

Pengajaran di Rumah — "Tiga Skrip Amanah Layar Bersama Anak"

Tujuan sesi

Sesi ini dirancang untuk membangun kesadaran amanah teknologi di rumah — bagaimana HP, layar, dan aplikasi adalah barang yang dititipkan, bukan dimiliki tanpa syarat. Tiga skrip disediakan untuk tiga rentang usia (SD, SMP, SMA). Setiap skrip berdurasi 15-25 menit dan bisa dijalankan satu kali dalam sepekan ini, idealnya di waktu santai (akhir pekan pagi atau setelah Maghrib).

Materi yang dibutuhkan

- HP keluarga (anak dan orang tua dalam keadaan menyala, di meja)
- Selebar kertas dan pulpen untuk anak
- Stoples atau kotak kecil sebagai "rumah HP" simbolis di akhir sesi
- Catatan singkat dengan kutipan QS. Al-Ahzaab: 72 (untuk SMP/SMA)

SKRIP 1: Anak SD (usia 7-12), durasi 15 menit, dilakukan di meja makan setelah sarapan akhir pekan

Langkah 1 — Pembuka (3 menit, tujuan: membangun rasa aman)

Skrip orang tua: "Nak, hari ini kita main satu permainan. Boleh? Nanti Bunda kasih hadiah kecil di akhir, tapi hadiahnya rahasia. Bunda mau tanya soal HP — bukan untuk memarahi, ya. Bunda cuma mau tahu dunia kamu."

Tunggu respons. **Jangan** buka dengan kalimat seperti "Bunda mau ngomong soal HP". Anak SD akan langsung defensif.

Langkah 2 — Pertanyaan terbuka (5 menit, tujuan: anak bercerita)

Skrip orang tua: "Coba tunjukkan ke Bunda, video apa yang paling lucu yang kamu tonton minggu ini?"

Skenario respons:

- Jika anak menunjukkan video yang wajar: Tertawa bersama, beri reaksi positif. *Jangan* langsung pindah ke koreksi.
- Jika anak menunjukkan video yang mengkhawatirkan: Tetap tenang. Jangan reaksi panik atau marah. Tanya: "Oh, ini dari channel apa? Sering muncul ya?"
- Jika anak menolak menunjukkan: Jangan paksa. Lanjutkan ke langkah 3 — masalah kepercayaan akan dikerjakan dalam sesi-sesi berikutnya.

Langkah 3 — Membangun gambar amanah dengan analogi (4 menit, tujuan: anak paham konsep amanah lewat barang yang ia tahu)

Skrip orang tua: "Nak, coba bayangkan kalau Bapak nitip kelinci ke kamu selama Bapak pergi seminggu. Kelincinya cantik banget. Tapi kamu lupa kasih makan, terus dia sakit. Bapak balik, gimana perasaan Bapak?"

Tunggu jawaban anak. Berikan respons singkat: "Iya, sedih ya. Karena Bapak percaya sama kamu."

Skrip orang tua: "HP itu mirip kelinci, Nak. Dia dititipkan ke kita oleh Allah. Kalau kita pakai sembarangan, ada yang sakit — kadang mata kita, kadang hati kita, kadang waktu kita. Bunda dan Bapak juga sedang belajar."

Langkah 4 — Kesepakatan kecil (3 menit, tujuan: satu komitmen konkret)

Skrip orang tua: "Yuk kita coba bikin satu aturan keluarga. Cuma satu, biar gampang. Pilihan: (a) HP keluar kamar saat tidur, (b) HP dipakai cuma setelah PR selesai, (c) HP istirahat saat makan bersama. Kamu pilih yang mana?"

Berikan anak hak memilih. Tulis di kertas, ditandatangani anak dan orang tua. Tempel di kulkas.

Penutup sesi:

Doa bersama: "Ya Allah, jaga kami semua dari fitnah HP. Aamiin."

Berikan hadiah kecil yang dijanjikan (pisang, stiker, pelukan, apa pun yang sederhana). Sesi selesai.

SKRIP 2: Anak SMP (usia 13-15), durasi 20 menit, dilakukan setelah Maghrib di ruang tamu

Langkah 1 — Pembuka tanpa agenda terselubung (3 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak ingin ngobrol bareng kamu malam ini. Bukan soal nilai, bukan soal kebersihan kamar. Soal HP. Tapi bukan untuk menyita atau larang-larang. Kita coba diskusi dewasa, oke?"

Tunggu anggukan atau respons.

Langkah 2 — Validasi dunia anak (5 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak tahu HP itu penting buat kamu. Komunikasi sama teman, sekolah online, hiburan. Bu/Pak nggak akan pura-pura HP itu jahat. Tapi Bu/Pak juga tahu, di HP ada banyak hal yang bisa bikin susah. Menurut kamu, hal apa di HP yang paling bikin susah pelajar SMP kayak kamu?"

Skenario respons:

- Jika anak menyebutkan tekanan media sosial / FOMO: Validasi. "Iya, itu memang berat. Bu/Pak waktu seusia kamu nggak ngalamin ini, jadi Bu/Pak nggak akan sok tahu."
- Jika anak menyebutkan konten tidak pantas yang muncul tiba-tiba: Validasi. "Bener, algoritma sering nyodorin yang aneh-aneh. Bukan salah kamu. Tapi kita perlu strategi."
- Jika anak menjawab "nggak ada masalah": Beri ruang. "Oke, syukur kalau gitu. Tapi kalau suatu hari ada, kamu boleh cerita ke Bu/Pak ya. Janji?"

Langkah 3 — Tantangan reflektif (7 menit)

Bacakan kutipan singkat dari QS. Al-Ahzaab: 72 (terjemahan saja):
"Sesungguhnya Kami telah mengemukakan amanat kepada langit, bumi dan gunung-gunung, maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu... dan dipikullah amanat itu oleh manusia."

Skrip orang tua: "Allah bilang gunung aja takut mikul amanah, tapi manusia mikul. HP yang kamu pegang, itu termasuk amanah yang kita pikul. Bu/Pak bukan mau ceramah, cuma mau bertanya: amanah apa yang menurut kamu paling penting kamu jaga dengan HP kamu?"

Tunggu jawaban. Tidak ada jawaban "salah" di sini. Beri respons mendalam, jangan datar. Jika anak menjawab "nggak tahu", lempar balik: "Coba tiga menit lagi pikirkan, Bu/Pak tunggu."

Langkah 4 — Kesepakatan dua arah (5 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak punya satu permintaan. Kamu boleh ajukan satu juga. Permintaan Bu/Pak: tiap malam jam 10, HP semua orang di rumah, termasuk Bu/Pak, dikumpulkan di meja ruang tamu sampai pagi. Kalau kamu mau menukar dengan permintaan kamu, silakan ajukan."

Skenario respons:

- Anak ajukan permintaan masuk akal (mis. waktu screen time akhir pekan lebih lama): Sepakati.
- Anak menolak total: Jangan paksakan di hari yang sama. Akhiri sesi dengan: "Oke, kita lanjut diskusi minggu depan ya. Bu/Pak nggak buru-buru."

Penutup sesi:

Tulis kesepakatan di kertas, ditandatangani dua pihak. Doa bersama singkat.

SKRIP 3: Anak SMA (usia 16-18), durasi 25 menit, dilakukan di mobil saat perjalanan akhir pekan, atau di teras sore hari

Langkah 1 — Buka sebagai sesama dewasa (3 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak ingin diskusi serius malam ini, tapi bukan sebagai orang tua ke anak SMA, sebagai dua orang dewasa. Boleh?"

Tunggu izin. Bahasa "dua orang dewasa" mengangkat anak SMA secara psikologis dan membuka pintu diskusi.

Langkah 2 — Akui ketidaktauan (5 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak harus jujur — dunia digital kamu jauh lebih kompleks daripada dunia digital Bu/Pak waktu SMA. Bu/Pak nggak bisa pura-pura tahu. Bu/Pak butuh ajaran kamu. Coba ceritakan, apa yang menurut kamu paling problematik di feed teman-teman seusiamu sekarang?"

Skenario respons:

- Anak bercerita tentang judi online di kalangan teman: Mendengarkan tanpa interupsi. "Itu serius. Terima kasih sudah cerita. Menurut kamu, gimana cara temanmu bisa keluar?"
- Anak bercerita tentang konten yang tidak pantas: Dengarkan. "Bu/Pak mengerti. Bu/Pak nggak akan sok beri solusi, tapi Bu/Pak siap dengar lebih banyak kalau kamu mau."
- Anak menolak bercerita: Tidak apa. "Oke, kalau suatu hari kamu butuh teman ngobrol soal ini, Bu/Pak ada. Tanpa hakim, tanpa konsekuensi."

Langkah 3 — Diskusi tentang amanah profesi/masa depan (10 menit)

Skrip orang tua: "Kamu sebentar lagi mungkin kuliah atau kerja. Di dunia yang AI sudah masuk ke mana-mana — coba pikir, profesi apa pun yang kamu ambil, gimana cara kamu jaga integritas? Misalnya kamu mau jadi dokter, programmer, jurnalis — amanah apa yang nggak boleh kamu serahkan ke AI?"

Beri ruang berpikir. Ini pertanyaan terbuka. Jangan koreksi jawabannya. Lakukan dialog dua arah. Ini sesi membangun pemikiran etis, bukan sesi mengoreksi.

Langkah 4 — Komitmen bersama (5 menit)

Skrip orang tua: "Bu/Pak nggak akan kasih aturan baru malam ini. Yang Bu/Pak minta cuma satu: kalau suatu hari kamu menemukan diri kamu di situasi sulit — soal HP, soal judi online, soal konten yang merusak, soal apa pun — Bu/Pak janji nggak akan marah duluan. Kamu janji ke Bu/Pak akan cerita duluan. Deal?"

Tunggu respons. Berikan jabat tangan atau pelukan singkat.

Penutup sesi:

Doa singkat: "Ya Allah, jaga anak kami di setiap pilihan yang ia hadapi. Beri ia kekuatan dan kebijaksanaan. Aamiin."

Catatan untuk pelaksana

Tiga skrip di atas dirancang dengan asumsi rumah tangga dengan komunikasi yang sehat. Jika ada riwayat kekerasan verbal, defensif berat, atau trauma terkait kontrol gawai, skrip ini perlu dimodifikasi atau didampingi pihak ketiga (konselor masjid, psikolog komunitas, ustadz yang dikenal keluarga). **Jangan** paksaan sesi jika anak menolak terus-menerus pada kunjungan pertama — tarik mundur, coba lagi dua minggu kemudian dengan pendekatan yang lebih lembut. Konsistensi dan kesabaran lebih penting daripada satu sesi yang sempurna.

Penutup sesi (semua usia)

Tutup setiap sesi dengan doa pendek: "Ya Allah, kuatkan amanah di hati kami semua. Lindungi kami dari fitnah yang nyata dan yang tersembunyi. Aamiin."