

SIARAN PERS

Parents, Yuk Simak Tips Penggunaan Gadget dari Psikolog

Galaxy Tab A9 Series Kids Edition dilengkapi dengan fitur-fitur yang #MakinManTAB seperti Samsung Kids dan parental control untuk membantu orang tua memantau kehidupan digital anak



Jakarta, 21 Desember 2023 – Gadget dapat memberikan dampak baik bagi anak apabila penggunaannya disertai batasan waktu yang jelas, dimonitor dengan tepat, serta diperkaya dengan aplikasi, video, atau permainan edukatif yang dapat menstimulasi anak sesuai dengan usianya. [Pedoman](#) Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan anak berusia 1 tahun ke bawah tidak dianjurkan untuk menggunakan gadget dan disarankan untuk bergerak aktif beberapa kali sehari disertai dengan interaksi yang interaktif dan ruang gerak seluas mungkin. Untuk anak berusia 2-4 tahun sudah bisa menikmati penggunaan gadget namun tidak lebih dari 1 jam per hari disertai dengan aktivitas fisik paling tidak 2 jam per hari. Lebih banyak, lebih baik.

“Di luar usia tersebut, *screen time* dapat disesuaikan dengan kebutuhan anak namun kegiatan fisik serta interaksi dua arah tetap diutamakan. Selain itu, penerapan aturan penggunaan juga perlu dilakukan secara konsisten agar anak paham betul batasan-batasan *screen time* sehari-hari dan dapat tumbuh dengan optimal,” kata **Putu Andani, M.Psi., Psikolog**.

Annisa Maulina, MX Product Marketing Senior Manager, Samsung Electronics Indonesia, mengatakan dengan kecanggihan gadget saat ini, orang tua kini memiliki kemudahan untuk mengendalikan penggunaan gadget. “Perangkat terkini seperti Galaxy Tab A9+ Kids Edition, sudah dilengkapi aksesoris penunjang seperti *puffy case* dan *crayon stylus* yang memudahkan penggunaan anak. Dan dengan pengaturan *screen time* dan menerapkan *parental control*, serta edutainment dalam Samsung Kids, orang tua dapat menyokong pembelajaran dan proses kreatif anak, sesuai batasan durasi yang optimal untuk usia mereka.”

Lantas apa saja tips yang bisa dilakukan oleh para *parent* di rumah untuk mengatur penggunaan gadget untuk anak? Berikut ini tips praktis dari psikolog Putu Andani:

SAMSUNG

#1 Ciptakan zona bebas gadget di rumah

Orang tua dapat memberikan sosialisasi aturan yang jelas mengenai zona bebas gadget, misalnya, semua gadget disimpan di keranjang ketika makan bersama di meja makan atau ketika sedang berada di kamar tidur. Aturan tersebut bukan hanya berfungsi untuk mengurangi durasi *screen time* melainkan juga dapat memicu terciptanya lebih banyak interaksi antar anggota keluarga.

Misalnya, dengan kamar tidur sebagai zona bebas gadget, anak akan minim kesempatan untuk berlama-lama sendirian di kamar tidur karena cenderung akan merasa bosan. Ketika lebih banyak kegiatan dilakukan di ruang keluarga, anak juga menjadi lebih aktif dan lebih banyak berinteraksi dengan anggota keluarga lainnya.

#2 Edukasikan pentingnya kegiatan fisik, bukan hanya pada limitasi *screen time*

Seringkali, karena fokus orangtua adalah pada bahaya dari penggunaan *screen time* berlebih, edukasi kepada anak lebih banyak ditekankan pada dampak buruk dari penggunaan *screen time* berlebih dan batasan durasi penggunaannya. Ada baiknya, orangtua juga memberikan edukasi mengenai kegiatan yang dapat dilakukan serta mengapa melakukan berbagai kegiatan fisik itu penting. Cara ini dapat membantu anak dan orangtua untuk fokus bukan hanya kepada apa yang tidak boleh dilakukan namun apa yang dapat kita lakukan bersama.

#3 Sediakan beragam pilihan aktivitas

Aktivitas yang menyenangkan serta teman berinteraksi yang seru menjadi kunci dari minat anak usia dini terhadap berbagai hal di sekitarnya. Bermain sepeda, otopet, berbagai permainan *board games*, serta permainan sensorial (untuk anak usia 3 tahun ke bawah) merupakan beberapa contoh *non-gadget activities* yang bisa dilakukan di rumah. Tentu saja, ketika orangtua sudah kewalahan dan anak juga terlihat membutuhkan waktu rehat, gadget dapat menjadi alternatif selingan kegiatan fisik asalkan digunakan sesuai batasan waktu yang telah ditentukan pada rentang usia anak.

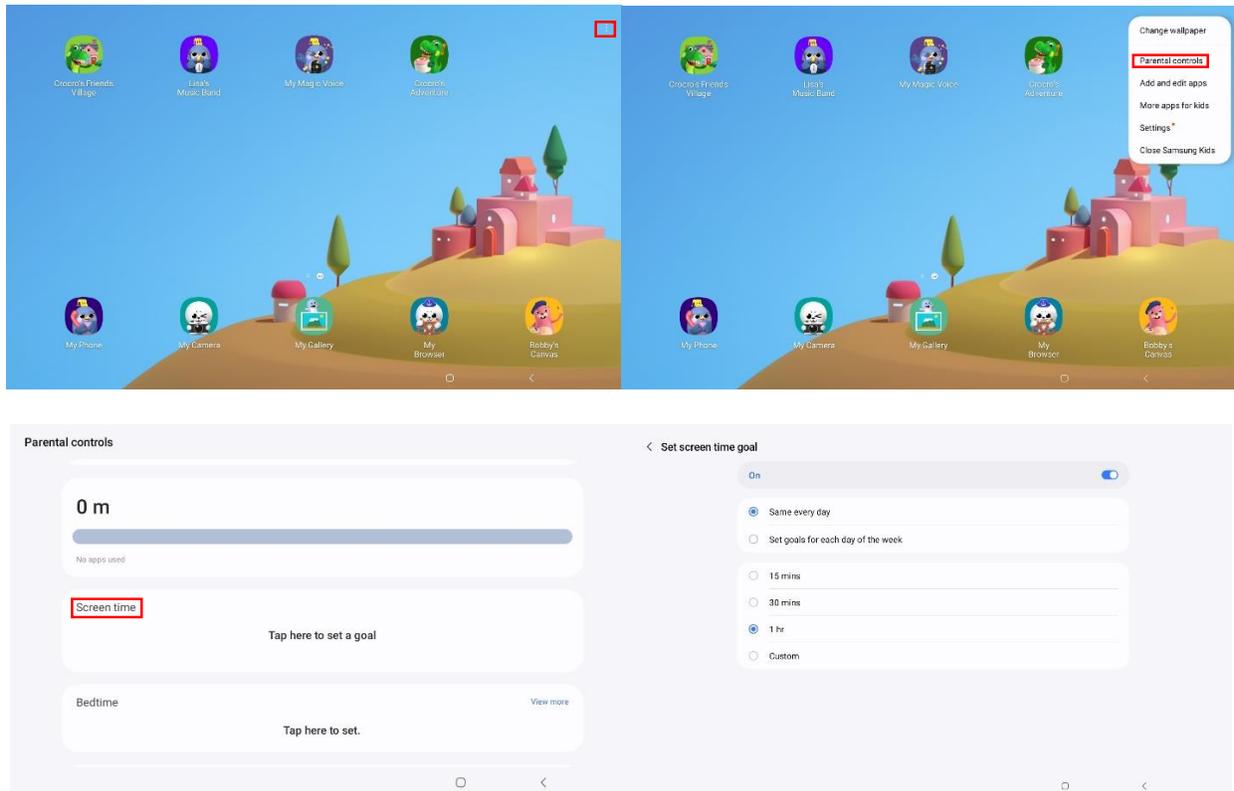
#4 *Screen time* sebagai *reward*

Bukan untuk digunakan setiap saat, *screen time* justru dapat digunakan sebagai *reward* yang akan memotivasi anak. Misalnya, untuk anak-anak di usia sekolah dasar, *screen time* dapat mereka peroleh ketika sudah selesai mengerjakan PR atau tugas rumah. Sementara itu, untuk anak usia dini, *screen time* dapat diberikan sesuai batasan waktu (cek aturan WHO) setelah melakukan *self-care routine*, seperti menyikat gigi atau mandi. Hal-hal tersebut merupakan contoh untuk membantu orangtua mengimplementasikan aturan penggunaan *screen time* di rumah, tentu saja dalam keseharian, penempatannya sebagai *reward* perlu disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing.

Pada Galaxy Tab A9 series, pengaturan *screen time* dapat dilakukan melalui Samsung Kids:

1. Buka Samsung Kids, tap gambar tiga titik vertikal.
2. Tap *Parental controls*, masukkan PIN
3. Pilih *screen time* dan atur jadwal dan *goal screen time* yang diinginkan

SAMSUNG



#5 Ketika gadget jadi alternatif, perbanyak edutainment

Ketika orang tua memberikan gadget sebagai alternatif selingan kegiatan fisik, adalah bijak memberikan gadget yang dapat menghadirkan *edutainment* pada anak. Dengan gadget tersebut, anak-anak bisa bermain, mengasah kreativitas dan kemampuan mereka memecahkan masalah dan berpikir kritis.

Sebagai komitmennya terhadap kehidupan digital anak yang sehat, Samsung merancang Galaxy Tab A9+ dengan edisi khusus anak yang sudah *built-in* dengan platform edutainment Samsung Kids. Di Samsung Kids anak dapat melakukan misi dan mempelajari pemecahan masalah dan kemampuan berpikir kritis dengan permainan *block coding* bersama si Croco. Anak bisa belajar memasak dengan Si Cooki, bernyanyi dan menari dengan band musik si Lisa. Anak juga bisa mengasah kreativitas artistiknya di kanvas si Bobby mengguna *crayon stylus* dengan bentuk seperti pensil crayon berwarna biru. Tablet ini juga sudah diproteksi dengan *puffy case* untuk melindungi perangkat dari benturan.

#6 Kembangkan interaksi orang tua-anak

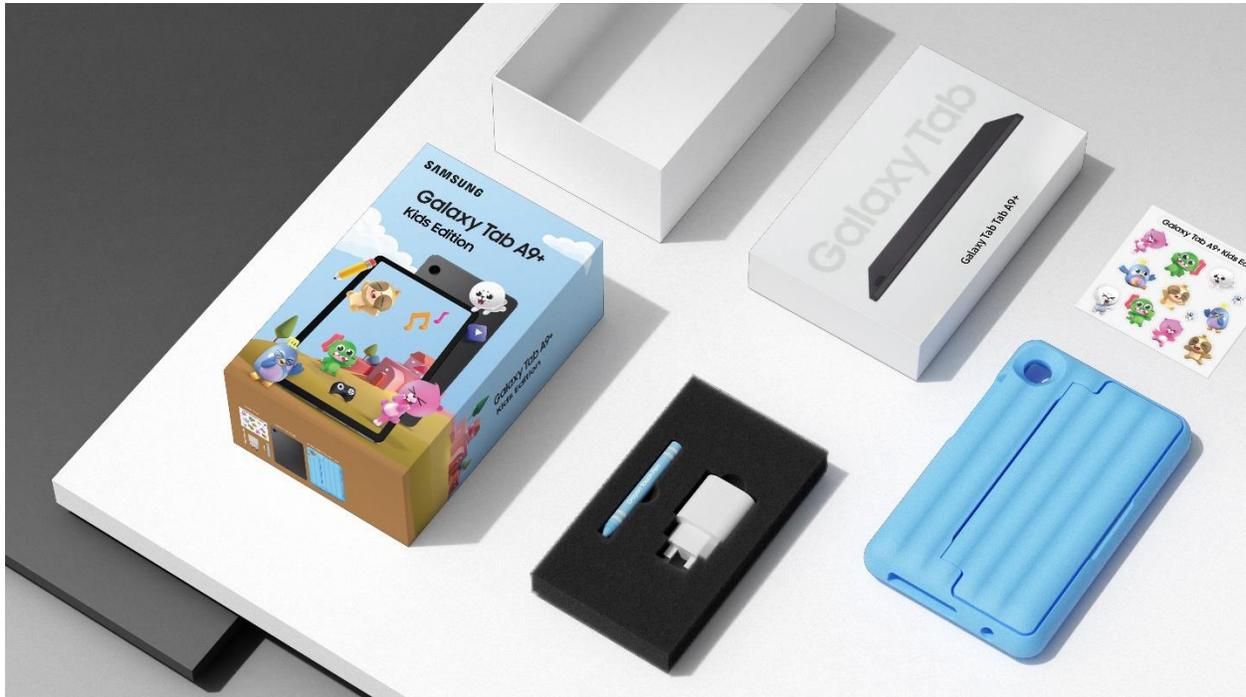
Interaksi antara orang tua dan anak memainkan peranan yang penting dalam perkembangan anak secara kognitif, akademik, sosial, dan emosional. Interaksi orang tua dan anak yang positif sejak dini akan berdampak pada perkembangan otak anak, mengembangkan keterikatan yang kuat dan positif, dan secara signifikan membuat anak lebih siap mencapai prestasi di sekolah.

Ketika anak menggunakan gadget, orang tua bisa menjaga interaksi dengan mendampingi mereka saat menggunakan perangkat digitalnya. Di Galaxy Tab A9+ Kids Edition, orang tua bisa menggunakan tablet ini bersama anak melalui fitur *multi-window*. Dengan layar 11 inci, tablet ini masih bisa menampilkan lebih

SAMSUNG

dari satu layar yang cukup luas dan nyaman di mata. Misalnya, sambil menemani anak *browsing* tugas sekolah, orangtua bisa mendengarkan musik.

Mengaktifkan *parental control* juga bisa menunjukkan perhatian orang tua kepada anak. Tekankan bahwa itu bukan pembatasan melainkan sebagai bentuk kasih sayang untuk melindungi anak dari konten-konten berbahaya. Melalui fitur ini, orangtua bisa memeriksa riwayat penelusuran dan aplikasi yang terinstal, untuk memastikan anak-anak tetap aman.



Itulah beberapa tips yang dapat membantu orang tua dalam menghadirkan penggunaan gadget yang aman pada anak. Dengan fitur-fiturnya yang #MakinMantab untuk keamanan anak, [Galaxy Tab A9+ Kids Edition](#) layak untuk jadi tablet pertama si kecil. Tablet ini sudah bisa didapatkan dengan penawaran menarik berupa harga promosi Rp4.999.000. Jika membutuhkan dimensi tablet yang lebih compact, tersedia pula [Galaxy Tab A9 Kids Edition](#) dengan harga Rp3.299.000. Pembelian Galaxy Tab A9 Kids Edition dapat dilakukan di [Samsung.com/id](#) dan [Shopee](#), sementara Galaxy Tab A9+ Kids Edition dapat diperoleh di [Samsung.com/id](#), [Samsung Store by NASA](#), [Erafone](#), [Urban Republic](#), dan [eraspace.com](#).

Tentang Samsung Electronics Co., Ltd.

Samsung menginspirasi dunia dan mengukir masa depan melalui ide dan teknologi yang transformatif. Perusahaan ini mendefinisikan ulang dunia televisi, smartphone, perangkat wearable, tablet, peralatan rumah tangga digital, sistem jaringan, foundry dan memory, solusi sistem LSI dan LED. Untuk berita terkini, silakan mengunjungi Samsung Newsroom di [news.samsung.com](#).

Untuk keterangan lebih lanjut:

Jane Tjondro

SAMSUNG

Public Relations Professional

Samsung Electronics Indonesia

Phone: 021-2958 8000

Email: j.tjondro@samsung.com