) sangat setuju ada perubahan perilaku berinternet anaknya saat ini jika dibanding 3 bulan sebelumnya; (56,3%) sangat tidak setuju dan (43,8%) tidak setuju anaknya keasikan berinternet lebih dari 15 jam per hari; (62,5%) sangat tidak setuju anaknya bermain game online hingga lupa waktu; (87,5%) sangat tidak setuju saat ini anaknya tidak peduli, cuek, membangkang terhadap orang tua dan malas beradaptasi terhadap lingkungan sekitar; (81,3%) sangat setuju ada perubahan perilaku keagamaan seperti ketaatan sholat saat ini jika dibanding 3 bulan sebelumnya.

Dengan demikian dapat diketahui telah terjadi pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet setelah mengikuti pelatihan *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri) minimal sampai 3 bulan pasca pelatihan menurut persepsi orang tua.

Kedua, potensi pengaruh variabel lingkungan dimana penelitian ini dilakukan pada saat remaja/siswa diharuskan belajar online dan tetap terhubung internet karena pandemik Covid-19. Kemunculan Covid-19 sebagai pandemi sejak kasus pertama diumumkan pemerintah Indonesia tepatnya awal maret 2020 sampai dengan penelitian ini dilakukan telah berjalan sekitar 8 bulan.¹⁸⁶ Data yang ditemukan total kasus Covid-19 di Indonesia sebanyak 549.508 orang dengan angka kematian akibat Covid-19 sebanyak 17.199 orang, sembuh sebanyak 458.880 orang, per-tanggal 30 Nopember 2020. Perjalanan Covid-19 ini pada kenyataannya juga berimbas pada kebijakan pendidikan formal dimana

¹⁸⁶Ahmad Naufal Dzulfaroh, *Perjalanan 8 Bulan Pandemi Virus Corona di Indonesia*. Diakses dari www.kompas.com/tren/read/2020/11/02/180600865/perjalanan-8-bulan-pandemi-virus-corona-di-indonesia?page=all.

pemerintah menerapkan kebijakan pembelajaran dengan mengambil keputusan lebih memprioritaskan kesehatan dan keselamatan. Salah satunya tertuang pada surat edaran Mendikbud (Menteri Pendidikan dan Kebudayaan) pada 17 Maret 2020 bernomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran Secara Daring dan Bekerja dari Rumah Dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Covid-19, terakhir disusul Surat Edaran Mendikbud 4/2020 yang diikuti dengan Surat Edaran Sekjen Kemendikbud 15/2020 tentang Pendoman Penyelenggaraan BDR (Belajar dari Rumah) dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 tanggal 18 Mei 2020. Pada tingkat kabupaten, Bupati Kapuas sendiri mengeluarkan keputusan bernomor 254/BPBD Tahun 2020 tentang Perpanjangan Pemberlakuan Pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Diseases-2019* (Covid-19) Di Wilayah Kabupaten Kapuas yang juga menjadi rujukan kebijakan Dinas Pendidikan Kabupaten Kapuas untuk pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) secara Daring (Dalam Jaringan) atau online sehingga kegiatan pembelajaran di Kabupaten Kapuas menyesuaikan dengan arahan tersebut termasuk pembelajaran yang diselenggarakan MAN Kapuas.

Diketahui bersama, kenyataannya Covid-19 bukan lagi sekedar tentang kesehatan melainkan tentang perubahan perilaku dan perubahan tata sosial. Menurut peneliti setidaknya ada 4 perubahan sosial yang terjadi yaitu: (1) tumbuhnya solidaritas, (2) bangkitnya kemandirian komunitas, (3) terbatasnya interaksi sosial dan (4) menguatnya peran teknologi informasi (internet). Tidak kurang 8 bulan remaja/siswa melewati belajar dari rumah dengan menggunakan *platform* teknologi. Interaksi antara murid dan guru tidak dilakukan tatap muka

secara langsung, melainkan secara visual melalui komputer, laptop, tablet, atau *smartphone* yang didukung oleh jaringan internet. Hal ini secara tidak langsung menuntut remaja/siswa selalu menggunakan *smartphone* dengan durasi yang lama. Meskipun waktu bukan fungsi langsung dalam mengkategorikan ketergantungan internet, tetapi para peneliti sepakat jika mereka dikategorikan sebagai pengguna online yang mengalami ketergantungan (berlebihan) dalam penggunaan internet, dengan penggunaan mencapai 40 hingga 80 jam per minggunya, dengan setiap sesi-sesi yang dihabiskan memakan waktu hingga 20 jam.¹⁸⁷ Jika ditinjau dari teori belajar asosionistik setiap kegiatan yang mungkin awalnya hanya produk dari stimulus dan respon tetapi jika kemudian dilakukan secara terus-menerus akan membentuk hubungan asosiasi yang semakin kuat saling berpengaruh. Dalam arti yang lain bahwa bagaimanapun remaja yang ketergantungan internet semakin ia berusaha untuk menjauhi internet maka potensi mengalami *cravings* (sangat menginginkan internet) semakin kuat.

¹⁸⁷D. Greenfield, *Virtual Addiction: Help for Nethead, Cyberfreak, and Those Who Love Them* (Oakland, CA: New Harbinger Publication), h. 122.

D. Efektivitas Materi Kegiatan *Daurah Idaratul Dzat* Dalam Pembentukan Perilaku Terpuji

Berikut ini peneliti melanjutkan pembahasan terkait hasil analisis temuan data secara kualitatif di dalam ini. Berdasarkan data kualitatif hasil wawancara dan observasi pelaksanaan program kegiatan keagamaan *Daurah Idaratul Dzat* (pelatihan pengelolaan diri) untuk pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet, setidaknya ada 4 *main idea* yang berpotensi membentuk perilaku terpuji, yaitu: (1) Empatik menjadi pintu masuk terbaik untuk membangun kesan pertama terjalinnya hubungan baik serta sebagai salah satu faktor kunci dalam keberhasilan pelatihan ini, (2) disiplin dan amanah merupakan pembiasaan yang ditumbuhkan sebagai konsep diri remaja, (3) kegiatan agama dan ibadah dapat memperdalam pemahaman remaja untuk menyelami dirinya sendiri, (4) literasi digital memupuk kemampuan sebagai upayaantisipasi paparan negatif internet melalui berfikir kritis dan evaluatif.

1. Empatik Menjadi Pintu Masuk Terbaik

Sebagai konteks urgensi temuan kualitatif dalam penelitian ini bahwa empatik menjadi satu diantara banyak faktor yang mempengaruhi pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet. Komunikasi yang baik dengan ramah menjadi pintu masuk emosional terbaik yang kemudian dapat mempengaruhi pengambilan perspektif sudut pandang baru, pikiran, perasaan dan keputusan. Interaksi dengan penuh keakraban dan kekeluargaan di ruang pelatihan lebih efektif untuk membentuk perilaku terpuji ketimbang kesan formal dan tegas. Ini terbukti berdasarkan tanggapan peserta khususnya pada penyajian materi

pertama yaitu *memberikan motivasi, penyampaian tujuan program kegiatan Daurah Idaratul Dzati, hal-hal yang akan dipelajari, dan waktu yang diperlukan dalam pelatihan.*

Singkat kata empatik adalah perhatian. Empatik bisa dimaknai kemampuan untuk merasakan apa yang orang lain rasakan dan dapat melakukan sesuatu yang nyata untuk mewujudkan rasa kepedulian kita terhadap apa yang orang lain alami.¹⁸⁸ Dalam bahasa Yunani yaitu *empathia* (kasih sayang) dalam bahasa Jerman disebut *Empfindung* (perasaan ke dalam). Hal ini mencirikan bahwa selain dari aspek kognitif dan afektif, maka empati membutuhkan aspek konatif sebagai sebuah bentuk nyata kepedulian terhadap penderitaan orang lain.

Saat melakukan proses empati, seseorang tetap bisa menjadi dirinya sendiri dengan kemampuannya untuk memberikan pendapat atas apa yang dirasakan orang lain dengan waktu yang tepat sehingga tidak menimbulkan salah persepsi. Menerima orang lain tidak selalu identik dengan menerima perilaku orang lain tetapi lebih pada keadaan menerima tanpa tekanan untuk menghargai terhadap perasaan orang lain.

Adapun bagian (komponen) afektif dari empati adalah rasa simpatik, tidak hanya merasakan tetapi juga mengekspresikan kepedulian dan mencoba melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk orang lain. Hal itu memunculkan perilaku peduli sebagai rasa simpatik. Kedekatan yang dirasakan mampu menghadirkan rasa dihargai, sekalipun datang sebagai orang asing, merasa diajak, merasa dilibatkan dan diasuh dengan penuh kehangatan.

¹⁸⁸De Vito, Joseph A, *The Intersonal Communication* (Boston: Publishers design and Production service, 2004), h. 270.

Terkait empati ini, Rasulullah SAW memberikan perumpamaan bahwa setiap muslim bersaudara: *“setiap muslim adalah satu tubuh, jika sebagian anggota sakit, maka seluruh tubuh juga akan sakit”*. Muslim yang bisa berempati dengan sesamanya tidak saja akan merasakan kasih sayang manusia, tetapi juga kasih sayang Allah SWT sebagaimana sabda Rasulullah SAW menegaskan tentang hal ini: *”orang-orang yang menyayangi sesamanya akan disayangi Allah”* (H.R. Ahmad).

Empati sesama muslim sangat dianjurkan dalam Islam, sebagaimana diterangkan di dalam Q.S. An-Nisa/4:36 :

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ۝ ٣٦

Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. Dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapa, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, dan teman sejawat, ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri

Arti dekat dan jauh di sini ada yang mengartikan dengan tempat, hubungan kekeluargaan, dan ada pula antara yang Muslim dan non-Muslim. Sedangkan Ibnu Sabil berpendapat ialah orang yang dalam perjalanan yang bukan ma'shiat yang kehabisan bekal. Termasuk juga anak yang tidak diketahui ibu bapaknya. Individu yang selalu berorientasi dan berusaha agar potensinya bisa

bermanfaat bagi orang lain adalah taqwa sosial, dan orang yang selalu memanfaatkan potensinya bagi orang lain termasuk orang yang bersyukur.¹⁸⁹

2. Disiplin Dan Amanah Merupakan Pembiasaan

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet adalah disiplin dan amanah. Hal ini terbukti berdasarkan tanggapan peserta khususnya pada penyajian materi *Ittifaq/ menulis kontrak dengan diri untuk membatasi penggunaan internet atau internet positif (wajib ditaati selama pelatihan)*. Sebagaimana dioperasional pada bab sebelumnya bahwa disiplin adalah sikap dan perasaan patuh dan taat terhadap nilai-nilai agama dan social yang dipercayakan kepadanya. Disiplin juga merupakan sikap menepati janji kepada diri pribadi untuk memperoleh kepercayaan dari orang lain. Kemudian amanah adalah berarti kejujuran, kesetiaan dan ketulusan hati. Dapat pula diartikan sikap jujur, tulus dan setia dalam melaksanakan sesuatu yang dipercayakan kepadanya.

Salah satu *entry point* untuk memahami pengaruh keduanya ini bermuara pada sikap konsistensi yang secara spesifik disebut “kejujuran.” Dalam teori sosial kejujuran merupakan sikap setia pada prinsip moral, keadaan yang utuh, menyeluruh, atau tidak tergoyahkan. Seseorang yang bertindak sesuai dengan prinsip moral dianggap orang yang jujur. Lalu, untuk dapat dikatakan jujur seseorang harus menampilkan kesesuaian antara tindakan dengan nilai moral itu

¹⁸⁹Ahmad Saiful Islam, *Berpikir, Bersikap dan Bereaksi ala Pemenang* (Jakarta: Elex Media Komputindo dan Gramedia, 2012), h. 9.

secara terus-menerus. Orang yang seperti ini dikatakan memiliki keutuhan pribadi dan batin yang tidak tergoyahkan.

Apa makna kejujuran dalam disiplin dan amanah yang ditampilkan para remaja sehingga dapat membentuk perilaku terpuji? Dugaan terkuat bahwa ada kemungkinan kejujuran yang dijaga ketika memutuskan untuk menulis dan menyetujui kontrak pelatihan dalam pengertian konsistensi antara konsep diri dan tingkah laku yang kemudian mampu menyentuh makna diri dan harga diri. Dengan konsep diri menjadikan seseorang teguh untuk menjaga harga dirinya dalam pengertian integritas sosial, harmoni yang dibangun dari hubungan yang baik dengan orang lain. Artinya menjaga harga diri dimata teman-teman peserta yang lain jauh lebih penting dari pada menanggung rasa malu dan tidak berdaya.

Jika dugaan ini dapat diandalkan, maka bisa menyimpulkan lebih jauh bahwa untuk membentuk perilaku terpuji perlu mengupayakan terlebih dahulu integritas sosial. Sistem dan struktur sosial atau kelompok perlu ditata dan dijaga agar memiliki nilai dan budaya kejujuran. Dalam penelitian ini menulis kontrak dengan diri untuk membatasi penggunaan internet atau internet positif yang wajib ditaati selama pelatihan, bersedia didampingi dalam memilih tontonan dan permainan, bersedia mematuhi aturan yang dilaksanakan. Pembatasan penggunaan internet ini meliputi berapa lama, kapan dan apa saja yang boleh dan tidak boleh diakses melalui internet di rumah selama pelatihan. Ini adalah produk integritas sosial kelompok yang sengaja dibangun untuk dipatuhi. Lantas diberikan pada pertemuan awal (sesi I) bertujuan agar peserta mendapatkan peran yang jelas. Terang saja jika sistem dan struktur sosial tidak ditata dan tidak memiliki

integritas sosial maka individu pun tidak dapat mencapai kejujuran pada dirinya. Kekacauan struktur dan sistem sosial akan membuat individu sulit menentukan perannya. Individu jadi cenderung kembali mengikuti dorongan-dorongan instingtif mempertahankan diri dengan mengikuti emosi dan intuisi mencari kenikmatan dalam hal ini adalah ketergantungan atau kenikmatan berinternet. Akhirnya *ittifaaq* ini betul-betul bermakna menghadirkan potensi perubahan serta membentuk sikap *mujahadah* artinya bersungguh-sungguh untuk mentaati kontrak dan aturan yang dia buat dengan diri sendiri yang sesuai dengan sistem kelompoknya.

3. Ibadah Memperdalam Pemahaman Menyelami Diri

Ibadah yang dimaksud adalah penyajian materi “Keutamaan Sholat” pada sesi-2 yang bertujuan mengajarkan cara antisipasi/pencegahan paparan dampak negatif internet dalam pandangan islam. Temuan kualitatif menunjukkan bahwa penghayatan terhadap materi ibadah secara mendalam membawa peserta menimbang ulang hal-hal yang selama ini mereka pahami dan alami tentang ibadah sholat. Mungkin tersirat dalam pikiran bahwa benar ketika mengerjakan sholat hanya untuk memenuhi kewajiban maka potensi melakukan sikap tidak terpuji tetap terjadi. Dengan mendengar langsung materi serta umpan balik dari peserta yang lain ternyata memberikan dampak pada masing-masing peserta dalam menghayati kepercayaannya sendiri selama ini. Pada saat peserta mencoba memahami makna-makna yang diperoleh dari orang lain, maka pemahaman terhadap diri sendiri pun ikut meningkat.

Bagaimana gambaran materi keutamaan sholat yang ternyata efektif membentuk perilaku terpuji ini disampaikan? Penjelasan diawali kutipan berikut:

الصَّلَاةُ مَطَهْرَةٌ لِلْقُلُوبِ وَاسْتِفْتَاخٌ لِبَابِ الْغُيُوبِ الصَّلَاةُ مَحَلُّ الْمُنَاجَاةِ
وَ مَعْدِنُ الْمُصَافَاةِ تَنْسَعُ فِيهَا مَيَادِينُ الْأَسْرَارِ وَ تُشْرِقُ فِيهَا شَوَارِقُ الْأَنْوَارِ

Sholat merupakan penyucian bagi hati dan pembuka bagi pintu yang baik, sholat merupakan tempat munajat dan merupakan tambangnya munajat yang khusus, luas pada sholat itu medan rahasia-rahasia, dan memancar pada sholat itu pancaran-pancaran cahaya.

Sholat merupakan pensucian hati, maksudnya adalah sholat yang didirikan, bukan sholat yang dikerjakan karena pada dasarnya terdapat perbedaan antara mengerjakan sholat dan mendirikan sholat. Sholat yang didirikan adalah sholat yang dilaksanakan dengan syarat, rukun, sunnat, adab dan khusuk. Dengan kata lain sholat seperti ini yang dapat membersihkan sifat-sifat tercela yang dimurkai Allah yang ada pada hati manusia.

Perkataan “Allahu Akbar” dalam sholat adalah pengakuan atas kebesaran dan kemuliaannya, bahwa yang maha besar dan maha mulia itu hanyalah Allah. Apabila sudah mengakui Allah maha besar maka sebagai hamba tentu kecil, manusia tempatnya salah dan dosa. Ketika memulai sholat dengan ucapan “Allahu Akbar” pada dasarnya sudah berproses pensucian hati dari sifat kesombongan, *ujub* dan menumbuhkan sifat tawadhu. Tawadhu adalah mengagungkan dan merasa rendah dihadapan Allah serta sebagai refleksi kesadaran diri bahwa tidak ada daya upaya jika tidak mendapatkan pertolongan dari Allah.

Jika diamati, mengucapkan “Allahu Akbar” dalam sholat jumlahnya paling banyak, ketika takbir, rukuk, sujud, dll. Sebagian ulama berpendapat jumlah yang

banyak mengandung makna bahwa Allah menghendaki agar jangan terpisah hati seorang hamba dari sifat tawadhu. Bahkan perintah mengerjakan sholat 5 kali dalam sehari pada dasarnya sebagai latihan pengelolaan diri untuk membentuk sikap tawadhu. Begitu pentingnya tawadhu karena diketahui dapat melahirkan kerendahan hati, terhindar dari sikap sombong, takabur, angkuh, conkak, besar kepala dan serupa dengan itu. Kesombongan adalah sumber dari segala kerusakan sikap seseorang, sombong berarti terlalu menghargai dirinya secara berlebihan. Mengapa iblis menjadi yang paling rusak, paling jahat dan hina di antara hamba Allah? Karena hanya ada satu sifat iblis yaitu sombong. Apabila seseorang sudah bisa membersihkan kesombongan dalam dirinya, maka banyak sifat-sifat tercela juga ikut menghilang seperti dendam karena sombong, dengki karena sombong, suka dipuji karena sombong, dan marah dicela karena sombong.

Kemudian sholat juga membersihkan zahir dan batin seorang hamba. Rasulullah SAW bersabda kepada sahabatnya. *Apakah pendapat kalian wahai sahabat, jikalau ada sungai di depan pintu rumah kalian, lalu kalian mandi pada sungai itu tiap hari lima kali, apakah ada tersisa kotoran di tubuh kalian? Sahabat menjawab tentu tidak ada kotoran lagi ya rasulullah.* Memang benar, andaikan dua kali sehari saja mandi sudah bersih apalagi kalau lima kali sehari.

Begitulah perumpamaan sholat lima waktu, Allah hapus segala dosa dan kesalahan hambanya. Manakala sudah terhapus dosa dan kesalahan-kesalahan, maka mata hati akan bersih dan nampak, mata hati akan terang, itulah yang mampu menebarkan cahaya kebaikan dan sikap terpuji pada seseorang manusia.

Selain dari pada itu sholat juga tempat bermunajat, tempat di mana seseorang berdialog dan mengutarakan sesuatu kepada Allah, tempat di mana hamba menjalin komunikasi yang akrab dengan Allah, apa yang hamba ucapkan pada hakekatnya dibalas dan dijawab dengan penuh kasih sayang.

Apabila hamba itu mengucapkan **أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ** artinya “segala puji hanya bagi Allah tuhan semesta Alam.” Maka Allah menjawab dengan firman **الرَّحْمَنُ** **حَمِيدِي عَبْدِي** “hambaku telah memuji kepadaku.” Bila seorang hamba berkata **الرَّحْمَنُ** **الرَّحِيمُ** Allah berfirman **مَجْدِي عَبْدِي** “telah memuliakan kepadaku hambaku, telah mengagungkan hambaku,” Bila seorang hamba berkata **مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ** “dia adalah raja pada hari kiamat.” Allah menjawab “telah berserah kepadaku hambaku.” Inilah bentuk dialog dalam sholat yang perlu disadari dengan penuh kekhusukan yang dapat membawa hamba menyelami dan memahami diri lebih mendalam, menjadikan hati dan batin bersih, bersinar, “bercahaya.”

Cahaya itu memancar kepada mata, maka mata terpelihara dari memandang yang diharamkan. Cahaya itu memancar ke telinga, telinga terpelihara dari mendengar yang diharamkan. Cahaya memancar ke tangan, tangan pun terpelihara dari meraba, menjamah, menyentuh yang diharamkan. Cahaya memancar ke kaki, kaki pun terpelihara dari melangkah kepada hal-hal yang dilarang. Cahaya inilah yang menyebabkan tubuh seorang hamba terpelihara dari pada munkar. Sebagaimana difirmankan Allah bahwa sembahyang itu mencegah dari kejahatan dan kemungkaran (Q.S. al-ankabut/29:45).

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ

أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ٤٥

Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan

Demikianlah shalat itu menjadikan seorang hamba tercegah dari kemungkaran, terjaga karena cahaya memancar dari hatinya sebagai penjaga. Namun faedah-faedah shalat ini sekali lagi khusus diberikan Allah kepada orang yang benar-benar mendirikan shalat bukan mengerjakan shalat. Orang yang hanya sekedar mengerjakan, tentu tidak dapat faedah-faedah seperti ini. Sholat yang tidak berfaedah tidak bisa membentuk jiwa menjadi tawaddu, serta tidak mampu menjaga tubuh terpelihara dari perilaku kemaksiatan dan kemunkaran.

Lalu, bagaimana shalat dapat berfungsi sebagai penjaga? Menurut peneliti shalat adalah latihan pengelolaan diri (*Self Management Training*) terbaik di mana Allah langsung yang bertindak sebagai pelatihnya. Allah tahu persis adanya kelemahan dalam diri manusia dan Allah mengetahui akan malasnya manusia mengerjakan shalat karena kesibukan untuk memenuhi penghidupannya. Maka Allah sedikitkan bilangan shalat 5 waktu dalam sehari semalam, subuh hanya 2 rakaat, zuhur dan ashar 4 rakaat, magrib 3 rakaat, dan isya 4 rakaat. Allah fardhukan shalat 5 waktu dengan susunan yang sesuai agar seseorang selalu dekat dan tidak lupa kepada Tuhannya meskipun dalam kesibukan.

Allah wajibkan seorang hamba shalat di awal siang “shalat subuh.” Sholat subuh berfungsi: *pertama*, sebagai bentuk syukur datangnya siang, *Kedua*, sebagai tindakan mengawali siang dengan ibadah, *ketiga*, menutupi kelengahan/kelupaan

kepada Allah di waktu tidur malam hari. Tidur membuat kita lupa maka ketika bangun Allah memerintahkan untuk mengingatNya kembali.

Kemudian Allah tugaskan sholat di tengah siang “sholat zuhur.” Sholat zuhur adalah sholat yang sangat dirindukan setelah 6 jam menyibukan diri dari subuh. Bagi orang-orang yang hubungannya sudah sangat baik dengan Tuhannya sangat merindukan datangnya sholat zuhur. Dengan sholat zuhur seorang hamba tetap terhubung dengan penjaga dirinya yg memungkinkan kelupaan pada saat menyibukan diri.

Selanjutnya Allah wajibkan sholat mendekati pulangya siang. Jika datangnya siang disambut dengan sholat subuh maka pulangya siang diantar dengan sholat ashar. Menurut riwayat sholat ashar adalah sholat yang disaksikan oleh malaikat, karena pada waktu ashar malaikat naik ke hadirat Allah membawa amal ibadah yang dilakukan hamba pada siang hari. Allah yang maha mengetahui bertanya kepada malaikat, *“wahai malaikatku bagaimana engkau tinggalkan hamba-hambaku? Malaikat menjawab “kami tinggalkan mereka dengan keadaan sholat ashar.”* Menurut sebagian ulama sholat ashar merupakan sholat “wustha,” paling afdhal dalam lima sholat fardhu. Sampai-sampai hadits nabi mengatakan bahwa *orang yang ketinggalan sholat ashar adalah orang yang dihabiskan segala-segalanya.* Dengan kata lain meninggalkan sholat ashar berpotensi besar melakukan perbuatan tidak terpuji. Menurut sebagian ulama orang yang dapat menjaga sholat ashar pada waktunya menjadi pertanda akan husnul khatimah diakhir hidupnya dan sebaliknya suul khatimah. Asusmsinya, karena sholat ashar

adalah penutup hari, penutup siang, maka jika penutup itu bagus begitupun penutup umurnya juga akan bagus.

Allah wajibkan hambanya sholat di awal malam “sholat magrib” yang merupakan *iftitah zamanul lail* sholat “pembuka malam.” Maknanya seorang hamba memulai malam dengan ibadah disamping meminta penjagaan kepada Allah dari pada hal-hal yang terjadi di malam hari. Dilanjutkan manakala hendak tidur, hendak meninggalkan Tuhan, maka Allah wajibkan sholat isya 4 rakaat. Ini sebagai sholat perpisahan seorang hamba dengan Tuhannya, karena setelahnya seseorang akan tidur, akan lupa kepada Allah.

Pungkasnya begitulah sehari semalam seorang hamba dilatih Tuhan untuk mengelola dirinya dengan baik, selalu terhubung dan terjaga hampir setiap waktu, maka sulit dibayangkan bagi orang yang mendirikan sholat ini mengalami disrupsi sikap dengan perilaku tidak terpuji. Materi inilah yang kemudian dipahamkan kepada remaja peserta *Daurah Idaratul Dzati* (pelatihan pengelolaan diri) sehingga ia mampu menyelami dirinya lebih mendalam untuk menemukan pembelajaran-rorani yang mungkin saat ini terabaikan atau bahkan tidak diketahuinya disamping juga dilatih bersama-sama.

4. Literasi Digital Sebagai Kemampuan Antisipasi

Melalui wawancara diketahui faktor selanjutnya yang mempengaruhi pembentukan perilaku terpuji remaja yang terpapar dampak negatif internet adalah kemampuan literasi digital. Pada dasarnya implementasi kemampuan literasi digital ini sudah diberikan kepada peserta sejak pertemuan pertama namun untuk penyajian materi diberikan pada hari ke 5 sesi ke 8 dengan judul: mempersiapkan

diri untuk tantangan-tantangan di masa mendatang dengan literasi digital. Keterlibatan aktif pada dunia maya seringkali menimbulkan permasalahan negatif terutama disaat remaja tidak dibekali dengan literasi digital.

Literasi digital didefinisikan sebagai kompetensi untuk mengumpulkan informasi, membaca dan memahami teks multimedia serta menemukan dan melakukan evaluasi secara kritis pada informasi serta mengkomunikasikan informasi tersebut secara kolaboratif.¹⁹⁰ Definisi ini menunjukkan bahwa berpikir kritis serta kemampuan melakukan evaluasi pada informasi yang diterima pada media digital (internet) merupakan komponen yang sangat penting dalam literasi digital. Weninger menyebutkan bahwa literasi digital yang merupakan bagian dari media literasi merupakan kemampuan seseorang untuk mengakses, mengevaluasi, dan menciptakan teks atau informasi sesuai dengan nilai-nilai dan etika yang terdapat pada suatu komunitas.¹⁹¹ Pengertian ini menggarisbawahi perlunya penyesuaian dengan nilai-nilai prinsip dan agama sebagai bagian dari kemampuan literasi digital.

Duran, Yousman, Walsh, & Longshore (2008) mengemukakan bahwa literasi digital berhubungan dengan literasi media sehingga akan melibatkan beberapa pertanyaan (5 W dan 1 H) yang akan dijawab oleh seseorang ketika berhadapan dengan informasi digital:¹⁹²

¹⁹⁰A. List. Defining Digital Literacy Development: An Examination of Preservice Teachers' Belief. *Computers & Education* 138 (2019): h. 146-158.

¹⁹¹C. Weninger. The "Vernacularization" Of Global Education Policy: Media And Digital Literacy As Twenty-First Century Skill In Singapore. *Asia Pasific Journal of Education* 37, No.4 (2017): h. 500-516.

¹⁹²R.L. Duran, B. Yousman, K.M. Walsh & M.A. Longshore. Holistic Media Education: An Assessment of The Effectiveness of A College Course in Media Literacy. *Communication Quarterly* 56, No.1 (2008): h. 49-68.

What : Informasi apa yang ditemukan pada media digital?

Why : Mengapa informasi tersebut terlihat, bersuara dan terbaca seperti itu?

When : Kapan kita terpengaruh pada informasi yang disajikan oleh media?

Who : Siapa yang akan diuntungkan dengan informasi ini?

Where : Dimana kita dapat menemukan alternatif informasi sejenis?

How : Bagaimana dapat mengubah informasi dan sistem yang tidak sesuai?

Pertanyaan-pertanyaan tersebut akan diajukan oleh seseorang yang memiliki literasi digital yang cukup baik dan hal ini menunjukkan bahwa pertanyaan-pertanyaan itu mengarah pada kemampuan untuk berpikir kritis. Komponen *what* akan berhubungan dengan informasi yang ditemukan pada media digital sehingga individu dapat memahami isi dan menangkap intisari dari informasi yang dibacanya. Misalnya, saat seseorang melihat tayangan info kriminal di internet maka ia dapat memahami penyajian yang diberikan oleh pemberi info. Ketika sampai pada pertanyaan *why* maka mulai melakukan telaah kritis tentang suatu informasi. Misalnya ia akan mengkritisi mengapa info tersebut terlihat menantang. Apakah memang secara natural tampak demikian atukah hal tersebut merupakan bagian dari rekayasa? Ia akan mencoba melihat lebih dalam makna di balik informasi serta mencari tahu mengapa suatu informasi dapat termaknai seperti yang dimaksudkan.

Komponen *when* akan berhubungan dengan proses meninjau secara kritis tentang kapan kemungkinan seseorang dapat terpengaruh pada informasi yang disajikan. Misalnya, berkaitan dengan info kriminal tersebut maka ia akan bertanya secara kritis kapan ia akan percaya pada info tersebut? Apakah ia mudah

terkena pengaruh info kriminal tersebut ketika kondisi situasinya sama dan memungkinkan? Dengan pertanyaan *when*, maka ia akan menganalisis kondisi dirinya saat melihat suatu info.

Komponen *who* akan berhubungan dengan pemikiran kritis terhadap pihak yang akan mendapatkan keuntungan dari info tersebut. Pada kasus info kriminal tersebut maka individu akan bertanya, siapa orang yang akan diuntungkan ketika ia menuruti info tersebut? Apakah seseorang yang menyebarkan info karena sensasi atau bisnis dengan naiknya jumlah *viewer* atau akan menguntungkan seseorang yang mengakses info tersebut?

Komponen *where* akan berhubungan dengan di mana alternatif informasi sejenis dapat ditemukan. Sehubungan dengan contoh info kriminal itu maka individu dapat mempertimbangkan apakah ada info sejenis dari institusi resmi atau kepolisian?

Komponen *how* akan berhubungan dengan bagaimana melakukan perubahan info dengan memproduksi info baru yang lebih sesuai. Pada kasus info kriminal tersebut maka individu dapat memikirkan cara alternatif untuk menyampaikan info yang lebih relevan secara digital.

Terkait dengan literasi digital memang tidak hanya sebatas pada memahami info belaka, tetapi juga mengandung unsur apakah dari telaah kritis yang dilakukan oleh seseorang pada suatu informasi dapat membuatnya memproduksi informasi baru yang lebih relevan. Hal ini sesuai dengan pengertian literasi digital seperti yang dikemukakan oleh Weninger bahwa individu merupakan agen aktif yang juga dapat merevisi informasi serta menciptakan suatu

info baru yang lebih relevan dengan situasi sebenarnya. Ketika ini terjadi maka akan mempengaruhi perilakunya sekaligus memungkinkan untuk melakukan bantahan-bantahan pada informasi yang dianggap tidak sesuai pada level tindakan.

Definisi tentang literasi digital juga mengarah pada *community values* atau nilai-nilai serta etik yang ada pada komunitas. Hal ini menunjukkan bahwa literasi digital juga berhubungan dengan kepekaan seseorang untuk menyajikan informasi dan menanggapi informasi sesuai dengan nilai-nilai serta kultur yang ada pada suatu komunitas. Sebagai contoh, ketika seseorang membagikan suatu tayangan dengan bahasa-bahasa yang “menyinggung,” walaupun pada dasarnya tidak bermaksud demikian, namun hal tersebut mengindikasikan kurangnya kemampuan literasi digital pada seseorang.

Literasi digital tidak sama dengan pengertian literasi secara tradisional yang sebatas membaca dan menulis, melainkan juga terkait dengan peran aktif dalam memaknai unsur-unsur bahasa yang melibatkan pengetahuan dan nilai-nilai yang ada pada suatu kultur sosial. Pemahaman seseorang tentang apa yang etis pada suatu kultur adalah bagian penting yang harus dikuasai dengan literasi digital yang baik.

Isu-isu Penting Pada Pendidikan Literasi Digital

Potter¹⁹³, Weninger, Wang, Myers, dan Sundaram¹⁹⁴ mengungkapkan tentang manfaat dan isu-isu penting literasi digital antara lain:

¹⁹³W.J. Potter. The State Of Media Literacy. *Journal of Broadcasting and Electronic Media* 54, No. 4 (2010): h. 675 – 696.

- a. Pendidikan literasi digital akan mengembangkan kemampuan berpikir kritis serta pengetahuan pada informasi digital yang diterima. Berpikir kritis yang dimaksud meliputi keahlian dalam analisis, evaluasi, grouping, induksi, deduksi, dan sintesis. Selain itu, pengetahuan yang dimaksud meliputi struktur dari efek media digital, konten media digital, industri media digital, dunia nyata (*real world*), dan diri sendiri (*the self*).
- b. Pemahaman bahwa segalanya mempunyai sisi positif dan negatif tak terkecuali media digital khususnya internet. Oleh sebab itu, pendidikan literasi digital perlu memberikan pemahaman pada generasi muda tentang Sisi positif dan negatif media digital. Hal ini dapat membantu generasi muda yang diberi pendidikan literasi digital untuk dapat mengenali kelebihan dan kelemahan diri yang dapat menghambat individu saat mengaplikasikan keahlian literasi digital yang dimilikinya.
- c. Tujuan literasi digital yang fokus untuk melindungi seseorang dari efek negatif yang ditimbulkan oleh akses informasi digital. Untuk memberikan pendidikan literasi digital umumnya ada dua pendekatan yang biasanya dipakai. Yang pertama adalah pendekatan pelatihan (*training*) yang dilakukan dengan cara mengidentifikasi kesalahan informasi yang ada di informasi digital serta melibatkan pengukuran untuk melihat efektifitas metode ini. Pendekatan yang kedua adalah dengan memberikan kebebasan individu untuk mengeksplorasi makna-makna yang ada di

¹⁹⁴Q. Wang, M.D. Myers, D. Sundaram. Digital Natives and Digital Immigrants. *Business and Information System Engineering* 5, No. 6 (2013): h. 409-419.

informasi digital serta mengajak individu untuk melihat informasi tersebut dengan konteks budaya dan komunitas.

- d. Literasi media adalah sesuatu yang dilatih dan dikembangkan sebab keahlian ini tidak didapatkan sejak lahir melainkan lewat proses belajar yang ada di lingkungan. Pengembangan literasi digital dapat dilakukan secara formal dan informal. Konteks formal melibatkan unsur sekolah, universitas, dan lembaga pendidikan formal lainnya. Jalur informal adalah pendidikan literasi digital yang dikembangkan lewat keluarga maupun komunitas yang ada di sekitar individu.
- e. Pendidikan literasi digital adalah multi-dimensi meliputi aspek kognitif, emosi, estetika dan moral. Penyusunan kurikulum dalam pendidikan literasi digital secara formal di dunia pendidikan, sebaiknya mempertimbangkan keseluruhan dimensi ini.
- f. Literasi digital dipengaruhi faktor-faktor antara lain karakteristik demografi (jenis kelamin, usia), faktor psikologi (regulasi diri, keyakinan diri dalam akses internet), pengaruh lingkungan dan kesempatan untuk menggunakan teknologi.

Keterlibatan pada media sosial atau *social media engagement* pada peserta tidak bisa dipungkiri sebagaimana hasil penelitian. Peserta mengakui terlibat secara aktif serta berkontribusi di media sosial yang melibatkan komponen perilaku, kognitif dan emosi. Keterlibatan pada media sosial dapat melibatkan unsur-unsur seperti: *like* (pemberian apresiasi pada konten yang tersaji), *dislike* (ketidaksetujuan (*disagree*) pada konten yang tersaji), *comment* (menyatakan

pendapat pada suatu teks dan konten), *share* (membagikan informasi dan konten), *upload* (mengunggah atau membagikan informasi dan konten), *view* (melihat teks dan konten), *read comments* (membaca komentar teks atau konten).

Berkaitan dengan mekanisme konsumsi dan partisipasi, kompetensi literasi digital dibutuhkan agar aktivitas-aktivitas berinternet remaja tersebut tidak menimbulkan kerugian baik bagi diri individu dan orang lain. Keahlian literasi digital ini akan membantu remaja untuk dapat menentukan reaksi dan respon yang tepat pada informasi-informasi yang ada di media sosial sehingga dapat menurunkan potensi terpapar dampak negatif internet.