

# Literasi Digital bagi Millenial Moms



Indah Wenerda & Intan Rawit Sapanti

 Seri Literasi Digital Japeldi



Fakultas  
Sastra, Budaya  
dan Komunikasi



# **Literasi Digital bagi Millennial *Moms***

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang  
Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta**

1. Hak Cipta adalah hak eksklusif pencipta yang timbul secara otomatis berdasarkan prinsip deklaratif setelah suatu ciptaan diwujudkan dalam bentuk nyata tanpa mengurangi pembatasan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. (Pasal 1 ayat [1]).
2. Pencipta atau Pemegang Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 8 memiliki hak ekonomi untuk melakukan: a. Penerbitan ciptaan; b. Penggandaan ciptaan dalam segala bentuknya; c. Penerjemahan ciptaan; d. Pengadaptasian, pengaransemenan, atau pentransformasian ciptaan; e. pendistribusian ciptaan atau salinannya; f. Pertunjukan Ciptaan; g. Pengumuman ciptaan; h. Komunikasi ciptaan; dan i. Penyewaan ciptaan. (Pasal 9 ayat [1]).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/ atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah). (Pasal 113 ayat [3]).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah). (Pasal 113 ayat [4]).

SERI LITERASI DIGITAL JAPELIDI

# Literasi Digital bagi Millenial *Moms*

Indah Wenerda  
Intan Rawit Sapanti



**Fakultas  
Sastra, Budaya  
dan Komunikasi**



**Katalog Dalam Terbitan (KDT)**

© Indah Wenerda, M.A dan Intan Rawit Sapanti, M.A

*Literasi Digital bagi Millenial Moms /Yogyakarta: Samudra Biru, 2019.*

xii + 46 hlm. ; 15,5 x 23 cm.

ISBN : 978-623-7080-03-9

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun juga tanpa izin tertulis dari penerbit.

Cetakan I, Februari 2019

Penulis	: Indah Wenerda, M.A Intan Rawit Sapanti, M.A
Editor	: Alviana Cahyanti
Sampul & Layout	: Ahmad Taqwim

**Diterbitkan oleh:**

**Penerbit Samudra Biru**

Jln. Jomblangan Gg. Ontoseno B.15 RT 12/30

Banguntapan Bantul DI Yogyakarta

Email: [admin@samudrabiru.co.id](mailto:admin@samudrabiru.co.id)

Website: [www.samudrabiru.co.id](http://www.samudrabiru.co.id)

Call: 0812-2607-5872

WhatsApp Only: 0811-264-4745

**Bekerja sama dengan:**

Fakultas Sastra Budaya dan Komunikasi, UAD

Jalan Ringroad Selatan, Yogyakarta

## Prakata

### Gerakan Nasional Literasi Digital, SIBERKREASI

Kemajuan teknologi menciptakan disrupsi pada kehidupan sehari-hari, mulai dari otomatisasi yang mengancam ragam mata pencaharian, hingga bagaimana masyarakat mencerna dan mengabarkan informasi. Dewasa ini, lebih dari setengah populasi di Indonesia sudah terhubung Internet. Angka penetrasi Internet makin tinggi dari tahun ke tahun. Eric Schmidt, insinyur dari Google, bahkan memprediksikan bahwa tahun 2020 nanti seluruh manusia di dunia akan *online*.

Sayangnya, kemajuan inovasi digital dan kemudahan mengakses Internet masih belum diiringi dengan kualitas sumber daya manusia yang memadai. Bak air maupun api, teknologi juga bisa dilihat sebagai anugerah sekaligus ancaman. Jika tidak dikelola dengan baik dan tidak dimanfaatkan dengan bijaksana, ia bisa jadi sangat berbahaya. Maka dari itulah, Seri Buku Literasi Digital hasil kolaborasi para pemangku kepentingan multisektoral ini kami anggap perlu kembali diluncurkan ke publik.

Gerakan Nasional Literasi Digital Siberkreasi berterima kasih pada para mitra kami yang tanpa lelah mencurahkan waktu dan tenaganya untuk mengedukasi masyarakat. Kedewasaan, kecakapan, dan keamanan dalam menggunakan media digital sangat perlu diperjuangkan. Di balik jutaan kesempatan bagi masyarakat Indonesia pada era transformasi digital, terdapat masalah serius yang sama banyaknya, mulai dari: penyebaran konten negatif, seperti perundungan siber, ujaran kebencian, radikalisme daring, ketergantungan pada gawai, eksploitasi seksual dan pornografi; hingga keterbatasan kompetensi dasar menuju revolusi industri 4.0. Kami percaya bahwa pendidikan adalah pilar paling penting untuk mencegah dan menanggulangi potensi ancaman yang ditimbulkan oleh penyimpangan pemanfaatan teknologi.

Literasi digital telah menjadi keharusan yang mendesak dilakukan dalam skala nasional secara masif, komprehensif, dan sistematis. Presiden Joko Widodo dalam pidato pada Sidang Tahunan MPR RI 2018 telah secara khusus mendorong institusi pendidikan untuk lekas beradaptasi di era revolusi industri 4.0, salah satunya dengan memantapkan kemampuan literasi digital. Sembari mengawal proses tersebut, SiBerkreasi merasa perlu menyatukan pegiat literasi digital dari berbagai disiplin ilmu dan sektor untuk menyediakan sumber ilmu yang berkualitas, mudah dijangkau, serta bebas biaya.

Sasaran literasi digital perlu diperluas, sehingga dalam Seri Buku Literasi Digital kali ini kami dengan bangga mempersembahkan terbitan dari pelbagai kontributor dari bidang keahlian yang majemuk. Tema-tema literasi digital, antara lain: tata kelola digital, pola asuh digital, ekonomi digital, gaya hidup digital, dan kecakapan digital; dapat ditemui untuk dipelajari serta disebarluaskan ke khalayak ramai. Kami harap, para orang tua, siswa, anak-anak, hingga pemerintah daerah, dapat mengambil manfaat penuh dari rangkaian terbitan ini.

Akhir kata, kami ucapkan terima kasih pada seluruh pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam peluncuran Seri Buku Literasi Digital yang kedua. Untuk para pembaca, kami sampaikan selamat menjumpai ilmu baru dan jangan segan menjadi duta literasi digital bagi sekitar.

Ketua Umum SiBerkreasi  
Dedy Permadi

## **Prakata**

### **Jaringan Pegiat Literasi (JAPELIDI)**

Jaringan Pegiat Literasi Digital (Japelidi) adalah komunitas yang sebagian besar terdiri dari akademisi dan pegiat literasi digital yang tersebar di berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Komunitas yang mulai beraktivitas pada tahun 2017 peduli pada beragam upaya untuk meningkatkan kemampuan literasi digital masyarakat Indonesia. Beragam program literasi digital dilakukan baik secara kolaboratif atau di masing-masing perguruan tinggi untuk mengatasi beragam persoalan masyarakat digital.

Salah satu pekerjaan kolaboratif Japelidi yang dilakukan tahun 2017 adalah penelitian peta gerakan literasi digital di Indonesia. Penelitian yang dikoordinatori oleh Program Magister Ilmu Komunikasi Universitas Gadjah Mada (UGM) ini memetakan 342 kegiatan literasi digital dengan melibatkan 56 peneliti dari 26 perguruan tinggi. Salah satu temuan yang menarik dari penelitian ini adalah bahwa ragam yang sering dilakukan dalam kegiatan sosialisasi digital adalah sosialisasi. Sedangkan kelompok sasaran yang paling sering menjadi target beragam gerakan literasi digital adalah kaum muda.

Untuk mendiskusikan hasil penelitian Japelidi sekaligus memetakan berbagai isu terkini terkait literasi digital di Indonesia, Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) menyelenggarakan Konferensi Nasional Literasi Digital pada tanggal 12 September 2017. Konferensi ini diikuti oleh 30 pemakalah dan 200 peserta. Lebih separuh dari makalah yang disampaikan dalam konferensi ini sudah dan akan diterbitkan di Jurnal Informasi UNY. Berbeda dengan kegiatan pada tahun 2017 yang memfokuskan pada kegiatan penelitian dan konferensi, pada tahun 2018 Japelidi melakukan program penerbitan serial buku panduan literasi digital.



Untuk itu, selain mengadakan serial rapat pra-*workshop* di Yogyakarta pada tanggal 21 dan 22 Maret 2018, Japelidi menyelenggarakan *workshop* penulisan pedoman buku literasi digital pada tanggal 27 dan 28 April 2018. *Workshop* yang dijamu oleh Universitas Lambung Mangkurat (Unlam) ini diikuti oleh 30 peserta dari 13 perguruan tinggi di Indonesia dari 9 kota. Salah satu hasil *workshop* ini adalah perumusan 21 proposal buku panduan literasi digital yang direncanakan akan disusun dan diproduksi oleh 21 perguruan tinggi dari 11 kota.

Tujuan dari penerbitan serial buku panduan Japelidi ini adalah untuk menyediakan pustaka yang memadai sekaligus aplikatif sehingga bisa diterapkan secara langsung oleh kelompok sasaran yang dituju. Dengan begitu, buku-buku tersebut bisa dimanfaatkan untuk baik akademisi, pegiat maupun kelompok sasaran kegiatan literasi digital.

Atas terbitnya serial buku panduan literasi digital Japelidi, kami mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya atas bantuan seluruh pihak yang terlibat. Semoga buku-buku ini berhasil menjadi bagian dari peningkatan kemampuan literasi digital masyarakat Indonesia.

Koordinator Japelidi  
Novi Kurnia

## Prakata

### FAKULTAS SASTRA, BUDAYA DAN KOMUNIKASI UAD

Hidup di tengah derasnya informasi era millennial saat ini merupakan tantangan tersendiri bagi masyarakat Indonesia yang merupakan pengguna Internet aktif terbesar di dunia. Pesatnya kemajuan teknologi informasi ini diibaratkan seperti dua sisi mata pisau. Di satu sisi dapat memberikan efek positif bagi penggunaanya, namun di sisi lain dapat memberikan dampak negatif. Saat ini tak terhitung lagi banyaknya penyebaran berita palsu, tidak valid, hoax bahkan beragam modus kejahatan *cyber* yang merajalela saat ini.

Oleh karena itu, literasi digital sangat diperlukan untuk mengedukasi masyarakat Indonesia pengguna internet, dalam hal ini khususnya ditujukan kepada para *Millenial Mom* Indonesia. *Millenial mom* memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi, bekerja di luar rumah, dan memiliki intensitas tinggi dalam berinteraksi dengan teknologi. Hal ini membuat para *millennial mom* bergantung pada media baru dalam mencari informasi yang dibutuhkan terkait kesehatan ibu dan anak. Tentunya tidak semua informasi di media baru itu benar dan diterima mentah-mentah begitu saja tanpa disaring dan dipilah-pilah.

Buku panduan ini hadir untuk memberikan solusi mengenai persoalan apa yang harus dilakukan oleh *millennial mom* dalam menyaring informasi mengenai kesehatan ibu dan anak. Buku ini menyajikan 10 tahapan literasi digital yang terbagi dalam dua bagian besar. Pertama, penjelasan mengenai konsep literasi digital dan 10 tahapan literasi digital yang dikembangkan oleh Jaringan Pegiat Literasi Digital (Japelidi). Kedua, penjelasan mengenai 10 tahapan literasi digital Japelidi yang dapat dilakukan oleh *millennial mom* dalam menyikapi berbagai macam informasi mengenai kesehatan ibu dan anak yang diperoleh dari sosial media, internet, atau sumber online lainnya.

Besar harapan kami agar buku panduan ini dapat bermanfaat dalam memberikan edukasi literasi digital kepada masyarakat khususnya kaum *millennial mom* di Indonesia.

Dekan Fakultas Sastra, Budaya, dan Komunikasi  
Drs. Nizam Ahsani, M.Hum

# Daftar isi

Prakata Gerakan Nasional Literasi Digital SiBerkreasi .....	v
Prakata Jaringan Pegiat Literasi Digital (Japelidi) .....	vii
Prakata Fakultas Sastra Budaya dan Komunikasi UAD .....	ix
Daftar Isi .....	xi
<b>Pentingnya Kesehatan Ibu dan Anak Indonesia .....</b>	<b>2</b>
<b>Apa itu Literasi Digital dan 10 Tahapan Literasi Digital ala</b>	
<b>Japelidi .....</b>	<b>4</b>
<b>Siapakah <i>Millenial Moms</i>? .....</b>	<b>12</b>
<b>Literasi Digital bagi <i>Millenial Moms</i>.....</b>	<b>15</b>
<b>Tahapan Satu</b>	
Mengakses Informasi Kesehatan Ibu dan Anak melalui Media Online .....	16
<b>Tahapan Dua</b>	
Menyeleksi Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	20
<b>Tahapan Tiga</b>	
Memahami Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	24
<b>Tahapan Empat</b>	
Menganalisis Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	26
<b>Tahapan Lima</b>	
Memverifikasi Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	28
<b>Tahapan Enam</b>	
Mengevaluasi Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	30
<b>Tahapan Tujuh</b>	
Mendistribusikan Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	32
<b>Tahapan Delapan</b>	
Memproduksi Informasi Kesehatan Ibu dan Anak .....	34

## **Tahapan Sembilan**

Berpartisipasi dalam Mengelola Informasi Kesehatan

Ibu dan Anak..... 36

## **Tahapan Sepuluh**

Berkolaborasi dalam Mengelola Informasi Kesehatan

Ibu dan Anak.....38

**Penutup**..... 40

Daftar Pustaka..... 42

Penghargaan ..... 43

Tentang Penulis ..... 44

Lampiran: Daftar Akun Media Sosial dan Komunitas Online

Terkait Kesehatan Ibu dan Anak ..... 45



## PENTINGNYA KESEHATAN IBU DAN ANAK INDONESIA

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 54 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga—keluarga didefinisikan sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami istri, atau suami, istri, dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya. Kemudian berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga Berencana, dan Sistem Informasi Keluarga, menyebutkan pembangunan keluarga dilakukan dalam rangka mewujudkan keluarga berkualitas yang hidup dalam lingkungan yang sehat. Selain lingkungan sehat, juga didukung dengan kondisi kesehatan tiap anggota keluarga .

Sebagai satu komponen yang tidak dapat dipisahkan dari masyarakat, keluarga berperan dalam optimalisasi kesehatan melalui pemenuhan kebutuhan gizi dan jaminan kesehatan seluruh anggota keluarga. Namun ibu dan anak merupakan kelompok rentan dalam pencapaian optimalisasi tersebut. Hal ini terkait pada fase kehamilan, persalinan, dan nifas pada ibu, dan fase tumbuh kembang pada anak. Akibatnya kelompok ibu dan anak mendapatkan posisi yang prioritas dalam penyelenggaraan upaya kesehatan.

Pada ibu terdapat istilah angka kematian ibu (AKI)—yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas. Sebagai upaya penurunan AKI pemerintah membuat program *safe motherhood initiative* pada tahun 1990, yaitu sebuah program yang memastikan perawatan agar selamat dan sehat selama kehamilan dan persalinan . Kemudian tahun 1996 dengan Gerakan Sayang Ibu, tahun 2000 menggalakkan *Making Pregnancy Safer*, dan pada tahun 2012 melalui program *Expanding Maternal dan Neonatal Survival* (EMAS) yang juga dalam rangka menurunkan AKI.

Selanjutnya pada anak, terdapat juga upaya pemeliharaan kesehatan yang ditujukan untuk mempersiapkan generasi yang sehat, cerdas, dan berkualitas serta menurunkan angka kematian anak. Upaya penurunan tersebut dilakukan sejak berada dalam kandungan, dilahirkan, setelah dilahirkan, dan hingga berusia 18 tahun. Indikator angka kematian anak yakni angka kematian neonatal (AKN), angka kematian bayi (AKB), dan angka kematian balita (AKABA). AKN memberi kontribusi 59% terhadap kematian bayi, sehingga penting dilakukan berbagai upaya kesehatan kepada anak. Diantaranya penanganan komplikasi neonatal, pelayanan kesehatan neonatal, imunisasi dasar, pelayanan kesehatan pada siswa SD dan remaja.

Salah satu upaya intervensi kesehatan yang paling *cost-effective* (murah) adalah melalui imunisasi, karena melalui imunisasi dapat mencegah dan mengurangi kejadian sakit, kecacatan, dan kematian. Program imunisasi dapat diberikan kepada populasi yang dianggap rentan terjangkit penyakit menular, seperti bayi, balita, anak-anak, wanita usia subur, dan ibu hamil. Kemudian pemenuhan gizi juga diupayakan dalam optimalisasi kesehatan, seperti pemberian ASI eksklusif, pemberian vitamin A pada balita 6-59 bulan, penimbangan, dan status gizi balita, serta gizi ibu hamil. Di Indonesia stunting masih menjadi masalah besar, karena pada tahun 2017 hampir mencapai 29,6 %. Stunting adalah salah satu masalah gizi kronis yang dapat menyebabkan tinggi anak tidak pada standarnya.

Program-program pemerintah di atas terkait kesehatan ibu dan anak yang sudah dirancang sedemikian rupa untuk menurunkan angka kematian ibu dan anak, yakni dengan meningkatkan kualitas kesehatan dan tumbuh kembang ibu dan anak. Kondisi idealnya, para ibu dan calon ibu dapat mengikuti program-program yang sudah dicanangkan oleh pemerintah dan jika menemui kendala atau permasalahan bisa berkonsultasi dengan tenaga medis profesional maupun para praktisi kesehatan.



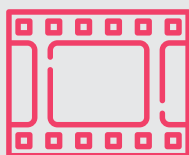
APA ITU

# LITERASI DIGITAL

DAN SEPULUH

TAHAPAN LITERASI DIGITAL

JAPELIDI



Perkembangan media baru yang dimulai dari internet dalam bentuknya yang paling awal sampai dengan yang paling mutakhir, yaitu media sosial sekarang ini, menunjukkan bahwa media baru berkembang dengan dinamis dan sangat cepat. Berdasarkan perkembangannya, terdapat tiga fase perkembangan internet sampai dengan munculnya media sosial. Perkembangan itu adalah sebagai berikut: fase *web 1.0*, adalah sistem berjejaringan berbasis komputer dari kognisi manusia. Internet pada fase ini tidak berbeda jauh dengan media massa yang lebih berfungsi mendistribusikan konten dan tidak memberikan kesempatan bagi pihak lain berperan dalam produksi konten yang sama. Konten yang ada tidak bisa dikomentari dan disebarluaskan kembali dengan cepat. Produsen dan pengguna konten juga masih terpisah dan posisi keduanya tidak bisa dipertukarkan.

Fase *web 2.0* adalah sistem berjejaringan berbasis komputer dari komunikasi manusia. Pada fase ini internet memungkinkan terjadinya komunikasi secara langsung berbagai pihak dengan fleksibel. Konten sudah bisa diberi *feedback* dengan langsung dan disebarluaskan kembali. Posisi produsen dan pengguna konten dapat saling bertukar peran. Fase *web 3.0* adalah sistem berjejaringan berbasis komputer dari kerjasama (*co-operation*) manusia. Pada fase ini satu individu bisa berkomunikasi dengan banyak pengguna lain dalam suatu ketika. Para pengguna secara kolektif dapat memproduksi konten dalam skala besar, terbentuk juga suatu sistem di mana para pengguna bisa saling berbagi informasi dan bertransaksi. Era berbagi melalui berbagai aplikasi dan media sosial termasuk dalam fase terakhir dari perkembangan internet (Fuchs, 2014: 44). Dengan demikian, literasi digital berkaitan dengan media baru yang memiliki karakter sebagai berikut: (1) *digitization* dan konvergensi; (2) interaktivitas; dan (3) *network* dan *networking* (Flew, 2014). Ketiga karakter tersebut adalah fungsi yang memperluas fungsi media massa di mana konvergensi, interaktivitas, dan keberadaan jaringan membawa konsekuensi baru ketika berkomunikasi.

(2) interaktivitas; dan (3) *network* dan *networking* (Flew, 2014). Ketiga karakter tersebut adalah fungsi yang memperluas fungsi media massa di mana konvergensi, interaktivitas, dan keberadaan jaringan membawa konsekuensi baru ketika berkomunikasi.

Literasi digital, seperti halnya literasi media, memiliki tiga elemen (Potter, 2004; Potter, 2014). Elemen pertama adalah kompetensi atau kecakapan yang mesti dimiliki oleh individu ketika mengakses media baru. Kecakapan ini adalah unsur utama dan terpenting. Elemen kedua adalah lokus personal, yaitu individu yang berinteraksi dengan individu lain. Pada titik ini, konsekuensi sosial dari literasi digital menjadi sangat penting. Literasi digital berguna ketika individu memerlukannya. Misalnya, literasi *game* daring akan lebih berguna untuk para remaja yang mengakses *game* daring, bukan untuk orang dewasa yang tidak atau jarang mengakses *game* daring. Lokus personal tidak hanya berkaitan dengan diri melainkan juga dengan individu berinteraksi dengan individu lain dan komunitas. Dengan demikian lokus personal juga memiliki konsekuensi sosial. Ketika berhadapan dengan media baru, individu dapat memiliki tiga posisi yaitu: individu yang termediasi, individu yang virtual, dan individu yang berjaringan (berbagi dan kolaborasi dengan individu lain melalui media baru) (Bolter & Grusin, 1999). Elemen ketiga adalah struktur pengetahuan. Literasi digital pada akhirnya akan menjadikan individu memiliki pengetahuan yang baik mengenai informasi dan dunia sosial yang dijalaninya.

## Sepuluh Tahapan Kompetensi Literasi Digital Japelidi

Kompetensi adalah elemen terpenting dalam literasi digital. Kompetensi dapat dipelajari dan dikuasai oleh individu. Kompetensi juga merupakan keterampilan yang bertahap dan penguasaan kompetensi yang lebih mendasar diperlukan untuk menguasai kompetensi selanjutnya. Kompetensi literasi digital terdiri dari dua jenis, yaitu literasi digital fungsional dan literasi digital kritis (Chen, Wu, & Wang, 2011; Lin, Li, Deng, & Lee, 2013). Walaupun bersumber utama dari artikel Chen, Wu, dan Wang, Japelidi melakukan *review* khusus dengan memberikan penekanan yang berbeda pada masing-masing kompetensi dan memberikan nama baru untuk kompetensi kesembilan dan kesepuluh. Berikut ini adalah sepuluh kompetensi literasi digital yang digunakan di dalam buku panduan ini :

# 10

## KOMPETENSI LITERASI DIGITAL JAPALIDI

1. Mengakses
2. Menyeleksi
3. Memahami
4. Menganalisis
5. Memverifikasi
6. Mengevaluasi
7. Mendistribusikan
8. Memproduksi
9. Berpartisipasi
10. Berkolaborasi

## Kompetensi pertama adalah mengakses

Kompetensi mengakses mengacu pada serangkaian keterampilan teknis yang diperlukan bagi seorang individu ketika berinteraksi dengan media baru. Contohnya adalah seorang individu membutuhkan informasi mengenai cara mengoperasikan komputer sebelum mengolah konten yang akan diunggah di media baru, bagaimana untuk mencari/menemukan informasi, bagaimana menggunakan teknologi informasi (misalnya internet), dan sebagainya.

## Menyeleksi adalah kompetensi kedua

Kompetensi ini adalah kemampuan individu untuk memilih dan memilah informasi yang didapatkannya dari media baru. Individu yang menguasai kompetensi ini akan membuang informasi yang tidak diperlukan atau informasi yang tidak benar.

## Kompetensi ketiga adalah memahami

Memahami adalah kompetensi yang mengacu pada kemampuan individu untuk memahami makna dari konten di media baru pada tingkat literal. Contohnya kemampuan untuk menangkap pesan orang lain, juga ide-ide individu yang dipublikasikan pada *platform* yang berbeda (misalnya buku, video, *blog*, *Facebook*, dll), dan untuk menafsirkan makna dalam bentuk pendek baru atau *emoticon*. Secara khusus, individu harus mampu bereksperimen dengan lingkungan mereka untuk memecahkan masalah, untuk menafsirkan dan membangun model dinamis, untuk memindai lingkungan mereka dan pergeseran fleksibel ke informasi penting, dan untuk menangani arus informasi di berbagai jenis dan media.

### **Kompetensi berikutnya adalah menganalisis.**

Kompetensi keempat ini mengacu pada kemampuan individu untuk mendekonstruksi konten di media baru. Kompetensi ini dapat dilihat sebagai analisis tekstual semiotik yang berfokus pada bahasa, genre, dan kode beberapa jenis dan media. Kompetensi ini menjadikan individu menyadari cara produksi konten, format (misalnya pengembangan konten media yang menggunakan bahasa kreatif dengan aturan tertentu), dan audiens atau pengguna (misalnya interpretasi pesan media akan bervariasi pada seluruh individu) ketika mereka mendekonstruksi pesan media. Kompetensi ini secara konsisten menekankan bahwa individu seharusnya tidak hanya melihat konten di dalam media baru sebagai pengamat netral realitas, tetapi mengakui produksi konten sebagai proses subjektif dan sosial.

### **Kompetensi kelima adalah memverifikasi.**

Kompetensi memverifikasi mengacu pada kemampuan individu untuk mengkombinasi konten di media baru dengan mengintegrasikan sudut pandang mereka sendiri dan untuk merekonstruksi pesan media. Misalnya, individu diharapkan untuk membandingkan berita dengan tema yang sama dari sumber yang berbeda. Kompetensi ini mengacu pada kemampuan untuk mengambil cuplikan konten dan menggabungkannya dengan makna tertentu. Ketika individu memadukan konten media, mereka akan menghargai “struktur dan makna terpendam” dari konten atau bahasa.

### **Mengevaluasi adalah kompetensi yang keenam.**

Kecakapan ini mencakup kemampuan individu untuk mempertanyakan, mengkritik, dan menguji kredibilitas konten di media baru. Kecakapan ini merupakan kecakapan dengan level yang lebih tinggi dibandingkan dengan dua kecakapan sebelumnya dan membutuhkan kritisisme individu penggunanya. Kecakapan ini membutuhkan kemampuan individu untuk memaknai konten di media baru dengan mempertimbangkan isu-isu seperti identitas,

sebelumnya dan membutuhkan kritisisme individu penggunanya. Kecakapan ini membutuhkan kemampuan individu untuk memaknai konten di media baru dengan mempertimbangkan isu- isu seperti identitas, relasi kuasa, dan ideologi. Lebih penting lagi, evaluasi juga melibatkan proses pengambilan keputusan. Misalnya, membandingkan harga dari vendor yang berbeda melalui internet adalah tindakan sintesis, sementara membuat keputusan vendor mana yang akan dibeli adalah tindakan evaluasi.

### **Kompetensi ketujuh adalah mendistribusikan.**

Kompetensi mendistribusikan berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyebarkan informasi yang ada di tangan mereka. Dibandingkan dengan kecakapan prosumsi, kecakapan ini biasanya melibatkan proses berbagi. Contoh yang relevan termasuk kemampuan individu untuk menggunakan fungsi *build-in* pada situs jaringan sosial untuk berbagi perasaan mereka (misalnya seperti suka/tidak suka), untuk berbagi pesan media, dan untuk menilai/orang untuk produk/jasa. Kecakapan ini juga berfokus pada “kemampuan untuk mencari, mensintesis, dan menyebarkan informasi” dalam jaringan.

### **Kompetensi kedelapan adalah memproduksi.**

Kecakapan ini melibatkan kemampuan untuk menduplikasi (sebagian atau seluruhnya) konten. Tindakan produksi termasuk pemindaian (atau mengetik) dokumen *hardcopy* ke dalam format digital, memproduksi klip video dengan menggabungkan gambar dan materi audio, dan menulis daring melalui *blog* atau Facebook. Kecakapan ini mengacu pada kemampuan untuk berinteraksi secara bermakna dengan perangkat yang memperluas kapasitas mental, juga pada kemampuan untuk menangani alur informasi dan narasi di beberapa jenis konten dan sumber media.

## Kompetensi kesembilan adalah berpartisipasi.

Kecakapan ini dekat dengan budaya partisipatif yang mengacu pada kemampuan untuk terlibat secara interaktif dan kritis dalam lingkungan media baru. Misalnya, individu diharapkan untuk secara aktif ikut membangun dan memperbaiki salah satu ide-ide orang lain dalam media platform tertentu (misalnya *blog*, *chat room*, Skype, Facebook, dll). Dengan kata lain, kecakapan ini menyatukan pengetahuan dan membandingkan catatan dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama.

Berpartisipasi akan membutuhkan keterlibatan individu yang konstan dan interaktif untuk konstruksi konten. Dibandingkan dengan delapan kecakapan sebelumnya, berpartisipasi berfokus secara eksplisit pada koneksi sosial yang menghargai kontribusi masing-masing individu.

## Kompetensi kesepuluh atau terakhir adalah berkolaborasi.

Kecakapan ini mengacu pada kemampuan untuk membuat konten di media baru, terutama berkaitan dengan pemahaman kritis dan mengacu pada nilai-nilai sosial budaya dan masalah ideologi. Tidak seperti kecakapan berpartisipasi, kecakapan berkreasi biasanya membutuhkan inisiatif dari individu sendiri dibandingkan dengan interaksi bilateral antara individu. Misalnya, inisiasi pertama dari sebuah *thread* dengan kekritisannya akan penciptaan; sedangkan refleksi berikutnya (komentar/reaksi dari *thread* tersebut) akan dilihat sebagai tindakan partisipasi.

**Kompetensi berpartisipasi dan berkolaborasi adalah kompetensi yang unik dan khas yang diformulasikan oleh Japelidi dan sangat berkaitan dengan konsekuensi sosial dari literasi digital.**

**Kompetensi ini tidak hanya berguna bagi kompetensi individu semata, tetapi juga bagi kompetensi kolektif (sosial).**



# SIAPAKAH MILLENNIAL MOMS?



**Millennial moms** adalah ibu-ibu yang lahir di era antara 80-an dan akhir 90-an yang tumbuh dan berkembang di dekade pertama era millenium. Mereka tumbuh dan besar bersama teknologi pintar dan canggih (*smart tech*), internet dan juga media sosial. Kehidupan para *millennial moms* akan sangat sering bersinggungan dengan teknologi, internet, dan media sosial. Termasuk ketika pada saat para generasi 80-an dan 90-an ini memasuki fase menjadi mom, sehingga mereka lebih sering menonton internet dan media sosial mereka pada saat membesarkan anak mereka

*Millennial moms* jauh lebih cerdas dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Rata-rata *millennial mom* memiliki latar belakang minimal gelar sarjana, Sehingga dibutuhkan pendekatan yang lebih cerdas dan lebih berpengetahuan untuk mengenal dan memberikan pemahaman kepada para *millennial moms*. Adweek mengatakan bahwa hampir sebagian besar *millennial moms* menghabiskan sekitar 8 jam untuk bekerja, sehingga mereka menggunakan media dalam mencari informasi ketika harus membuat keputusan. *Millennial mom* lebih sering menggunakan *smartphone* mereka sebagai bala bantuan dalam mencari informasi terkait kesehatan ibu dan anak.

Berdasarkan data dari APJII 2016 dan data lain yang dihimpun situs [theAsianparent.com](http://theAsianparent.com) melalui Survei Digital Mom di Indonesia 2017 juga menyebutkan 1070 ibu-ibu muda (yang selanjutnya akan disebut dengan *millennial moms*) di Jakarta, Surabaya, Medan dan Bandung menggarisbawahi bahwa mereka adalah pengguna aktif internet. Hal-hal yang menyebabkan mengapa *millennial moms* di Indonesia lebih aktif menggunakan internet diantaranya adalah:

1. *Millennial moms* adalah pengambil keputusan atas pembelian alat rumah tangga.
2. Menjadi seorang ibu adalah pekerjaan tersibuk sehingga mereka tidak mempunyai banyak waktu untuk mencari referensi lain seperti media konvensional.
3. *Millennial moms* di Indonesia adalah pengguna aktif *smartphone* dalam menjelajahi web pada saat berpergian.
4. Kegiatan favorit *millennial moms* di Indonesia adalah membaca ilmu seputar pengasuhan anak, mencari resep, dan

referensi lain seperti media konvensional.

3. *Millennial moms* di Indonesia adalah pengguna aktif smartphone dalam menjelajahi web pada saat berpergian.
4. Kegiatan favorit *millennial moms* di Indonesia adalah membaca ilmu seputar pengasuhan anak, mencari resep, dan mencari sumber informasi tentang kesehatan. Sangat sedikit ibu-ibu di Indonesia yang menggunakan tenaga kesehatan profesional dalam mendapatkan tips pengasuhan anak.
5. *Millennial moms* di Indonesia menggunakan internet sebagai sarana pada saat kerja dan sekaligus untuk bermain. Mereka dapat melakukan pekerjaan sekaligus seperti mengupload foto anaknya di media sosial saat mereka membaca email pekerjaan mereka. Perbandingan penggunaan internet untuk pekerjaan dan penggunaan pribadi, 53,5% untuk pekerjaan sedangkan 62% untuk penggunaan pribadi.

## LITERASI DIGITAL BAGI *MILLENNIAL MOMS*

Persoalan kesehatan ibu dan anak merupakan persoalan yang cukup pelik, karena mencakup kesehatan ibu pada masa kehamilan, kelahiran, pasca kelahiran anak, pemberian ASI, MPASI bahkan sampai ketika seorang ibu dihadapkan kepada permasalahan kesehatan lainnya yang terjadi sewaktu-waktu dalam rumah tangga. Namun, karena kesibukan dengan pekerjaan lain seorang *millennial moms* akan mencari alternatif solusi yang cepat dan dapat diandalkan tanpa menghabiskan waktu yang banyak. Internet dan media sosial adalah jawabannya. Permasalahan selanjutnya adalah internet menyediakan informasi yang cenderung tidak terbatas dari segi kuantitas maupun kualitasnya dalam waktu yang sangat cepat, dengan demikian seorang *millennial moms* harus bijak dalam menggunakan akses internet dalam mencari informasi ibu dan anak. Namun, bagaimana caranya? Selanjutnya akan diberikan paparan dan penjelasan mengenai 10 tahap literasi digital agar *millennial moms* semakin bijak menyikapi informasi di media baru.

## TAHAPAN SATU

### MENGAKSES INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK MELALUI MEDIA ONLINE



## **Moms, pahami teknis mengakses informasi kesehatan ibu dan anak melalui internet, media sosial dan grup online lainnya!**

Menurut survei yang penulis lakukan, akses informasi yang paling banyak digunakan dan digemari oleh para *millennial moms* adalah media sosial Instagram. Instagram merupakan aplikasi mobile berbasis iOS, Android dan Windows Phone dimana pengguna dapat membidik, meng-edit, dan mem-posting foto atau video ke halaman utama Instagram dan jejaring sosial lainnya seperti Twitter, Facebook, Tumblr atau media sosial lainnya. Foto atau video yang telah diunggah akan terpampang di *feed* pengguna lain yang menjadi *follower* Anda. Sistem pertemanan di Instagram menggunakan istilah *following* (yang anda ikuti) dan *follower* (yang mengikuti/berteman dengan Anda).

Adapun fitur-fitur Instagram yang dapat digunakan oleh para *millennial moms* adalah fitur kamera, editor, tag dan hashtag, caption, Instagram story, serta integrasi ke media sosialnya. Fitur tag dan hashtag ini memudahkan pengguna untuk mencari informasi yang dibutuhkan dengan cara mengetik kata kunci yang diawali dengan tanda pagar/tagar (#), setelah di-*search* menggunakan tagar dan kata kunci maka akan muncul beragam informasi yang dibutuhkan. Hal ini sangat memudahkan *millennial moms* dalam mendapatkan informasi terkait kesehatan ibu dan anak.

Contohnya, ketika seorang ibu masih awam mengenai menu MPASI untuk balitanya, sang ibu cukup mengetik kata kunci #menuMPASI di kolom *Search* Instagram. Setelah itu akan muncul beragam pilihan menu MPASI yang dapat diaplikasikan ke menu sehari-hari balitanya. Begitu juga dengan pencarian informasi lainnya, misal tentang cara menyimpan ASIP, manajemen pumping bagi ibu bekerja, mengatasi *babyblues*, maupun persoalan tumbuh kembang anak lainnya.

Jika *millennial moms* ingin menyimpan informasi yang diperoleh melalui foto, video atau caption dari sebuah akun instagram, anda dapat menggunakan fitur 'saved' yang memiliki simbol *stickynote* yang terdapat di pojok kanan bawah postingan foto atau video.

Para *millennial moms* saat ini lebih menyukai Instagram karena lebih menarik secara visual dan *user friendly* serta memiliki fitur-fitur yang lebih memudahkan *millennial moms* dalam mencari informasi. Salah satunya fitur Instagram Story yang memungkinkan pengguna untuk mengadakan polling atau memberikan pertanyaan, dengan tujuan untuk mendapatkan *feedback* atau respon dari pengguna lain.

Media sosial lainnya yang sering digunakan oleh para *millennial moms* untuk mencari dan bertukar informasi tentang kesehatan ibu dan anak adalah Facebook. Menurut hasil kuesioner yang telah dilakukan penulis, para *millennial moms* juga menggunakan alternatif Facebook dengan mengikuti grup atau komunitas *parenting*. Mereka dapat mengikuti grup atau komunitas sesuai dengan kebutuhan, misalnya grup HHBF MPASI, grup AIMI ASI, *Indonesia Rare Disorder*, Rumah Ramah Rubella, dan komunitas lainnya. Untuk dapat menjadi anggota dari sebuah grup/komunitas Facebook yang ada, *millennial moms* harus mengirimkan permintaan menjadi anggota terlebih dahulu kepada admin grup tersebut. Keunggulan mengikuti grup/komunitas ini, *millennial moms* dapat bertukar pikiran atau berbagi pengalaman dengan ibu-ibu lain yang mengalami hal yang sama.

Aplikasi pesan Whatsapp juga menjadi alternatif para *millennial moms* dalam mencari informasi kesehatan ibu dan anak. Para *millennial moms* dapat menggunakan aplikasi pesan ini secara personal atau mengikuti grup Whatsapp yang sudah ada. *Millennial moms* dapat mencari informasi dengan bertanya secara personal kepada anggota grup atau bertanya langsung ke seluruh anggota grup Whatsapp jika menginginkan banyak respon. Untuk dapat mengikuti grup Whatsapp, biasanya atas rekomendasi teman atau informasi dari sebuah workshop *parenting* atau kesehatan ibu dan anak yang pernah diikuti. Melalui grup ini, para *millennial moms* dapat secara aktif bertanya mengenai problematika yang dihadapi atau dapat merespon dengan memberikan saran berdasarkan

anggota grup Whatsapp jika menginginkan banyak respon. Untuk dapat mengikuti grup Whatsapp, biasanya atas rekomendasi teman atau informasi dari sebuah workshop *parenting* atau kesehatan ibu dan anak yang pernah diikuti. Melalui grup ini, para *millennial moms* dapat secara aktif bertanya mengenai problematika yang dihadapi atau dapat merespon dengan memberikan saran berdasarkan pengalaman yang pernah dihadapi.

Contoh penggunaan grup Whatsapp sebagai media alternatif para *millennial moms* dalam mencari informasi kesehatan ibu dan anak adalah Whatsapp group (WAG) "Ibu Hamil Sewon". WAG "Ibu Hamil Sewon" adalah salah satu penerapan teori ekologi level *microsystem* yang berhasil dan dikembangkan ke tahapan *mesosystem* yang terjadi dalam aplikasi perpesanan Whatsapp. Untuk level *microsystem* ditunjukkan melalui hubungan antara suami, istri, dan anak yang terjadi di dalam rumah. Penerapan *mesosystem* itu sendiri ditunjukkan melalui hubungan yang terjalin antara istri/ibu baru/suami/ayah baru dengan beberapa institusi/afiliasi seperti halnya terhubung dengan media sosial, atau institusi lainnya yang ikut berpartisipasi.

### **Pastikan akses dan rujuk informasi kesehatan dari pakar kesehatan, ya *moms*!**

Dengan adanya beberapa sosial media dan aplikasi pesan yang diikuti, *millennial moms* dapat dengan mudah dan praktis mendapatkan informasi kesehatan yang dibutuhkan tanpa membuang banyak waktu dan tenaga. Namun sebaiknya tetap mencari referensi lain dengan berkonsultasi kepada praktisi kesehatan seperti dokter, bidan, atau tenaga medis lainnya *moms*.



## TAHAPAN DUA

# MENYELEKSI INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Pilih dan pilah sumber informasi yang diperoleh ya moms!

Berdasarkan survei yang dilakukan penulis sumber informasi kesehatan ibu dan anak diperoleh dari media sosial Instagram dan aplikasi chat Whatsapp. Informasi dari Instagram dapat diperoleh oleh para *millennial moms* dengan mengikuti beberapa akun Instagram yang memiliki info kesehatan ibu dan anak. Namun tidak jarang, para *millennial moms* sering menjadikan para selebgram atau influencer sebagai panutan dan acuan dalam hal-hal yang berkaitan dengan ibu dan anak, mulai dari proses kelahiran bayi, pemberian ASI maupun MPASI, maupun imunisasi. Tak jarang, para *influencer* tersebut memberikan informasi yang baru dan belum lazim diterapkan di masyarakat awam. Tak jarang, para *influencer* menyisipkan pesan sponsor dalam postingan mereka. Namun karena visual yang menarik melalui foto dan influencer tersebut diikuti oleh banyak follower, maka banyak *millennial moms* sering terpengaruh dengan postingan tersebut. *Millennial moms* sebaiknya **harus selektif** dalam mengikuti influencer atau selebgram yang memiliki reputasi baik, dan **tetap menyeleksi dan menyesuaikan** informasi yang diperoleh dengan kondisi dan situasi ibu dan anak yang tentunya masing-masing berbeda.

### 1. Komparasikan informasi kesehatan Ibu dan Anak yang diperoleh ya moms!

Alangkah baiknya jika para *millennial moms* tidak menelan mentah-mentah informasi yang diperoleh melalui Instagram ataupun dari Whatsapp Group,. Melainkan sebelum mengamini informasi tersebut dapat dikonsultasikan terlebih dahulu dengan dokter/bidan/praktisi kesehatan lainnya, karena dokter/bidan/praktisi kesehatan lainnya adalah orang-orang yang memang dibekali dengan keilmuan kesehatan yang diperoleh dari riwayat akademiknya

Sesudah berkonsultasi dengan dokter, *millennial moms* dapat berdiskusi terlebih dahulu dengan partner atau suami untuk memutuskan langkah-langkah yang akan diambil selanjutnya.

## **2. Jangan mudah terkecoh dengan informasi yang belum teruji kebenarannya ya moms!**

Belakangan ini, banyak sekali media online yang menyebarkan informasi yang masih diragukan kebenarannya dengan mengusung judul yang memancing perhatian pembaca. Misalnya tentang status halal/haram imunisasi MR yang masih simpang siur kebenarannya. Para media kemudian memanfaatkan momen ini untuk membuat headline news dengan berita yang bombastis untuk meraup keuntungan, namun di sisi lain justru ibu-ibu muda menjadi bingung dan terkecoh dari pemberitaan tersebut. Fenomena ini juga menimbulkan munculnya golongan orang tua anti vaksin yang justru berpotensi membahayakan kesehatan anak di masa mendatang.

Solusinya, *millennial moms* sebaiknya tidak mudah terpancing dengan pemberitaan atau informasi yang masih simpang siur. *Millennial moms* harus selalu berkonsultasi dengan dokter untuk mendapatkan penjelasan lebih lanjut dan sumber yang jelas.



**Moms selalu berkonsultasi dengan dokter ya,  
untuk mendapatkan penjelasan lebih  
lanjut dan sumber yang jelas!.**

## TAHAPAN TIGA

# MEMAHAMI INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Yuk *moms* belajar lagi!

Dalam memahami informasi kesehatan ibu dan anak yang beragam, *millennial mom* dituntut untuk mempelajari hal-hal baru sesuai dengan fase kehidupan yang baru dialami, misalnya pasca melahirkan, mempunyai bayi, dan tahap perkembangan anak berikutnya yang harus dilalui. Menurut survei yang dilakukan penulis, hampir sebagian responden yaitu 48% pernah mengalami masalah dalam kehamilan dan tumbuh kembang anak. Respon yang diberikan juga bermacam-macam, sejumlah ibu-ibu (14%) mengakui merasa panik dan 30% merasa bingung terhadap problematika yang dihadapi, hanya sekitar 22% bersikap tenang dalam mengatasi masalah yang ada.

Untuk mengatasi permasalahan ini, *millennial moms* dituntut untuk terus belajar dan mencari informasi baru dalam memahami dan mengatasi problematika yang hadir dalam kesehatan ibu dan anak. Untuk dapat mempelajari hal-hal baru tersebut, tentunya *millennial moms* dituntut untuk memiliki pemikiran terbuka atas informasi baru yang mungkin belum pernah diperoleh sebelumnya. Bukan malah berpikiran sempit dan merasa pemahaman diri sendiri adalah yang paling benar sehingga susah untuk menerima pemahaman dan pemikiran baru.

*Millennial moms* hendaknya dapat merujuk kepada sumber-sumber informasi yang akurat dan jelas seperti berkonsultasi pada dokter, bidan, dan membaca buku atau jurnal kesehatan yang sudah melalui proses penelitian. Dengan demikian *millennial moms* sudah memiliki pengetahuan dasar yang memadai sebelum menerima berbagai macam informasi dari internet baik itu media sosial atau aplikasi pesanWhatsapp.

# TAHAPAN EMPAT

## MENGANALISIS INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Informasi yang diperoleh jangan lupa dicermati ya *moms*!

Tahapan berikutnya adalah menganalisis informasi kesehatan ibu dan anak yang diperoleh dari internet baik dari media sosial maupun aplikasi pesan.

1. Jika menemukan kutipan tokoh/pakar dari informasi yang *moms* peroleh, usahakan jangan langsung menerima mentah-mentah informasi tersebut. Lakukan penelusuran terhadap nama tersebut di mesin pencari Google atau akun media sosial untuk memastikan kembali tokoh/pakar tersebut bukanlah fiktif semata. Setelah berhasil menelusuri identitas tokoh/pakar, periksa kembali rekam jejaknya, artikel atau publikasi yang pernah diterbitkan, dan validitas hasil penelitian yang pernah dilakukan ya *moms*. Selanjutnya, pastikan untuk membaca keseluruhan kutipan tokoh tersebut sudah dalam bentuk yang utuh terlebih dahulu. Hal ini untuk memastikan bahwa informasi yang diperoleh berasal dari sumber yang valid dan teruji kebenarannya.
2. Jika menemukan artikel yang terkait dengan informasi kesehatan ibu dan anak baik itu dilengkapi ilustrasi foto atau video, sebaiknya lakukan penelusuran tentang sumber foto/video tersebut *moms*! Pastikan waktu kejadian (tanggal, hari dan tahun) itu sesuai dengan berita yang dimuat. Hal ini penting untuk memastikan keterkinian informasi yang diperoleh oleh *millennial moms*.
3. Jika belum yakin atas validitas dan kebenaran informasi yang diperoleh sebaiknya tidak membagikan informasi tersebut kepada orang lain ya *moms*.



# TAHAPAN LIMA

## MEMVERIFIKASI INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Lakukan pengecekan ulang terhadap informasi yang diperoleh ya *moms*!

*Millennial moms* dapat memanfaatkan aplikasi kesehatan yang tersedia di Playstore seperti aplikasi Keluarga Sehat, Halodoc, Mommychi, Pregnancy+, dan aplikasi lain. Dalam aplikasi tersebut, terdapat fitur-fitur yang dapat membantu menjelaskan permasalahan yang dihadapi *millennial moms*.

Contohnya dalam aplikasi Mommychi, *millennial mom* dapat memonitor pertumbuhan anak, jadwal imunisasi, mengkalkulasi nutrisi anak, deteksi kesehatan anak, dll.

Selain penggunaan aplikasi-aplikasi di atas, tetap prioritaskan konsultasi kepada dokter ya *moms* untuk mendapatkan lebih jelas sebagai tahapan lanjut dari evaluasi informasi. Mencari *second opinion* dari dokter lain juga disarankan bagi *millennial moms* agar dapat membandingkan dan menelaah informasi yang didapat.

# TAHAPAN ENAM

## MENGEVALUASI INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Uji dulu kebenaran informasinya *moms*!

Tahapan keenam ini mencakup kemampuan *millennial moms* untuk mempertanyakan, mengkritik, dan menguji kredibilitas konten atau informasi yang didapat di internet. Diperlukan kecakapan dan rasa kritis dari *millennial moms* dalam memilah dan memilih informasi mana yang sekiranya dapat diambil dan diterapkan dalam pengambilan keputusan. Hendaknya sebelum membuat keputusan yang terkait dengan pemecahan masalah kesehatan ibu dan anak, *millennial moms* dapat berkonsultasi dan melakukan komunikasi terlebih dahulu dengan partner hidup yaitu suami tercinta. Hal ini bertujuan agar *millennial moms* dapat mendapatkan pendapat atau pandangan dari sudut pandang baru. Komunikasi dengan partner atau dokter sangat diperlukan dalam tahapan evaluasi ini *moms*!

## TAHAPAN TUJUH

# MENDISTRIBUSIKAN INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Sebelum dibagikan, jangan lupa dicermati dulu *moms* informasinya!

Salah satu karakteristik *millennial mom* yang disebutkan oleh Adweek yaitu *millennial moms* merupakan kelompok yang mudah memberikan pengaruh kepada *millennial moms* lainnya. Sehingga akan mudah didapatkan bahwa sesama *millennial mom* saling berbagi terkait informasi/ilmu seputar pengasuhan anak, resep, dan informasi tentang kesehatan.

Dalam proses distribusi informasi di antara *millennial moms* alangkah lebih baiknya sebelum mendistribusikan informasi, informasi tersebut dianalisa dan dievaluasi terlebih dahulu kebenarannya. Lebih-lebih informasi tersebut terkait informasi kesehatan.

Jika sudah dipastikan kebenaran dari informasi yang akan dibagikan kepada *millennial moms* yang lain, informasi tersebut boleh dibagikan. Selanjutnya dapat merespon/mengklarifikasi dari tanggapan yang muncul setelah membagikan informasi tentang kesehatan ibu dan anak kepada *millennial moms* yang lain.

## TAHAPAN DELAPAN

# MEMPRODUKSI INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Pastikan informasi yang dibuat jelas kebenaran informasinya!

Tujuh tahapan di atas merupakan tahap pasif dalam penerimaan informasi, untuk berikutnya pada tahapan kedelapan sampai kesepuluh merupakan proses aktif bagi para *millennial moms* dalam memproduksi informasi, berpartisipasi dan berkolaborasi.

Pada tahap ini *millennial moms* dapat menambahkan informasi atau membuat konten baru berdasarkan informasi atau pengalaman yang telah dialami terkait kesehatan ibu dan anak. Misalnya pengalaman dalam mengatasi tantrum pada anak, bagaimana cara menjadi ibu yang bahagia, atau bagaimana melakukan manajemen ASIP bagi ibu bekerja, dan lain sebagainya.

Adapun beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memproduksi informasi adalah sebagai berikut; Pertama; para *millennial moms* harus memiliki sumber informasi yang jelas, informasi dapat berasal dari keterangan dokter atau pengalaman pribadi. Kedua; informasi yang diberikan dapat bermanfaat dan memberikan solusi bagi permasalahan *millennial moms* yang beragam. Ketiga; cara penyampaian agar mudah dipahami oleh *millennial moms* lainnya, dapat menggunakan teknik bercerita *storytelling* atau menggunakan bahasa populer.



# TAHAPAN SEMBILAN

## BERPARTISIPASI DALAM MENGELOLA INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



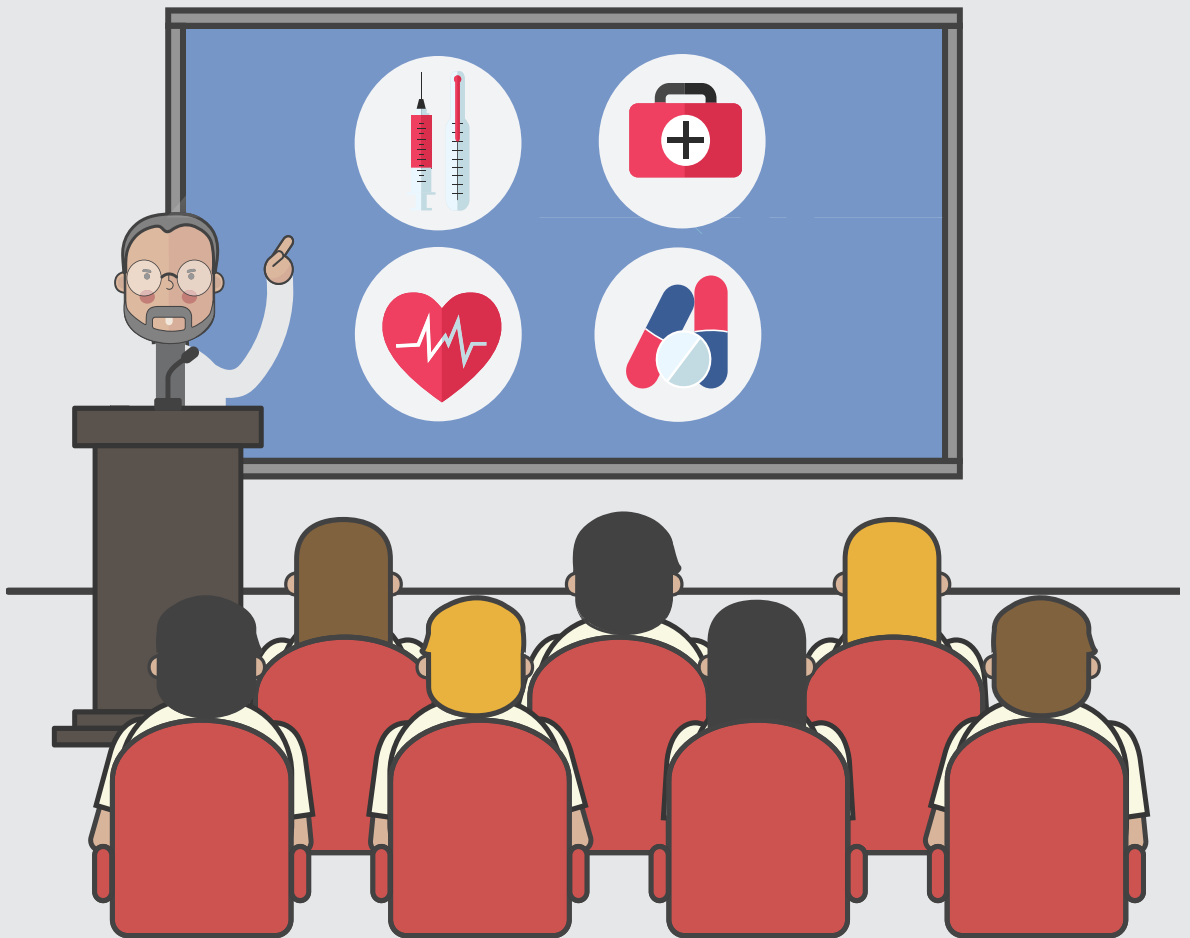
## Yuk *moms*, ikut berpartisipasi aktif mengelola informasi kesehatan ibu dan anak!

Setelah melalui tahapan produksi, *millennial moms* dapat ikut berpartisipasi dalam pengelolaan informasi kesehatan ibu dan anak. Beragam cara dapat dilakukan *millennial moms* sebagai cara berpartisipasi, misalnya terlibat dalam komunitas *offline* maupun *online*. Dalam komunitas *offline*, partisipasi *millennial moms* dapat secara langsung berbagi informasi yang didapat atau yang telah diproduksi pada perkumpulan yang diikuti misalnya di komunitas ibu-ibu kompleks, ibu-ibu wali murid maupun perkumpulan di dunia kerja. Selain di komunitas *offline*, *millennial moms* tentu saja dapat berpartisipasi dalam komunitas-komunitas *online* pada grup *whatssapp*, atau grup di media sosial yang diikuti seperti di Instagram maupun Facebook. Pada komunitas *online* ini para *millennial moms* dapat berpartisipasi aktif dalam pengelolaan informasi kesehatan ibu dan anak.

Seperti contoh di atas pada WAG “Ibu Hamil Sewon” beberapa *millennial moms* yang terlibat di dalamnya dapat secara langsung berbagi informasi yang didapat atau yang telah diproduksi, baik dibagikan ke WAG “Ibu Hamil Sewon” itu sendiri, atau ke grup/komunitas yang lainnya.

# TAHAPAN SEPULUH

## BERKOLABORASI DALAM MENGELOLA INFORMASI KESEHATAN IBU DAN ANAK



## Yuk *moms*, berkolaborasi mengelola informasi!

Tahapan terakhir merupakan tahapan yang paling penting dari 10 tahapan literasi digital lainnya. Pada tahap ini, *millennial moms* dapat berperan serta aktif dalam mengelola informasi kesehatan ibu dan anak dengan melakukan kolaborasi dengan *millennial moms* lain. Sebagai contoh, Grace Melia yang merupakan salah satu *millennial mom* yang memiliki anak berkebutuhan khusus mendirikan Rumah Ramah Rubella sebagai wadah bagi para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus lainnya. *Millennial moms* dalam komunitas ini acapkali berkolaborasi dengan banyak pihak seperti praktisi kesehatan, dinas kesehatan dan LSM sebagai upaya untuk mensosialisasikan tentang pentingnya deteksi dini virus Rubella, dan pentingnya imunisasi sebagai upaya pencegahan penyebaran penyakit.

# PENUTUP

**Alternatif yang cepat dan tepat melalui internet merupakan pilihan kebanyakan para *millennial moms* di era digital.**

Alternatif memilih internet sebagai sumber informasi dipilih karena ada rasa tidak percaya pada dokter ketika dokter menyampaikan diagnosa yang dirasa *millennial moms* kadang berlebihan. Sehingga para *millennial moms* memilih mencari *second opinion* atas diagnosa tersebut, baik melalui internet atau dokter lain.

Diagnosa dari dokter merupakan otoritas yang sifatnya tunggal dan merupakan satu kebenaran mutlak karena didukung dengan latar belakang pendidikan, sehingga mengetahui patofisiologi dari berbagai penyakit. Namun ada faktor lain yang dapat mempengaruhi kurang akuratnya patofisiologi dari dokter. Penyampaian diagnosa dari dokter juga dipengaruhi dari bagaimana penyampaian gejala penyakit yang disampaikan oleh *millennial moms*-nya saat berkonsultasi.

Dalam taraf ini *millennial moms* dituntut untuk meningkatkan kemampuannya dalam menyampaikan kronologi gejala baik penyakit atau keluhan dari dirinya atau anaknya dengan baik dan runut, sehingga respon yang disampaikan dari dokter dapat diterima dengan baik. Tidak menyampaikan gejala dalam keadaan panik, namun dapat menyampaikannya dengan tenang. Dengan harapan dokter juga dapat memberikan respon yang baik dari gejala yang disampaikan para *millennial moms*.

Semoga buku ini bermanfaat ya *moms*!

## Endnotes

---

Profil Kesehatan Indonesia 2016, hal 101

*Idem*, hal. 102

<https://steadfastcreative.com/millennial-moms/>

*Idem*,

## Daftar Pustaka

---

Asian Parent, Indonesian Digital Mums Survey 2017. Tickled Launch & Digital Mum Survey 2017 Presentation, Jakarta, Indonesia

APJII (2017). *Infografis Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet di Indonesia Survey 2017*. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.

Bakardjieva, Maria. *Internet Society - The Internet in Everyday Life*. Sage Publication. 2006. Newyork, Thousand Oaks, New Delhi

Bell, David. *An Introduction to Cybercultures*. Routledge. 2001. London & Newyork

Kurnia, N. & Santi, I. A. (2017). *Peta Gerakan Literasi Digital di Indonesia: Studi tentang Pelaku, Ragam Kegiatan, Kelompok Sasaran dan Mitra*. INFORMASI Kajian Ilmu Komunikasi, 47(2), 149-166.

McDaniel, T. Brandon., K. Holmes, Erin., & Coyne, Sarah. *New Mothers and Media Use: Associations Between Blogging, Social Networking, and Maternal Well-Being*. 2011. Maternal and Child Health Journal.

Plantin, Lars.. Daneback, Kristian. *Parenthood, Information and Support on Internet*. 2009. Biomed Central Family Practice.

Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016.

<https://steadfastcreative.com/millennial-moms/>

## Penghargaan

---

Kami ucapkan terima kasih kepada seluruh *millennial moms* yang sudah mengisi kuisioner digital yang kami sebarkan selama pengumpulan data dan kepada para praktisi kesehatan yang juga dengan sukarela memberikan pengetahuannya kepada penulis untuk melengkapi data dalam penyusunan buku ini.



## Tentang Penulis

---

**Indah Wenerda, S.Sn., M.A** – Salah satu dosen di Prodi Ilmu Komunikasi Universitas Ahmad Dahlan. Ia memperoleh gelar *Master of Arts* (M.A.) dari Universitas Gadjah Mada pada tahun 2014. Minat risetnya di antaranya adalah literasi digital, kajian budaya dan media. Penulis dapat dihubungi melalui [indah.wenerda@comm.uad.ac.id](mailto:indah.wenerda@comm.uad.ac.id)

**Intan Rawit Sapanti, S.S., M.A** - Lahir pada tanggal 22 Maret 1986, di kota Wonosobo. Saat ini berprofesi sebagai salah satu dosen di Prodi Sastra Indonesia Universitas Ahmad Dahlan. Selain mengajar, penulis juga aktif menulis di blog pribadinya yaitu [www.noteslicious.com](http://www.noteslicious.com), kontributor dan jurnalis di [bernas.id](http://bernas.id), serta aktif di berbagai komunitas menulis online. Beberapa buku karyanya yang sudah terbit yaitu *Simpul Bahasa* (2015), *Nihao Nanning* (2017), *Tahana Indonesia* (2018), dan *EFIC* (2018), *Wo de Shijie: Bingkisan Cerita dari Negeri Panda* (2018). Penulis dapat dihubungi melalui akun IG @intanrawits ataupun melalui email [intanrawit.sapanti@idlitera.uad.ac.id](mailto:intanrawit.sapanti@idlitera.uad.ac.id).

## Lampiran

---

Berikut adalah akun-akun yang dapat dirujuk oleh para millennial moms di luar sana untuk mendapatkan informasi terkait kesehatan ibu dan anak:

No.	Nama Akun	Jenis Sosial Media
1.	Grup Facebook	Facebook
2.	Griya Bunda Sehat	Instagram
3.	Grup Whatsapp Orangtuality	Whatsapp
4.	Mommylogy	Instagram
5.	Home Education/Fitrah Based Education	Instagram
6.	Mother Hope Indonesia	Instagram
7.	Asikubanyak	Instagram
8.	Solusilaktasi	Instagram
9.	Bundakaska	Instagram
10.	Bundatalk	Instagram
11.	Prenagen World	
12.	Gesamun	
13.	MPASI	
14.	Alodokter.com	

15.	Momikologi	Instagram
16.	Bidankita	Instagram
17.	Parenttalk	Instagram
18.	Montessoriindonesia	Instagram
19.	Babydidclub	Instagram
20.	Komunitas HHBF (MPASI)	Facebook
21.	Komunitas Indonesia Rare Disorder	Facebook
22.	AIMI ASI	Instagram
23.	Indonesia Rare Disorder	Whatsapp group

Ibu dan anak merupakan anggota dari keluarga yang mendapatkan prioritas dalam penyelenggaraan upaya kesehatan. Beberapa upaya penyelenggaraan kesehatan telah dilakukan oleh pemerintah dalam upaya menurunkan angka kematian ibu dan anak, di antaranya melalui imunisasi dan pemenuhan gizi, seperti pemberian ASI eksklusif, pemberian vitamin A pada balita 6-59 bulan, penimbangan, dan status gizi balita, serta gizi ibu hamil. Kondisi idealnya adalah para ibu dan calon ibu dapat mengikuti program-program yang sudah dicanangkan oleh pemerintah. Jika menemui kendala dapat berkonsultasi dengan para praktisi kesehatan yang ada di rumah sakit atau puskesmas.

Namun, saat ini muncul kelompok *millennial moms* yaitu ibu-ibu yang memiliki latar belakang pendidikan tinggi (sarjana), bekerja di luar rumah selama delapan jam, dan memiliki intensitas tinggi dengan teknologi, yang mereka lebih banyak mencari informasi kesehatan ibu dan anak melalui internet daripada berkonsultasi dengan praktisi kesehatan. Sementara keadaan yang ada di internet saat ini adalah informasi sangat banyak yang justru membuat para pengguna kebingungan. Lantas permasalahan berikutnya adalah bagaimana *millennial moms* menyaring dan memfilter informasi terkait kesehatan ibu dan anak yang akan mereka terapkan—dikarenakan informasi yang tersedia sangat banyak dan belum teruji kebenarannya.

Oleh karena itu, buku panduan ini hadir untuk memberikan solusi mengenai persoalan bagi *millennialmoms* dalam menyaring informasi mengenai kesehatan ibu dan anak. Buku ini menyajikan 10 tahapan literasi digital yang dapat diterapkan oleh *millennial moms* dalam menyikapi berbagai macam informasi mengenai kesehatan ibu dan anak yang diperoleh dari sosial media, internet, atau sumber online lainnya.



ISBN 978-623-7040-03-1

