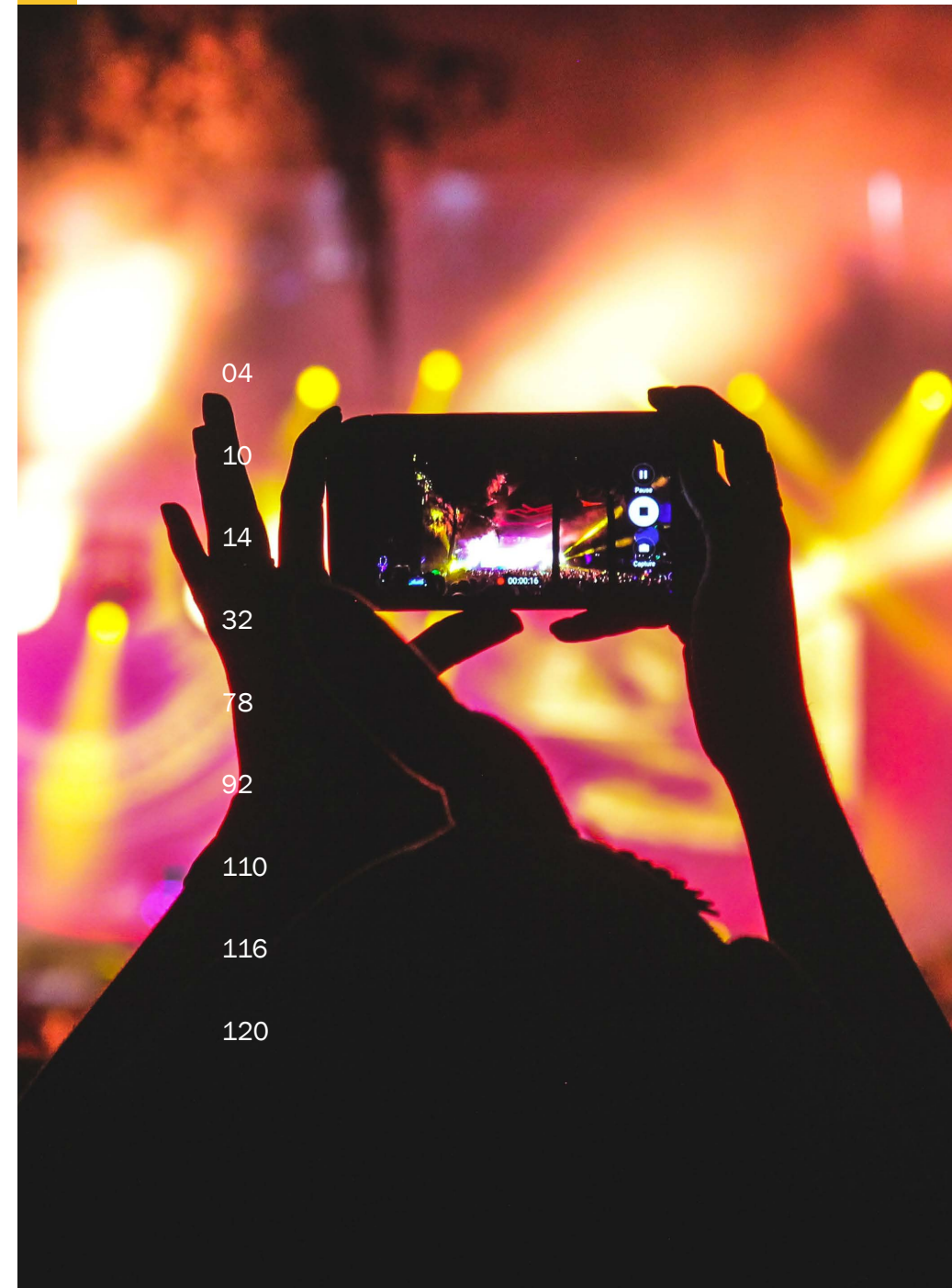




Panduan Instagram untuk Orang Tua

KONTEN

- 01 Kata Pengantar
- 02 Apa itu Instagram?
- 03 Mengelola Privasi
- 04 Mengelola Interaksi
- 05 Mengelola Waktu
- 06 Mengelola Keamanan
- 07 Membantu Pengguna Lainnya
- 08 Daftar Istilah
- 09 Sumber Informasi



04

10

14

32

78

92

110

116

120



01 /

Kata Pengantar

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. Lebih dari keamanan anak di dunia maya, banyak orang tua juga merasa sulit untuk memahami isu yang sering dialami oleh anak remaja dan membangun komunikasi yang baik dengan mereka. 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.

Instagram mengerti kesulitan yang sering dialami orang tua saat mencoba mencari tahu apa yang dilakukan anak remajanya di dunia maya dan memahami permasalahan yang sering mereka alami. Oleh karena itu, kami membuat panduan ini. Kami ingin membantu Anda lebih paham tentang berbagai fitur keamanan di Instagram yang dapat menjadi informasi dasar untuk menjaga keamanan anak Anda. Dalam panduan ini, Anda dan anak Anda juga dapat mendiskusikan fitur keamanan Instagram apa saja yang dapat mereka aktifkan agar dapat membantu menjaga kondisi kesehatan mental mereka. Lebih dari itu, Anda dan anak remaja Anda juga dapat mendiskusikan tips untuk membantu orang lain yang sedang membutuhkan bantuan terkait isu kesehatan mental. Kami harap panduan ini dapat membantu anak Anda tahu cara yang tepat untuk membantu temannya yang sedang berada dalam masa sulit.

Kami juga ingin para orang tua memahami sisi emosional yang dimiliki oleh anak remaja dan memiliki informasi yang cukup untuk mengarahkan 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 fitur apa saja yang tersedia untuk memastikan mereka memiliki pengalaman positif dan aman di Instagram.

Untuk informasi lebih lanjut mengenai fitur keamanan yang tersedia di Instagram, Anda dapat mengunjungi parents.instagram.com.

“Di zaman digital seperti sekarang ini, teknologi dan internet memainkan peranan penting dalam kehidupan kita, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Mengingat perkembangannya yang sangat cepat dan dinamis, tak bisa dipungkiri juga kalau fenomena ini pada akhirnya membuat anak-anak kita menjadi generasi yang sangat aktif dalam memanfaatkan berbagai kemudahan yang ditawarkan oleh kemajuan teknologi. Sebagai sesama orang tua, kami paham banget kesulitan yang sering dialami oleh para orang tua dalam mengikuti perkembangan teknologi digital yang ada.

Kami sangat senang saat Instagram akhirnya meluncurkan pembaruan Panduan Instagram untuk Orang Tua dan mengajak kami untuk bekerja sama karena kita dapat sama-sama menjawab kebingungan kaum orang tua. Semoga Panduan Instagram untuk Orang Tua ini bisa membantu para orang tua untuk mempelajari berbagai fitur keamanan Instagram untuk melindungi anak-anak remaja saat mengaksesnya. Lebih dari itu, kita juga berharap semoga Panduan Instagram untuk Orang Tua ini bisa menginspirasi orangtua untuk mulai membangun percakapan dengan anak remajanya mengenai pentingnya menggunakan waktu dengan bijak di dunia maya dan pengaruhnya bagi kondisi kesehatan mental mereka.”

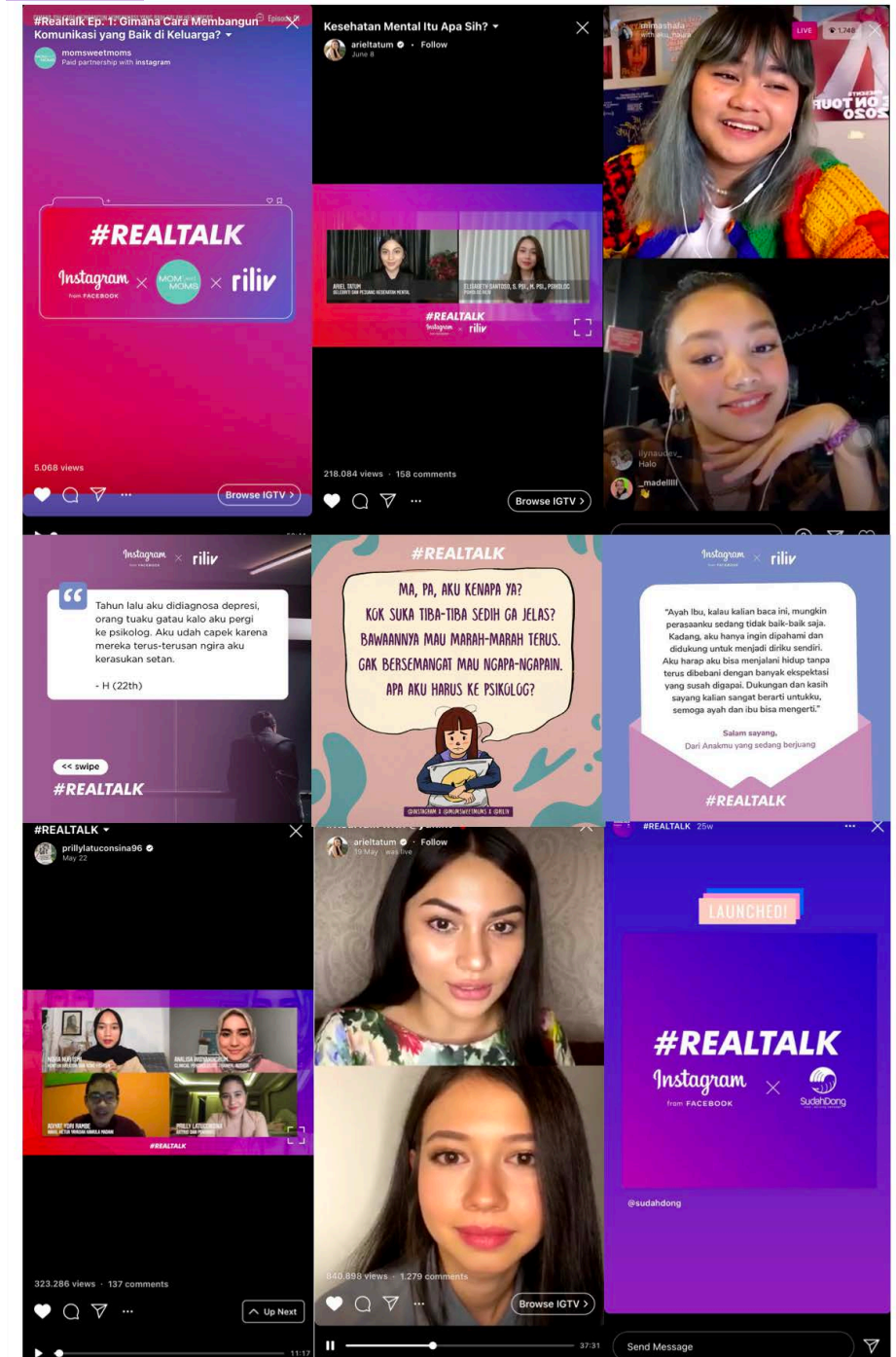
Mom Sweet Moms, @momsweetmoms



Memahami kebutuhan anak muda mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental dan sulitnya membicarakan isu kesehatan mental secara terbuka dengan orang tua mereka, Instagram meluncurkan kampanye kesehatan mental bertajuk #REALTALK di tahun 2020 ini. Dalam kampanye ini, Instagram bekerja sama dengan beberapa mitra seperti komunitas *parenting*, Mom Sweet Moms, aplikasi kesehatan mental, Riliv, komunitas anti-bullying, Sudah Dong, beberapa figur publik dan pejuang kesehatan mental seperti Ariel Tatum dan Marshanda.

Melalui kampanye #REALTALK, Instagram beserta para mitra bertujuan untuk mematahkan stigma negatif kesehatan mental yang ada di kalangan masyarakat Indonesia serta menghentikan isu perundungan. Kampanye #REALTALK dirancang secara menarik dan interaktif melalui berbagai konten edukasi serta serangkaian serial IGTV #REALTALK yang tersedia di akun-akun Instagram para mitra kami.

Memastikan anak muda merasa aman dan nyaman saat mengakses Instagram adalah hal yang penting bagi kami. Instagram dan para mitra kami berharap kampanye #REALTALK dapat membantu anak muda terhubung dengan sumber informasi terpercaya terkait isu kesehatan mental dan perundungan, meningkatkan pemahaman orang tua seputar isu kesehatan mental guna membantu anak mereka mencari pertolongan profesional yang dibutuhkan serta mendorong lebih banyak lagi interaksi positif di Instagram. Panduan Instagram untuk Orang Tua ini adalah salah satu bentuk kelanjutan kampanye #REALTALK untuk membantu orang tua lebih memahami kegiatan dunia maya serta permasalahan yang sering dialami anak remaja.





Instagram adalah aplikasi berbagi foto, video dan pesan yang digunakan komunitas agar bisa terhubung satu sama lain sesuai minat dan ketertarikan yang sama. Aplikasi Instagram sangat populer di kalangan generasi muda. Instagram digunakan untuk mengabadikan momen-momen spesial, terhubung dengan pengguna lain, dan membangun percakapan yang santai dengan menggunakan fitur-fitur seperti foto, video, filter, komentar, keterangan foto, emoji dan tagar. Instagram dapat diakses melalui Apple iOS, Android, dan internet. Umur minimal untuk dapat memiliki akun Instagram adalah 13 tahun.

Misi Instagram adalah mendekatkan pengguna dengan orang maupun hal-hal yang mereka sukai melalui Stories, Feed, Siaran Langsung, IGTV maupun Direct. Kami memahami bahwa setiap pengguna ingin mengekspresikan diri mereka secara bebas di Instagram, oleh karena itu, kami berkomitmen menjadikan Instagram tempat yang aman dan nyaman.



**TERHUBUNG
DENGAN
PENGGUNA LAIN**



**MENGABADIKAN
MOMEN
SPESIAL**



**MENDEKATKAN
PENGGUNA DENGAN
HAL YANG
MEREKA SUKAI**



**MEMASTIKAN
PENGGUNA DAPAT
MENGEKSPRESIKAN
DIRINYA DENGAN
NYAMAN**



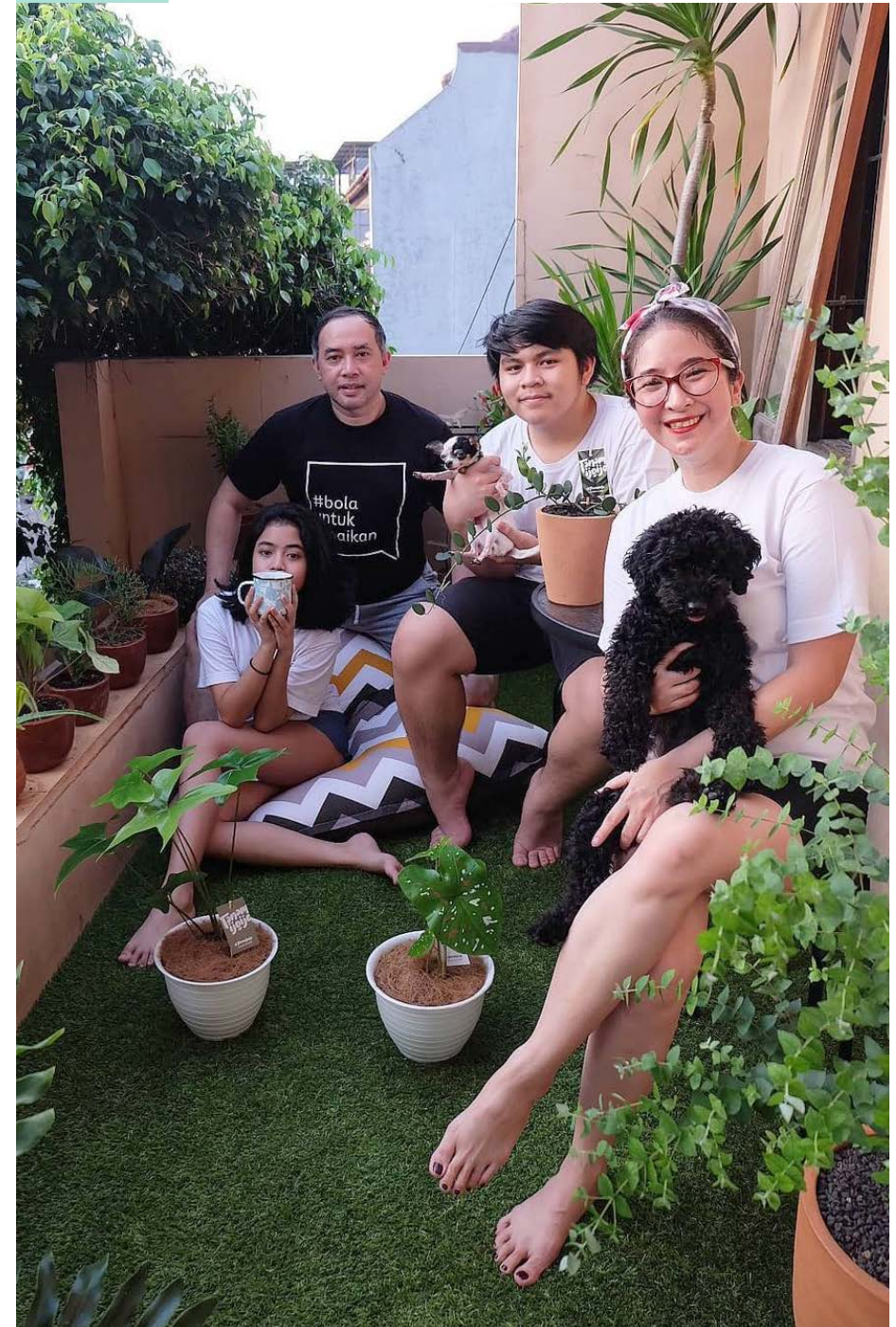
**MENCIPTAKAN
TEMPAT YANG AMAN
DAN MENDUKUNG**



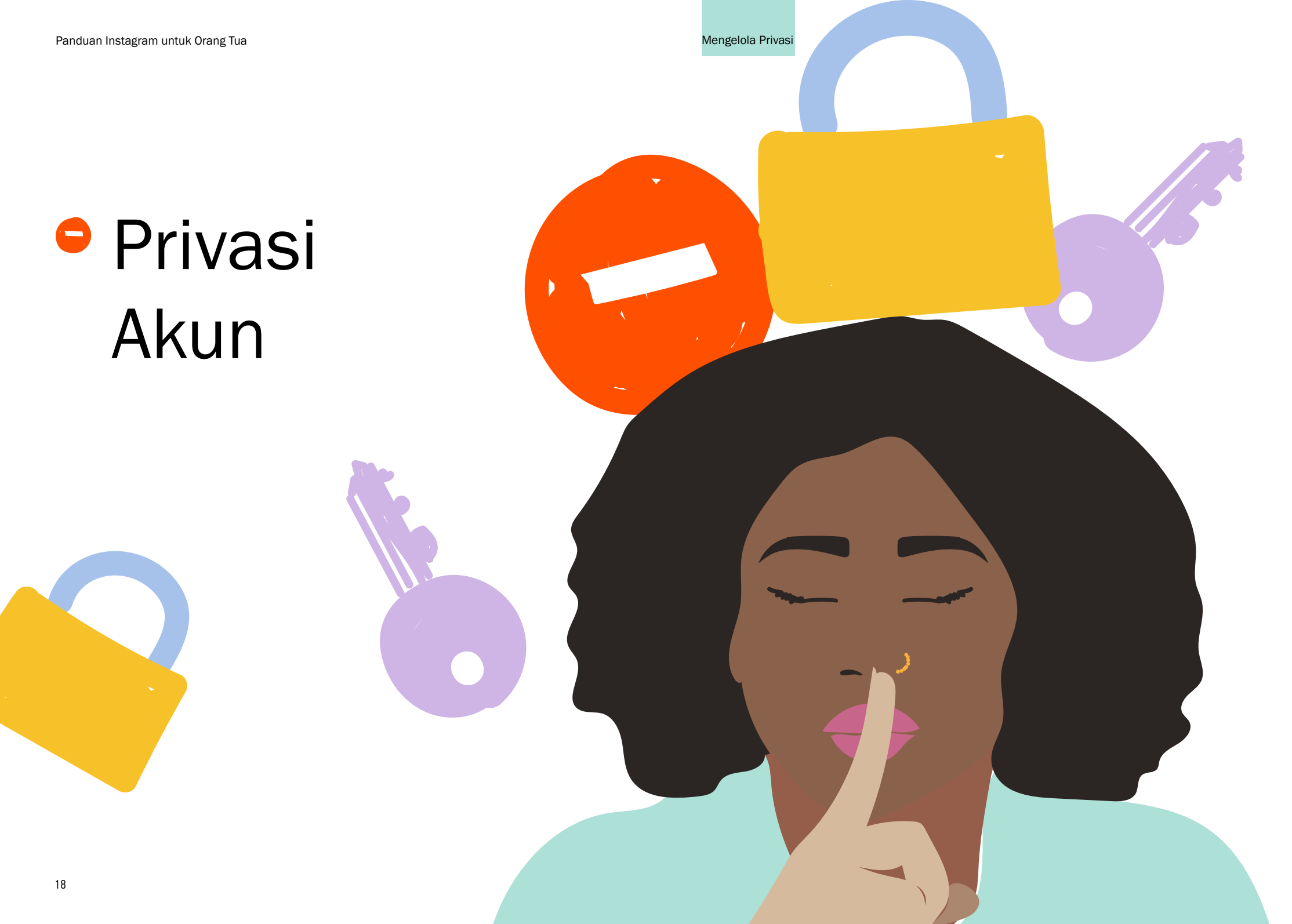
Ada beberapa fitur yang dapat Anda diskusikan dengan anak Anda agar mereka dapat memiliki kendali atas identitas maupun jejak digital mereka. Hal pertama yang dapat Anda diskusikan adalah apakah mereka akan membuat akun mereka bersifat publik atau privat. Ketika anak memahami bahwa mereka sendiri dapat mengatur siapa saja yang dapat melihat dan berinteraksi dengan postingan mereka, maka mereka akan lebih nyaman menjadi dirinya sendiri dan juga merasa aman di Instagram.

“Di Instagram, setiap pengguna memiliki kendali penuh terhadap privasi akun mereka sendiri. Pengguna Instagram dapat menentukan sendiri siapa saja yang dapat mengirimkan pesan melalui Direct maupun jika mereka hanya mau membagikan Stories dengan teman-teman terdekat. Aku selalu mengajarkan anak-anakku mengenai pentingnya menjaga dan mengelola privasi akun mereka agar pengalaman mereka tetap positif di Instagram.”

Novita Angie, @novitaangie



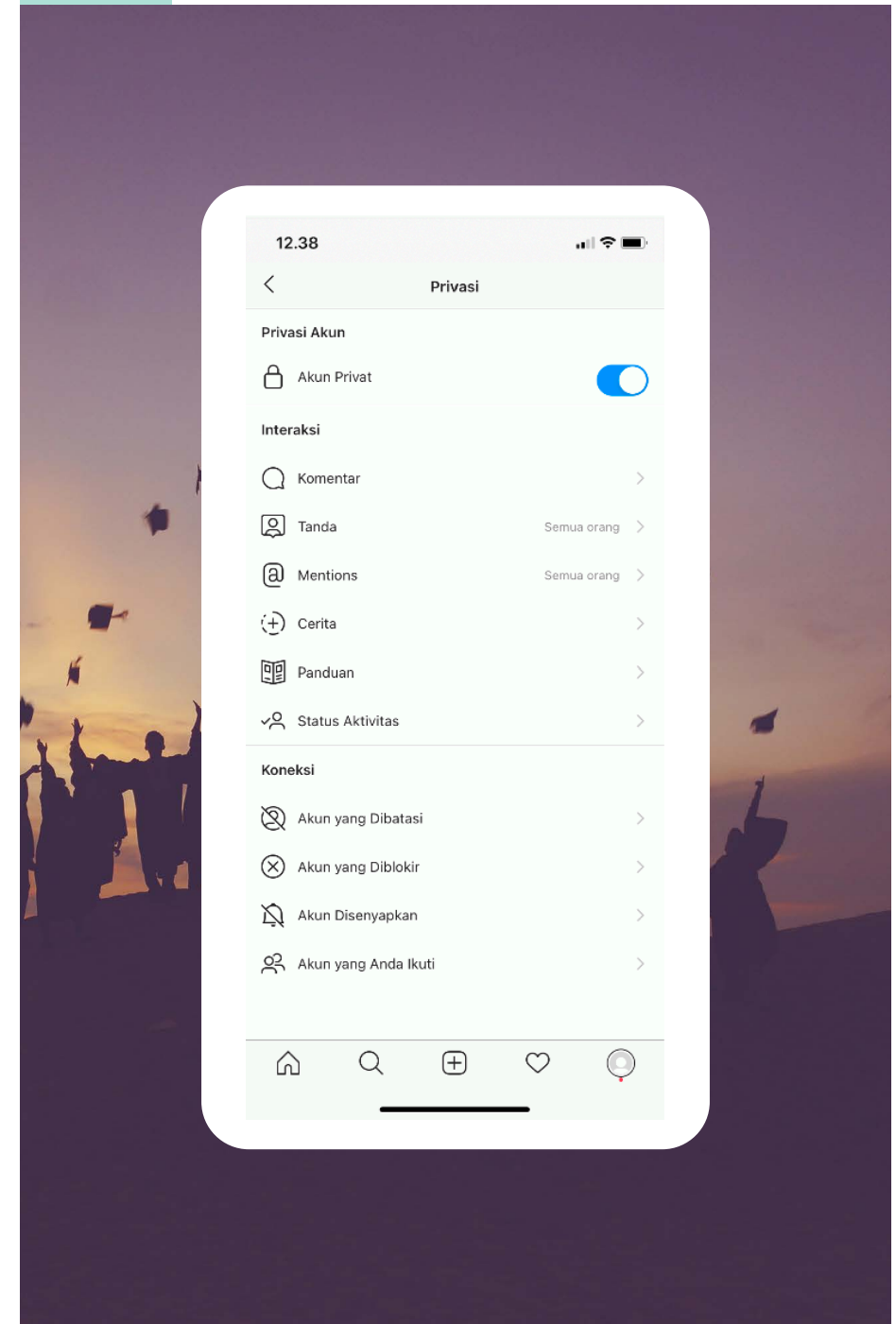
Privasi Akun



Privasi Akun

Apabila akun anak Anda bersifat privat, maka mereka dapat mengatur siapa saja yang dapat mengikuti akun mereka, dan menghapus pengikutnya kapanpun. Dengan akun privat, postingan anak Anda tidak dapat dilihat orang lain yang belum mereka terima sebagai pengikut. Selain itu, anak Anda juga dapat menghapus orang dari daftar pengikut mereka, memilih siapa saja yang dapat meninggalkan komentar, dan mematikan fitur “Tampilkan Status Aktivitas” agar teman-teman mereka tidak dapat melihat kapan anak Anda sedang online.

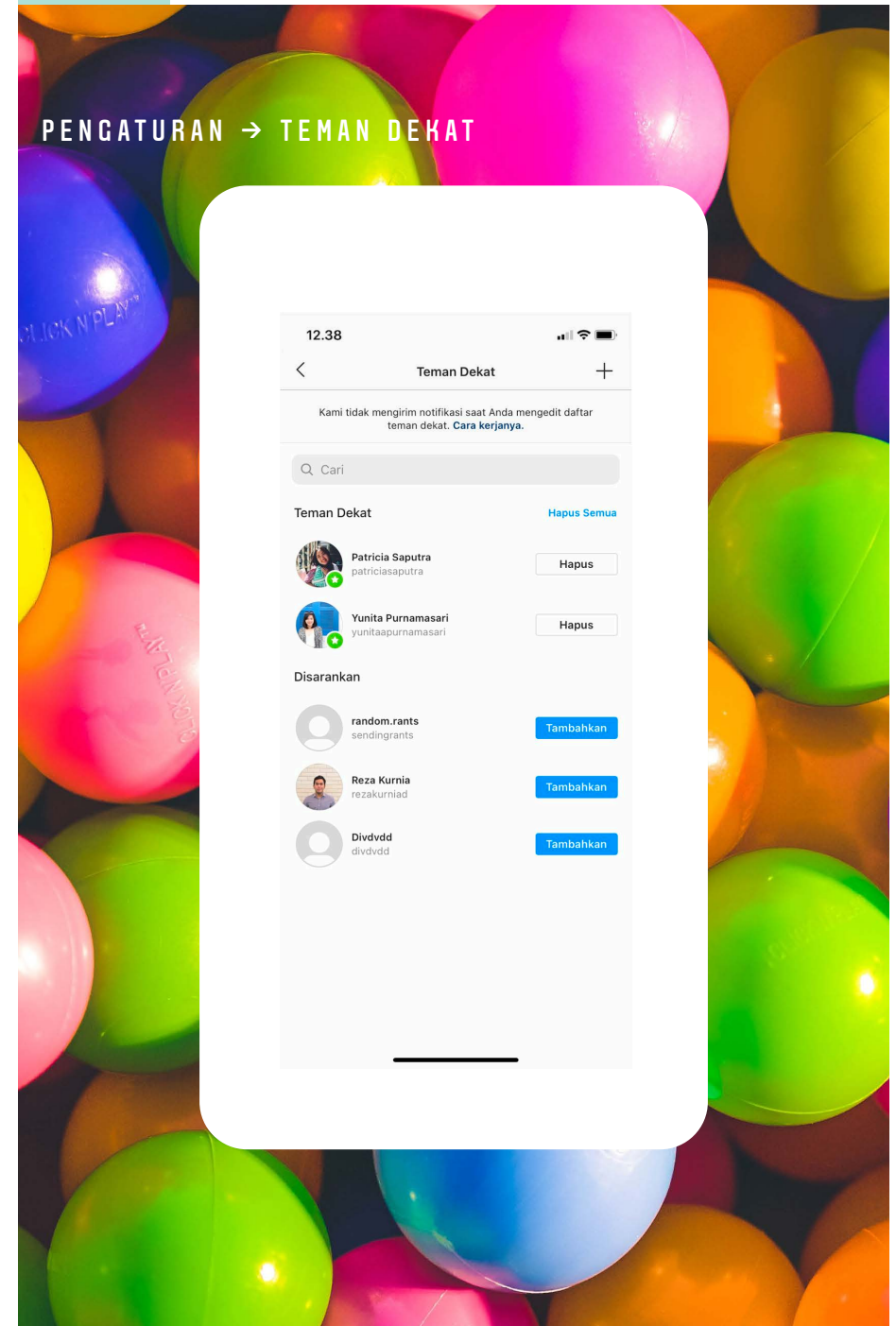
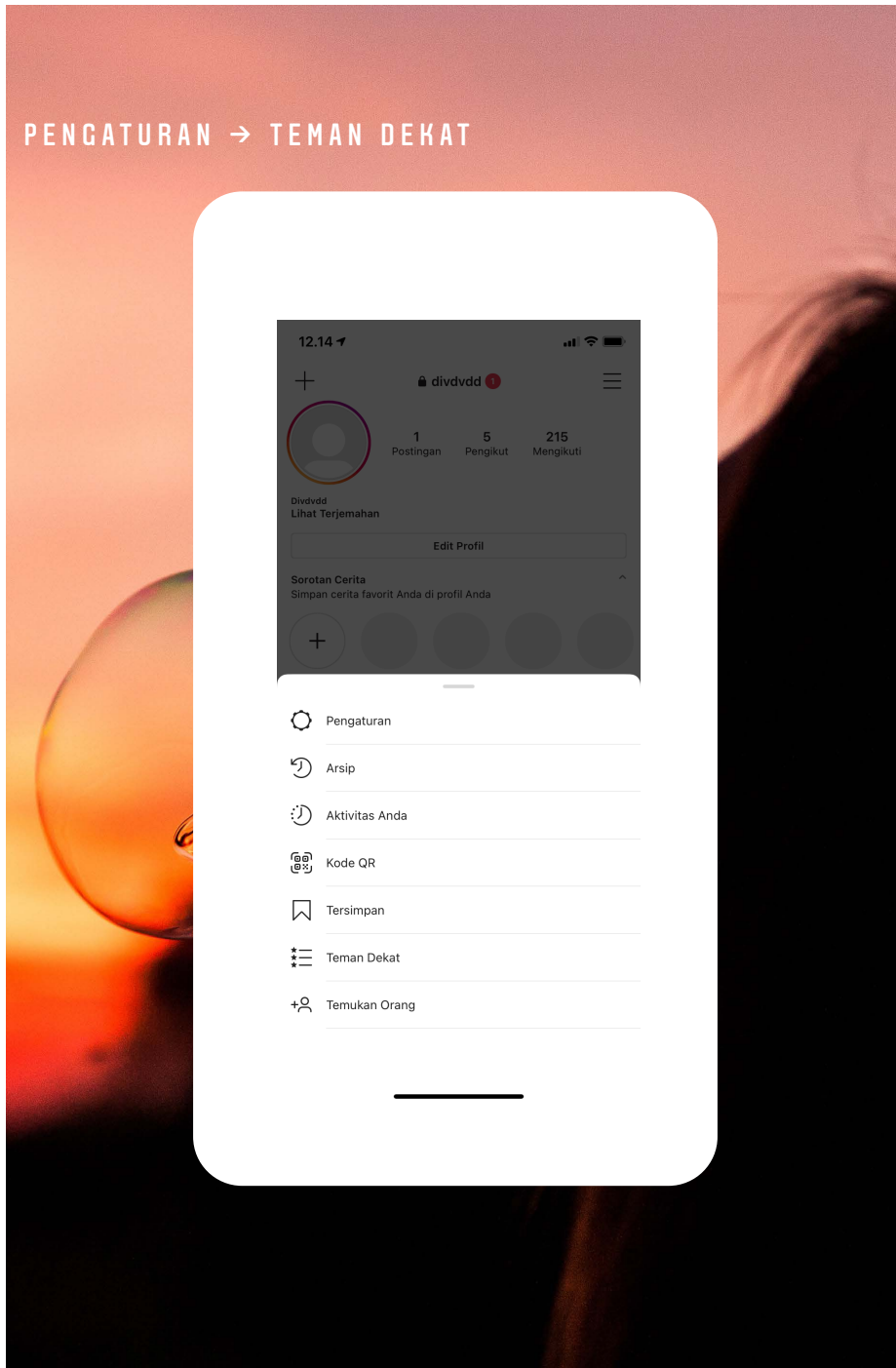
Ketika akun anak Anda bersifat publik, semua orang dapat melihat konten yang diunggah ke Stories, Feed, atau Siaran Langsung, dan mengikuti akun Anda tanpa membutuhkan persetujuan anak Anda terlebih dahulu. Meskipun akun anak Anda saat ini bersifat publik, mereka dapat mengubahnya menjadi privat kapanpun mereka mau.



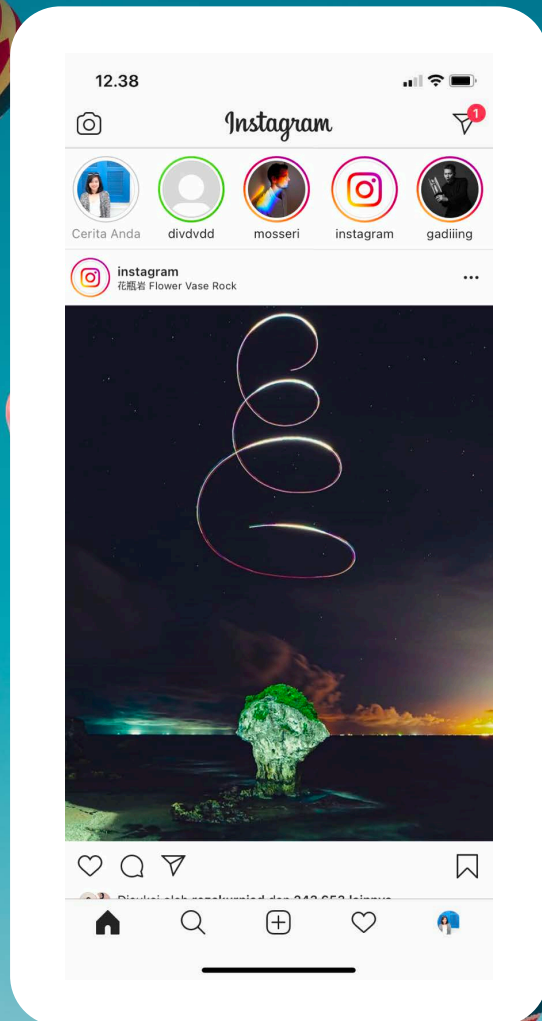
➤ Berbagi Stories dengan Teman Terdekat

Anak Anda dapat membuat daftar Teman Dekat dan hanya berbagi Stories dengan orang-orang dalam daftar tersebut. Anak Anda dapat dengan bebas menambah dan menghapus orang dari daftar tersebut dan tidak ada yang akan tahu ketika mereka dimasukkan atau dihapus dari daftar teman dekat yang anak Anda buat.

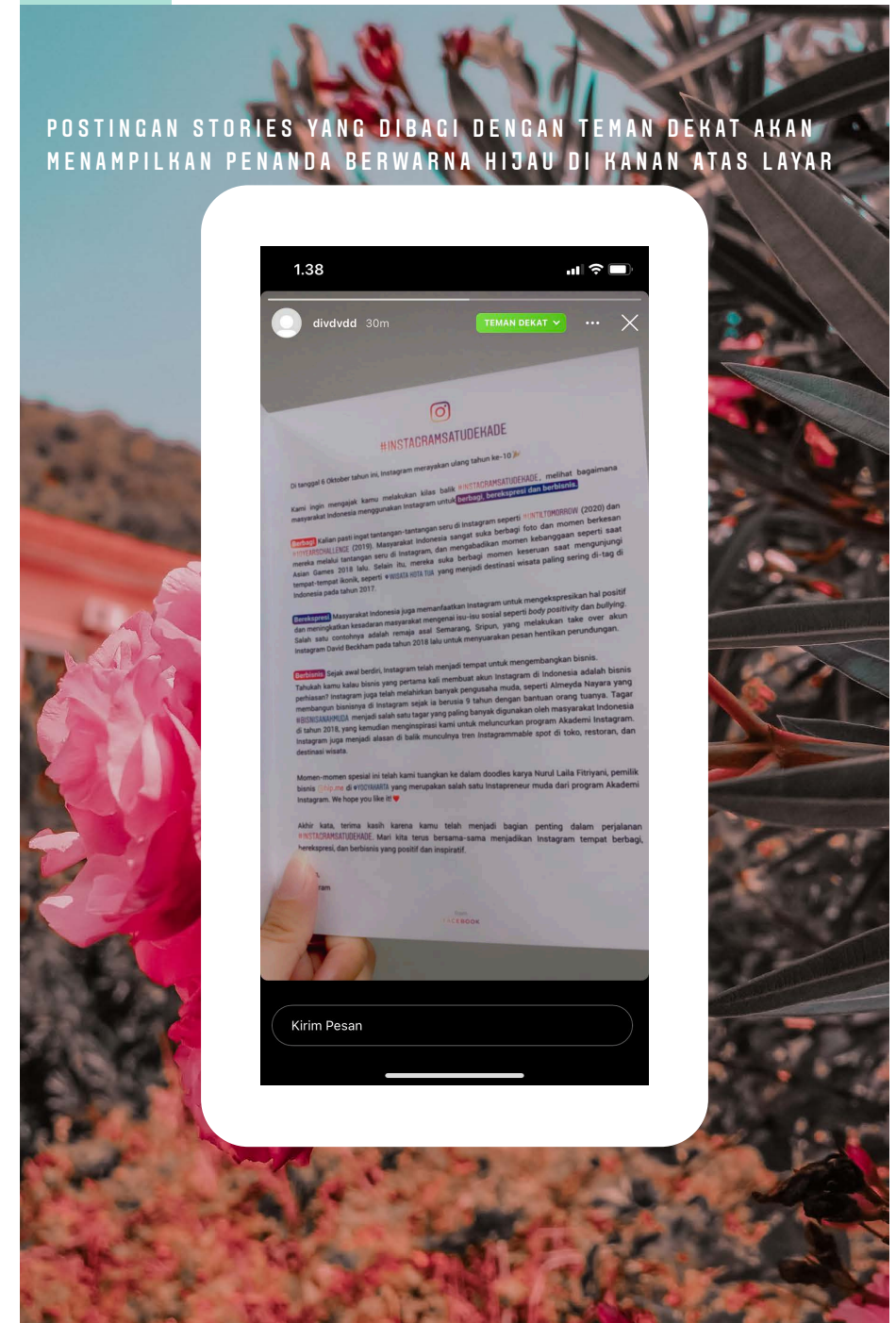




TAMBAHKAN DAN HAPUS ORANG DARI DAFTAR TEMAN DEKAT



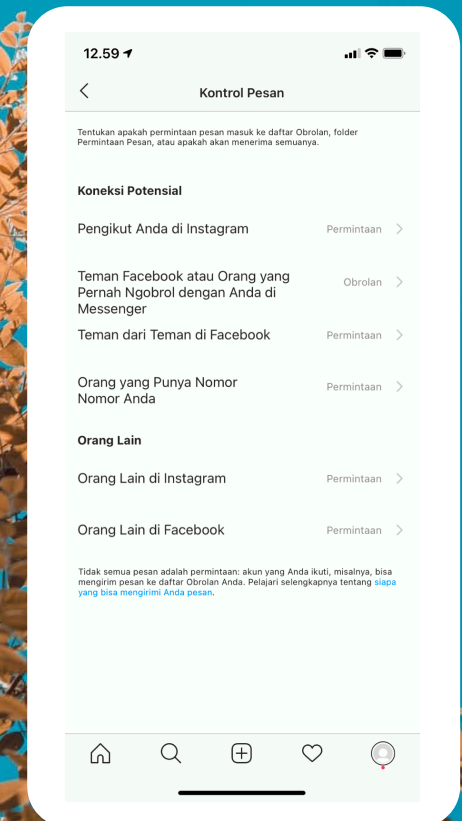
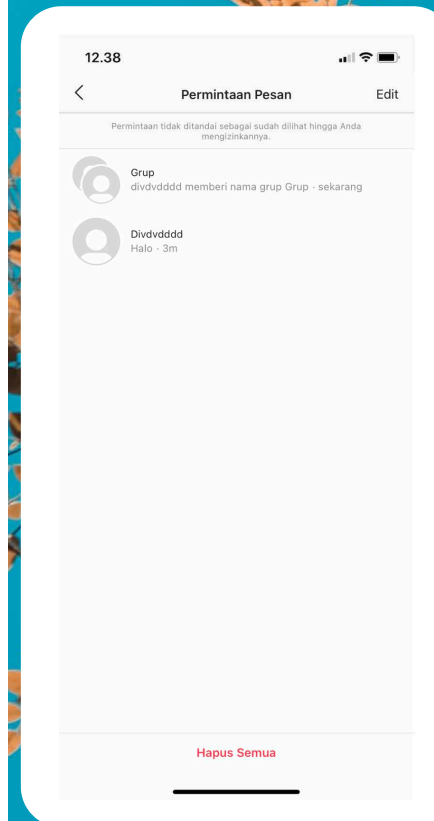
POSTINGAN STORIES YANG DIBAGI DENGAN TEMAN DEKAT AKAN MENAMPILKAN PENANDA BERWARNA HIJAU DI KANAN ATAS LAYAR

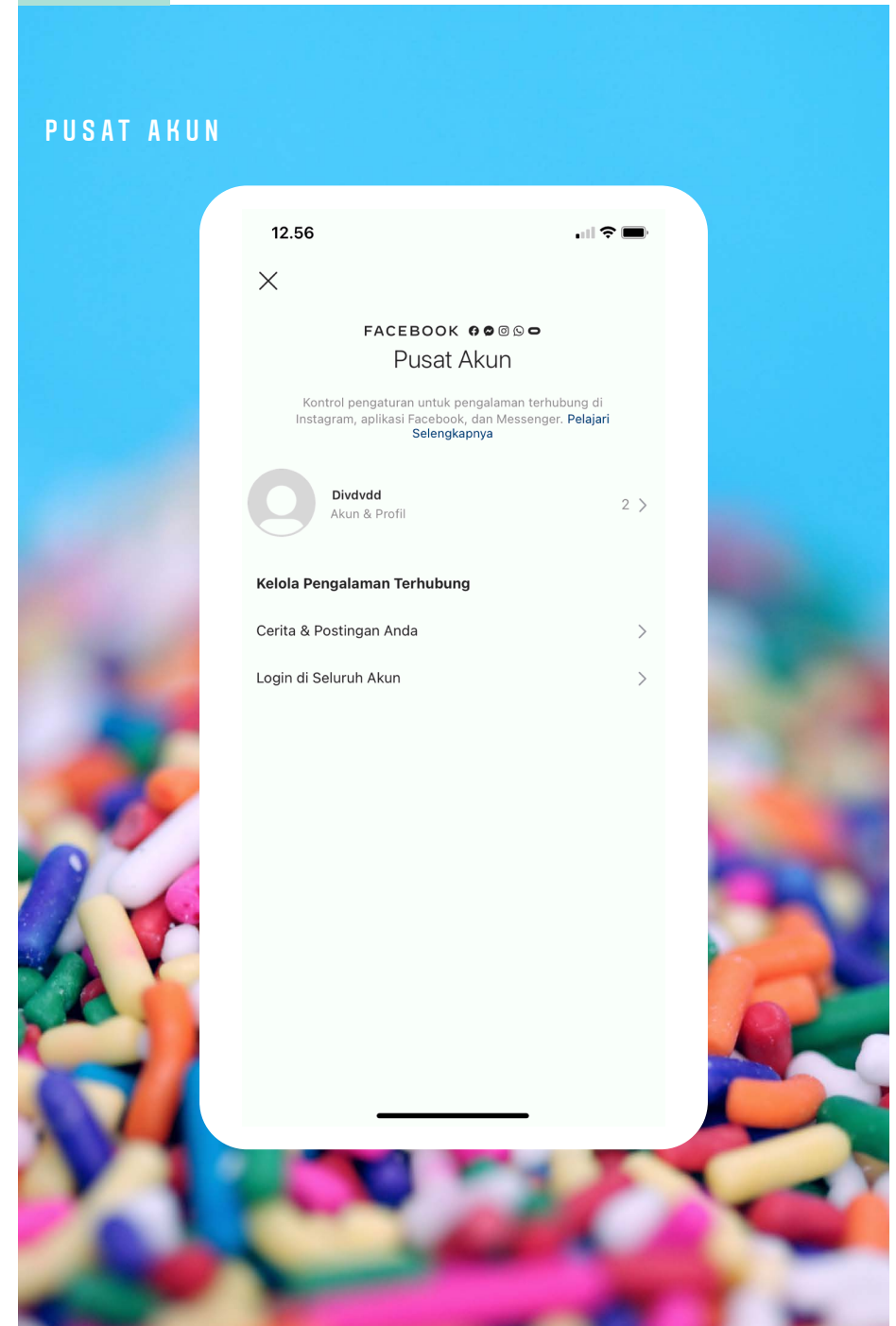
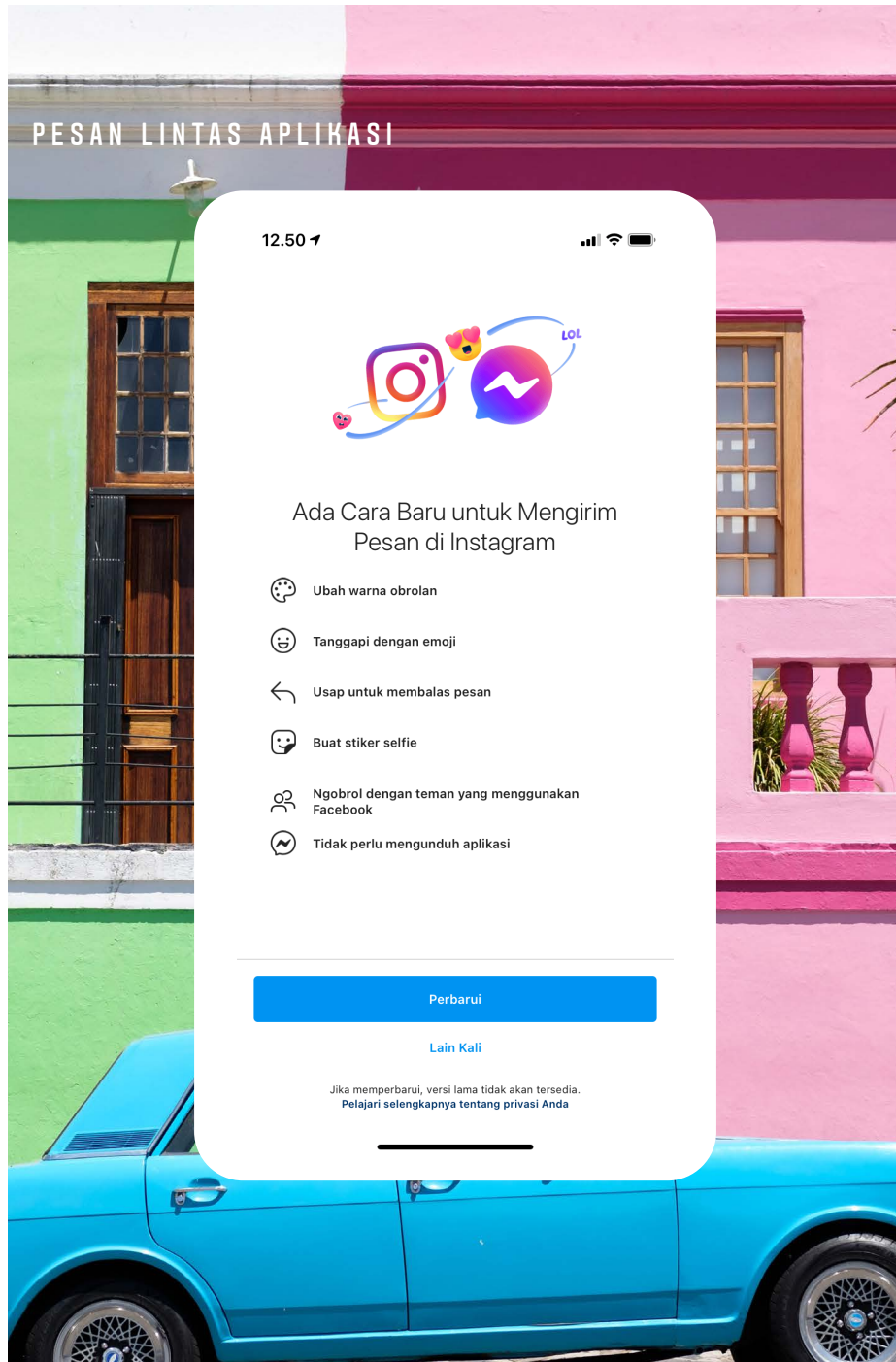


Kontrol Pesan

Anak Anda dapat memilih siapa saja yang dapat mengirimkan pesan ke akun mereka lewat Instagram.

KONTROL PESAN







Tidak ada tempat untuk perundungan dalam bentuk apapun di Instagram. Membuat sebuah akun, mengunggah foto, atau menulis komentar dengan tujuan merundung (membully) atau melecehkan orang lain merupakan pelanggaran atas kebijakan Instagram. Beritahu anak Anda apabila mereka melihat sebuah akun, foto, video, komentar, pesan atau Stories yang bertujuan merundung atau melecehkan orang, mereka dapat melaporkannya melalui aplikasi Instagram dengan cara mengetuk “...” yang terletak di ujung kanan atas postingan atau profil, menggeser komentar ke arah kiri, atau dengan mengetuk, menahan pesan dan memilih “Laporkan”.

Pelaporan bersifat anonim, kami tidak pernah membagikan informasi anak Anda dengan pihak yang mereka laporkan.

“Sebagai orang tua, kita memiliki peran penting dalam memantau interaksi yang dilakukan oleh anak-anak remaja kita di media sosial, termasuk Instagram. Kita dapat membantu mengedukasi mereka untuk memblokir berbagai komentar negatif, serta melaporkan komentar negatif dan bersifat bullying yang mereka temukan melalui fitur Pelaporan yang tersedia di Instagram.”

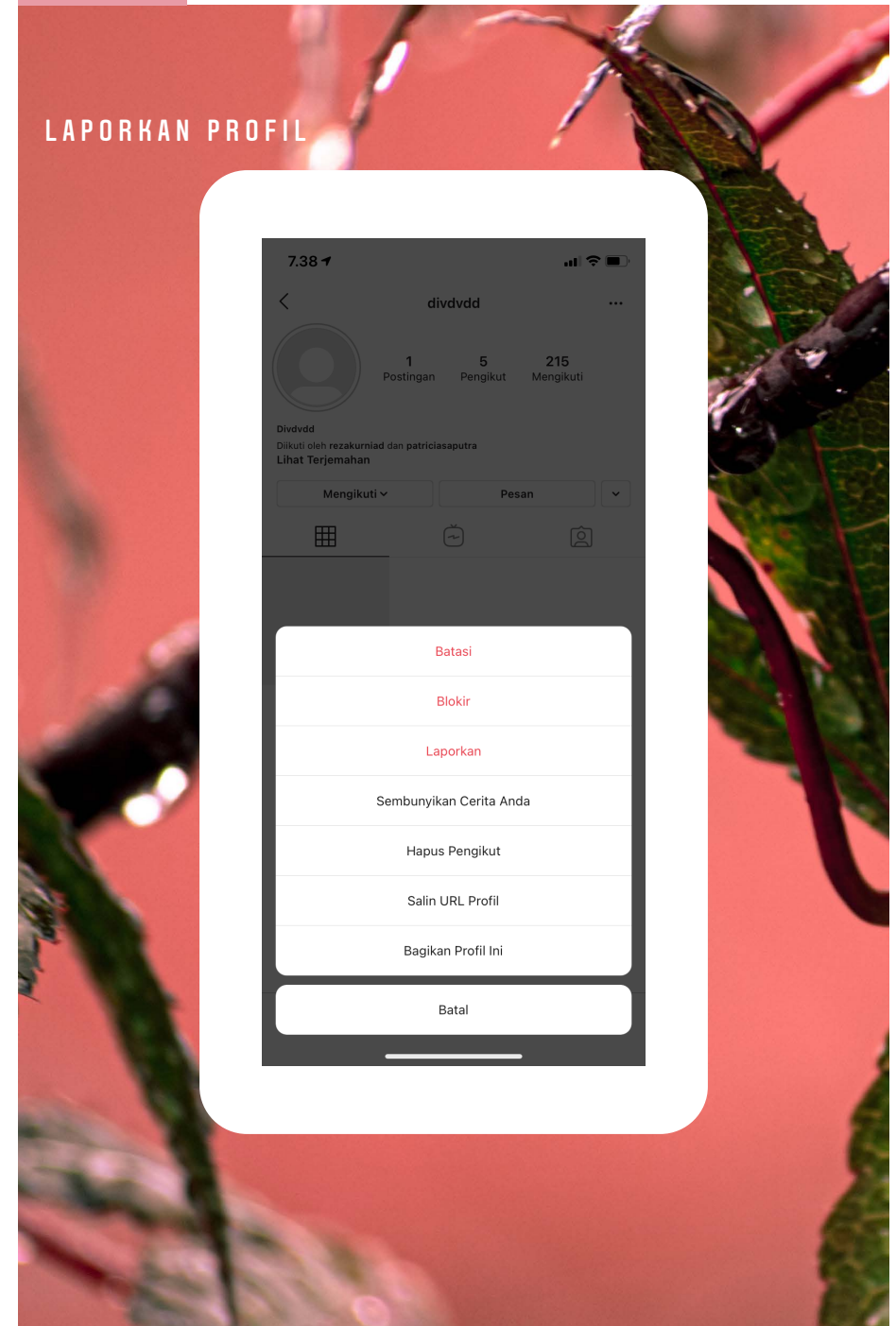
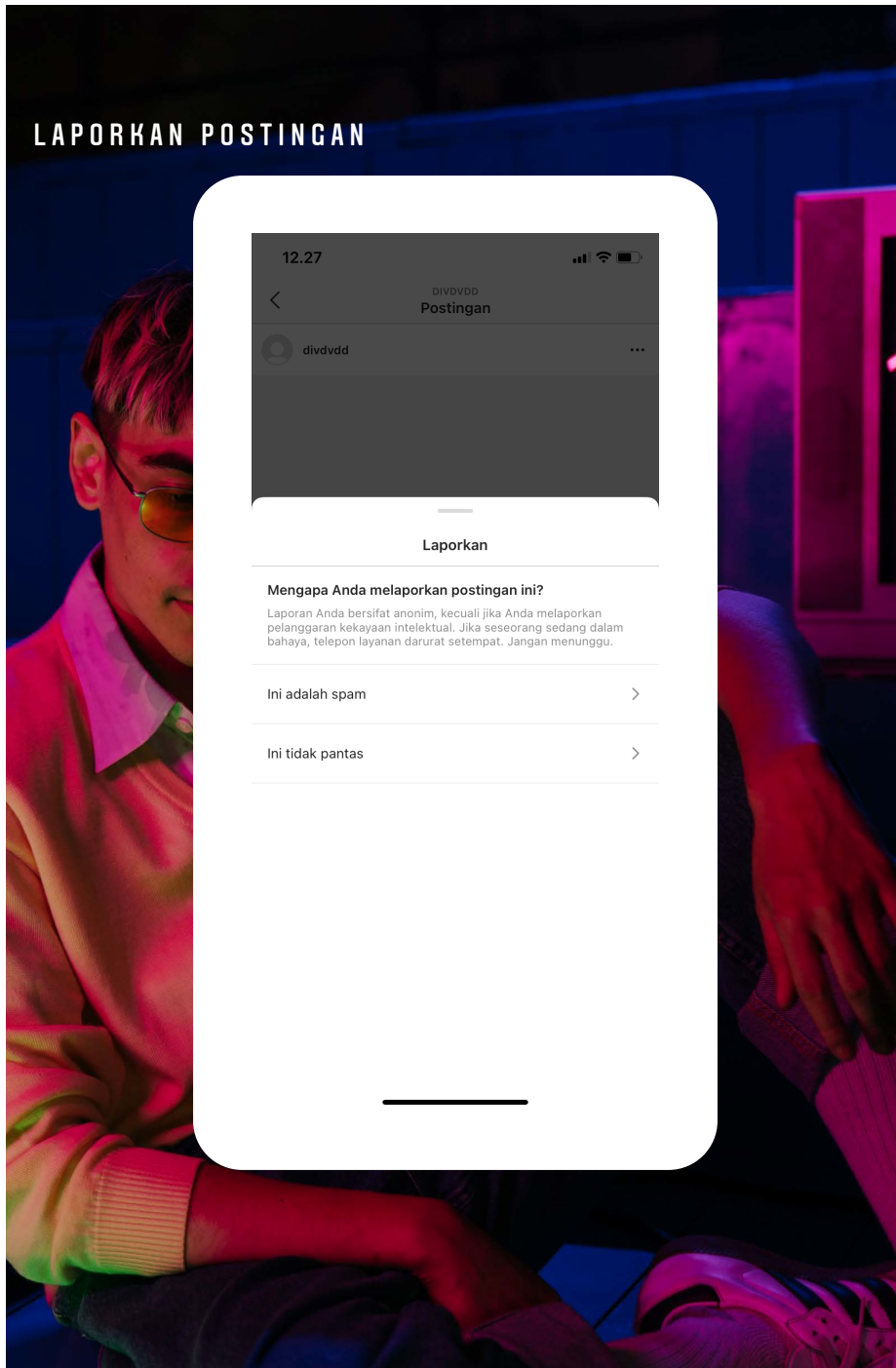
Mona Ratuliu, @monaratuliu

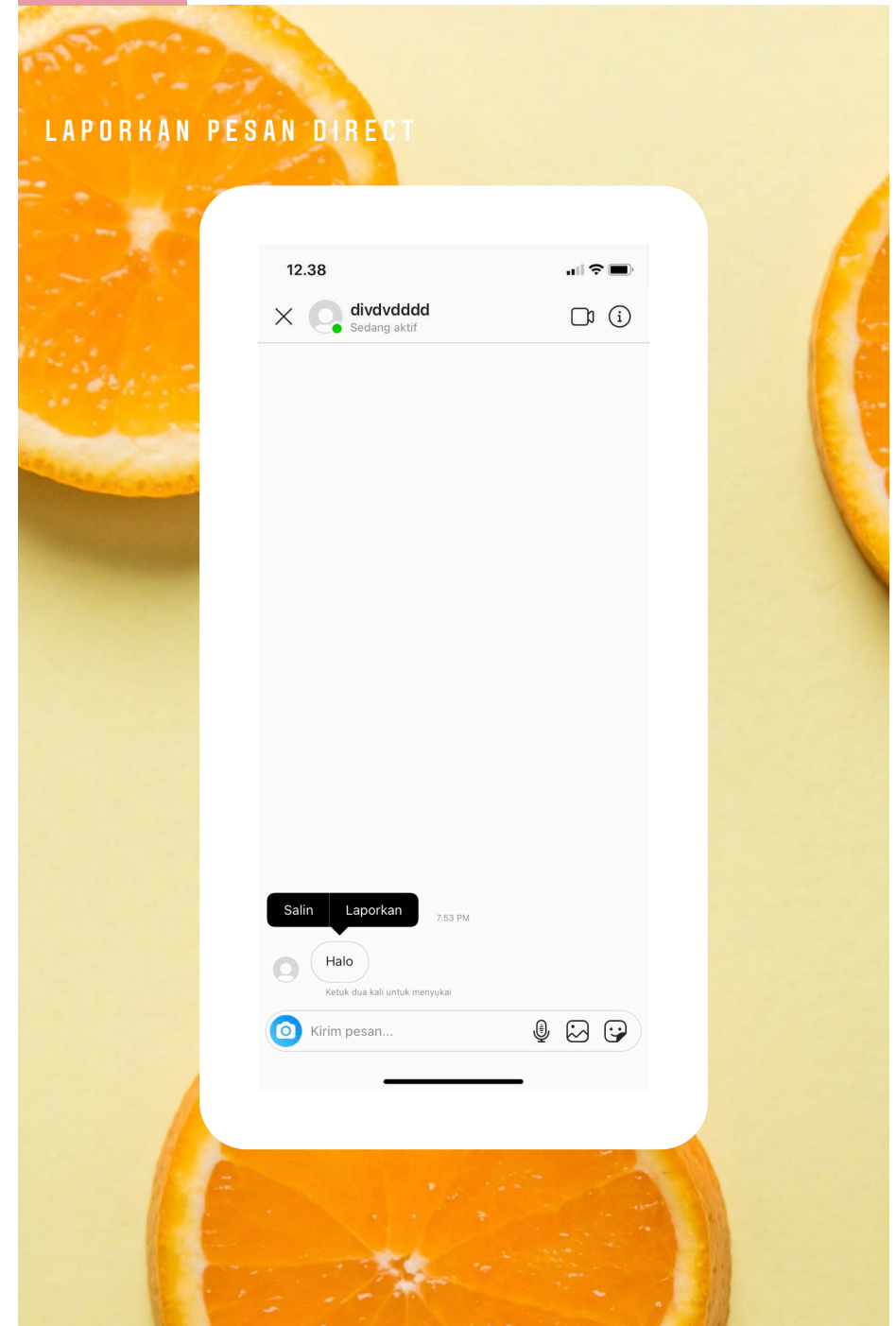
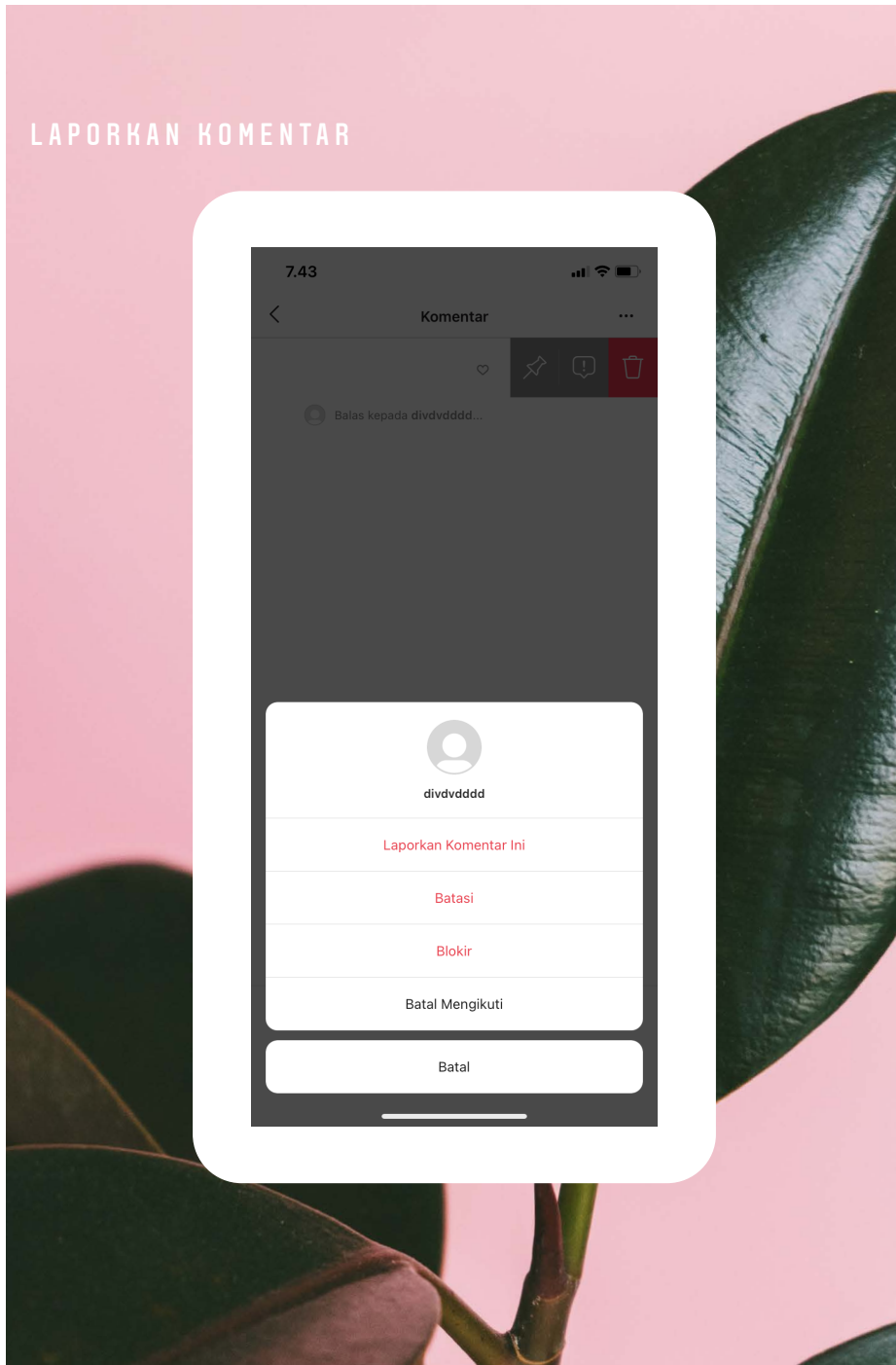


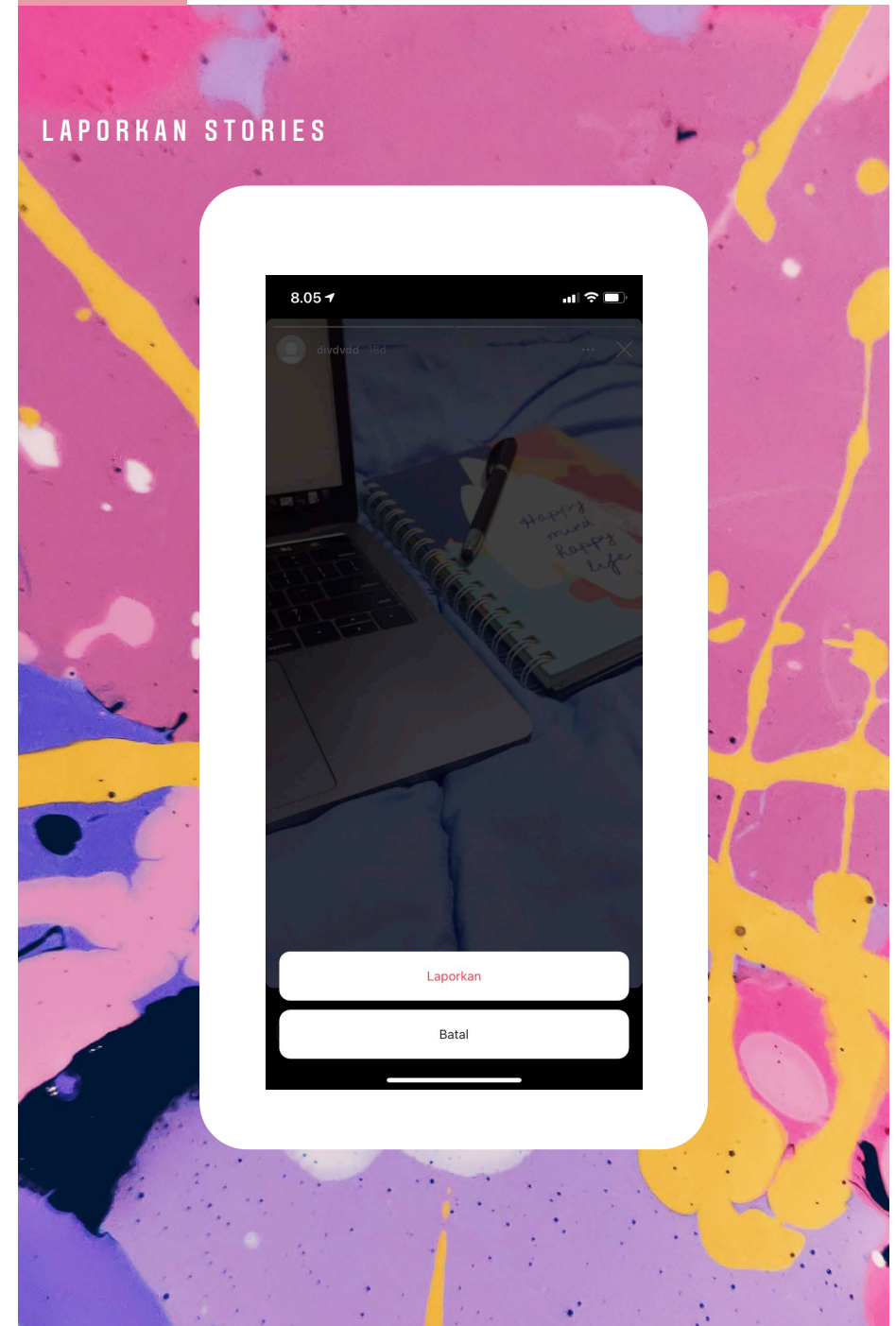
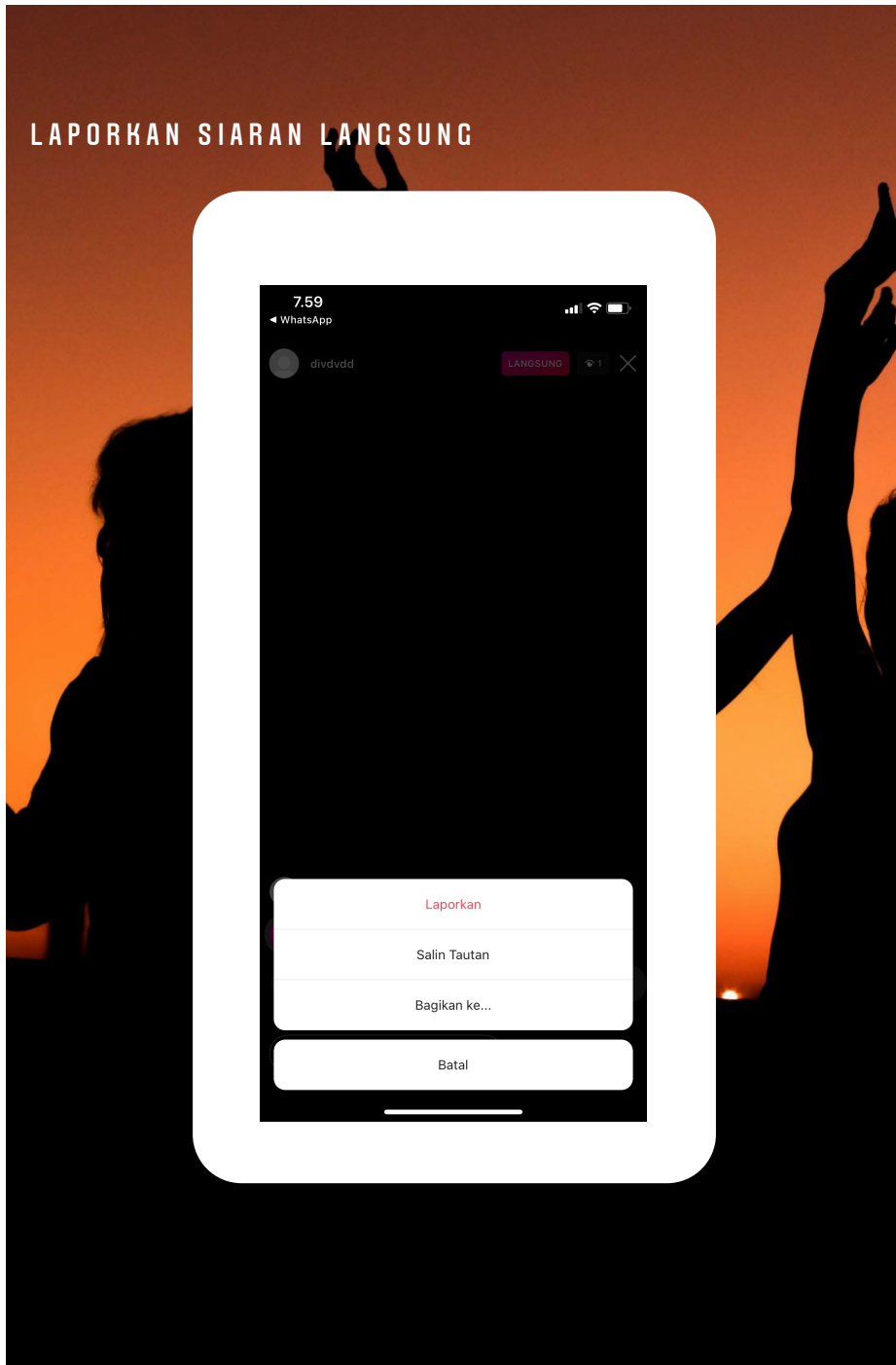
Laporkan

Siapa pun dapat melaporkan konten apapun di Instagram, mulai dari profil/akun, hingga postingan, komentar, pesan Direct (DM), Siaran Langsung, Stories, dan IGTV.





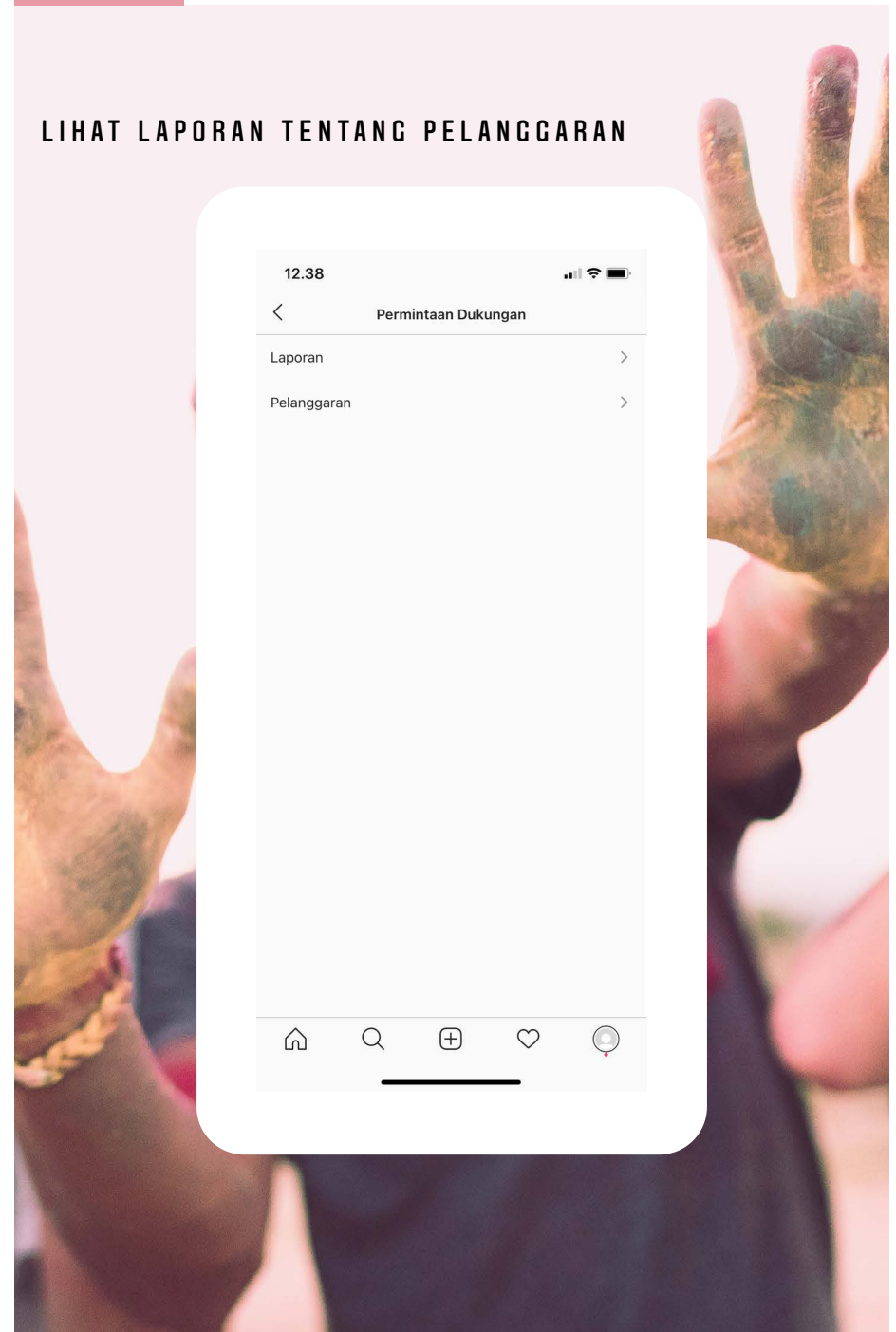
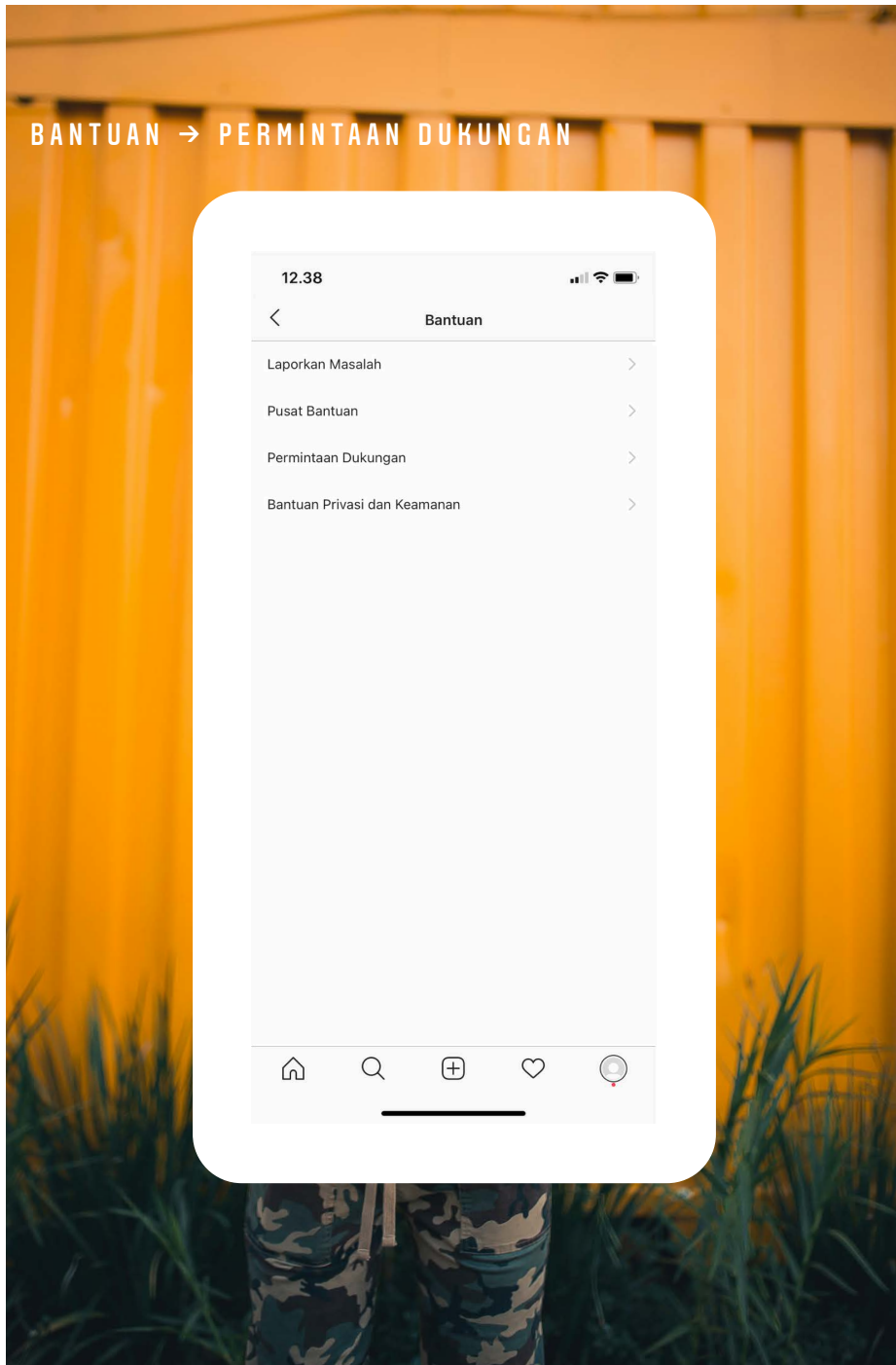


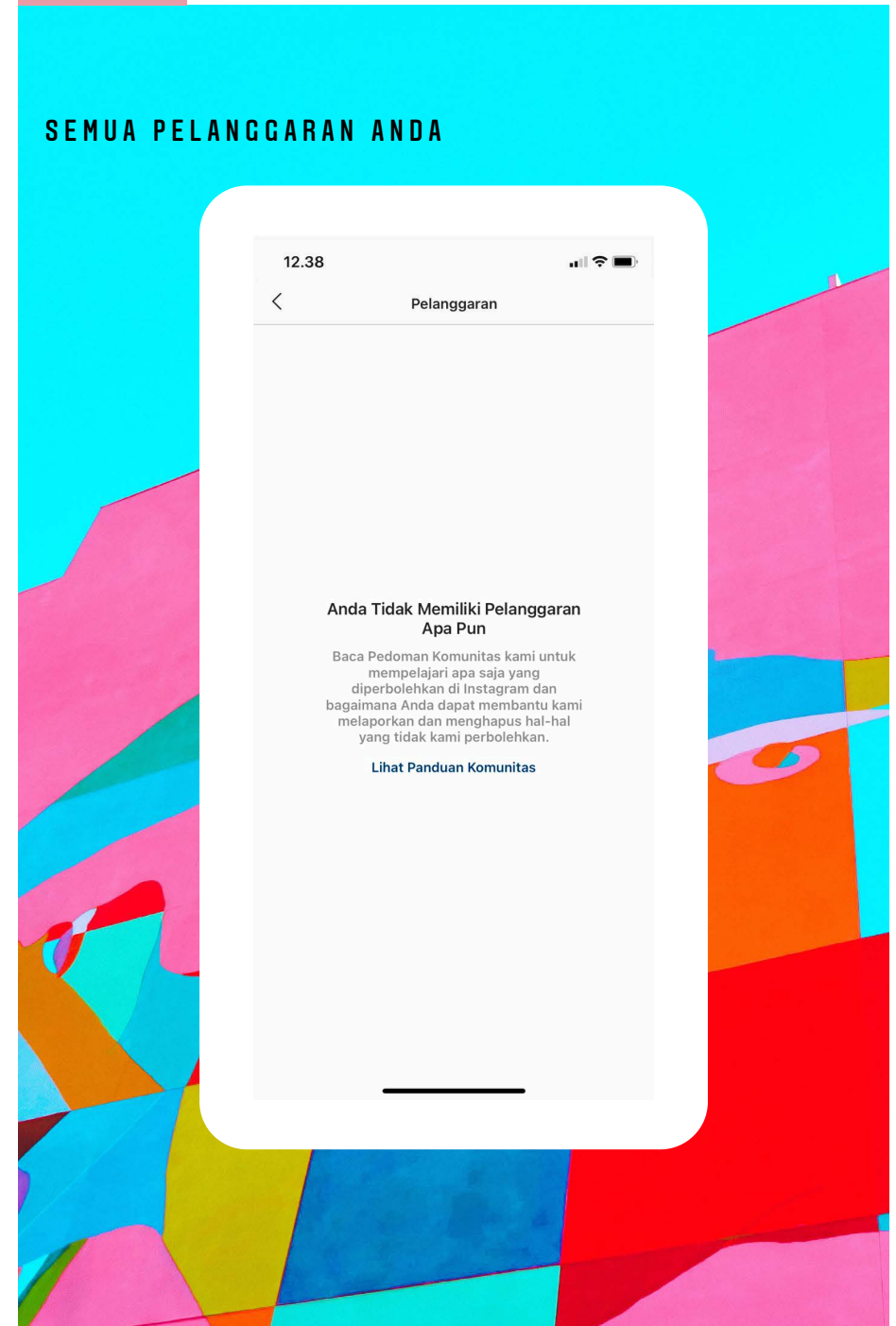
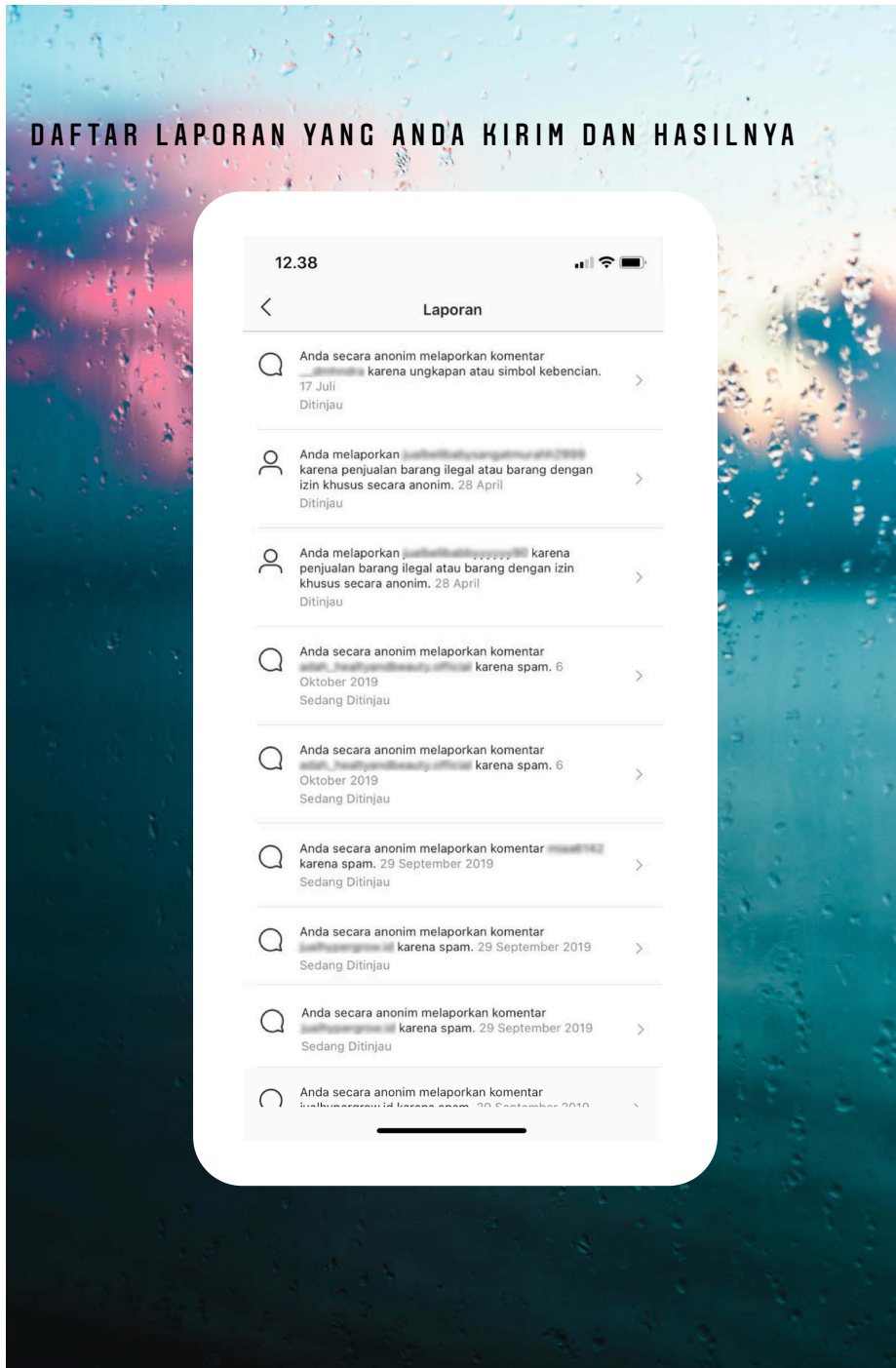


Permintaan Dukungan

Pengguna Instagram sekarang memiliki akses ke Permintaan Dukungan - tempat Anda dan anak Anda dapat mengikuti perkembangan laporan yang dikirim oleh akun anak Anda dan pelanggaran yang dilakukan akun anak Anda. Kebijakan ini ditujukan untuk meningkatkan transparansi selama proses berlangsung dengan cara memastikan semua orang memiliki akses untuk melihat status laporan mereka dan pelanggaran yang mereka lakukan. Fitur ini juga memberikan pengguna ruang khusus untuk mengajukan banding terhadap keputusan yang dianggap memberatkan agar proses penyelesaian masalah Instagram berjalan secara adil.



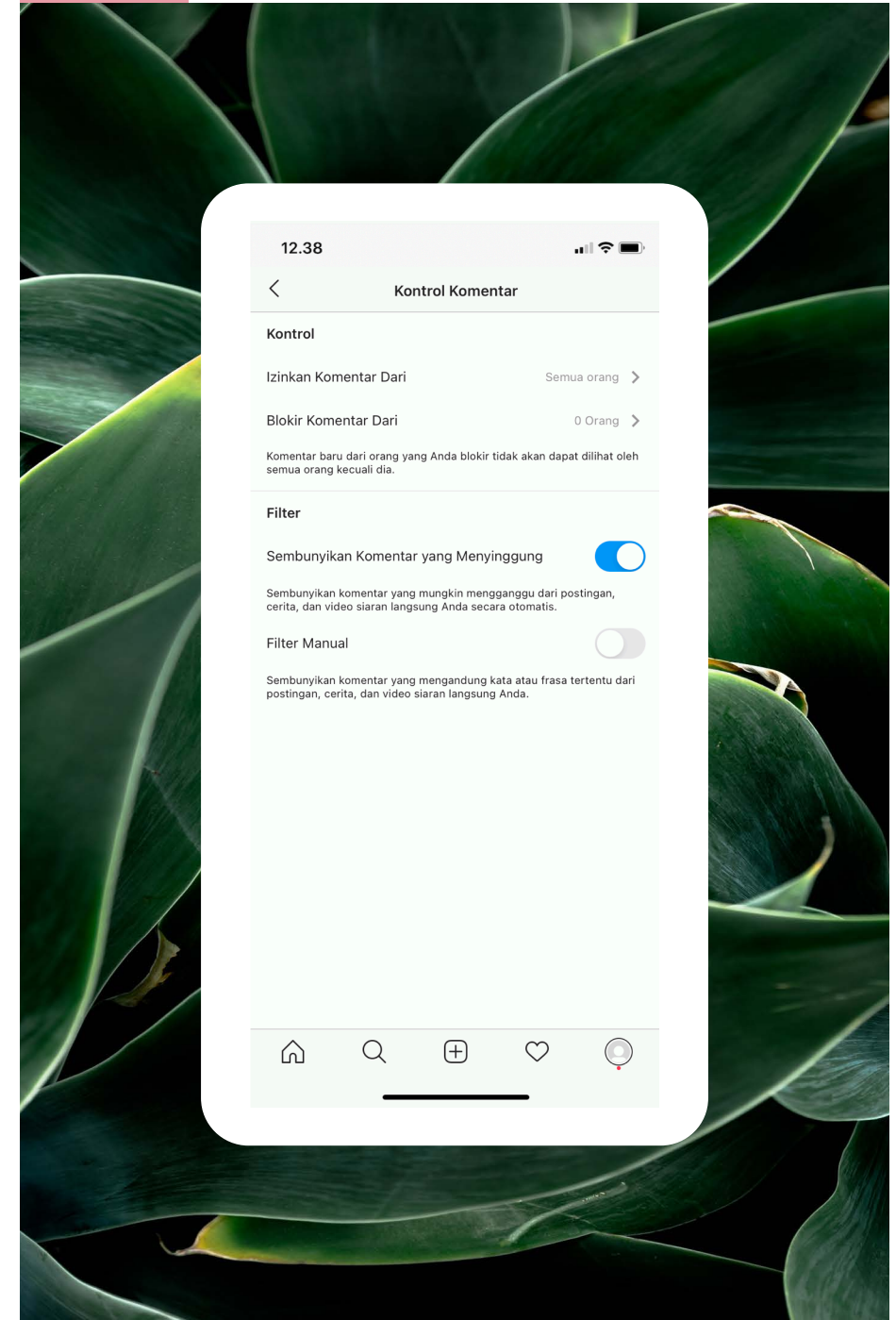






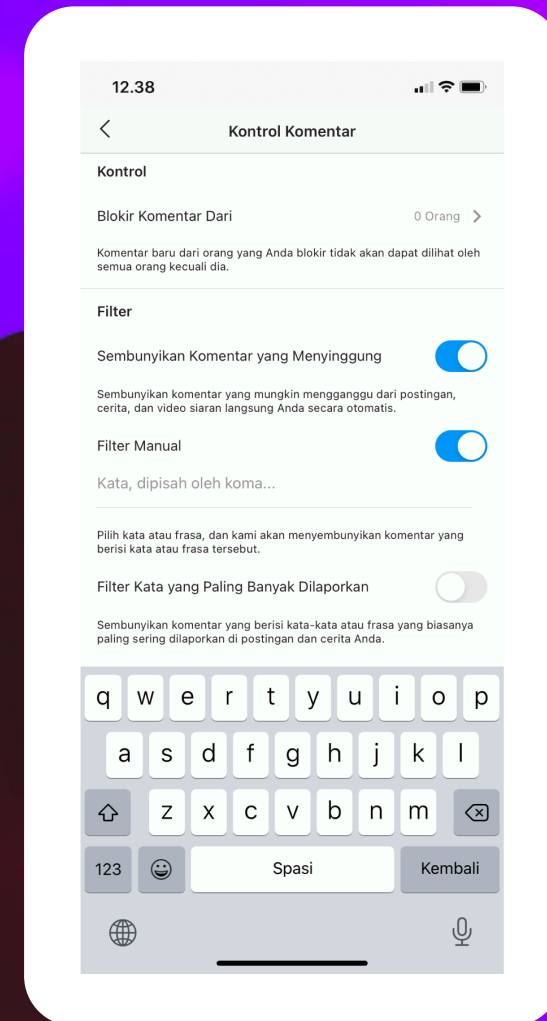
Mengelola Komentar

Anak Anda memegang kendali atas siapa yang dapat meninggalkan komentar di postingan foto dan video mereka. Dalam bagian “Kontrol Komentar” di pengaturan aplikasi, anak Anda dapat memilih apakah semua orang, hanya orang yang mereka ikuti beserta pengikut mereka, hanya orang yang mereka ikuti atau hanya pengikut akun mereka. Mereka juga dapat menghapus komentar orang lain dari postingan mereka.



Filter Komentar

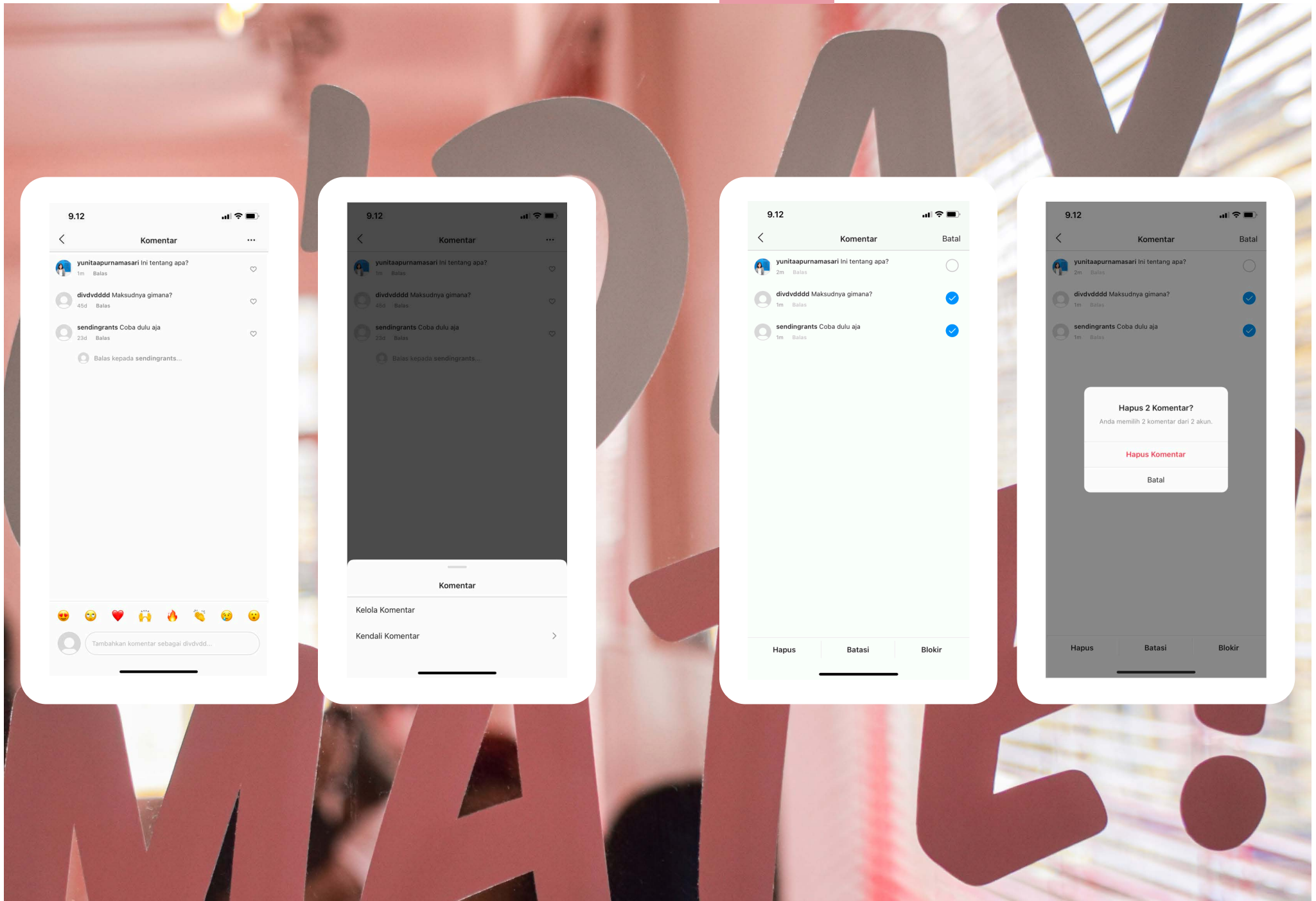
Instagram memiliki fitur kontrol yang dapat membantu Anda mengatur konten yang ingin Anda lihat dan memutuskan apakah sebuah komentar bersifat menghina, merundung atau melecehkan. Kami telah menyediakan filter yang secara otomatis menghapus kata-kata dan komentar yang bersifat menghina dan merundung sehingga dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental mereka. Anak Anda juga dapat membuat daftar khusus berisikan kata atau emoji yang tidak mereka inginkan untuk muncul di kolom komentar postingan dengan cara masuk ke “Filter” di bagian Kontrol Komentar.



Mengelola Komentar dalam Jumlah Banyak

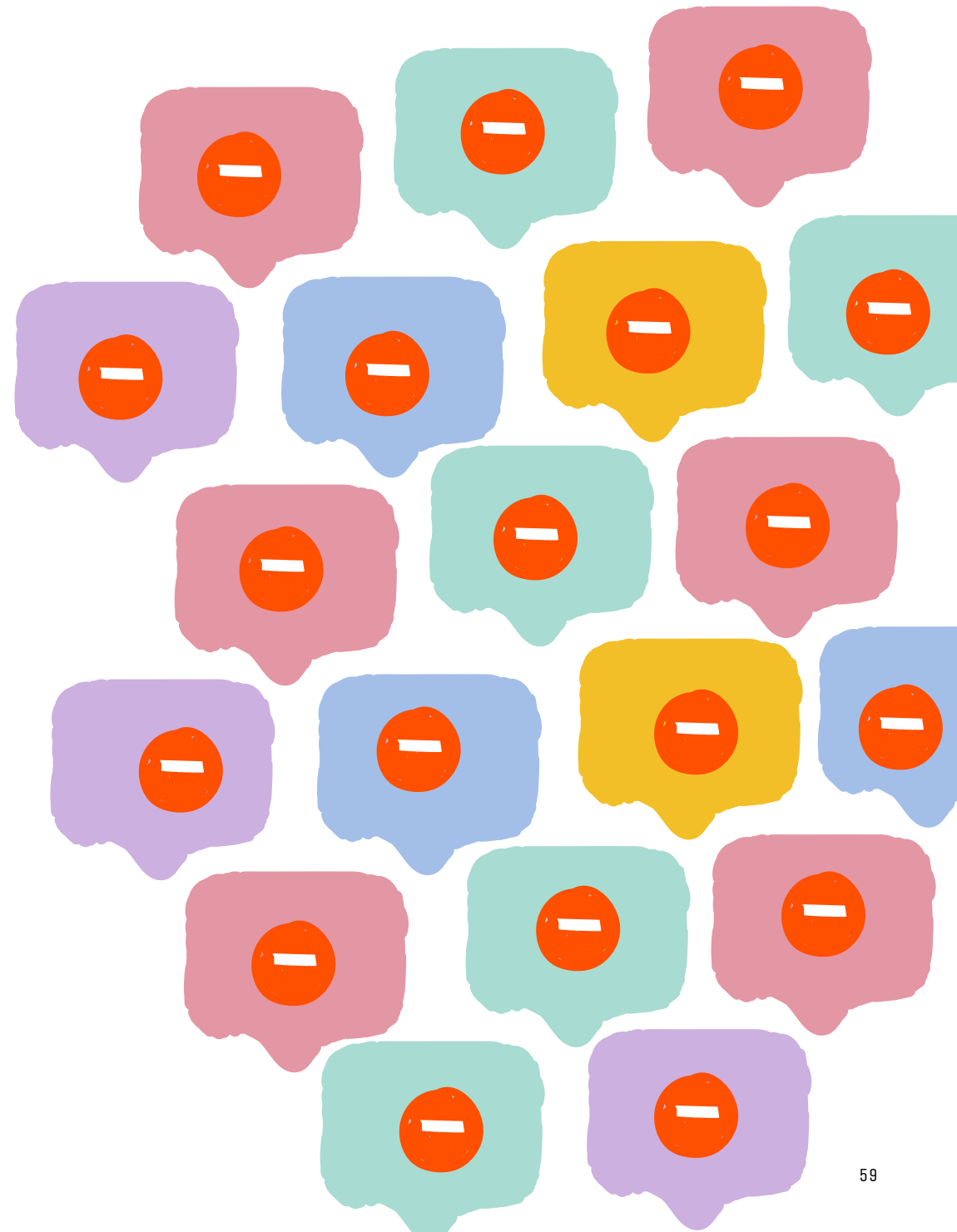
Mengelola komentar dalam jumlah banyak memang sangat melelahkan, maka Instagram meluncurkan fitur untuk menghapus beberapa komentar sekaligus, termasuk memblokir atau membatasi beberapa akun yang memposting komentar negatif. Untuk mengaktifkan fitur ini di iOS, anak Anda dapat mengetuk kolom komentar dan tiga titik yang berada di ujung kanan atas. Pilih Kelola Komentar dan mereka dapat memilih hingga 25 komentar untuk dihapus sekaligus. Selain itu, anak Anda dapat memilih untuk membatasi maupun memblokir beberapa akun sekaligus. Di Android, ketuk dan tahan sebuah komentar, ketuk ikon tiga titik, kemudian pilih komentar atau akun mana yang ingin anak Anda blokir atau batasi.

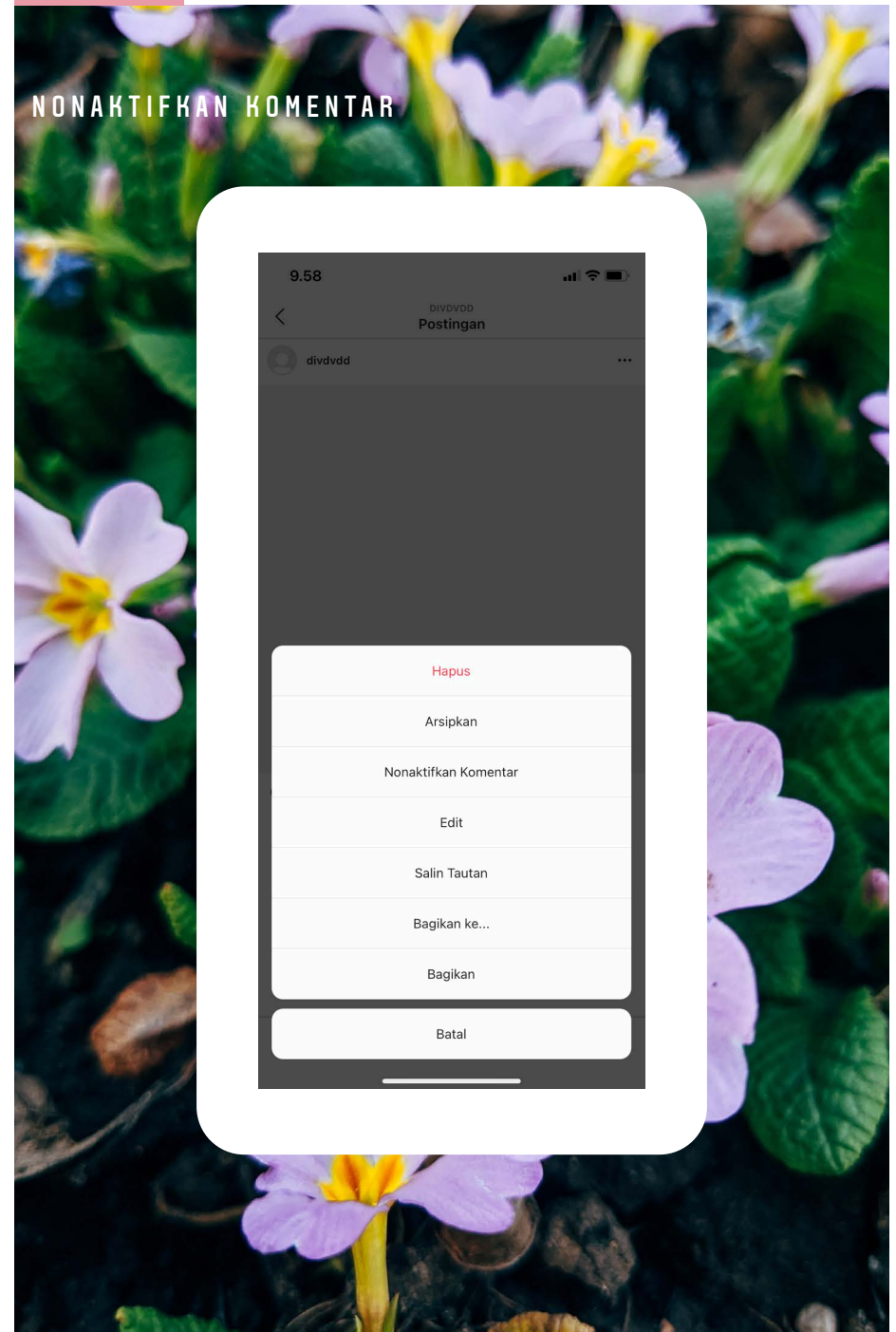
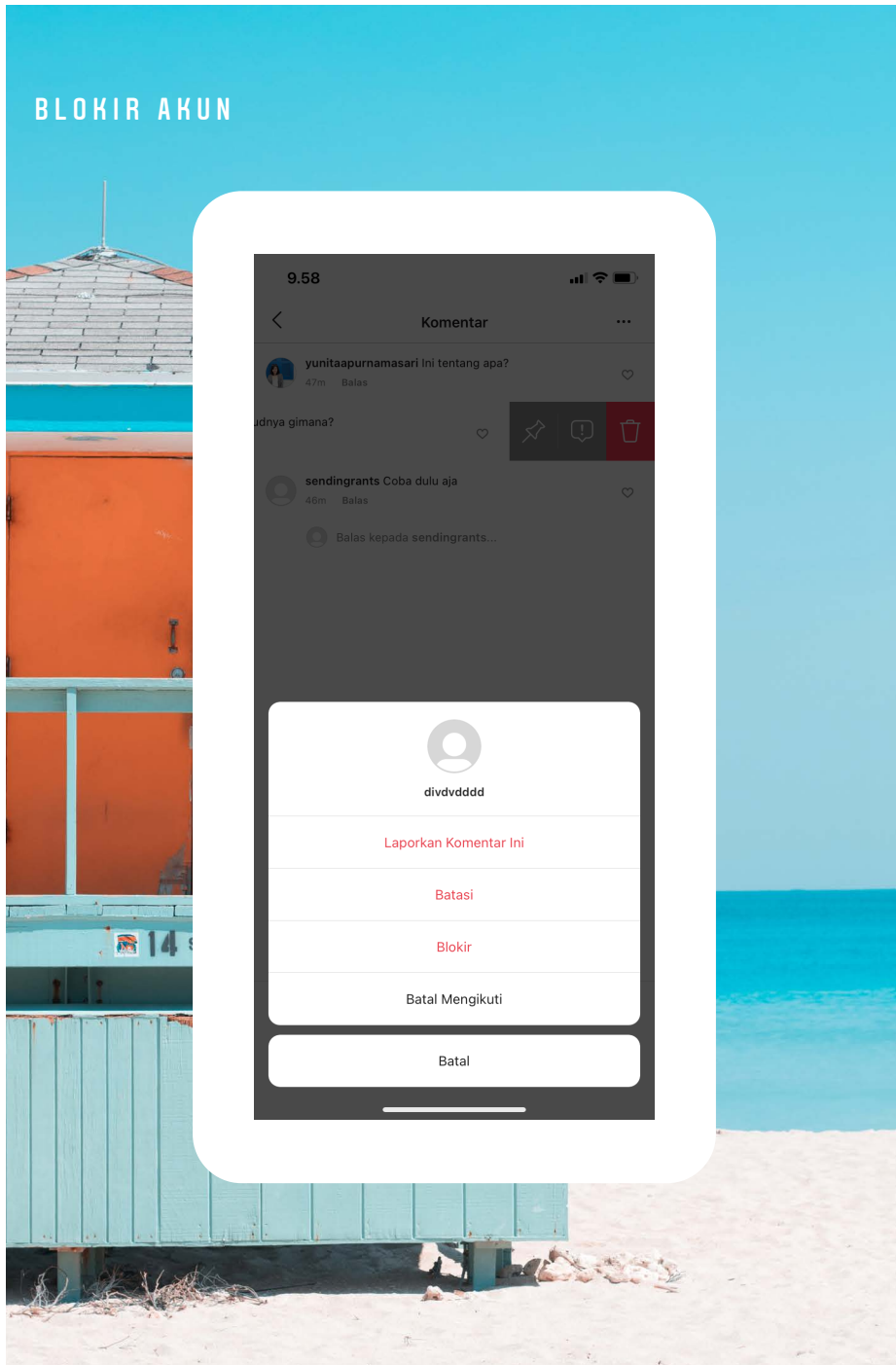




— Blokir Komentar

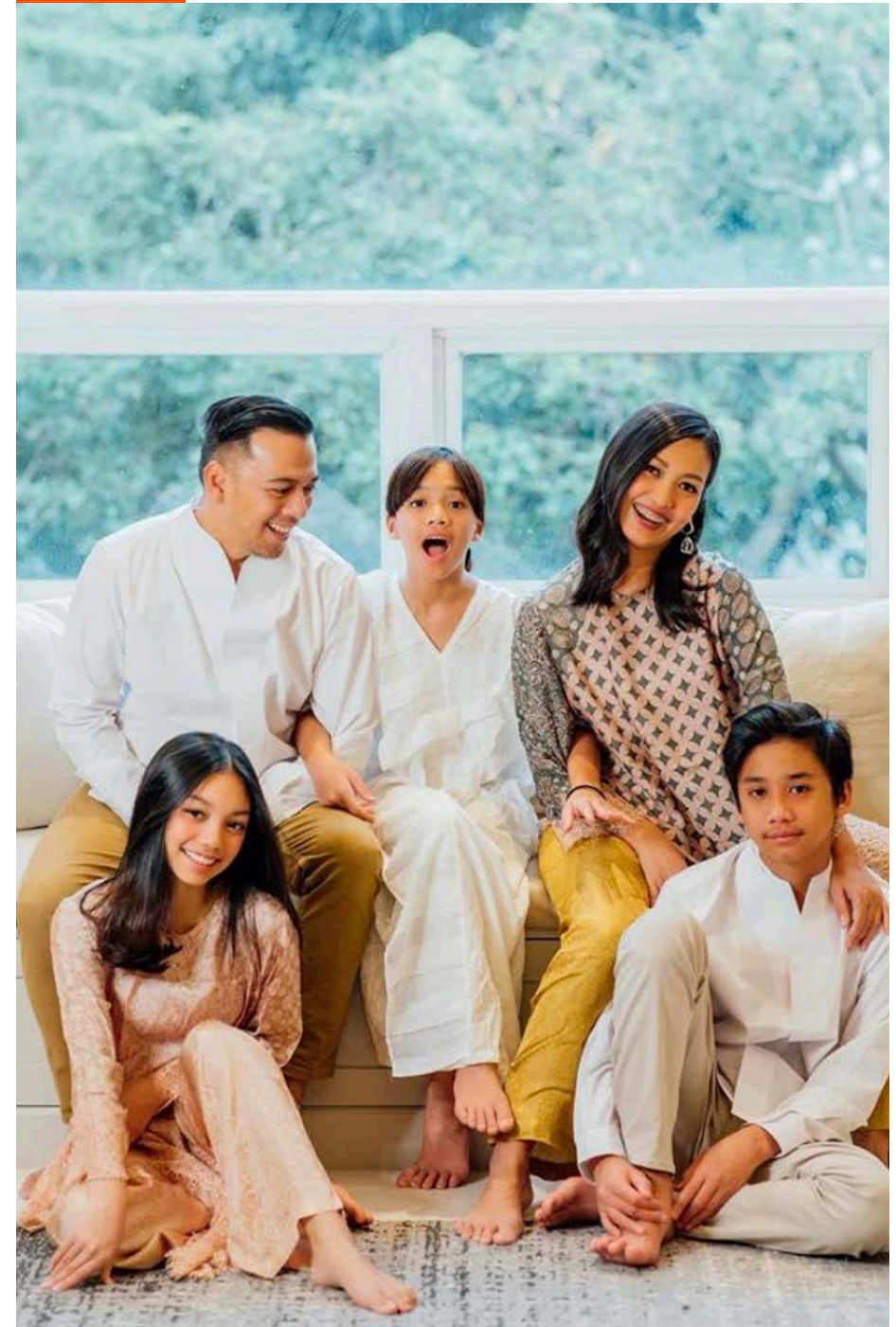
Apabila anak Anda tidak ingin berinteraksi dengan akun tertentu, mereka dapat memblokir akun tersebut. Komentar dari akun yang diblokir tidak akan muncul lagi. Anak Anda juga dapat menonaktifkan komentar untuk postingan tertentu agar mereka tidak perlu menerima komentar yang dapat membuat mereka merasa kecewa dan rendah diri.





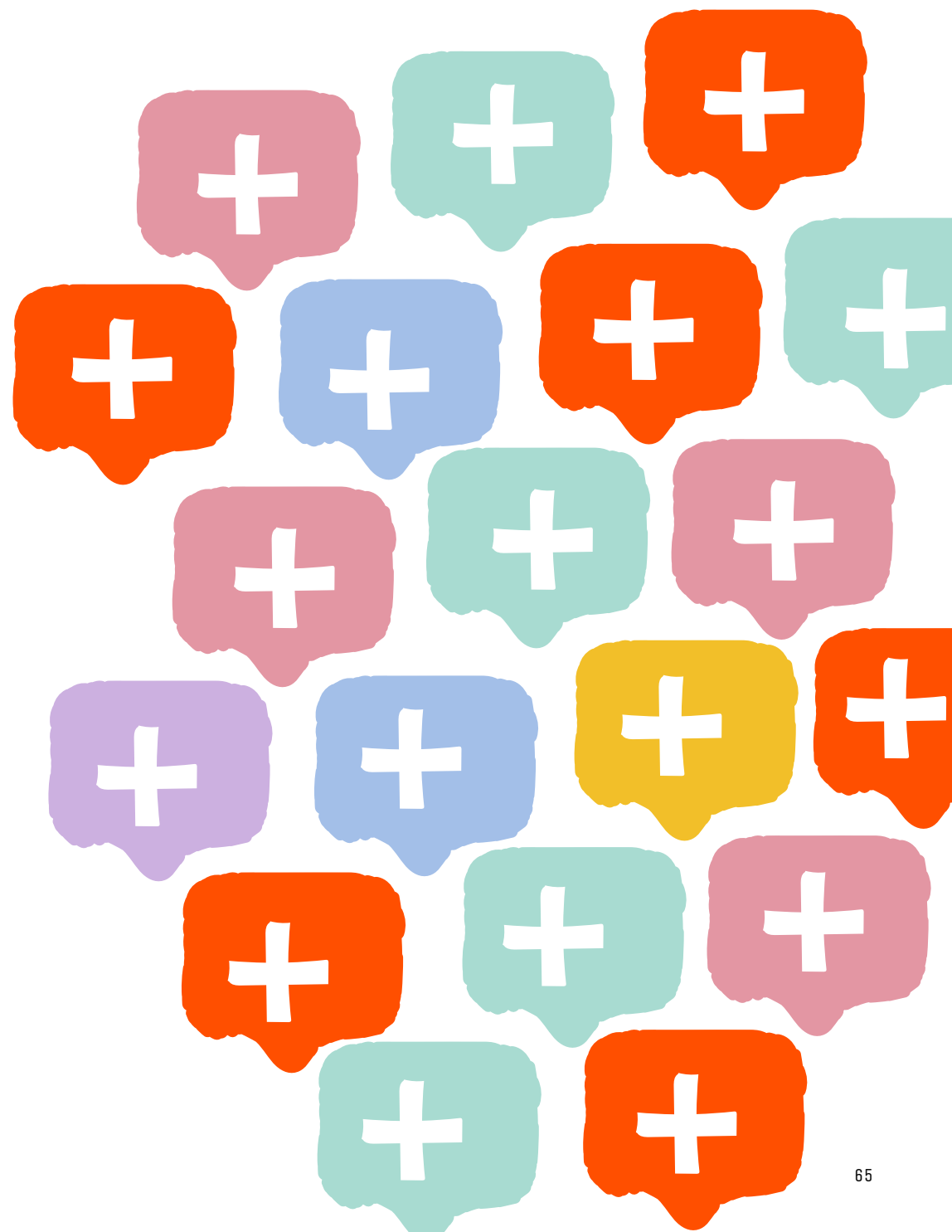
“Anak-anak kita menggunakan Instagram untuk terhubung dengan teman-teman mereka melalui berbagai fitur Instagram seperti Stories, Live, maupun kolom komentar di Feed. Sebagai orang tua, kita dapat mendorong anak-anak kita untuk hanya membagikan konten yang suportif dan inspiratif agar mereka dapat menciptakan lingkungan online yang positif.”

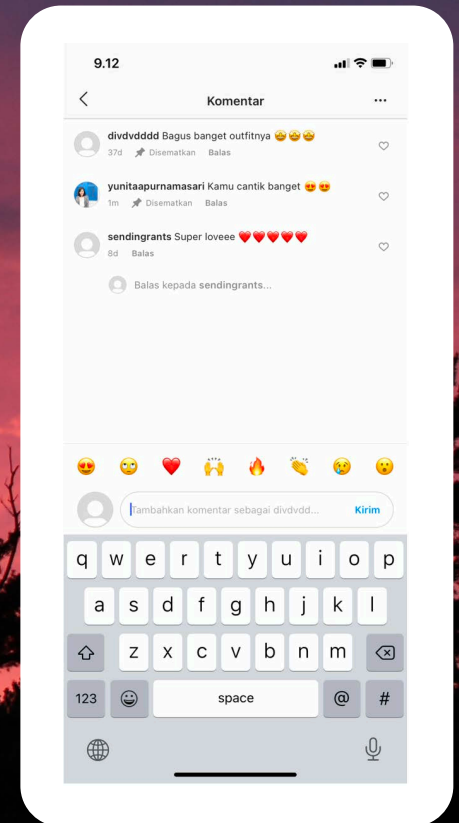
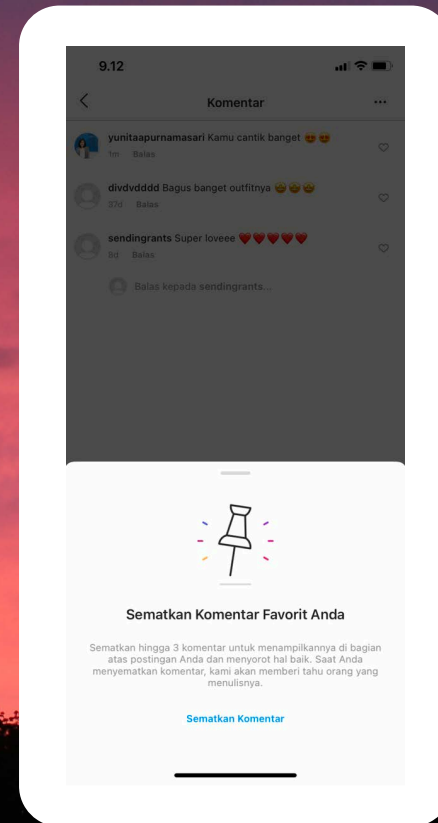
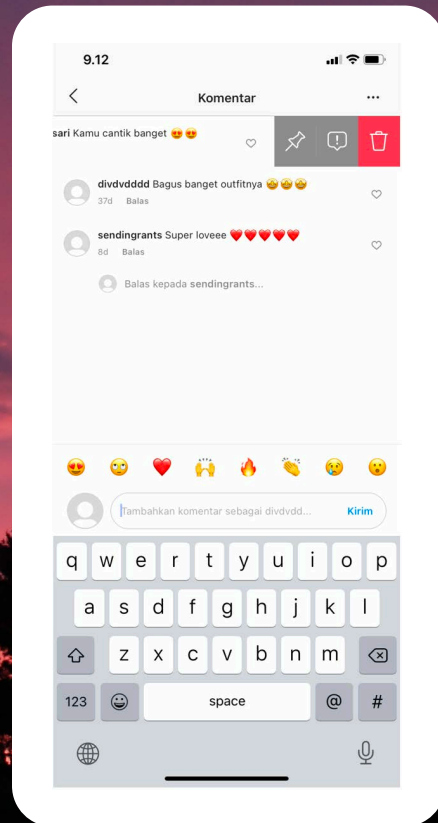
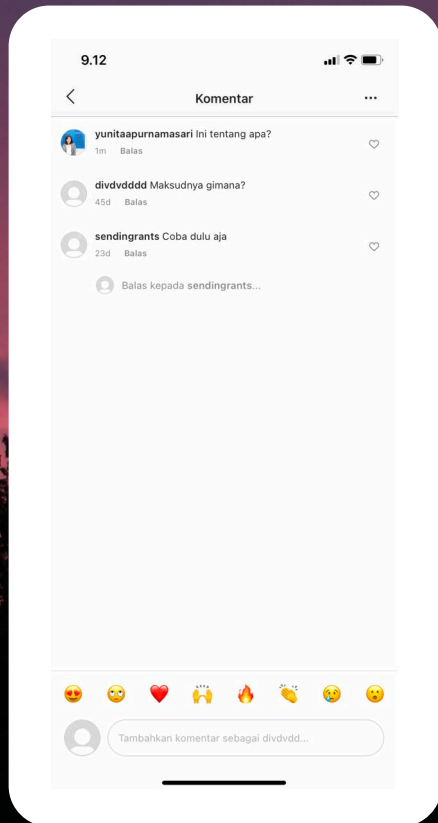
Ria Finola, @riafinola



+ Menyematkan Komentar Positif

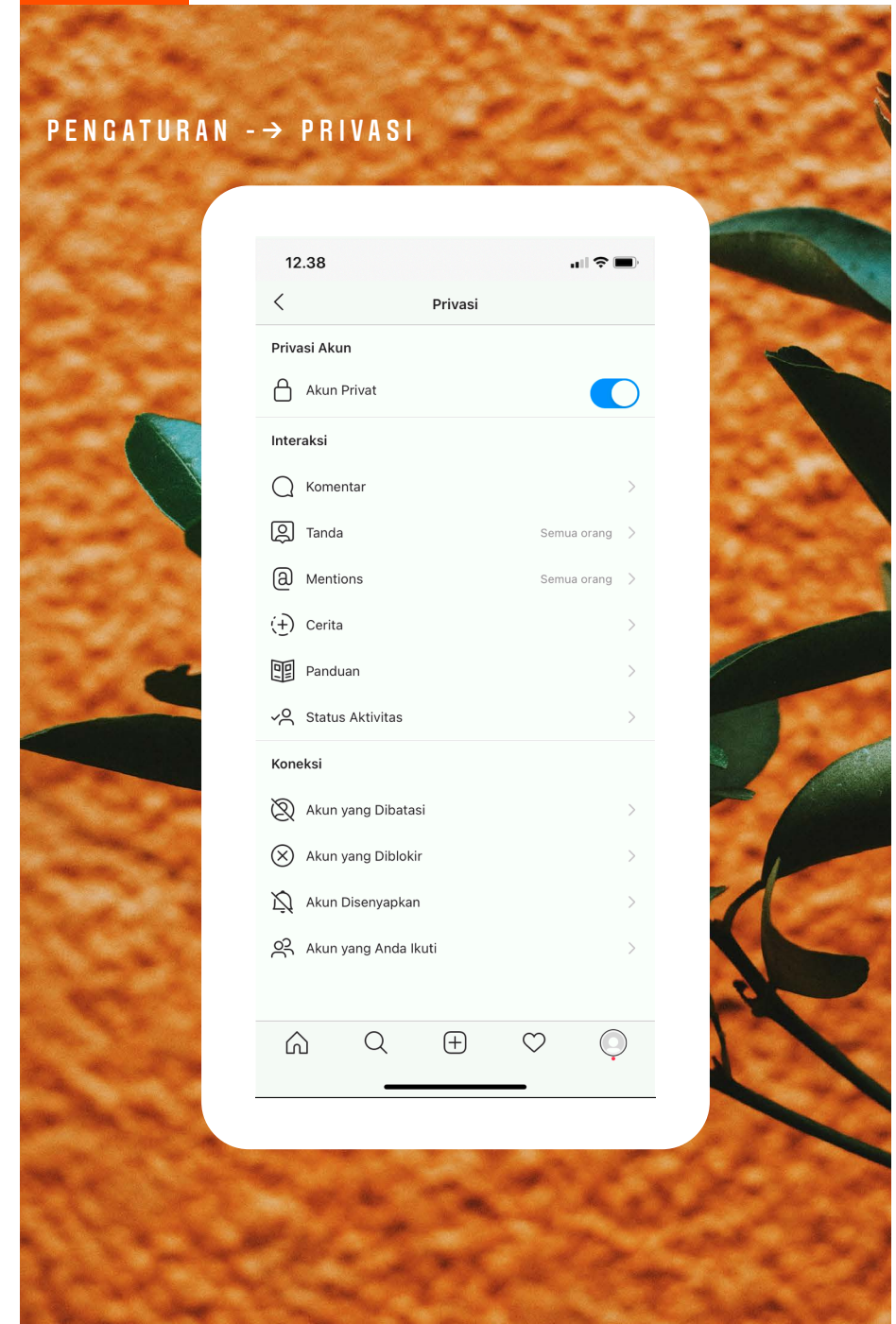
Selain menghapus komentar negatif, Instagram ingin memberikan para pengguna cara mudah untuk mengedepankan dan mendorong interaksi yang positif. Fitur penyematkan komentar positif membantu anak Anda membangun suasana yang positif di akun mereka dengan membuat beberapa komentar terpilih berada di posisi teratas kolom komentar. Hal ini diharapkan dapat membangun interaksi yang lebih positif dengan komunitas mereka.

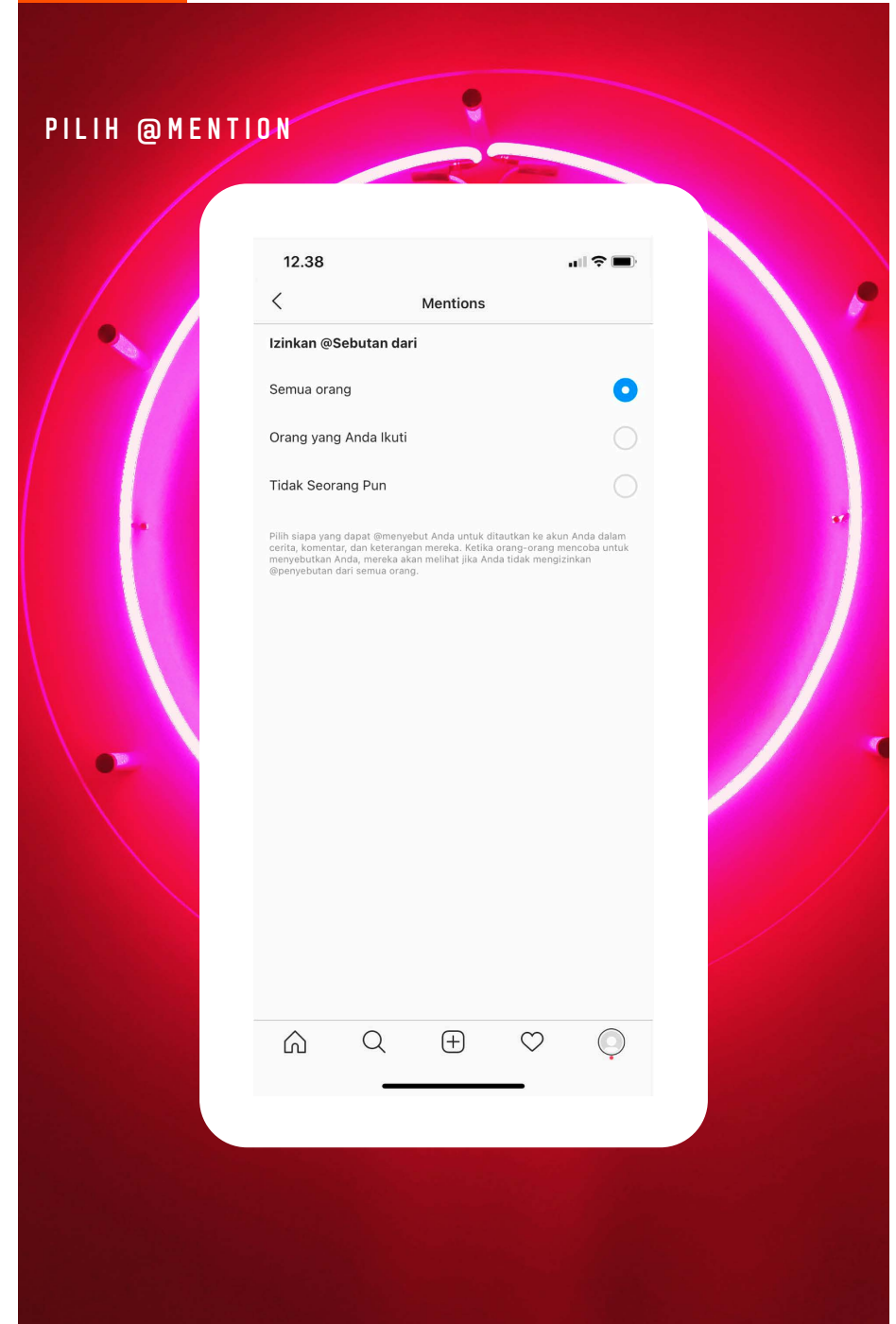
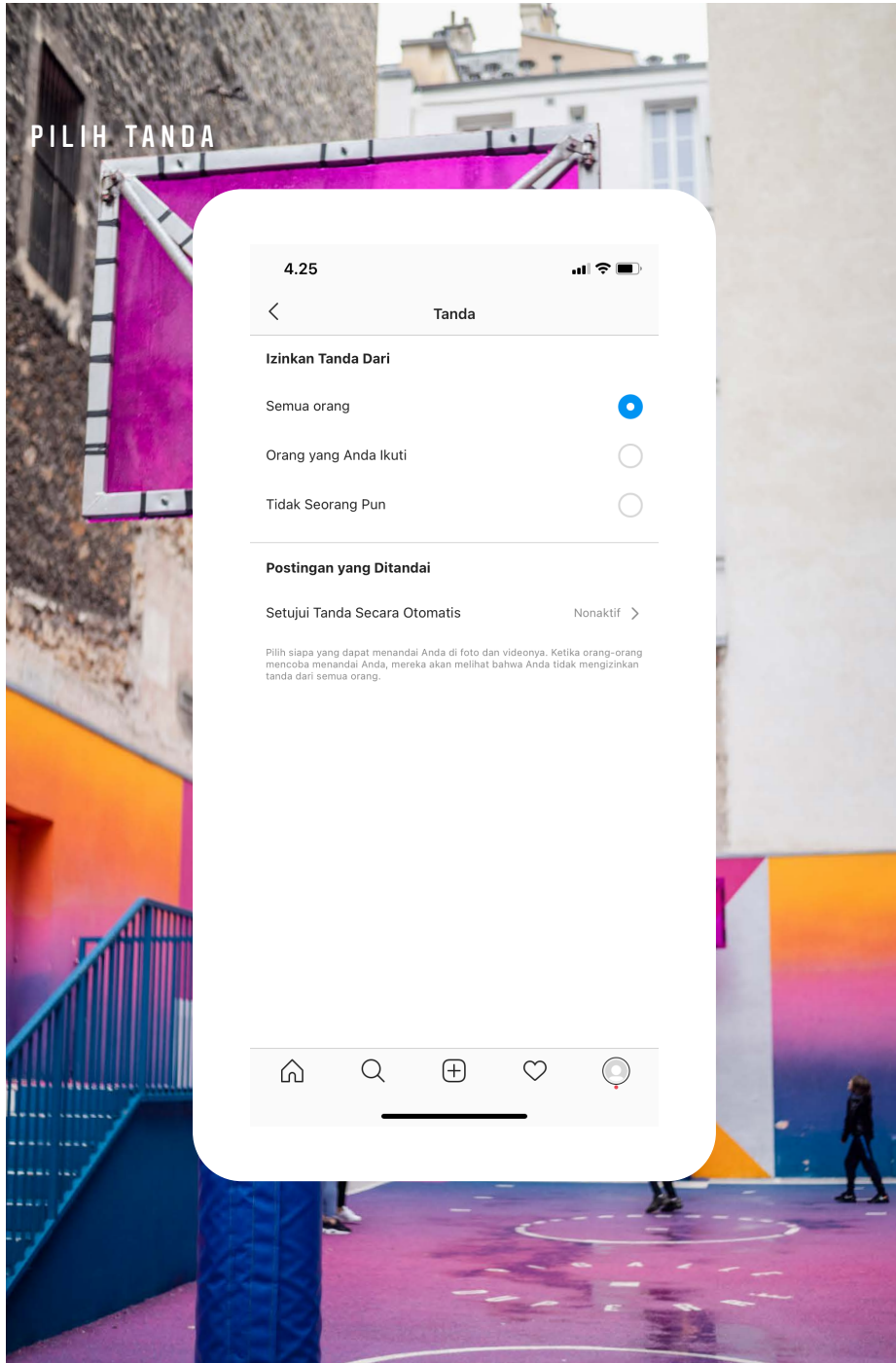




Mengontrol Tanda dan Mention

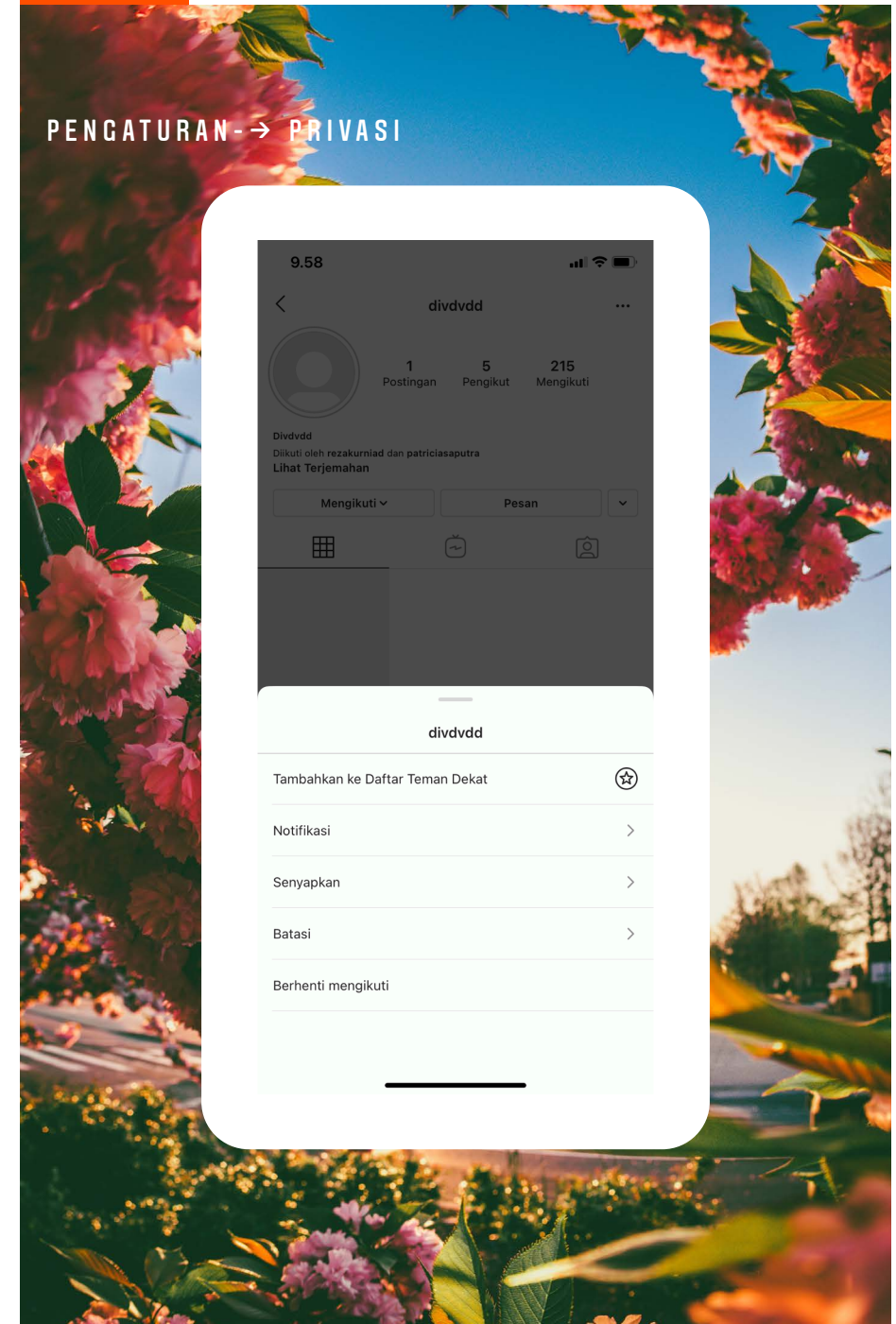
Instagram telah menciptakan beberapa fitur yang dapat membantu pengguna mengatur siapa saja yang dapat menandai atau mention mereka di Instagram. Anak Anda dapat memilih semua orang, hanya orang yang mereka ikuti, atau tidak mengizinkan siapapun menandai atau mention mereka sama sekali, baik di komentar, keterangan gambar ataupun Stories.





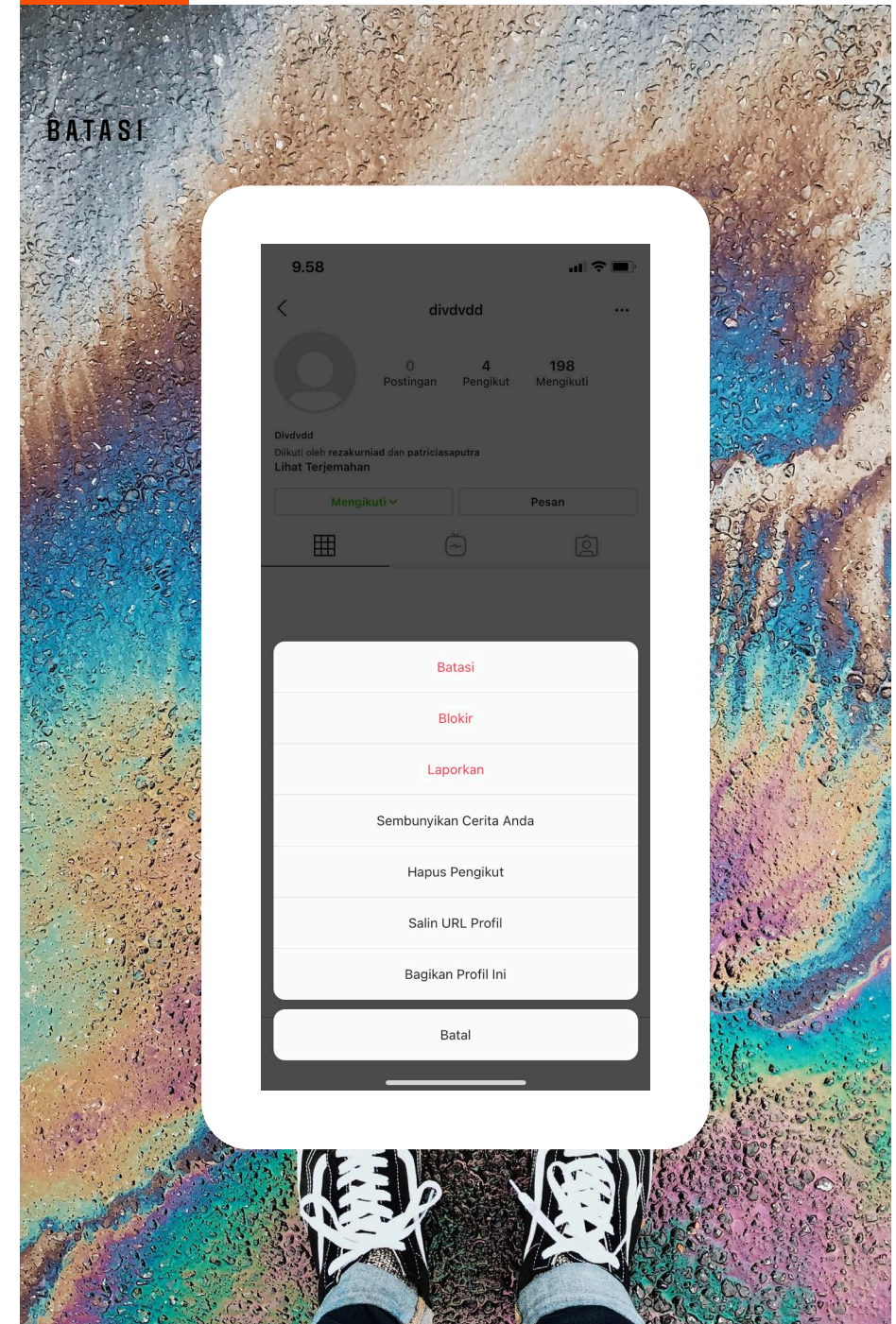
Mensenyapkan Sebuah Akun

Ada saatnya anak Anda mungkin tidak ingin berinteraksi dengan akun tertentu atau tidak ingin melihat postingan yang mungkin dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Namun, mereka tidak ingin berhenti mengikuti akun tersebut. Fitur Senyapkan dapat membantu agar postingan Feed maupun Stories dari akun tersebut tidak akan muncul di Feed anak Anda. Orang tersebut juga tidak akan tahu bahwa anak Anda mensenyapkan akun mereka dan anak Anda dapat berhenti mensenyapkan akun tersebut kapan saja.



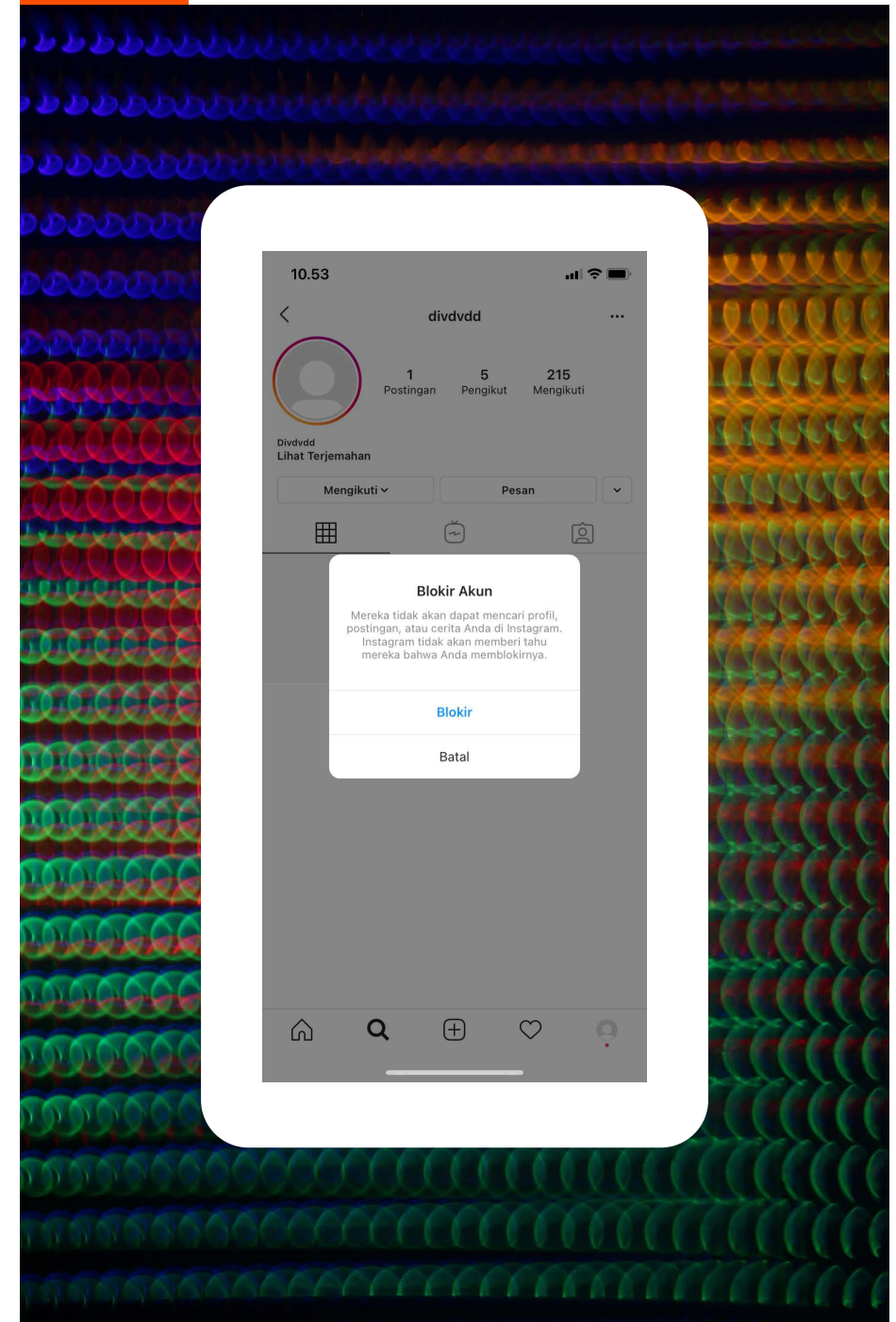
Batasi

Kadang anak muda tidak nyaman memblokir atau berhenti mengikuti seseorang karena takut hal tersebut dapat menimbulkan suasana yang tidak menyenangkan dalam kehidupan nyata. Untuk mengatasinya, Instagram menciptakan fitur Batasi, yang membantu anak Anda untuk dapat melindungi akunnya dari interaksi yang tidak diinginkan tanpa diketahui oleh pihak yang bersangkutan. Ketika mereka membatasi sebuah akun, komentar dari akun tersebut hanya muncul bagi orang itu sendiri. Akun yang dibatasi tidak dapat melihat kapan anak Anda aktif di Instagram atau apakah anak Anda sudah membaca pesan Direct mereka atau belum. Anak Anda dapat berhenti membatasi sebuah akun kapan saja.



➡ Memblokir Interaksi yang Tidak Diinginkan

Apabila anak Anda tidak ingin berinteraksi dengan akun tertentu, dia dapat memblokir mereka. Akun yang diblokir tidak akan dapat melihat dan menulis komentar di postingan, Stories, Reels, dan Siaran Langsung anak Anda. Ketika anak Anda memblokir sebuah akun, pihak yang bersangkutan tidak akan diberitahu. Anak Anda juga dapat berhenti memblokir akun tersebut kapan saja.





05 /

Mengelola Waktu

Saat kita bicara tentang durasi waktu mengakses Instagram, penting bagi Anda untuk membahas secara terbuka dengan anak Anda dan membuat perjanjian mengenai durasi waktu yang dapat mereka gunakan untuk mengakses Instagram setiap hari atau setiap minggunya.

Penting bagi anak Anda untuk rehat sejenak dari penggunaan Instagram, terutama saat mereka sedang berada dalam masa-masa sulit. Ada beberapa fitur yang dapat membantu Anda dan keluarga memonitor dan mengendalikan berapa banyak waktu yang harus dihabiskan anak Anda di Instagram. Bersama anggota keluarga lainnya, Anda dapat memutuskan durasi waktu yang tepat untuk mengakses Instagram bagi Anda sekeluarga termasuk anak Anda.

“Penting bagi anak kita untuk tetap disiplin dan bijak dalam menggunakan waktu mereka sehari-hari. Kita dapat berdiskusi dengan anak-anak remaja kita untuk menentukan durasi yang tepat dalam menggunakan Instagram agar mereka juga dapat fokus melakukan aktivitas lain dalam kehidupan nyata.”

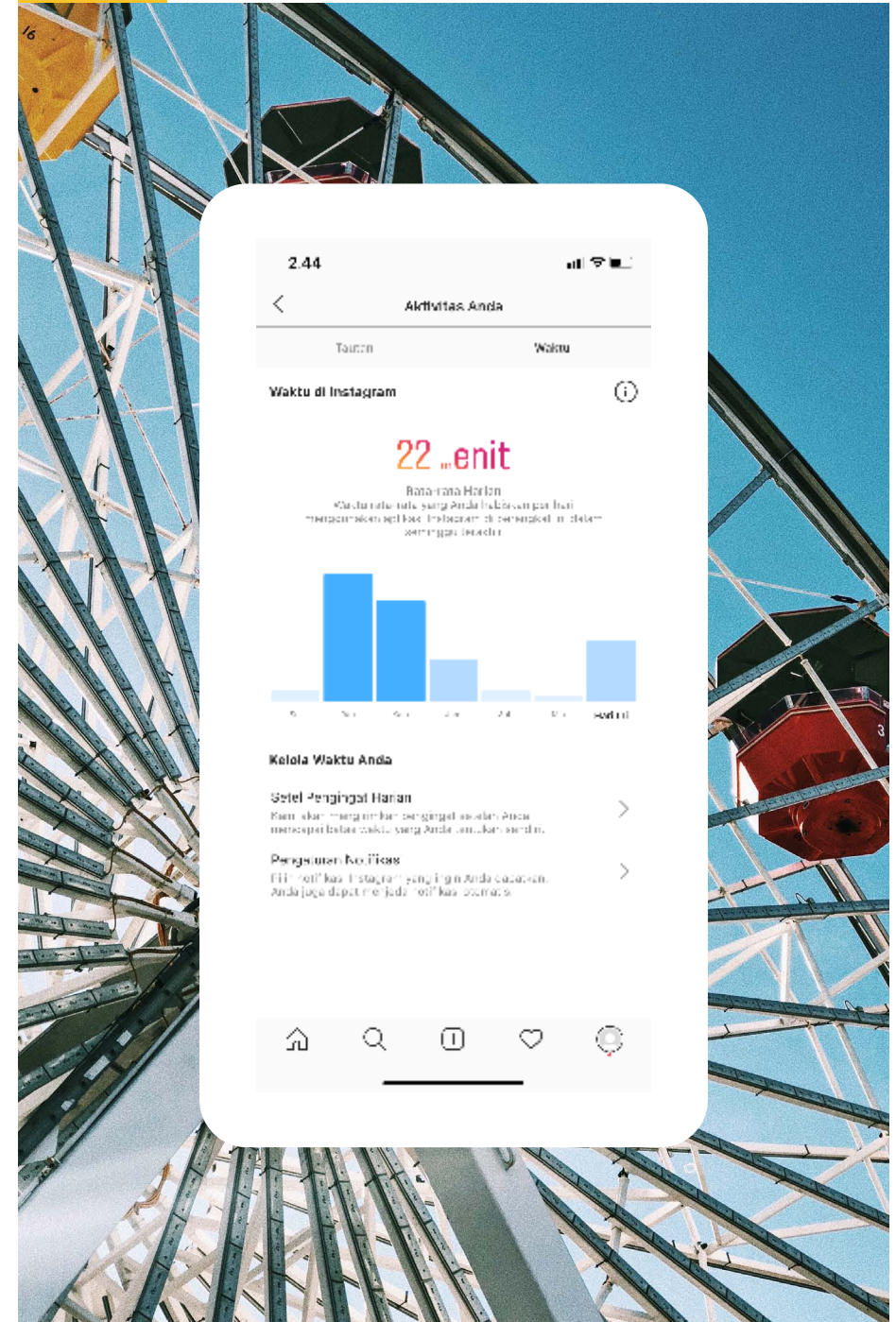
Meisya Siregar, @meisya__siregar





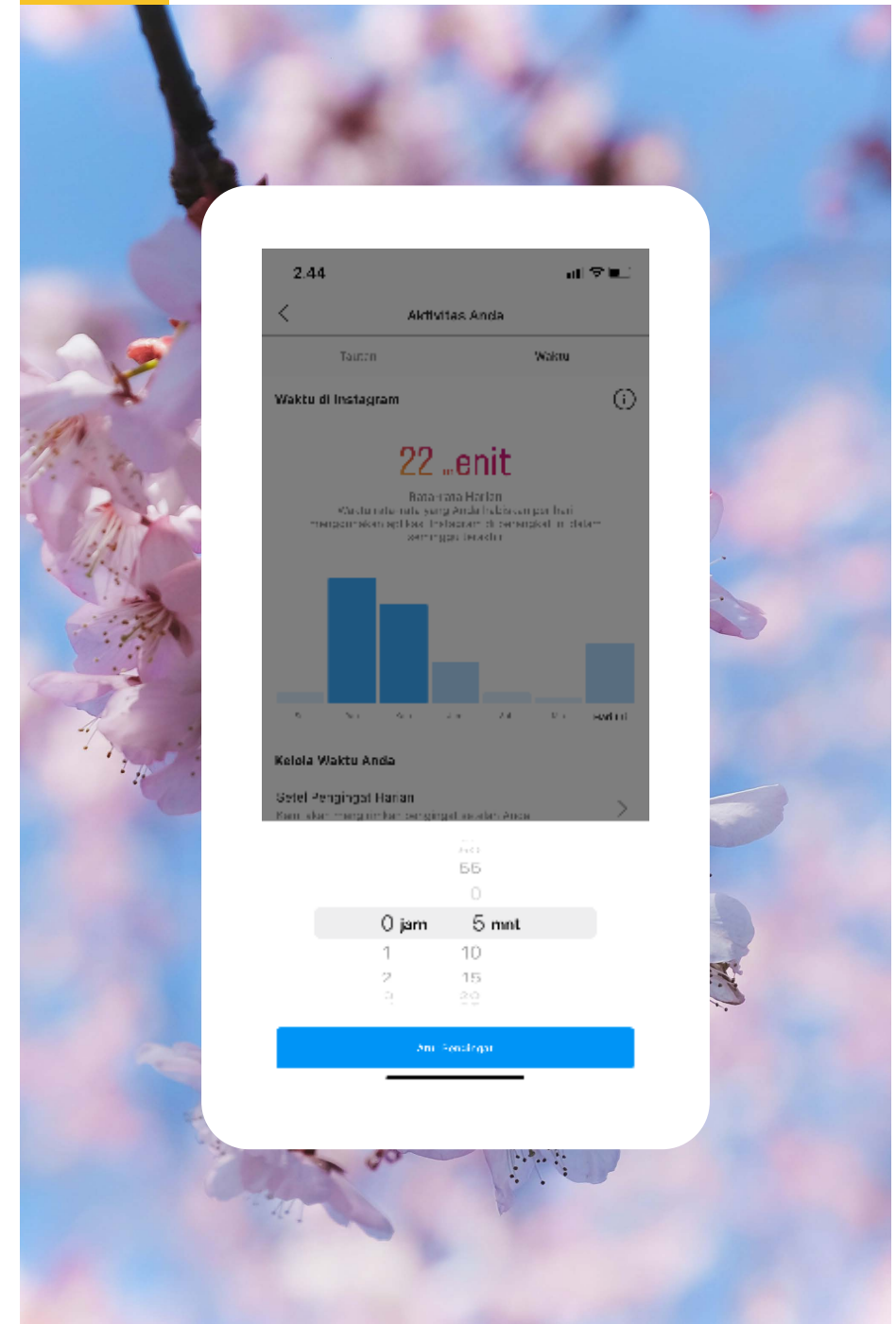
Lihat Aktivitas Anda

Dasbor Aktivitas menunjukkan berapa banyak waktu yang telah dihabiskan anak Anda di Instagram per hari maupun seminggu terakhir. Anak Anda dapat mengetuk dan menahan setiap balok biru untuk melihat waktu yang mereka habiskan di Instagram pada hari tertentu.



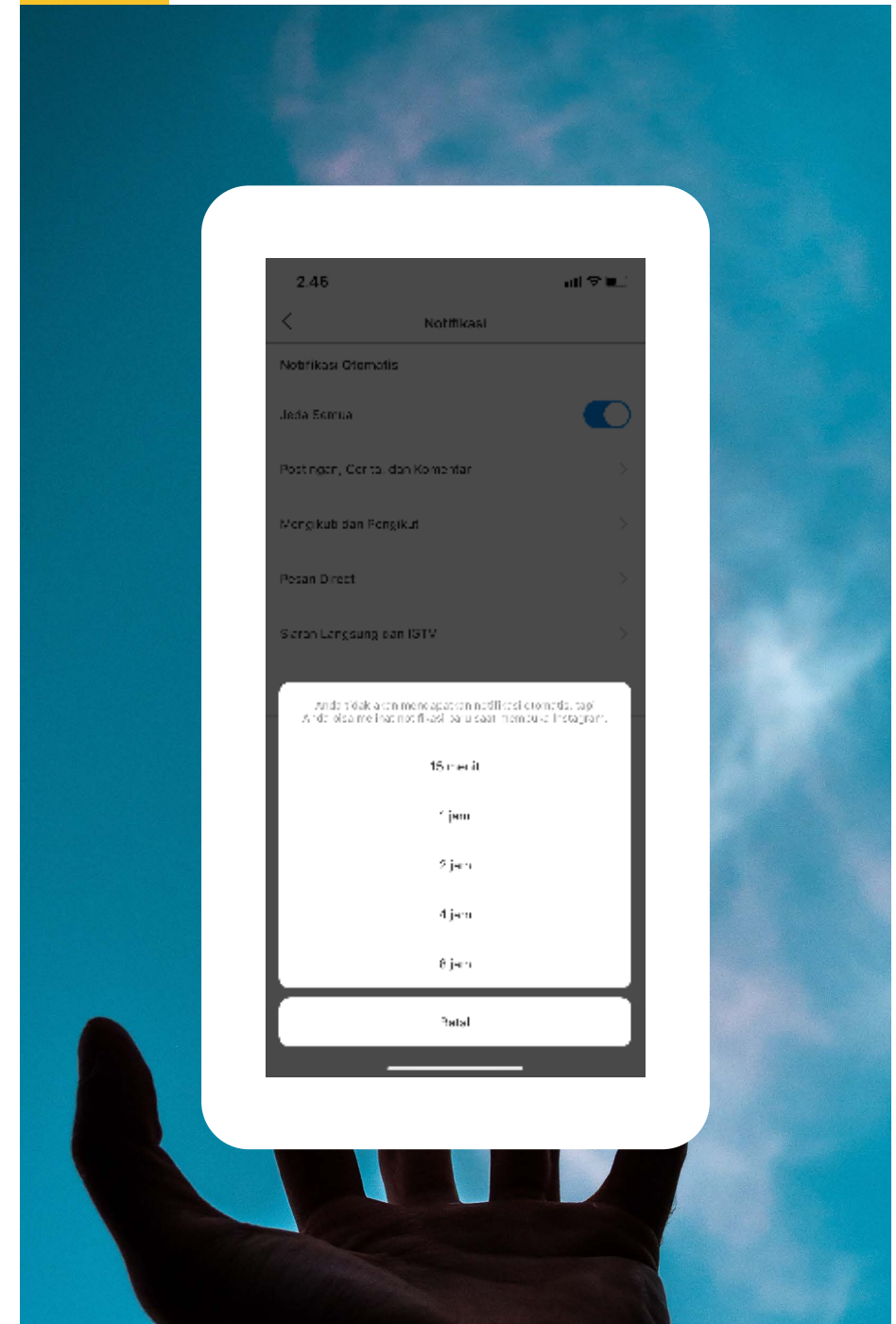
Setel Pengingat Harian

Anak Anda dapat menggunakan fitur 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 saat di mana mereka merasa bahwa mereka tidak ingin mengakses Instagram? Mengaktifkan pengingat harian bersama-sama dapat menjadi cara yang baik untuk berkomunikasi dengan anak Anda tentang cara menggunakan Instagram dengan bijak.



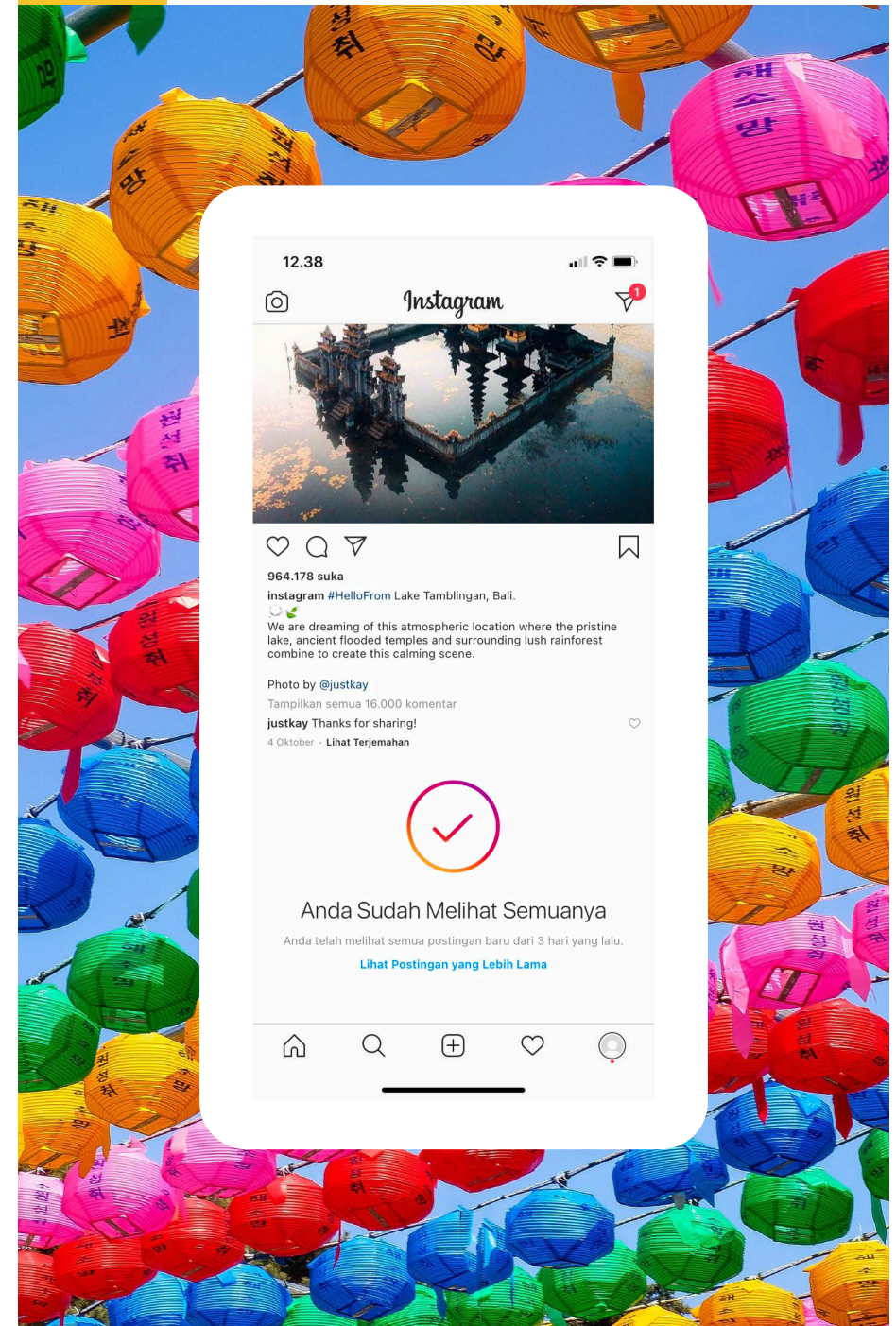
Jeda Notifikasi

Anak Anda dapat menggunakan fitur “Jeda Notifikasi” untuk menonaktifkan notifikasi Instagram selama periode waktu tertentu. Ketika waktu yang ditentukan sudah habis, notifikasi akan kembali muncul sesuai dengan pengaturan awal tanpa harus diatur ulang.



👉 Anda Sudah Melihat Semuanya

Remaja sering merasa takut ketinggalan jika tidak melihat dan berinteraksi dengan semua postingan teman-teman mereka. Saat mereka selesai melihat semua postingan yang ada di Feed, mereka akan mendapatkan notifikasi yang bertuliskan “Anda Sudah Melihat Semuanya.”





Mengelola Keamanan

Banyak orang tua yang khawatir dengan keamanan anak remaja mereka di internet. Kami merasa sangat bertanggung jawab untuk memastikan bahwa Instagram adalah tempat yang positif bagi mereka untuk terhubung dan berbagi dengan orang yang penting bagi mereka.

Di Instagram, kami memiliki beberapa fitur yang dapat membantu Anda dan anak Anda menjaga akun Instagram tetap aman.

“Saat ini, aktivitas-aktivitas kejahatan online seperti peretasan dan *phishing* seringkali terjadi. Oleh karena itu, ajak anak Anda untuk secara aktif mengganti password akun Instagram mereka serta menyalakan autentikasi dua faktor di Instagram agar keamanan akun mereka lebih terjaga. Selain itu, ingatkan anak Anda untuk berhati-hati ketika menerima email atau pesan yang mencurigakan terkait akun Instagram mereka.”

Ersa Mayori, @ersamayori



Autentikasi Dua Faktor

Pastikan akun anak Anda aman dan informasi login mereka tersimpan secara pribadi, terutama ketika mereka menggunakan aplikasi di beberapa perangkat sekaligus. Autentikasi Dua Faktor merupakan lapisan pelindung tambahan untuk memastikan keamanan akun agar terhindar dari penyalahgunaan kata sandi dan fitur ini dapat diaktifkan melalui Pengaturan. Sehingga setiap saat anak Anda mau login ke akun Instagram mereka, mereka akan diminta memasukkan kata sandi dan kode verifikasi yang dikirim melalui aplikasi autentikator atau SMS.

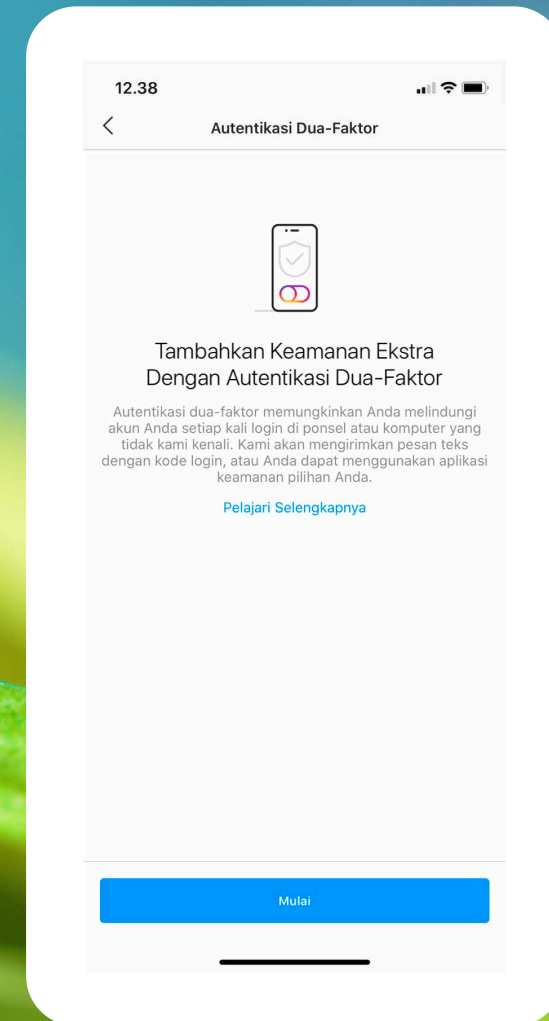




PRODUK | MENGAMANKAN AKUN

Autentikasi Dua Faktor

Jaga keamanan akun dan informasi login anak Anda.



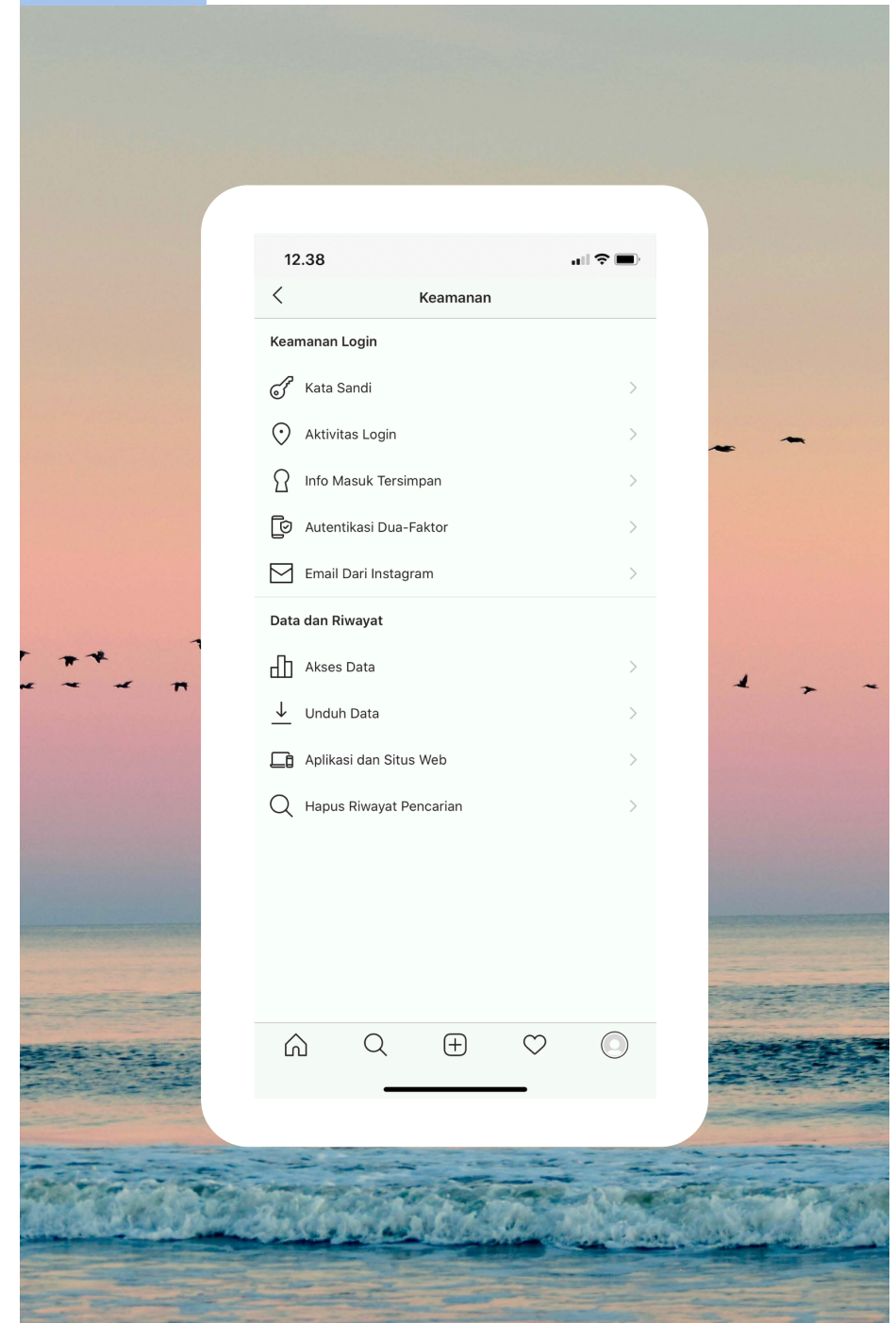
Email dari Instagram

Verifikasi keamanan akun anak Anda dan pastikan agar Anda maupun anak Anda tidak akan melewatkan email penting dari Instagram mengenai akun anak Anda. Perlu diingat bahwa Instagram tidak akan pernah menghubungi anak Anda melalui Pesan Direct atau cara lainnya selain dari yang sudah disetujui di pengaturan aplikasi.



Email dari Instagram

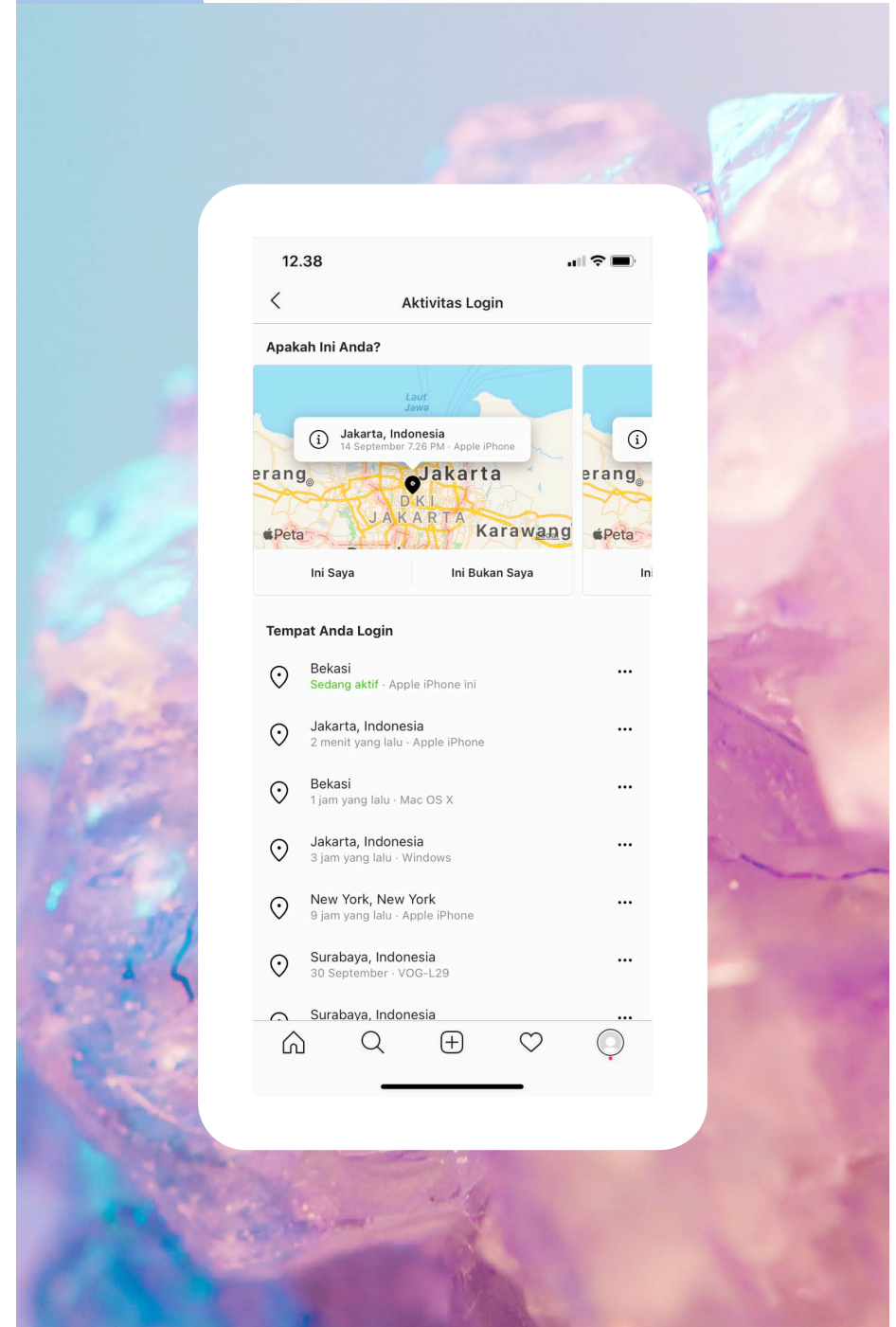
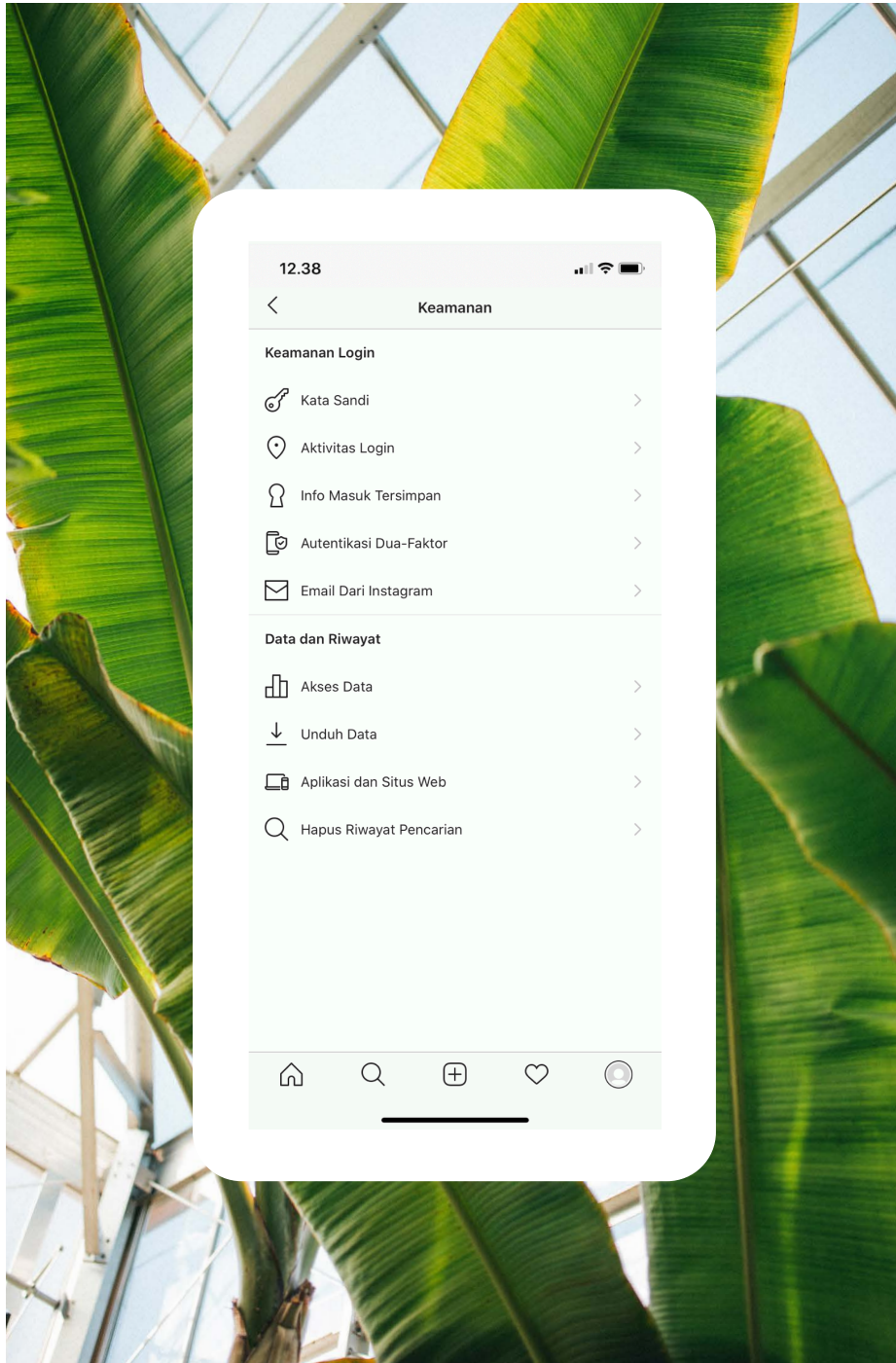
Verifikasi keamanan akun anak Anda dan jangan lewatkan email penting dari Instagram terkait akun anak Anda.



➤ Aktivitas Login

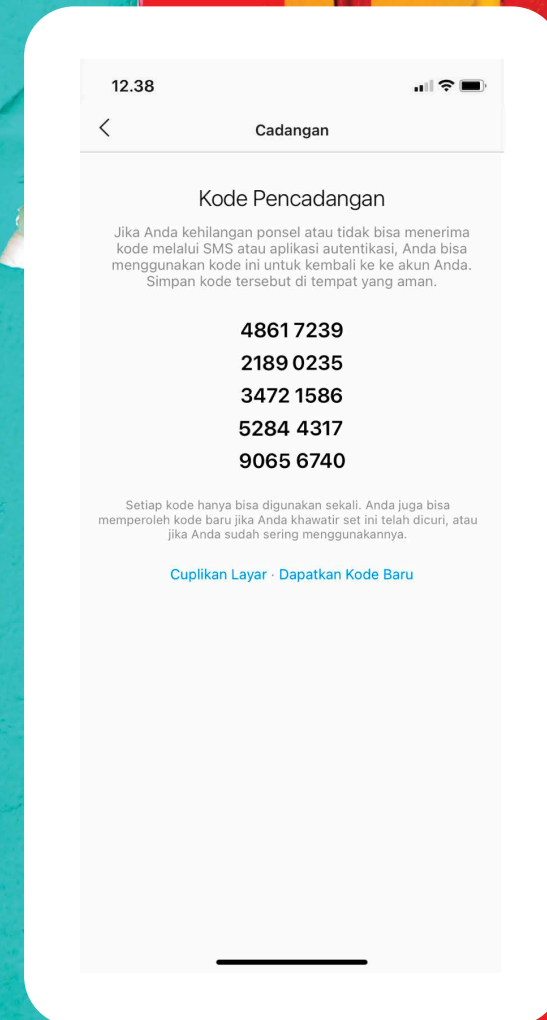
Perangkat anak Anda dapat menyimpan informasi login beberapa akun Instagram sekaligus. Lewat pengaturan aplikasi Instagram, anak Anda dapat menambah atau menghapus informasi login sesuai kebutuhan.





Mengelola Keamanan

Saat Autentikasi Dua Faktor telah aktif, anak Anda akan memiliki akses ke Kode Pencadangan yang memungkinkan mereka untuk login ke akun Instagram saat mereka tidak dapat menerima kode Autentikasi Dua Faktor lewat aplikasi Autentikator maupun SMS.





07 /

Membantu Pengguna Lain

Penting bagi anak Anda untuk tahu apa yang harus mereka lakukan jika mereka mulai mengkhawatirkan kesehatan emosional seseorang di Instagram. Apakah Anda sudah mulai berdiskusi dengan anak mengenai kesehatan mental? Jika belum, Anda dapat memulai pembicaraan seputar topik membantu orang lain secara tulus tanpa menghakimi mereka. Instagram menyediakan beberapa fitur untuk melaporkan tingkah laku yang mengkhawatirkan dan akan dijelaskan lebih lanjut di halaman berikut.

Membantu Pengguna Lain



01 DALAM KEADAAN DARURAT, HUBUNGI PIHAK BERWAJIB

Apabila kondisi fisik seseorang sedang dalam bahaya, segera hubungi 112 atau nomor pihak berwajib untuk mencari bantuan.

02 PERHATIKAN TANDA-TANDA SESEORANG YANG MEMBUTUHKAN BANTUAN

Seize the Awkward, sebuah kampanye dari JED, Yayasan Pencegahan Bunuh Diri Amerika (AFSP) dan Ad Council menyarankan masyarakat untuk menaruh perhatian lebih saat seseorang menunjukkan tanda-tanda seperti berikut:

- Mereka tidak bertingkah laku seperti biasanya
- Mereka lebih berani mengambil risiko dibanding biasanya
- Mereka merasa putus asa
- Mereka mengonsumsi narkoba atau alkohol
- Mereka melukai diri sendiri
- Mereka mulai tidak ingin menghabiskan waktu dengan orang lain
- Pikiran mereka tidak fokus
- Merasa cemas hingga mereka sulit untuk rileks

Apabila seseorang mulai menunjukkan tanda-tanda seperti di atas, kami menyarankan Anda dan anak Anda untuk segera mencoba menghubungi mereka, dan menggunakan fitur pelaporan yang tersedia di Instagram.

03 MENGHUBUNGI MEREKA

Sampaikan kepada anak Anda bahwa sekedar mengirimkan pesan Direct dapat membantu orang lain. Beri tahu orang tersebut bahwa mereka tidak sendirian. Minta anak Anda menanyakan kabar mereka, misalnya, “Sepertinya akhir-akhir ini kamu sering posting meme-meme sedih. Apakah kamu baik-baik saja?” Minta anak Anda menanyakan “Apakah kamu sudah cerita ke orang lain tentang masalahmu?” dapat menjadi salah satu cara untuk mencari tahu apakah mereka memiliki dukungan sosial yang cukup dalam kehidupannya. Anak Anda dapat menyarankan mereka untuk membaca panduan yang bagus perihal masalah ini di SeizeTheAwkward.org, atau Intothelightid.org. Selain itu, anak Anda dapat mendorong mereka menghubungi bantuan profesional secara online melalui aplikasi Riliv.

04 MELAPORKAN

Apabila anak Anda khawatir seseorang mungkin melukai dirinya sendiri, Instagram mengimbau anak Anda untuk melaporkan hal tersebut kepada Instagram agar kami dapat membantu menghubungkan orang tersebut ke informasi maupun sumber pertolongan yang ia butuhkan. Instagram memiliki tim global yang bekerja selama 24 jam sehari, tujuh hari dalam seminggu untuk meninjau laporan sejenis itu. Orang tersebut tidak akan tahu siapa yang melapor, tapi mereka akan mendapatkan bantuan ketika mereka kembali membuka aplikasi Instagram.



08 /

Daftar Istilah Instagram

BLOKIR

Blokir adalah fitur yang dapat digunakan anak Anda jika dia merasa terganggu oleh seseorang di Instagram. Ketika anak Anda memblokir seseorang, orang tersebut tidak akan diberitahu, tapi orang ini tidak akan dapat berinteraksi lagi dengan anak Anda.

KOMENTAR

Komentar adalah sebuah reaksi terhadap konten yang diunggah seseorang di Instagram. Komentar muncul di bawah postingan di Feed anak Anda dan dapat berupa kata-kata atau emoji.

PEDOMAN KOMUNITAS

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

DIRECT ATAU DM

Direct Instagram adalah tempat bagi remaja untuk saling mengirim pesan secara personal maupun dalam sebuah grup. Mereka juga dapat berbagi foto dan video hanya dengan orang yang mereka hubungi di Direct.

EKSPLOR

Eksplor adalah tempat untuk melihat kumpulan foto dan video dari akun dan tagar yang mungkin menarik bagi anak Anda. Isi konten Eksplor setiap pengguna berbeda-beda dan berubah-ubah tergantung dari akun maupun tagar yang anak Anda ikuti.

FEED

Feed adalah tempat dimana anak Anda dapat melihat semua postingan dari akun yang mereka ikuti. Remaja umumnya melihat postingan di Feed sebagai sesuatu yang spesial dan momen yang harus dirayakan. Postingan Feed dapat berupa foto maupun video.

IGTV

IGTV adalah tempat untuk mengunggah konten video yang memiliki durasi hingga satu jam. Anak Anda dapat menonton video dari kreator favorit mereka maupun membuat konten berdurasi panjang versi mereka sendiri.

SIARAN LANGSUNG DAN OBROLAN VIDEO

Anak remaja Anda dapat melakukan siaran langsung dan ditonton oleh pengikutnya. Saat anak Anda melakukan siaran langsung, mereka dapat mengundang teman-temannya untuk bergabung dengan mereka, mengadakan sesi siaran langsung bersama serta meninggalkan komentar dan mengirimkan emoji hati. Anak Anda juga dapat mengobrol menggunakan video melalui fitur Direct dengan jumlah maksimal partisipan 4 orang.

POSTINGAN

Postingan mengacu pada konten yang diunggah anak Anda di Feed maupun Stories. Bentuk postingan dapat berupa video maupun foto.

PROFIL

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

PELAPORAN

Fitur pelaporan adalah cara yang dapat digunakan oleh anak Anda untuk melapor kepada Instagram jika ada postingan, akun, atau komentar yang tidak pantas. Anak Anda dapat melaporkan segala bentuk konten yang mereka yakini telah melanggar Pedoman Komunitas Instagram.

BATASI

Fitur Batasi adalah fitur yang dapat digunakan anak Anda untuk melindungi dirinya dari segala bentuk interaksi yang tidak diinginkan dengan akun tertentu tanpa harus diketahui oleh orang tersebut. Ketika mereka membatasi akun seseorang, komentar dari akun tersebut hanya akan nampak bagi dirinya sendiri. Akun yang dibatasi tidak dapat melihat kapan anak Anda aktif di Instagram atau apakah anak Anda telah membaca pesan direct mereka atau belum.

STORIES

Stories akan hilang secara otomatis dari aplikasi setelah 24 jam, kecuali anak Anda telah mengaktifkan fitur Arsip yang membuat mereka dapat melihat kembali Stories mereka meski sudah hilang dari aplikasi. Setelah itu, mereka juga dapat membagikan konten tersebut ke dalam Sorotan Stories. Siapa pun yang dapat melihat Stories anak Anda dapat melakukan tangkapan layar.



09 /

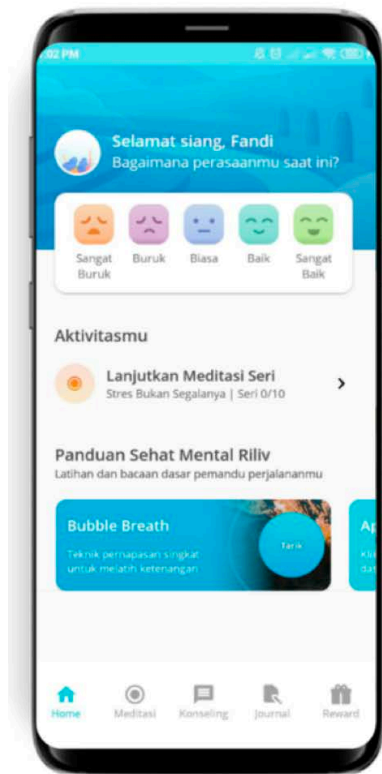
Informasi Tambahan

Untuk mendapatkan lebih banyak informasi dan fitur yang dapat membantu Anda membangun kebiasaan baik dalam bermedia sosial pada anak, kunjungi Parents.Instagram.com.

riliiv

Pelajari Panduan Sehat Mental

Cara mengelola emosi di Aplikasi Riliiv



Menjadi orang tua bukanlah hal yang mudah dan butuh pengelolaan emosi yang baik. Tidak ada sekolah untuk menjadi orang tua dan tidak ada rapor yang menilai apakah kita sudah menjadi orang tua yang baik atau belum.

Namun, selalu ada jalan untuk menjadi yang lebih baik dari sebelumnya. Riliiv akan membantu Anda mengelola emosi, mencatatnya dan hidup lebih sadar akan sekitar Anda. Jika emosi Anda sudah mengganggu aktivitas, Anda dapat segera berkonsultasi dengan psikolog.



Instagram

from
FACEBOOK