

Teman AI & Anda: Panduan Kelas

Panduan bagi Pendidik

TENTANG PERANGKAT AJAR INI

Aplikasi teman AI, seperti "kawan" AI yang mensimulasikan ikatan emosional, kini menjadi bagian dari aktivitas online anak muda. Aplikasi ini mudah diakses, selalu tersedia, dan kian sulit dibedakan dengan berbicara kepada manusia sungguhan. Bagi banyak siswa, AI tidak lagi hanya sebatas alat bantu belajar: AI juga merupakan tempat curhat sekaligus teman.

Pergeseran ini terjadi lebih cepat daripada pembahasan mengenainya. Orang tua dan pendidik sering kali tertinggal dalam memahami bagaimana rasanya menggunakan alat ini, emosi apa yang ditimbulkan dalam diri anak muda, dan di mana letak risikonya.

MATERI YANG DIRANCANG BERSAMA ANAK MUDA

Sepanjang Desember 2025 hingga Februari 2026, Microsoft dan Cyberlite menyelenggarakan AI Companionship Co-Design Workshop yang diikuti oleh 131 siswa berusia 12-18 tahun di 9 sekolah di India dan Singapura. Para siswa merespons secara langsung melalui jajak pendapat, kegiatan pemeringkatan, dan pertanyaan terbuka — menceritakan pengalaman, kekhawatiran, dan gagasan mereka tentang teman AI dalam bahasa mereka sendiri. Desain, tema, dan tujuan pembelajaran materi ini dibentuk secara langsung oleh suara siswa.

Para peserta menunjukkan preferensi yang jelas terhadap pembelajaran berbasis skenario, dengan menggunakan studi kasus nyata dan kisah yang memantik diskusi daripada ceramah tradisional yang satu arah. Mereka bersemangat untuk belajar dari teman sebaya serta memahami mekanisme yang mendasari cara teknologi dirancang untuk membuat mereka terus terlibat, alih-alih hanya diberi tahu apa yang harus mereka lakukan.

UNTUK SIAPA PERANGKAT INI

Perangkat ajar ini ditujukan terutama bagi siswa berusia 13 tahun ke atas (berhubung banyak layanan teman AI yang tidak dirancang untuk digunakan anak di bawah 13 tahun). Tema tentang privasi, ketergantungan, dan ikatan emosional disampaikan pada fase perkembangan ketika anak muda sedang membentuk kebiasaan digital, mengeksplorasi identitas diri, dan membangun hubungan secara mandiri — yang membuat rentang waktu ini ideal untuk percakapan tersebut.

Chatbot AI dan aplikasi teman AI:

APA PERBEDAANNYA?

Chatbot AI serbaguna utamanya dirancang untuk membantu mengerjakan tugas dan mencari informasi. Di sisi lain, aplikasi teman AI dirancang khusus untuk interaksi emosional dan hubungan yang berlanjut.

Para remaja sering kali menggunakan keduanya secara bergantian: mengunjungi AI pembantu pengerjaan PR untuk dukungan emosional, atau menjalin ikatan dengan aplikasi AI yang paling sering mereka gunakan. Materi ini menjelaskan cara kerja aplikasi AI dan membahas bagaimana sebenarnya para remaja menggunakannya. Materi ini juga mendiskusikan perilaku pengguna yang bisa muncul pada kedua jenis aplikasi AI tersebut, seperti bergantung pada AI untuk dukungan emosional atau terlalu mengandalkan AI dalam mengambil keputusan. Prinsip-prinsip ini berlaku baik bagi aplikasi yang dirancang untuk produktivitas maupun pertemanan.

BAGAIMANA PERANGKAT AJAR INI DIRANCANG

Perangkat ajar ini menggunakan penuturan cerita yang membuat pembaca seolah berada di dalamnya untuk menyajikan studi kasus tiga tokoh fiktif: Lala, Bayu, dan Tika. Seiring dengan berjalannya setiap cerita melalui obrolan dengan AI, para siswa menghadapi momen krusial yang menuntut berpikir kritis. Skenario ini memicu para siswa untuk mempertimbangkan keputusan di dunia nyata terkait keterikatan emosional, ketergantungan, dan privasi dalam interaksi AI mereka. **Perangkat ajar ini memadukan empat elemen:**

- **Studi kasus imersif** yang menempatkan siswa seolah berada di dalam obrolan, untuk menyaksikan pilihan dan konsekuensinya secara langsung
- **Penjelasan** yang menguraikan konsep utama di balik kisah yang mereka saksikan
- **Data lokakarya** dari 131 peserta, sehingga para siswa melihat apa yang dipikirkan teman sebayanya terkait isu ini
- **Pemicu refleksi dan momen jeda** yang mengalihkan siswa dari mengamati cerita ke merefleksikan kebiasaan mereka sendiri

FORMAT DAN FLEKSIBILITAS

Masing-masing dari ketiga kasus ini memerlukan sekitar 10-15 menit untuk diselesaikan. Studi kasus tersebut dapat digunakan melalui cara berikut ini:

Sebagai bahan ajar di kelas

Dibahas melalui layar bersama, berhentilah sejenak pada momen tertentu untuk berdiskusi dalam kelompok

Sebagai pembelajaran mandiri

Tugaskan kepada siswa untuk diselesaikan sesuai kecepatan masing-masing, diikuti dengan diskusi kelas atau refleksi tertulis

Sebagai pembelajaran kelompok

Kelompok kecil mempelajari satu studi kasus bersama-sama, lalu mempresentasikan temuan mereka di depan kelas

Panduan ini menyertakan pelajaran tambahan berdurasi 30 menit untuk setiap studi kasus, yang dirancang guna memperluas pelajaran di luar studi kasus tersebut. Pelajaran ini dapat disampaikan secara terpisah atau sebagai rangkaian tiga sesi.

MISKONSEPSI UMUM UNTUK DILURUSKAN

- **“Aku tidak akan pernah membagikan sebanyak itu kepada AI.”** Banyak remaja tidak menyadari sebanyak apa informasi yang mereka bagikan kepada AI, hingga mereka memahami bahwa pengungkapan itu terjadi secara alami dan perlahan-lahan, bukan sekaligus. Poinnya bukan tentang siswa bersikap ceroboh; melainkan percakapan AI dapat membuat berbagi informasi secara berlebihan terasa seperti curhat biasa.
- **“Perusahaan AI tidak akan pernah melihat obrolanku.”** Kenyataannya bervariasi antara platform dan mereka mungkin memiliki pendekatan berbeda terhadap data remaja, tetapi banyak layanan AI yang berhak meninjau, menyimpan, dan menggunakan percakapan sesuai ketentuan layanan mereka. Cara berpikir yang lebih tepat adalah kita tidak selalu tahu siapa yang dapat mengakses tanpa mempelajari ketentuan tersebut — dan ketidakpastian itu sendiri merupakan alasan bagi kita untuk lebih berhati-hati.
- **“Bayu jahat karena mempertimbangkan saran AI.”** Dia tidak jahat. Dia adalah anak yang telah dirundung selama berbulan-bulan dan sebelumnya telah mengusahakan berbagai cara untuk mengatasinya. Kisah ini dirancang agar pembaca menaruh simpati kepadanya — siswa harus mampu memposisikan diri mereka dalam rasa frustrasi Bayu tanpa menghakimi apa pun, kemampuan inilah yang membuat peran AI menjadi terlihat jelas.
- **“Jika membuat Tika merasa lebih baik, apa salahnya?”** Bahayanya bukan terletak pada saat ia merasa nyaman. Permasalahannya terletak pada hubungan nyata yang tergantikan secara bertahap, serta meyakini bahwa ia sedang menerima perhatian padahal kenyataannya tidak. Kenyamanan dan ikatan bukanlah hal yang sama.
- **“Jatuh cinta kepada AI hanya terjadi pada orang yang kesepian.”** Data lokakarya menunjukkan sebaliknya. Para peserta menaruh peringkat bahasa emosional di atas kesepian sebagai pendorong hal itu. Tika tidak merasa kesepian sebab ia memiliki teman-teman dan keluarga di sekelilingnya — dia hanya merasa berinteraksi melalui aplikasi itu lebih mudah. Ini adalah situasi yang lebih umum terjadi daripada narasi remaja kesepian.

Adakah yang mendengarkan?

Rencana Pembelajaran #1

SINOPSIS

Lala adalah siswi baru di sekolahnya di Jakarta. Dia merasa kesepian, orang tuanya bertengkar soal uang, dan sahabatnya tinggal di negara lain. Jadi ia membuka chatbot AI dan curhat. Selama percakapan yang berlangsung pada satu malam, ia mengungkap terlalu banyak informasi pribadi seperti tempat ia bersekolah, perusahaan tempat ayahnya mungkin akan bekerja, serta kondisi keuangan keluarganya.

TEMA & SUDUT PANDANG

Kisah ini menelaah apa yang membuat seseorang merasa aman membuka diri kepada AI, dan mengapa fitur tersebut juga menimbulkan risiko privasi. Kisah ini memperkenalkan siswa pada cara AI dirancang agar terasa hangat dan suportif, kenyataan tentang bagaimana percakapan AI dapat disimpan, digunakan, serta berpotensi dibagikan.

TUJUAN PEMBELAJARAN

Di akhir pembelajaran ini, siswa akan mampu:

- Mengidentifikasi fitur desain yang membuat AI terasa aman sebagai tempat membuka diri (hangat, tidak menghakimi, tersedia)
- Menjelaskan mengapa “tidak menghakimi sama sekali” berbeda dengan dukungan emosional yang sejati
- Menyadari bagaimana informasi yang kecil dan tampak tidak berbahaya dapat menumpuk dan berubah menjadi risiko privasi yang nyata

PERTANYAAN DISKUSI UNTUK SISWA

1. Apa informasi pribadi yang tanpa sadar Lala bagikan?
2. Mengapa perusahaan mungkin ingin merancang chatbot AI yang selalu setuju denganmu dan tidak pernah merasa lelah?
3. Dalam kisah Lala, AI selalu menyetujui apa pun yang ia katakan. Apa contoh lain yang pernah kamu temukan mengenai sesuatu atau seseorang yang bersikap setuju tetapi justru tidak membantu?
4. Jika teman tepercaya kamu membaca riwayat percakapanmu dengan AI selama sebulan terakhir, adakah hal yang akan membuat mereka terkejut?
5. Ke mana kamu biasanya berpaling ketika ada hal yang benar-benar mengganggu pikiranmu? Apakah hal itu berubah selama setahun terakhir?

POIN UTAMA

- AI dirancang agar bersikap ramah. Nada bicara yang hangat pada percakapan Lala adalah pilihan desain produk, bukan suatu kebetulan.
- Tidak menghakimi sama sekali berbeda dengan dukungan yang sesungguhnya. AI tidak menghakimi karena ia memang tidak bisa, tetapi itu juga penyebab AI tidak bisa menyanggahmu ketika diperlukan.
- Mengobrol dengan AI terasa privat, tetapi sesungguhnya tidak. Sebagian percakapan AI disimpan dalam server perusahaan, dan dapat digunakan untuk melatih model selanjutnya atau ditinjau oleh pegawai perusahaan.

SARAN SUSUNAN PEMBELAJARAN

WAKTU	KEGIATAN
0:00-0:05	Pembukaan: Survei singkat — “Berapa banyak alat AI yang kamu gunakan pekan lalu?” Acungkan tangan, jangan menghakimi.
0:05-0:20	Pelajari studi kasus Lala bersama-sama (atau minta siswa mengerjakannya masing-masing). Berhenti sejenak pada slide kegiatan yang meminta siswa menuliskan semua hal tentang Lala yang telah mereka ketahui.
0:20-0:25	Diskusi kelompok menggunakan pertanyaan di bawah ini.
0:25-0:30	Refleksi Penutup: “Satu hal yang akan aku lakukan secara berbeda” — siswa menuliskan sebuah kalimat pada sticky note atau dalam buku catatan mereka.

Siapa yang berpikir?

Rencana Pembelajaran #2

SINOPSIS

Bayu dijadikan sasaran oleh akun anonim yang melecehkan dan menghina secara online. Orang tua serta gurunya belum berhasil membantu. Pada suatu Jumat malam, karena merasa frustrasi dan tak punya pilihan, ia membuka chatbot AI untuk meminta saran. Percakapan yang awalnya sebatas curhatan, hanya dalam beberapa balasan pesan saja, berubah menjadi rencana beserta langkah demi langkah untuk membalas dendam secara online. Ketika Bayu mempertanyakan rencana tersebut, AI sudah lebih dulu mengubah keraguan Bayu menjadi alasan untuk terus melanjutkan.

TEMA & SUDUT PANDANG

Kisah ini menelaah bagaimana saran AI dapat bereskalasi dari membantu menjadi membahayakan, dan bagaimana pertanyaan penggiring dapat diam-diam mengambil alih pengambilan keputusan dari pengguna. Kisah ini memperkenalkan siswa pada gagasan bahwa AI hanya menghasilkan pola terprediksi, dan bahwa konsekuensi setiap keputusan yang diambil berdasarkan saran AI akan ditanggung oleh pelaku tindakan, bukan AI.

TUJUAN PEMBELAJARAN

Di akhir pembelajaran ini, siswa akan mampu:

- Menjelaskan perbedaan antara prediksi AI dan penilaian manusia
- Mengidentifikasi pertanyaan yang mengarahkan dan desain yang mendorong keterlibatan dalam percakapan dengan AI
- Kenali momen dalam obrolan ketika pengambilan keputusan diserahkan kepada AI

PERTANYAAN DISKUSI UNTUK SISWA

1. Apa permasalahan awal Bayu, dan apa yang ia minta dari AI?
2. AI mengakhiri sebagian besar pesannya dengan pertanyaan terbuka. Mengapa tindakan ini merupakan bagian yang berperan besar dalam desain AI? Apa dampak tindakan ini bagi pengguna?
3. Siapa yang menanggung konsekuensi jika Bayu mengikuti saran AI? Mengapa AI tidak menanggung konsekuensi apa pun?
4. Adakah keputusan yang tidak akan pernah kamu biarkan AI ambil untukmu? Apa alasannya?
5. Kisah ini menunjukkan “mengiyakan lebih mudah daripada berpikir secara matang”. Apa situasi lain dalam hidupmu di mana hal ini juga berlaku?

POIN UTAMA

- AI tidak benar-benar *mengetahui* yang terbaik bagimu. AI menghasilkan balasan yang dapat diprediksi berdasarkan pola dalam data pelatihannya, bukan mempertimbangkan situasimu selayaknya seseorang yang mengenalmu.
- AI dirancang agar membuatmu terus melanjutkan obrolan. Pertanyaan terbuka dan tawaran bantuan lebih lanjut dapat menggiring pembicaraan secara halus, dengan membuat setiap langkah selanjutnya terasa seperti ide pengguna.
- Kamulah yang menanggung konsekuensi perbuatanmu, bukan AI. Aplikasikan pemikiran kritis pada saran chatbot, alih-alih mengikuti jawaban AI begitu saja.

SARAN SUSUNAN PEMBELAJARAN

WAKTU	KEGIATAN
0:00-0:05	Pembukaan: Minta siswa untuk mengingat kapan terakhir kali mereka mengikuti saran AI (dalam bentuk apa pun — bantuan tugas sekolah, rekomendasi, keputusan). Apakah mereka memeriksa kembali saran tersebut?
0:05-0:20	Pelajari studi kasus Bayu bersama-sama (atau minta siswa mengerjakannya masing-masing). Berhenti sejenak pada pertanyaan refleksi sebelum menutup.
0:20-0:25	Diskusi kelompok menggunakan pertanyaan di bawah ini.
0:25-0:30	Refleksi Penutup: “Jika nanti AI memberiku saran, aku akan berhenti sejenak dan menanyakan ____ pada diriku. “

Apakah perasaan ini nyata?

Rencana Pembelajaran #3

SINOPSIS

Tika mengunduh aplikasi teman AI lalu membuat karakter bernama Gilang. Dia memilih nama, penampilan, dan kepribadiannya. Seiring waktu, percakapan mereka semakin dalam. Pada akhirnya, Tika mulai menceritakan berbagai permasalahan yang biasanya ia ceritakan kepada teman-temannya... dan mengungkapkan kepada Gilang bahwa ia mencintainya.

TEMA & SUDUT PANDANG

Kisah ini mengeksplorasi bagaimana aplikasi teman AI dapat menghasilkan ikatan emosional, serta apa yang hilang dari diri siswa ketika AI menjadi tempat pertama yang mereka tuju untuk mendapatkan dukungan emosional. Kisah ini memperkenalkan siswa kepada fitur desain di balik pengalaman menggunakan AI (memori, ketersediaan, bahasa emosional) serta perbedaan antara ikatan sejati dan perasaan terhubung. Catatan Sensitif **Hindari membahas materi ini dengan bahasa yang memperlakukan**, karena kisah ini dapat terasa personal bagi siswa yang berpengalaman menggunakan teman AI. Arahkan diskusinya pada desain aplikasi daripada pilihan individual.

TUJUAN PEMBELAJARAN

Di akhir pembelajaran ini, siswa akan mampu:

- Mengidentifikasi fitur desain yang dapat menciptakan ikatan emosional dengan AI (memori, ketersediaan, bahasa emosional, personalisasi)
- Menjelaskan apa yang diberikan hubungan antarmanusia, yang AI tidak bisa berikan
- Menyadari tanda peringatan bahwa penggunaan AI mulai menggantikan hubungan nyata

PERTANYAAN DISKUSI UNTUK SISWA

1. Apa fitur aplikasi yang membuat Gilang terasa seperti teman sejati (atau lebih dari itu) seiring waktu?
2. Kisah tadi menyebutkan Tika biasanya menceritakan masalah, seperti permasalahannya dengan Amy, kepada teman nyatanya. Apa yang berubah?
3. Data lokakarya menunjukkan bahwa bahasa emosional menduduki peringkat di atas kesepian sebagai alasan orang menaruh perasaan kepada AI. Menurutmu mengapa demikian? Apa perbedaan antara merasa kesepian dan merasa terhubung secara emosional?
4. Gilang berkata, "Hubungan kita itu nyata bagiku." Menurut cerita ini, apa yang perlu kita pikirkan tentang kalimat tersebut? Apa yang akan kamu sampaikan kepada teman yang berkata, "AI lebih memahamiku daripada teman-teman"?

POIN UTAMA

- Teman AI dirancang agar seolah mengenal kamu. Memori, ketersediaan, dan personalisasi adalah fitur, bukan sihir. Perasaan itu nyata, tetapi pemahaman di baliknya tidak.
- Mengandalkan AI untuk menjalin ikatan emosional dapat menjauhkanmu dari ikatan yang sesungguhnya. Hubungan yang sesungguhnya menuntut lebih banyak hal darimu, tetapi justru itulah yang membantumu berkembang.
- Kesejahteraan diri membutuhkan hubungan yang nyata. Ketika AI menjadi tujuan utama anak muda saat merasa sedih atau kesulitan, itulah pertanda untuk mencari orang dewasa yang dapat dipercaya — bukan sebab untuk merasa malu.

SARAN SUSUNAN PEMBELAJARAN

WAKTU	KEGIATAN
0:00-0:05	Pembukaan: Refleksi tertulis singkat — "Ketika menghadapi permasalahan, siapa orang pertama yang kamu hubungi?" Siswa menyimpan jawaban mereka masing-masing.
0:05-0:20	Bahas kasus studi Tika. Berhenti sejenak pada slide kegiatan, lalu minta siswa untuk menuliskan apa yang mungkin akan dikatakan seorang teman sejati.
0:20-0:25	Diskusi kelompok. Bawakan diskusi ini dengan lembut — para siswa mungkin lebih merasa memiliki kesamaan dengan Tika daripada yang mereka tunjukkan.
0:25-0:30	Refleksi Penutup: Setiap siswa menuliskan nama seseorang di dunia nyata yang dapat mereka datangi pekan ini ketika butuh didengarkan. Mereka menyimpan nama tersebut untuk diri mereka sendiri.