PANDUAN UNTUK ORANG TUA:

CARA MEMULAI DISKUSI TENTANG INSTAGRAM DENGAN ANAK REMAJA

DIDUKUNG OLEH:

BERMITRA DENGAN: Parentalk

SURAT DARI PARA ORANG TUA YANG BEKERJA DI INSTAGRAM

Jika Anda membaca Panduan Orang Tua ini, kemungkinan besar Anda adalah orang tua. Lewat sejumlah penelitian, Instagram memahami bahwa ada banyak orang tua yang khawatir dengan keamanan anak mereka di dunia maya. Tantangan ini juga dialami oleh kami, para orang tua yang bekerja di Instagram. Menjadi orang tua tentunya merupakan kesempatan yang luar biasa bagi kita. Tetapi di sisi lain, kita memiliki tanggung jawab dan tantangan tersendiri sebagai orang tua. Apalagi anak-anak kita termasuk generasi pertama yang hidupnya sangat bergantung pada teknologi. Bagi mereka, dunia maya sama pentingnya dengan kehidupan nyata.

Instagram mengerti kesulitan yang sering dialami orang tua saat mencoba mencari tahu apa yang dilakukan anak remajanya di dunia maya dan alasan mengapa mereka suka menghabiskan banyak waktu dengan ponsel mereka. Sebagai orang tua, kita mungkin melihat bahwa berbagi foto dan video sudah menjadi kegiatan yang wajar bagi anak-anak remaja. Tapi sebenarnya, banyak juga di antara mereka yang benar-benar memikirkan konten yang akan mereka bagikan secara *online*. Kami juga paham bahwa orang tua seringkali mengalami dilema saat harus memulai pembicaraan dengan anaknya seputar dunia maya untuk memastikan mereka merasa aman saat melakukan aktivitas *online*. Namun di sisi lain, kita juga masih belajar tentang seluk beluk dunia maya. Topik tersebut memang bukan topik yang nyaman untuk dibicarakan dengan anak remaja kita.

Oleh karena itu, kami membuat panduan ini. Kami ingin membantu Anda lebih paham tentang alat-alat yang tersedia di dunia maya yang dapat menjadi informasi dasar untuk memulai topik ini dengan anak Anda. Kami harap panduan ini dapat membuat Anda dan anak Anda merasa lebih nyaman dalam mendiskusikan hal-hal yang berhubungan dengan aktivitas *online*.

Kami sadar dengan tanggung jawab kami untuk memastikan Instagram menjadi komunitas yang mendukung para remaja untuk saling terhubung dan berbagi. Selain itu, kami juga ingin agar para orang tua memiliki informasi yang cukup untuk mengarahkan anak-anak mereka soal penggunaan Instagram yang bijak. Kami percaya bahwa langkah pertama yang dapat diambil oleh para orang tua adalah memahami alasan mengapa anak remaja menggunakan Instagram, dan alat apa saja yang tersedia untuk memastikan mereka memiliki pengalaman positif dan aman di Instagram.

Untuk informasi lebih lanjut, dan menonton video penjelasan mengenai alat keamanan yang tersedia di Instagram, Anda dapat mengunjungi *parents.instagram.com*.

KATA KEMENTERIAN PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DAN PERLINDUNGAN ANAK:

"Teknologi adalah bagian yang penting dari kehidupan masyarakat Indonesia. Kita dapat berkarya dan menjalin hubungan dengan sesama di dunia maya dengan berbagai cara yang sebelumnya tidak mungkin dilakukan. Kehadiran layanan media sosial seperti Instagram juga telah memberikan kita peluang untuk mengingat dan membagikan momen-momen penting, terhubung dengan orang-orang yang memiliki ide serupa dengan kita, atau mendapatkan dukungan dari komunitas yang mengalami tantangan serupa dengan kita. Generasi zaman sekarang adalah generasi yang sangat aktif menggunakan teknologi dalam kehidupan mereka. Oleh karena itu, sebagai orang tua, kita harus mengerti secara lebih mendalam mengenai beberapa hak dan tanggung jawab untuk membantu anak remaja kita menjadi warganet yang sukses memberikan kontribusi positif di dunia maya. Kita tak perlu menjadi pakar teknologi, namun menjadikan diri kita familiar dengan teknologi yang digunakan anak-anak muda dan memahami tantangan yang mereka hadapi adalah awal yang tepat. Buku panduan ini akan memberikan Anda wawasan dan mempersiapkan Anda untuk memberikan dukungan yang mereka butuhkan."

YOHANA SUSANA YEMBISE,
MENTERI PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DAN PERLINDUNGAN ANAK REPUBLIK INDONESIA

DAFTAR ISI

APA ITU INSTAGRAM.....9

MENGELOLA PRIVASI

Privasi Akun.....15

Blokir Interaksi Yang Tidak Diinginkan.....17

MENGELOLA INTERAKSI

Mengelola Komentar.....15

Blokir Komentar.....25

Menyaring Komentar.....29

MENGELOLA WAKTU

Melihat Aktivitas Anda.....35

Setel Pengingat Harian.....37

Jeda Notifikasi.....39

Anda Sudah Terhubung.....41

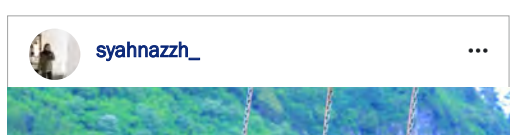
SEPULUH PERTANYAAN UNTUK MEMBANTU ANDA MEMULAI PERCAKAPAN DENGAN ANAK REMAJA ANDA TENTANG INSTAGRAM.....45

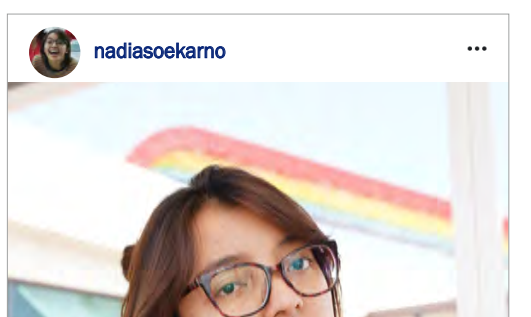
DAFTAR ISTILAH INSTAGRAM.....47

APA ITU INSTAGRAM?

Instagram adalah aplikasi media sosial yang digunakan untuk berbagi foto, video, dan pesan, baik melalui *Stories, Feed, Live, IGTV* atau *Direct*. Misi Instagram adalah mendekatkan orang dengan kerabat maupun hal-hal yang mereka sukai. Sejalan dengan misi tersebut, Instagram percaya bahwa penting bagi Instagram untuk menjadi tempat yang aman dan mendukung bagi orang untuk mengekspresikan diri. Instagram mewajibkan hanya orang berusia minimal 13 tahun yang dapat membuat akun Instagram. Para remaja umumnya menggunakan Instagram untuk merayakan peristiwa-peristiwa penting, berbagi momen sehari-hari, menjaga hubungan dengan teman dan keluarga, membangun komunitas dan bertemu orang lain yang memiliki kegemaran dan minat yang sama.

Untuk mempelajari lebih lanjut tentang bagaimana anak remaja menggunakan Instagram, Anda dapat melihat daftar istilah Instagram di bagian akhir dari panduan ini.





"INSTAGRAM PUNYA PENGARUH YANG SANGAT BESAR TERUTAMA DI KALANGAN ANAK MUDA. INSTAGRAM MEMBANTU SAYA MENYAMPAIKAN OPINI, MEMOBILISASI AUDIENS, SERTA MENGAJAK MEREKA UNTUK MENJADI BAGIAN DARI SEBUAH GERAKAN ISU-ISU SOSIAL PENTING, SEPERTI PENDIDIKAN, SOSIAL POLITIK DAN BUDAYA."

WIRAUSAHAWAN MUDA DAN
PENDIRI RUANG GURU, IMAN USMAN,
@IMANUSMAN

MENGELOLA PRIVASI

Ada beberapa alat yang dapat Anda bagikan dengan anak remaja Anda sehingga mereka memiliki kendali lebih terhadap identitas dan jejak digital mereka. Salah satu hal utama yang harus Anda putuskan dengan anak Anda sejak awal adalah apakah akun mereka akan bersifat publik atau privat. Anak Anda akan dapat tampil menjadi dirinya sendiri apabila mereka tahu bahwa mereka memiliki kendali atas siapa saja yang dapat melihat dan berinteraksi dengan hal-hal yang mereka unggah secara *online*.

MENGELOLA PRIVASI

PRIVASI AKUN

Langkah pertama yang harus Anda lakukan dengan anak remaja Anda adalah menentukan apakah akun mereka akan bersifat publik atau privat. Jika akun anak Anda bersifat privat, mereka dapat memilih siapa saja orang yang dapat mengikuti mereka, dan dapat menghapus para pengikutnya kapan saja. Konten yang ada di akun privat tidak dapat dilihat oleh orang-orang yang belum diterima sebagai pengikut akun mereka. Jika akun anak Anda bersifat publik, konten mereka di *Stories, Feed,* maupun *Live* dapat dilihat oleh siapa saja. Setiap orang juga dapat mengikuti akun anak Anda tanpa perlu mendapatkan persetujuan untuk mengikuti terlebih dahulu. Jika akun anak Anda bersifat publik, mereka dapat beralih ke akun privat kapan saja maupun sebaliknya. Mereka dapat menghapus pengikut, memilih siapa saja yang dapat berkomentar, dan lainnya. Anak Anda juga dapat menonaktifkan pilihan "Tampilkan Status Aktivitas" sehingga teman-teman mereka tidak dapat melihat ketika mereka sedang aktif di Instagram.

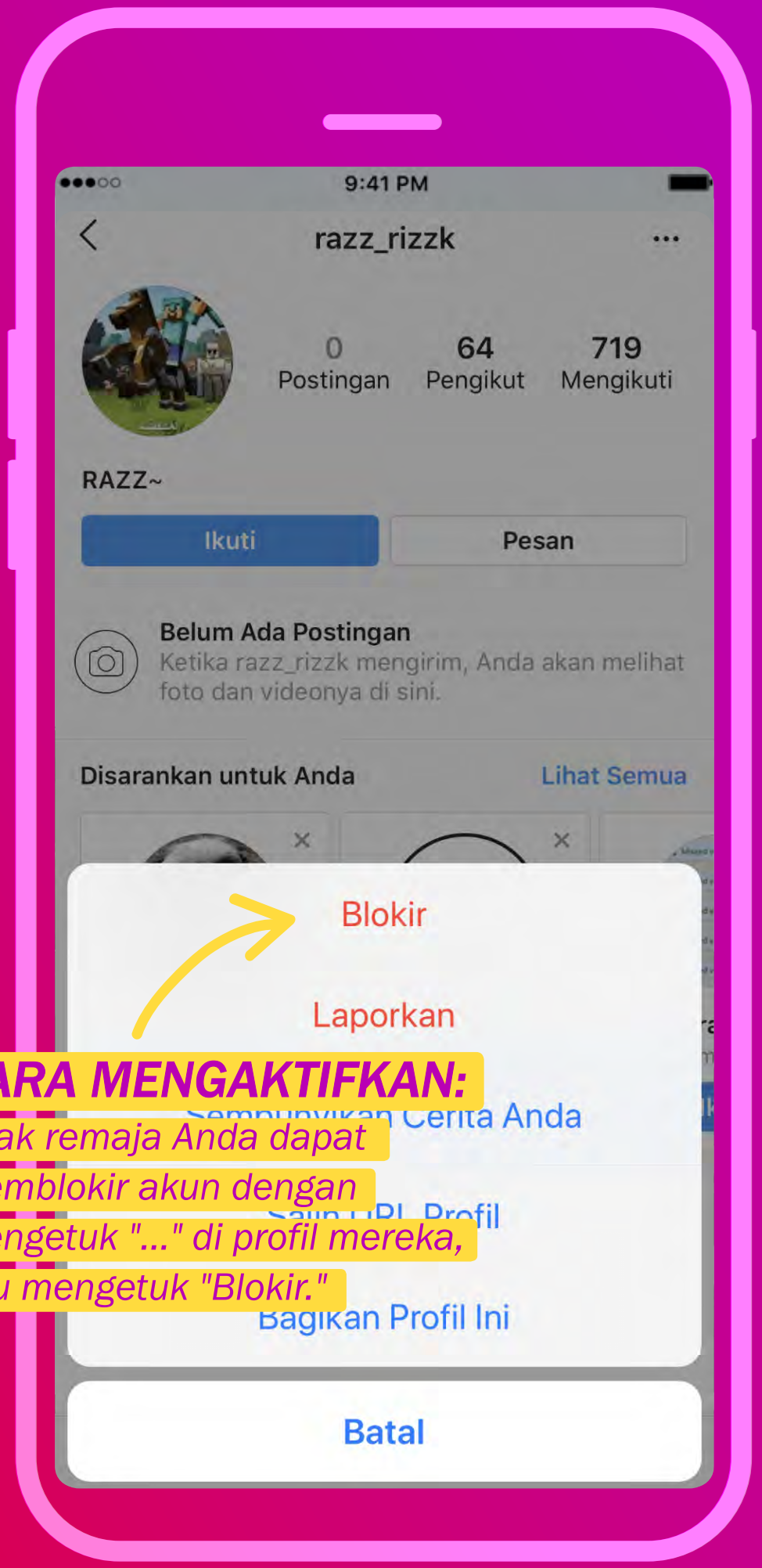
CARA MENGAKTIFKAN:

Anak remaja Anda dapat memiliki akun publik atau privat dengan memilih "Privasi Akun" di pengaturan.

MENGELOLA PRIVASI

BLOKIR INTERAKSI YANG TIDAK DIINGINKAN

Anak remaja Anda dapat memblokir akun yang tidak diinginkan untuk berinteraksi dengan mereka. Cara ini akan menghalangi orang lain untuk melihat dan mengomentari postingan, *Stories* maupun *Live* mereka. Ketika anak Anda memblokir sebuah akun, pemilik akun tersebut tidak akan menerima notifikasi. Anak Anda dapat membuka blokir akun kapan saja.



CARA MENGAKTIFKAN:
Anak remaja Anda dapat memblokir akun dengan mengetuk "..." di profil mereka, lalu mengetuk "Blokir."

"AKU SUKA MENGEKSPRESIKAN DIRIKU MELALUI INSTAGRAM. MAMAKU ADALAH ORANG YANG SELALU MEMBANTUKU MENGELOLA AKUN DAN MENGONTROL SEMUA AKTIVITASKU DI INSTAGRAM. KALAU MENEMUKAN KOMENTAR NEGATIF, MAMA JUGA SERING LANGSUNG MEMBLOKIR KOMENTAR TERSEBUT."

WIRAUSAHAWAN MUDA DAN PENDIRI NAYA SLIME, ALMEYDA NAYARA @NAYASLIME18

MENGELOLA INTERAKSI

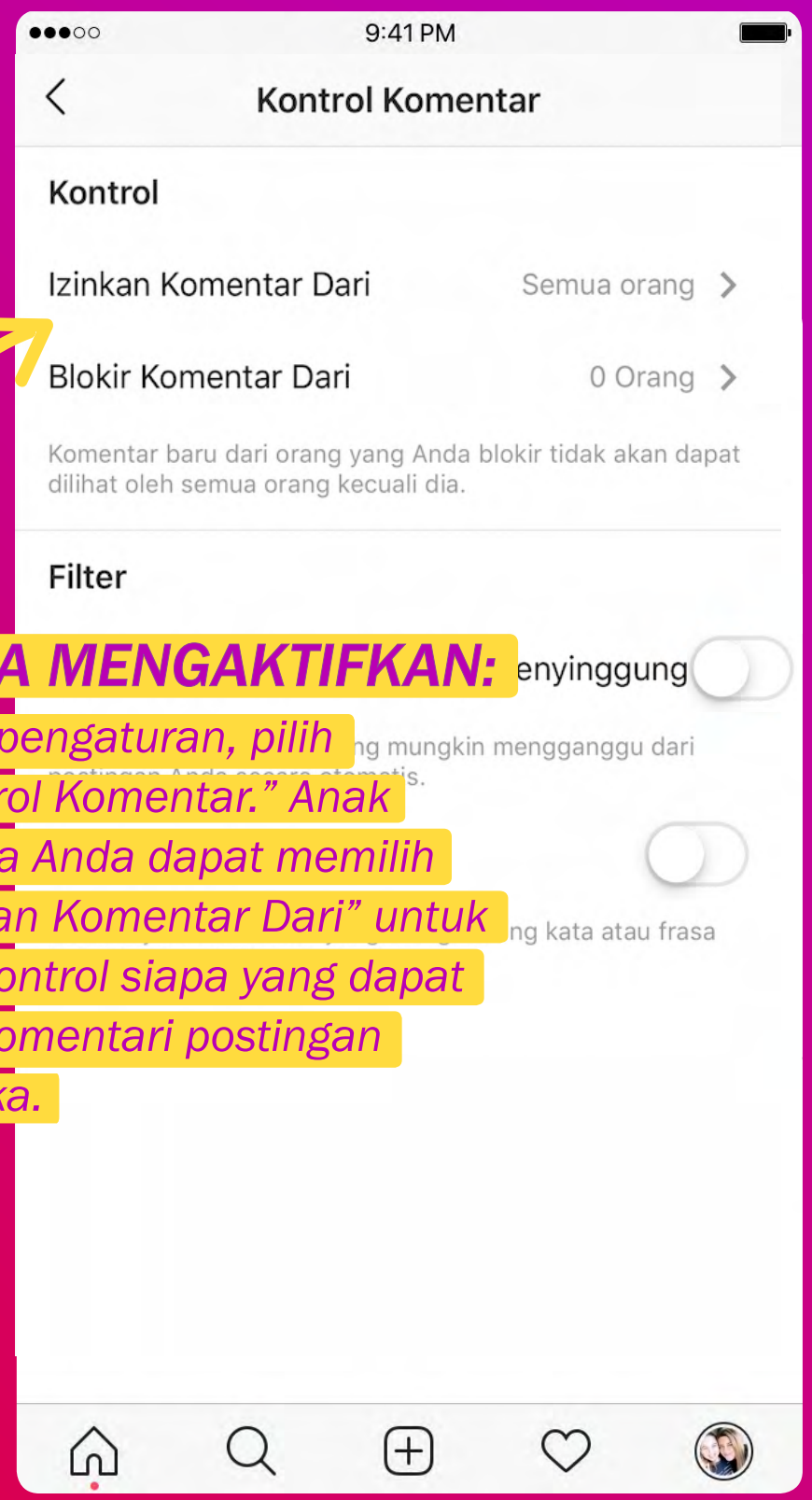
Tidak ada tempat untuk tindakan perundungan dalam bentuk apa pun di Instagram. Membuat akun, memposting foto, atau membuat komentar dengan tujuan perundungan atau melecehkan orang lain merupakan hal yang melanggar kebijakan Instagram. Beri tahu anak remaja Anda bahwa jika mereka melihat akun, foto, video, komentar, pesan atau *Stories* yang bertujuan untuk mengganggu atau melecehkan seseorang, mereka dapat melaporkannya secara langsung dari aplikasi dengan beberapa cara seperti menekan "..." di sudut kanan atas sebuah postingan atau profil, menggeser komentar ke arah kiri, atau menekan dan menahan pesan untuk mengetuk "Laporkan."

Proses pelaporan dilakukan secara anonim; Instagram tidak membagikan informasi anak Anda dengan orang yang telah mereka laporkan.

MENGELOLA INTERAKSI

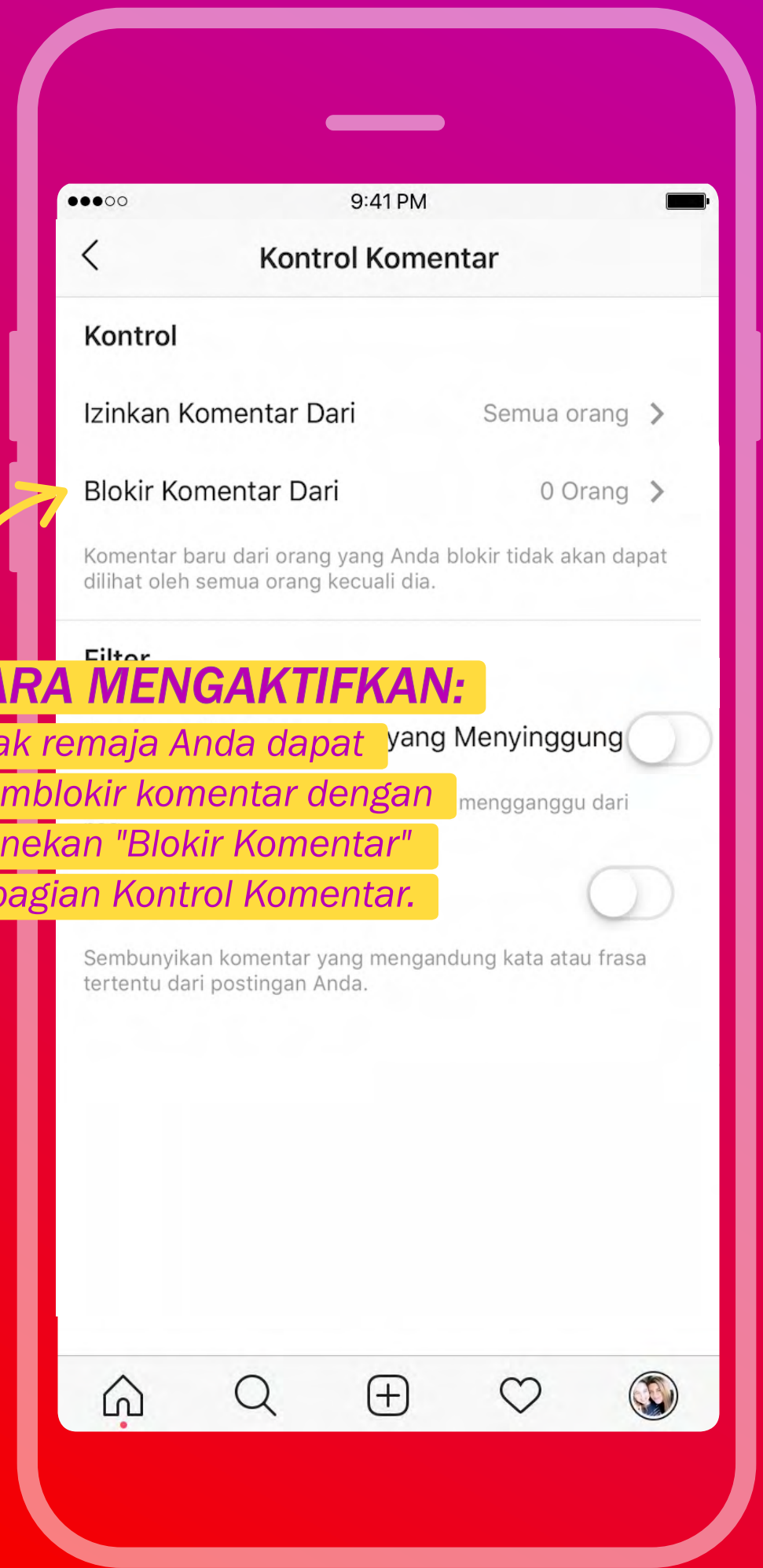
MENGELOLA KOMENTAR

Anak remaja Anda memiliki kendali atas siapa saja yang dapat mengomentari foto dan video mereka. Di bagian "Kontrol Komentar" pada pengaturan aplikasi, mereka dapat memilih untuk: mengizinkan komentar dari semua orang, orang yang mereka ikuti dan pengikut mereka, hanya orang yang mereka ikuti, atau hanya pengikut mereka. Anak remaja Anda juga dapat menonaktifkan komentar secara langsung dari postingan mereka.



CARA MENGAKTIFKAN: *Pada pengaturan, pilih "Kontrol Komentar." Anak remaja Anda dapat memilih "Izinkan Komentar Dari" untuk mengontrol siapa yang dapat mengomentari postingan mereka.*

MENGELOLA INTERAKSI



CARA MENGAKTIFKAN:

Anak remaja Anda dapat memblokir komentar dengan menekan "Blokir Komentar" di bagian Kontrol Komentar.

BLOKIR KOMENTAR

Anak remaja Anda dapat memblokir akun yang tidak mereka inginkan untuk berinteraksi dengan mereka. Komentar dari akun yang telah diblokir tidak akan muncul lagi.

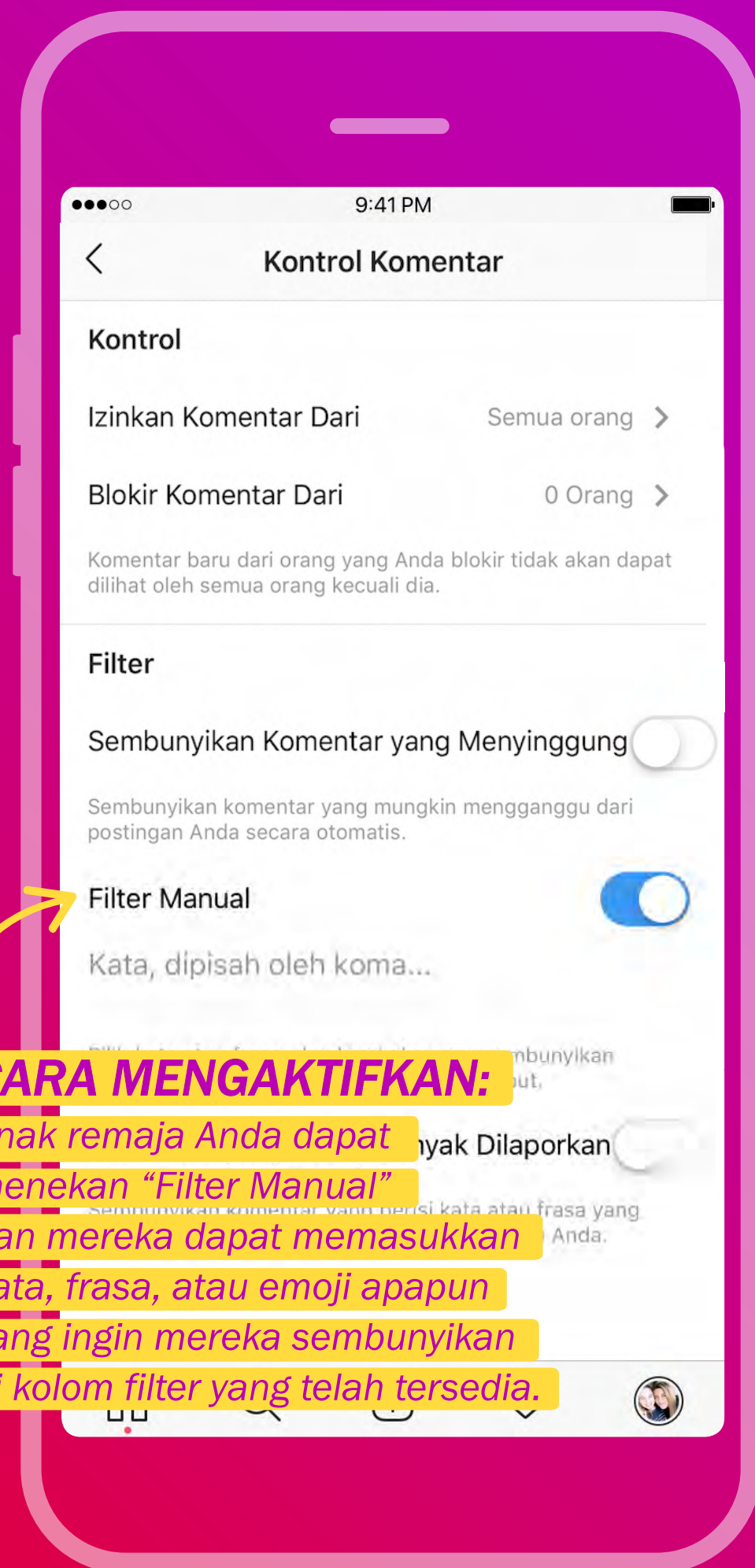
"INSTAGRAM MERUPAKAN SEBUAH MEDIUM YANG SANGAT *POWERFUL* UNTUK MEMBAGIKAN KONTEN TERKAIT ISU YANG MENURUT AKU SANGAT PENTING, SEPERTI *WOMEN EMPOWERMENT*, *SELF-EMPOWERMENT*, *BODY POSITIVITY*, DAN JUGA *SELF-ACCEPTANCE*.

KREATOR, PUTY PUAR
@BYPUTY

MENGELOLA INTERAKSI

MENYARING KOMENTAR

Instagram memiliki alat yang dapat membantu Anda mengelola konten apa saja yang ingin Anda lihat dan mengambil tindakan apabila ada komentar yang ofensif dan bertujuan untuk melecehkan. Instagram telah membuat *filter* yang dapat menghapus kata dan frasa yang tidak sopan serta komentar yang mengganggu secara otomatis. Anak remaja Anda juga dapat membuat sendiri daftar kata atau *emoji* yang ingin mereka sembunyikan di kolom komentar ketika mereka memposting sesuatu. Mereka bisa mengaktifkannya di bagian "*Filter*" yang ada di Kontrol Komentar.



CARA MENGAKTIFKAN:

Anak remaja Anda dapat menekan "Filter Manual" dan mereka dapat memasukkan kata, frasa, atau emoji apapun yang ingin mereka sembunyikan di kolom filter yang telah tersedia.

"ANAK-ANAKKU MENGGUNAKAN INSTAGRAM UNTUK MEMPERLUAS JARINGAN PERTEMANAN MAUPUN PEKERJAAN, SERTA MENGINSPIRASI BANYAK ORANG LEWAT KARYA MEREKA. NAMUN SEBAGAI ORANG TUA, SAYA SELALU BERUSAHA MEMBIMBING DAN MENGAJARKAN MEREKA CARA MENJADI NETIZEN REMAJA YANG SOPAN."

PENYANYI, IBU, RIA FINOLA
@RIAFINOLA

MENGELOLA WAKTU

Saat kita bicara tentang waktu mengakses Instagram, tidak ada jawaban benar maupun salah tentang berapa lama waktu yang dihabiskan. Ada sejumlah alat yang dapat membantu Anda dan keluarga Anda memahami dan mengendalikan waktu yang dihabiskan anak remaja Anda di Instagram. Anda dapat bekerja sama dengan anggota keluarga lainnya untuk menentukan durasi waktu yang tepat dalam mengakses Instagram bagi keluarga Anda.

MENGELOLA WAKTU

MELIHAT AKTIVITAS ANDA

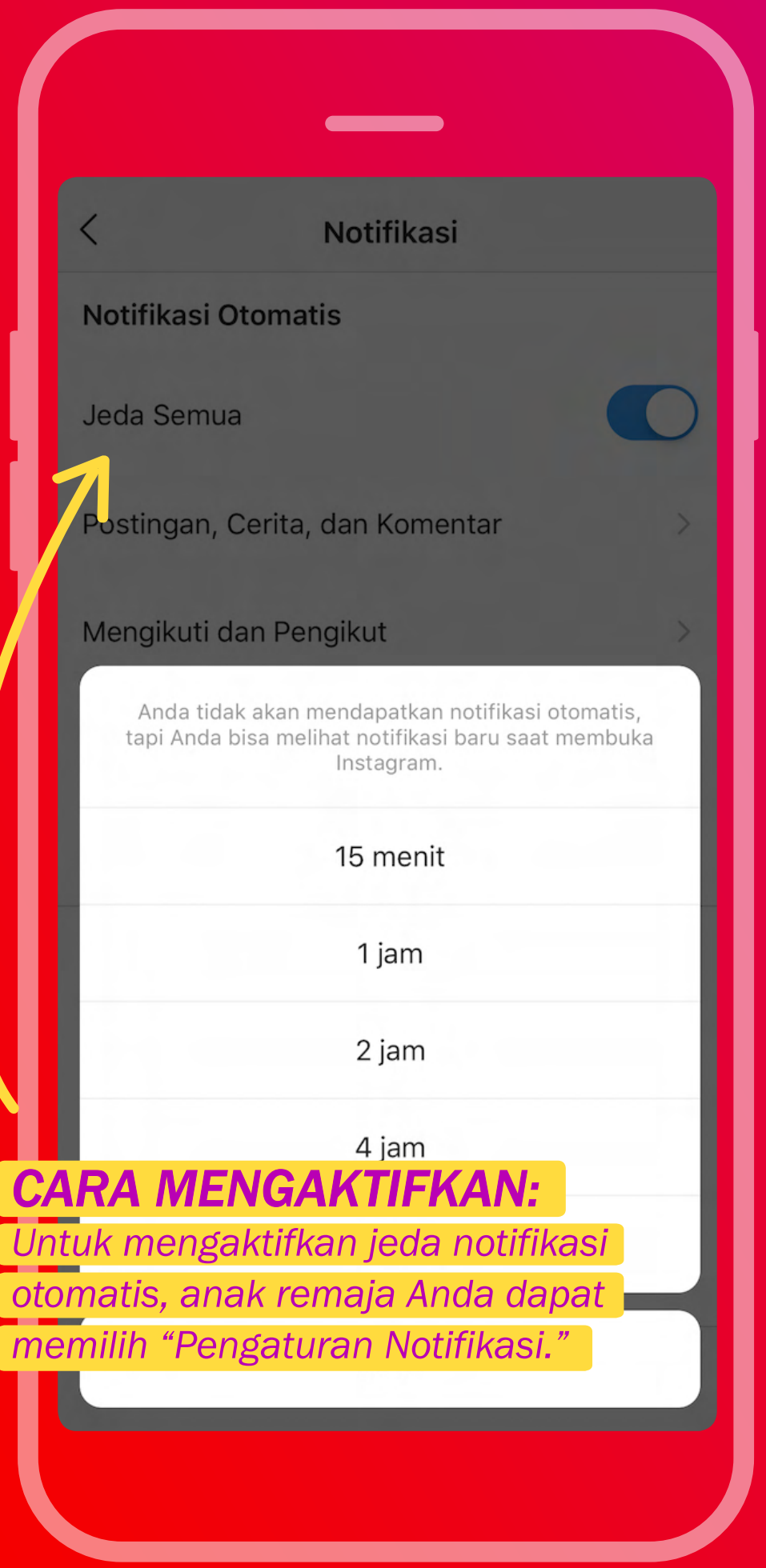
Dasbor ‘Aktivitas Anda’ menunjukkan informasi tentang berapa banyak waktu yang sudah anak remaja Anda habiskan di Instagram per hari maupun selama seminggu terakhir, serta waktu rata-rata mereka saat berada di aplikasi. Anak remaja Anda dapat menekan dan menahan balok-balok biru yang ada untuk melihat berapa banyak waktu yang mereka habiskan di Instagram pada hari tertentu.

MENGELOLA WAKTU

SETEL PENGINGAT HARIAN

Anak remaja Anda dapat menggunakan pengingat harian untuk menetapkan batas waktu tertentu yang ingin mereka habiskan di Instagram. Ajak anak Anda berdiskusi tentang bagaimana perasaan mereka saat menggunakan Instagram. Apakah ada alasan tertentu mengapa mereka ingin terus mengakses Instagram? Setel pengingat harian secara bersama-sama dapat menjadi cara yang tepat untuk berkomunikasi dengan anak remaja Anda tentang cara menggunakan Instagram dengan bijak.

CARA MENGAKTIFKAN:
Anak remaja Anda dapat menonaktifkan atau mengubah pengingat harian mereka kapan saja.



CARA MENGAKTIFKAN:

Untuk mengaktifkan jeda notifikasi otomatis, anak remaja Anda dapat memilih "Pengaturan Notifikasi."

MENGELOLA WAKTU

JEDA NOTIFIKASI

Anak remaja Anda dapat menggunakan fitur "Jeda Notifikasi Otomatis" untuk menonaktifkan notifikasi Instagram selama periode waktu tertentu. Ketika waktu yang ditentukan sudah habis, notifikasi akan kembali ke pengaturan awal tanpa harus diatur ulang.

MENGELOLA WAKTU

ANDA SUDAH TERHUBUNG

Remaja dapat merasa adanya tekanan untuk melihat dan berinteraksi dengan semua postingan teman mereka.

Ketika mereka telah menggulir setiap postingan di *Feed* mereka sejak mereka *login* terakhir kali, mereka akan melihat notifikasi yang bertuliskan “Anda Sudah Terhubung.” Dengan cara ini, mereka akan tahu bahwa mereka telah melihat semua postingan terkini dari teman dan komunitas mereka.

CARA MENGAKTIFKAN:

Fitur ini akan aktif secara otomatis.

"KELOMPOK DISABILITAS KINI TIDAK LAGI MENJADI KAUM MINORITAS BERKAT KEHADIRAN INSTAGRAM. KAMI MEMILIKI RUANG UNTUK MENYUARAKAN PENDAPAT DAN HARAPAN UNTUK MENGUBAH PERSEPSI MASYARAKAT TENTANG DISABILITAS. INDAHNYA DUNIA YANG PENUH DENGAN TOLERANSI, BAIK ITU DI RANAH OFFLINE MAUPUN ONLINE."

DIFABLEPRENEUR DAN PENDIRI THISABLE, ANGKIE YUDISTIA @ANGKIE.YUDISTIA

SEPULUH PERTANYAAN UNTUK MEMBANTU ANDA MEMULAI PERCAKAPAN DENGAN ANAK REMAJA ANDA TENTANG INSTAGRAM

Instagram bekerja sama dengan pakar media sosial dan pendidikan Ana Homayoun, M.A., P.P.S., penulis *Social Media Wellness*, untuk membuat 10 pertanyaan yang dapat Anda gunakan untuk memulai percakapan dengan anak remaja Anda tentang Instagram. Kami harap Anda dapat menggunakan daftar pertanyaan ini untuk mencari informasi lebih lanjut tentang bagaimana anak remaja Anda menggunakan Instagram dengan positif.

01 Apa yang kamu sukai dari Instagram?

02 Apa yang kamu ingin saya ketahui tentang Instagram?

03 Apa lima akun Instagram yang paling kamu sukai?

04 Hal-hal apa saja yang kamu pikirkan sebelum memposting sesuatu di Instagram?

05 Kalau kamu memiliki beberapa akun Instagram, konten apa yang akan kamu bagikan di setiap akun?

06 Apakah jumlah *likes* dan komentar di postinganmu mempengaruhi perasaan kamu?

07 Apakah kamu tahu siapa saja yang menjadi pengikutmu? (Jika anak remaja Anda memiliki akun privat, tanyakan kepada mereka bagaimana mereka memutuskan siapa yang bisa mengikuti akun mereka) Apa yang akan kamu lakukan ketika seseorang yang tidak kamu kenal mencoba menghubungimu melalui *Direct*?

08 Menurut kamu, apakah jumlah waktu yang kamu gunakan untuk melakukan aktivitas *online* sudah tepat?

09 Pernahkah kamu merasa tidak nyaman dengan sesuatu yang kamu lihat atau rasakan saat sedang melakukan aktivitas *online*?

10 Apa yang akan kamu lakukan jika kamu melihat seseorang diganggu atau dilecehkan di Instagram? (Apakah kamu tahu tentang alat pelaporan dan filter komentar ofensif di Instagram?)

DAFTAR ISTILAH INSTAGRAM

BLOKIR

Blokir adalah alat yang bisa digunakan anak remaja Anda jika ada orang yang mengganggu mereka di Instagram. Ketika anak remaja Anda memblokir seseorang, orang tersebut tidak akan diberitahu, tetapi mereka tidak akan lagi dapat berinteraksi dengan anak remaja Anda dengan cara apapun.

KOMENTAR

Komentar adalah sebuah reaksi terhadap konten yang diposting oleh seseorang di Instagram. Komentar muncul di bawah postingan yang ada di *Feed* anak remaja Anda. Komentar dapat menggunakan kata atau emoji.

PANDUAN KOMUNITAS

Kami ingin mendorong terciptanya komunitas yang positif dan beragam di Instagram. Setiap orang yang menggunakan Instagram harus mematuhi Panduan Komunitas Instagram yang dirancang untuk menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka untuk semua orang. Panduan ini juga melarang hal-hal yang berhubungan dengan ketelanjangan atau ujaran kebencian. Apabila pengguna tidak mematuhi Panduan Komunitas tersebut, Instagram dapat menghapus konten mereka, menonaktifkan akun atau melakukan tindakan pembatasan lainnya.

DIRECT

Direct Instagram adalah tempat yang dapat digunakan remaja untuk saling mengirim pesan secara individu maupun kelompok. Mereka juga dapat berbagi foto dan video hanya dengan orang tertentu yang ingin mereka hubungi.

DAFTAR ISTILAH INSTAGRAM

EKSPLOR

Eksplor adalah tempat untuk melihat foto dan video dari akun dan tagar yang mungkin menarik bagi anak remaja Anda. Bagian Eksplor setiap pengguna berbeda-beda antara satu dan lainnya tergantung pada akun dan tagar yang mereka ikuti.

FEED

Feed adalah tempat untuk melihat semua postingan dari akun yang diikuti oleh anak remaja Anda. Remaja umumnya melihat postingan di *Feed* sebagai suatu momen yang patut dirayakan atau spesial. Postingan *Feed* dapat berupa foto maupun video.

IGTV

IGTV adalah tempat untuk mengunggah video vertikal dengan durasi hingga satu jam. Anak remaja Anda dapat menemukan video dari kreator favorit mereka, dan dapat membuat konten mereka sendiri dengan durasi yang lebih panjang. *IGTV* tersedia dalam bentuk aplikasi terpisah dan juga di dalam aplikasi Instagram.

LIVE & OBROLAN VIDEO

Anak remaja Anda dapat melakukan *live* untuk berbagi dengan pengikut mereka secara langsung. Saat melakukan *live*, anak Anda dapat mengundang teman mereka untuk bergabung dengan mereka, mengadakan sesi *Live* bersama atau meninggalkan komentar dan mengirimkan *love*. Mereka juga dapat melakukan obrolan video dalam *Direct* dengan jumlah maksimal partisipan mencapai 4 orang.

POSTINGAN

*Posting*an adalah media yang dibagikan oleh anak remaja Anda di *Feed* maupun *Stories*. Bentuk postingan dapat berupa video maupun foto.

PROFIL

Profil Instagram anak remaja Anda adalah tempat bagi teman dan pengikut mereka untuk menemukan postingan dan mengakses *Stories* mereka. Dalam profil Instagram, mereka juga dapat menyertakan profil singkat tentang diri mereka. Jika profil anak Anda bersifat privat, hanya gambar profil utama dan bio mereka yang terlihat secara publik.

LAPORAN

Fitur pelaporan adalah cara yang dapat digunakan oleh anak remaja Anda untuk melapor kepada Instagram jika ada postingan, akun, atau komentar yang tidak pantas di Instagram. Anak remaja Anda dapat melaporkan setiap postingan atau komentar yang mereka yakini melanggar panduan komunitas Instagram.

STORIES

Stories menghilang dari aplikasi setelah 24 jam, kecuali anak remaja Anda telah mengaktifkan fitur arsip sehingga mereka dapat tetap melihat *Stories* mereka yang telah kadaluwarsa. Setelah itu, mereka juga dapat memasukkan *Stories* tersebut ke dalam Sorotan. Siapa pun yang dapat melihat *Stories* anak Anda dapat melakukan *screenshot*.

Untuk mengetahui lebih banyak mengenai alat dan sumber daya yang dapat membantu Anda menciptakan kebiasaan penggunaan media sosial yang baik untuk anak remaja Anda, kunjungi *parents.instagram.com.*

Instagram