



AMAN SAAT BERINTERNET



TENTANG PANDUAN INI

Panduan diskusi video ini merupakan salah satu dari enam panduan diskusi yang tersedia bagi pendidik sebaya atau fasilitator muda untuk memfasilitasi diskusi dan memberikan edukasi tentang kesehatan seksual dan reproduksi.

Pada setiap panduan diskusi, terdapat video dengan berbagai topik pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi dari AMAZE yang dapat digunakan untuk melengkapi sumber bacaan lain yang mungkin sudah digunakan untuk memberikan informasi tentang topik ini kepada remaja dan orang muda. Setiap panduan diskusi terdiri dari pengantar topik video, pemutaran video, pertanyaan diskusi dan refleksi, dan aktivitas opsional dan/atau kuis.

amaze

AMAN SAAT BERINTERNET

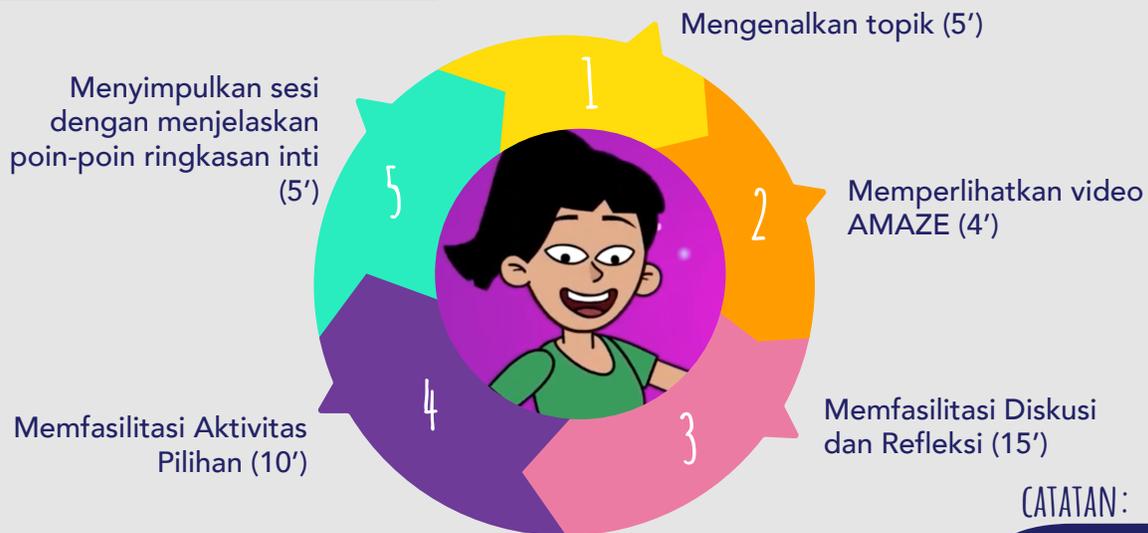


TUJUAN:

Memberikan gambaran umum tentang perundungan siber (*cyberbullying*) dan keamanan dalam berinternet kepada peserta dengan menampilkan video AMAZE,



LANGKAH-LANGKAH INTI



CATATAN:

Ini adalah saran perkiraan waktu durasi untuk setiap langkah.



PARTISIPAN:

Remaja awal dan menengah berusia 10 - 18 tahun



DURASI:

30-40 menit



TAMBAHAN MATERIAL:

- Tautan video: <https://bit.ly/amansaatberinternet>
Untuk aktivitas secara luring, kamu akan membutuhkan:
 - Komputer dengan akses internet dan pengeras suara
 - Proyektor LCD dan layar, atau meja untuk meletakkan komputer
 - Sticky notes, kertas karton/flip chart, dan pulpen berwarna untuk Diskusi dan RefleksiUntuk aktivitas secara daring, kamu akan membutuhkan:
 - Akses Zoom/Google Meet
 - Google Jamboard untuk Diskusi dan Refleksi



PEMBUKA:

Terkoneksi dengan temanmu, keluarga dan orang lain secara daring bisa terasa menyenangkan! Tapi apa yang kita lakukan secara daring tidak ada yang benar-benar pribadi, termasuk email, pesan teks, dan bahkan aplikasi yang kamu gunakan di ponsel kamu sendiri. Sekarang, mari kita tonton video AMAZE ini untuk mempelajari tentang keamanan internet.



DISKUSI DAN PERTANYAAN REFLEKSI:

Setelah menunjukkan video, pimpinlah diskusi dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan berikut. Atur kecepatan diskusi sesuai dengan waktu yang tersedia dan prioritaskan pertanyaan yang ingin kamu diskusikan.

1. Bagaimana rasanya menonton video ini? Apa reaksi awalmu?
2. Seberapa mudah atau sulitkah memutuskan informasi apa yang akan dibagikan atau tidak dibagikan? Apa yang terasa aman dan apa yang terasa tidak aman saat daring?
3. Bagaimana kamu mendefinisikan "perundungan siber" atau "cyberbullying"? Apa saja hal yang pernah kamu dengar tentang perundungan siber atau *cyberbullying*?
4. Apa saran yang kamu miliki untuk mengurangi kejadian perundungan siber atau *cyberbullying*?
5. Apa kesimpulan utama yang kamu dapatkan dari video dan diskusi ini?

CATATAN:

Cobalah dorong kontribusi dari partisipan, tetapi tidak apa-apa jika ada yang tidak nyaman berbicara - jangan memaksa siapa pun untuk menjawab jika mereka tidak mau. Kamu juga dapat mempertimbangkan untuk menggunakan sticky notes atau Google Jamboard agar partisipan dapat menulis pemikiran mereka secara anonim.



APA YANG DILAKUKAN!

- Hargai dan hormati opini partisipan
- Jadilah pendengar yang aktif
- Gunakan istilah yang inklusif dan netral-gender
- Berikan semua partisipan kesempatan untuk merespon atau berbagi
- Ingatkan partisipan untuk menghormati yang lain dan menjadi pendengar aktif

CATATAN KHUSUS UNTUK PENDIDIK SEBAYA

- Diskusi ini mungkin memicu trauma pada partisipan yang saat ini atau sebelumnya memiliki pengalaman perundungan siber (*cyberbullying*). Ingatkan partisipan bahwa mereka bisa bicara ke kamu setelah sesi dan bersiaplah untuk memberikan rujukan ke konselor atau layanan kesehatan sesuai kebutuhan.
- Bersiaplah untuk merespon partisipan yang mungkin mulai mengungkapkan pengalaman pribadi selama diskusi atau menunjukkan orang-orang yang dianggap sebagai pelaku, dengan mengakui apa yang telah mereka bagikan. Arahkan di mana mereka dapat mencari dukungan, termasuk orang dewasa yang dapat dipercaya.
- Perhatikan kebutuhan khusus partisipan. Beberapa partisipan mungkin memerlukan pengaturan khusus untuk terlibat dalam diskusi atau kegiatan. Misalnya, kamu dapat menyesuaikan ruang fisik untuk mengakomodasi partisipan dengan mobilitas terbatas atau memodifikasi aktivitas untuk kebutuhan gerakan yang lebih sedikit.



AKTIVITAS PILIHAN:

Kegiatan ini memberikan cara interaktif bagi partisipan untuk lebih merefleksikan informasi yang dibagikan dalam video.

Jelaskan kepada partisipan bahwa kamu akan bermain **Setuju atau Tidak Setuju**. Beri tahu partisipan untuk memposisikan diri dalam barisan menghadap ke arah yang sama di tengah ruangan dan bahwa kamu akan membacakan beberapa pernyataan. Jika mereka setuju, mereka harus maju selangkah; jika mereka tidak setuju, mereka harus mundur selangkah. Jika melakukan kegiatan secara virtual, pertimbangkan untuk menggunakan fitur **raise hand** di Zoom untuk menunjukkan partisipan setuju.

Pernyataan Setuju atau Tidak Setuju:

1. Internet seharusnya digunakan secara bebas, sehingga berbagi cerita atau informasi pribadi di platform media sosial tidak apa-apa.
2. Seseorang mengirimkan pesan ancaman kepada teman kamu. Karena menurutmu temanmu mengalami perundungan siber (*cyberbully*), kamu akan mendorongnya untuk berbicara dengan orang dewasa yang dapat dipercaya.
3. Seseorang mengirim pesan ancaman ke temanmu di media sosial mereka. Hal terbaik yang harus mereka lakukan adalah merespons dan terlibat untuk melawan kembali.
4. Tidak apa-apa untuk bertemu langsung dengan seseorang yang baru kamu temui secara daring, meskipun kamu sudah lama berkomunikasi dengannya.

Setelah membaca setiap pernyataan, minta beberapa sukarelawan untuk berbagi mengapa mereka setuju atau tidak setuju.

Ucapkan terima kasih kepada partisipan karena telah terlibat dalam aktivitas ini, dan akhiri aktivitas dengan membagikan Poin Ringkasan Inti.

APA ITU PERUNDUNGAN SIBER (CYBERBULLYING)?

Perundungan Siber atau *Cyberbullying* melibatkan posting atau pengiriman pesan elektronik, termasuk gambar atau video, yang ditujukan untuk melecehkan, mengancam, atau menargetkan orang lain.¹



BAGAIMANA MENGURANGI KEJADIAN PERUNDUNGAN SIBER (CYBERBULLYING)?²

1. Sesuaikan pengaturan media sosial sehingga hanya orang yang kamu pilih yang dapat melihat informasi dan postingan pribadi kamu. Penting untuk sering memeriksa setelan privasi ini, karena situs terkadang mengubah kebijakannya.
2. Berpikirlah sebelum kamu mem-posting.
3. Jangan ungkapkan data pribadimu, seperti alamat, nomor telepon, sekolah, nomor kartu kredit, dan informasi pribadi lainnya secara daring.

1. United Nations. (n.d.). Bullying and cyberbullying | UN special representative of the secretary-general on violence against children. United Nations. Retrieved November 29, 2022, from <https://violenceagainstchildren.un.org/content/bullying-and-cyberbullying-0>

2. Preventing cyberbullying. Delete Cyberbullying. (n.d.). Retrieved November 29, 2022, from <https://www.end-cyberbullying.net/preventing-cyberbullying>



POIN RINGKASAN INTI:

Akhiri sesi dengan membagikan Poin Ringkasan Inti di bawah ini:

Ingatlah untuk memastikan bahwa kamu mengetahui apa yang kita lakukan secara daring tidak ada yang benar-benar pribadi, termasuk email, pesan teks, dan bahkan aplikasi yang digunakan di gadget kita sebelum kita memutuskan untuk memposting atau membagikan apa pun di platform media sosial kita. Kamu dapat mengendalikan seberapa banyak atau sedikit yang dapat kamu bagikan di internet, dan ada beberapa hal yang dapat kamu lakukan untuk tetap aman saat berinternet.

Jika seseorang yang kamu temui di Internet membuat kamu tidak nyaman, segera hentikan komunikasi dan beri tahu orang dewasa yang dapat kamu percaya. Sebaiknya jangan bertemu dengan seseorang secara langsung jika kamu hanya bertemu secara daring, tetapi jika kamu memutuskan untuk melakukannya, kamu dapat bertemu di tempat umum dengan mengajak teman bersamamu.

Jika kamu menerima pesan daring yang mengancam atau mengintimidasi, atau menemukan seseorang membagikan foto atau data pribadi kamu tanpa persetujuan kamu, kamu sedang mengalami perundungan daring (*cyberbully*). Jika kamu menyadari bahwa kamu, atau orang lain yang kamu kenal, sedang mengalami perundungan daring (*cyberbully*), kamu dapat memblokir, menghapus, atau mengabaikan pesan intimidasi tersebut, daripada terus membalasnya. Jika itu tidak berhasil atau jika itu merupakan ancaman, carilah bantuan dari orang dewasa yang dapat kamu percaya.



Dibuat bersama oleh
Birendra Bist,
Naura Haryanto,
and Shambhawi Adhikari.