

Parenting Cerdas Digital sebagai Upaya Pencegahan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Sekolah Dasar

Kharisma Ingera Millennia¹, Muhammad Zahran Ramadhan², Neo Fanda Bintang Purnalyta³, Nindi Ardhita Stefani⁴, Winda Putri Setyo Rini⁵, Ayyas Yahya⁶

Email: ¹kharismamillennia@student.uns.ac.id, ²zahranramadhan29@student.uns.ac.id,
³neofanda@student.uns.ac.id, ⁴nindiardhita1234@student.uns.ac.id,
⁵windaputrii04@student.uns.ac.id, ⁶ayyas@staff.uns.ac.id

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar semakin meningkat dan menimbulkan berbagai permasalahan dalam pengasuhan apabila tidak diimbangi dengan pendampingan orang tua. Penelitian ini bertujuan mengkaji dan merancang program pemberdayaan masyarakat melalui Parenting Cerdas Digital berupa seminar orang tua untuk menyusun aturan penggunaan gadget di rumah bersama anak di Dusun Maranggen, Desa Sambirejo, Kecamatan Plupuh, Kabupaten Sragen. Penelitian menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dengan tokoh masyarakat untuk mengidentifikasi permasalahan penggunaan gadget anak dan kebutuhan solusi di lapangan. Data sekunder diperoleh melalui kajian literatur sistematis dari buku dan artikel jurnal ilmiah yang relevan. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi untuk menarik kesimpulan berdasarkan temuan lapangan dan kajian teoretis. Hasil kajian menunjukkan bahwa rendahnya pemahaman orang tua tentang pengasuhan digital menjadi faktor utama penggunaan gadget yang tidak terkontrol pada anak. Program Parenting Cerdas Digital dinilai relevan sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat karena bersifat edukatif, partisipatif, dan berkelanjutan dalam membantu orang tua menetapkan aturan penggunaan gadget di lingkungan keluarga.

Kata kunci: Digital Parenting, Penggunaan Gadget, Pengawasan Orang Tua, Pemberdayaan Masyarakat, Peserta Didik Sekolah Dasar.

ABSTRACT

The increasing use of gadgets among elementary school children has created challenges for parents when digital use is not accompanied by proper supervision and guidance. This study aims to examine and design a community empowerment program through Digital Smart Parenting in the form of a parents' seminar to develop family-based gadget usage rules together with children in Dusun Maranggen, Sambirejo, Plupuh, Sragen. The study employed a qualitative descriptive approach using the Systematic Literature Review method. Primary data were collected through semi-structured in-depth interviews with community leaders to identify

Article History

Received: Januari 2026

Reviewed: Januari 2026

Published: Januari 2026

Plagiarism Checker No
234

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

actual problems related to children's gadget use, parental challenges, and the need for practical solutions. Secondary data were obtained from a systematic review of books and scientific articles published in online journal repositories. Data were analyzed using content analysis to draw conclusions based on field findings and theoretical studies. The results indicate that limited parental understanding of digital Parenting is a major factor contributing to uncontrolled gadget use among children. The Digital Smart Parenting program is considered relevant as a community empowerment effort because it is educational, participatory, and sustainable in supporting parents to establish clear and applicable gadget use rules within the family environment.

Keywords: Digital Parenting, Gadget Use, Parental Supervision, Community Empowerment, Elementary School Children

PENDAHULUAN

Di era modern seperti ini penggunaan *gadget* sudah menjadi hal yang biasa, mulai dari kegiatan berbelanja, bermain, bahkan hingga belajar pun sekarang menggunakan *gadget*. Penggunaan *gadget* yang semakin ditekankan pada anak-anak dapat memberikan efek yang buruk dan dapat membahayakan kesehatan anak. Seperti yang disampaikan oleh Ketua Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Susanto, Minggu (22/7/2018), di Jakarta “Anak kecanduan gawai menjadi tantangan serius. Hanya saja, tidak semua orangtua mengetahui bahwa anaknya terindikasi kecanduan gawai,”

Gadget sudah tidak dapat dipisahkan lagi dari kehidupan manusia, mulai dari anak-anak sampai dengan orang dewasa menggunakan gadget dalam kesehariannya bahkan banyak dari anak usia dini yang sudah diberikan gadget tersendiri. Gadget memiliki banyak sekali manfaat bagi kehidupan manusia misalnya terdapat Instagram, Facebook, X yang bisa digunakan untuk dapat terhubung dengan banyak orang dan menambah pertemanan dengan orang-orang dari berbagai penjuru dunia. Kemudian ada Youtube yang dapat digunakan sebagai sarana hiburan dan menambah wawasan. Ada juga aplikasi-aplikasi lain yang dapat diunduh dengan mudah dari *playstore*, saking mudahnya untuk mengunduh aplikasi dari *playstore* bahkan anak usia dini juga dapat melakukannya. Akan tetapi, dibalik banyaknya manfaat dari gadget terdapat juga dampak negatif dari penggunaan gadget bagi penggunanya jika tidak dikontrol. Dengan banyaknya fitur yang tersedia di gadget juga bisa menjadi gerbang bagi anak-anak untuk mengakses banyak hal yang kurang sesuai dengan usia mereka serta dapat mengganggu perkembangannya.

Kecanduan gadget tidak hanya dialami oleh orang dewasa tetapi banyak juga dari kalangan anak-anak yang mengalami kecanduan gadget selaras dengan pernyataan dari Ketua Lembaga Perlindungan Anak yang menyatakan bahwa sejak 2013 lembaganya menangani 17 kasus anak yang kecanduan gadget. Begitu juga Komisi Nasional Perlindungan Anak yang sejak 2016 sudah menangani 42 kasus anak yang mengalami kecanduan gadget. Sumber dari Kominfo, (2018). Gadget menjadi hal yang menarik bagi anak-anak karena gadget menyediakan dimensi-dimensi gerak, warna, suara dan lagu sekaligus dalam perangkat untuk berbagai tujuan seperti bermain game, menonton video, mendengarkan musik, mengobrol dan menjelajahi situs web, Munir dalam (Zaini & Soenarto, 2019).

Kajian literatur ini dilakukan untuk memperkuat sekaligus memberikan dasar teoretis bagi perancangan program *Parenting Cerdas Digital*. Tujuannya adalah mengidentifikasi pola

permasalahan penggunaan gawai pada anak, menggali bentuk peran orang tua yang direkomendasikan dalam berbagai penelitian, serta merumuskan strategi penyusunan aturan penggunaan gawai di lingkungan keluarga. Selain itu, kajian ini juga diarahkan untuk menganalisis kesesuaian pendekatan Digital Parenting dengan prinsip partisipatif dan berkelanjutan melalui sintesis hasil penelitian terdahulu. Hasil kajian diharapkan dapat menghasilkan pemahaman konseptual yang menyeluruh mengenai *Parenting* Cerdas Digital dan menjadi landasan penyusunan artikel ilmiah deskriptif kualitatif yang memuat kerangka program, implikasi praktis bagi orang tua, serta rekomendasi penerapan aturan penggunaan gawai di rumah.

KAJIAN TEORI

1. Kecanduan Gadget pada Anak

Kecanduan gadget merupakan kondisi ketergantungan berlebihan terhadap penggunaan perangkat digital yang ditandai dengan kesulitan mengendalikan durasi penggunaan, kecemasan ketika tidak menggunakan gadget, dan mengabaikan aktivitas penting lainnya (Lesbatta et al., 2024). Pada anak usia dini, kecanduan gadget dapat mengganggu perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional mereka.

2. Dampak Penggunaan Gadget terhadap Anak

Penelitian kontemporer menunjukkan dampak ganda penggunaan gadget. Penggunaan berlebihan dan tidak terantau berkorelasi dengan gangguan perhatian, kualitas tidur yang menurun, serta peningkatan kecemasan anak. Studi (Twenge dan Campbell, 2018) menemukan hubungan signifikan antara waktu layar berlebih dan peningkatan masalah psikososial pada anak dan remaja. Namun, penggunaan gadget yang terstruktur dan didampingi terbukti meningkatkan literasi digital, kemampuan berpikir kritis, dan pemecahan masalah, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian (Domoff et al., 2019).

3. Digital Parenting dalam Konteks Perkembangan Anak

Digital Parenting merujuk sebagai upaya orang tua dalam mengawasi, membatasi, dan memberikan pendampingan terhadap perilaku anak dalam menggunakan gawai. Proses pengawasan, pembatasan, dan pendampingan tersebut dilakukan untuk mencegah dampak negatif penggunaan gawai pada anak serta mengoptimalkan dampak positif yang diperoleh dari gawai (Sisbintari & Setiawati, 2021). Kondisi ini menempatkan orang tua sebagai aktor kunci dalam membentuk kebiasaan digital anak melalui aturan, teladan, dan komunikasi yang konsisten. Studi (Çalhan & Göksu, 2025) menegaskan bahwa kualitas pendampingan orang tua lebih berpengaruh terhadap perilaku digital anak dibandingkan tingkat pembatasan teknis semata.

4. Pentingnya Program Edukasi Digital Parenting

Edukasi Digital Parenting diperlukan untuk meningkatkan kapasitas orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital. Program berbasis seminar dan diskusi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua dalam mengelola penggunaan gadget anak. Penelitian oleh (Lauricella et al., 2020) menunjukkan bahwa intervensi edukatif singkat mampu meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam menetapkan aturan digital dan memperbaiki kualitas komunikasi keluarga.

5. Kesenjangan Literasi Digital Orang Tua

Perkembangan teknologi yang cepat menciptakan kesenjangan literasi digital antara orang tua dan anak. Banyak orang tua merasa tertinggal dalam memahami aplikasi, konten, dan risiko daring yang dihadapi anak. Penelitian oleh (Nikken dan de Haan, 2019) menunjukkan bahwa rendahnya literasi digital orang tua berhubungan langsung dengan lemahnya penerapan aturan penggunaan gadget di rumah. Orang tua dengan literasi digital

yang baik lebih mampu menjelaskan alasan aturan, memantau aktivitas anak, serta membangun kepercayaan dalam relasi orang tua dan anak.

6. Mediasi Orang Tua dalam Penggunaan Gadget

Mediasi orang tua merupakan strategi utama dalam Digital Parenting. Mediasi aktif dilakukan melalui diskusi terbuka, pendampingan saat anak menggunakan perangkat, dan keterlibatan dalam aktivitas digital anak. Sebaliknya, mediasi restriktif hanya menekankan larangan dan pembatasan waktu. Penelitian (Nathanson dan Beyens (2018) menemukan bahwa mediasi aktif berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesadaran keamanan daring dan kemampuan regulasi diri anak. Anak yang terlibat dalam dialog dengan orang tua cenderung lebih patuh terhadap aturan yang disepakati.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) yang bersifat kualitatif deskriptif untuk menganalisis peran orang tua dalam menyusun aturan penggunaan gadget di rumah bersama anak serta praktik pengasuhan digital yang efektif dalam mencegah kecanduan gadget pada anak. *Systematic Literature Review* (SLR) adalah metode penelitian sistematis untuk mengumpulkan, mengevaluasi secara kritis, mengintegrasikan, dan menyajikan temuan dari berbagai studi penelitian tentang pertanyaan penelitian atau topik yang diminati (Sari et al., 2023). Metode ini digunakan untuk memetakan penelitian terdahulu.

Sumber data berasal dari data primer dan sekunder. Data primer adalah sumber informasi utama yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti dalam proses penelitian (Sulung & Muspawi, 2024). Data ini diperoleh dari sumber asli, yaitu responden atau informan yang terkait dengan variabel penelitian melalui wawancara mendalam dengan beberapa tokoh masyarakat di Dusun Maranggen, Sambirejo, Plupuh, Sragen untuk mengidentifikasi permasalahan aktual di lapangan, menginterpretasikan data secara lebih akurat dan relevan dengan tujuan penelitian. Wawancara bersifat semi-terstruktur dengan panduan pertanyaan terbuka dengan tujuan untuk menggali permasalahan penggunaan gadget anak, tantangan yang dihadapi orang tua, dan kebutuhan solusi praktis.

Sedangkan data sekunder adalah data penelitian yang diperoleh secara tidak langsung melalui media perantara (Sulung & Muspawi, 2024). Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh melalui kajian literatur sistematis dari buku maupun artikel yang diterbitkan dalam jurnal *online* pada repositori melalui penelusuran pada Google Scholar, e-book, dll untuk menganalisis permasalahan secara teoritis dan menemukan solusi berbasis bukti empiris. Analisis data yang digunakan adalah analisis isi atau *content analysis* yakni metodologi yang memanfaatkan seperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan dari sebuah dokumen (Amri, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil analisis berdasarkan data primer yang diperoleh melalui wawancara lapangan di Dusun Maranggen serta data sekunder yang diperoleh dari kajian literatur sistematis. Pembahasan difokuskan pada permasalahan penggunaan gadget pada anak, tantangan pengasuhan digital, serta relevansi program Parenting Cerdas Digital sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat.

1. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian (Syifa et al., 2019) terhadap anak kelas V SD, ditemukan bahwa 10 anak yang menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 2 jam per hari mengalami perubahan perilaku yang signifikan. Kecanduan gadget ini disebabkan oleh kurangnya pengawasan orang tua, konten yang menarik (game online dan YouTube), serta minimnya aktivitas alternatif. Dampak negatif yang ditimbulkan berpengaruh pada perkembangan

psikologi anak, terutama aspek pertumbuhan emosi (mudah marah, suka membangkang, menirukan tingkah laku dalam game, berbicara sendiri pada gadget, dan menangis saat gadget diambil) dan perkembangan moral (penurunan kedisiplinan, malas beraktivitas, meninggalkan kewajiban beribadah, berkurangnya waktu belajar, gangguan kesehatan mata, dan penurunan prestasi belajar).

Adapun dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Pratikno & Sumantri (2020) dengan judul "Digital Parenting: Bagaimana Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak", membuktikan bahwa survei di 25 negara Eropa menunjukkan bahwa 87% anak memiliki akses internet di rumah dan 49% bahkan memiliki akses internet di kamar pribadi, yang menandakan tingginya peluang penggunaan gadget tanpa pengawasan. Meskipun survei Eurobarometer tahun 2008 menunjukkan perhatian orang tua terhadap keamanan online anak tergolong tinggi, riset lain dari Northwestern University justru menemukan bahwa orang tua anak usia 0-8 tahun masih kurang peduli terhadap media yang digunakan anak, dengan hanya 30% yang menyatakan sangat atau kadang-kadang peduli, sementara 55% mengaku tidak terlalu atau sama sekali tidak peduli. Kondisi ini menjadi semakin mengkhawatirkan jika dibandingkan dengan Indonesia, di mana anak rata-rata menghabiskan lebih dari satu jam per hari untuk menonton televisi (54,4%), memutar video (30%), mengoperasikan komputer (32,5%), dan sebagian besar bermain gim elektronik (67,3%).

Tingginya intensitas penggunaan media elektronik tersebut menunjukkan besarnya potensi kecanduan gadget pada anak, sehingga diperlukan pengawasan serta proteksi orang tua yang kuat dan disiplin agar perilaku anak dalam menggunakan media digital dapat terkontrol dengan baik. Menurut (Pratikno & Sumantri, 2020), upaya pencegahan untuk mengatasi adiksi gadget sebagai berikut: (1) memanfaatkan fitur pengawasan digital (*parental control*) seperti pengaturan screen time, pemantauan aktivitas browsing, serta pemblokiran konten yang tidak sesuai usia anak pada perangkat digital; (2) mengoptimalkan fitur dan aplikasi ramah anak agar penggunaan gadget lebih terarah dan edukatif; (3) menerapkan prinsip *classical conditioning* dengan membentuk kebiasaan positif melalui pemberian stimulus berupa lingkungan yang nyaman, aktivitas alternatif non-gadget, serta pemberian *reward* dan *punishment* secara konsisten; serta (4) membangun pembiasaan kegiatan religius dan keluarga, seperti Gerakan Maghrib Mengaji, sebagai strategi pengalihan perhatian anak dari penggunaan gadget yang berlebihan.

2. **Best Practice**

Menurut (Sisbintari & Setiawati, 2022), penerapan *Digital Parenting* terbukti efektif dalam mencegah kecanduan gadget pada anak usia dini. Beberapa strategi yang dapat diterapkan meliputi: 1) Pengawasan, meliputi: a) Memantau riwayat penggunaan gadget; b) Menganalisis penggunaan data internet yang digunakan; c) Mengawasi penyalahgunaan penggunaan gadget untuk bermain game. 2) Pembatasan, meliputi: a) Membatasi penggunaan gadget; b) Membatasi aplikasi yang dapat diakses; c) Membatasi laman website yang dapat diakses; d) Mengatur jadwal penggunaan gadget. 3) Pendampingan, meliputi: a) Mendampingi anak ketika menggunakan gadget; b) Mengajari anak agar bijak dalam menggunakan gadget; c) Mengalihkan perhatian anak dari gadget.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan serta didukung oleh kajian literatur yang relevan, dapat diketahui bahwa berbagai temuan yang muncul memiliki keterkaitan dan saling menguatkan yang meliputi

1. **Permasalahan Penggunaan Gadget Anak di Dusun Maranggen**

Hasil wawancara dengan orang tua dan tokoh masyarakat di Dusun Maranggen menunjukkan penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar dan remaja awal tergolong tinggi dengan durasi rata-rata 4-6 jam per hari. Salah satu orang tua menyatakan, "*Anak*

CENDIKIA PENDIDIKAN

ISSN: 3025-6488

saya menggunakan HP sekitar 4-6 jam sehari, terutama untuk belajar online dan berkomunikasi dengan teman. Tapi kalau weekend, durasi penggunaannya lebih lama karena ada waktu luang." Penggunaan gadget cenderung meningkat pada akhir pekan dan sering tanpa pengawasan konsisten.

Permasalahan utama bukan hanya pada durasi, tetapi kesulitan anak dalam mengatur waktu. Orang tua mengungkapkan anak kerap lupa waktu, kurang istirahat, dan menunjukkan ketergantungan emosional. Seorang ibu menjelaskan, "*Sebenarnya ada positif dan negatifnya. Positifnya anak bisa belajar mandiri dan cari informasi. Tapi kadang saya khawatir karena kalau sudah main game atau scrolling media sosial, dia jadi lupa waktu dan kurang istirahat.*"

Temuan ini sejalan dengan penelitian Syifa et al. (2019) yang menemukan anak yang menggunakan gadget lebih dari 2 jam per hari mengalami perubahan perilaku signifikan seperti mudah marah, suka membangkang, penurunan kedisiplinan, dan penurunan prestasi belajar. Durasi 4-6 jam per hari di Dusun Maranggen melampaui ambang batas tersebut, sehingga potensi dampak negatifnya lebih besar. Data Indonesia menunjukkan anak rata-rata bermain gim elektronik (67,3%), menonton televisi (54,4%), dan mengoperasikan komputer (32,5%), memperkuat bahwa ini fenomena nasional (Pratikno & Sumantri, 2020).

2. Tantangan Orang Tua dalam Pengasuhan Digital

Orang tua menyadari adanya dampak positif dan negatif dari penggunaan gadget. Di satu sisi, gadget membantu anak belajar mandiri dan mengakses informasi. Namun di sisi lain, orang tua mengaku khawatir terhadap dampak negatif seperti kecanduan, gangguan waktu tidur, dan penurunan interaksi sosial.

Salah satu orang tua mengatakan "*Saya sudah terapkan aturan kalau waktu belajar dan tidur HP harus diletakkan. Awalnya anak protes, tapi sekarang sudah mulai terbiasa. Walau kadang masih suka ngeyel dan main HP diam-dia.*" Orang tua telah berupaya menerapkan aturan, seperti melarang penggunaan gadget saat waktu belajar dan tidur. Namun, aturan tersebut belum sepenuhnya berjalan konsisten karena kurangnya pemahaman teknis, seperti penggunaan fitur pengawasan digital, serta adanya resistensi dari anak.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Pratikno & Sumantri, 2020) yang menemukan bahwa di 25 negara Eropa, 87% anak memiliki akses internet di rumah dan 49% memiliki akses di kamar pribadi. Riset Northwestern University menunjukkan hanya 30% orang tua anak usia 0-8 tahun yang peduli terhadap media yang digunakan anak, sementara 55% tidak peduli. Kesenjangan antara pemahaman orang tua mengenai pentingnya pengawasan dan keterampilan teknis yang dimiliki menjadi tantangan utama yang perlu diatasi melalui upaya edukasi yang terstruktur, agar pengendalian penggunaan gawai pada anak tidak berjalan secara lemah.

3. Analisis Temuan Berdasarkan Kajian Literatur

Temuan lapangan di Dusun Maranggen sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya bahwa penggunaan gadget tanpa pendampingan orang tua berpotensi menimbulkan kecanduan dan gangguan perkembangan anak. Kajian literatur mengidentifikasi beberapa faktor utama penyebab kecanduan gadget, yaitu kurangnya pengawasan orang tua akibat keterbatasan pengetahuan teknis dan literasi digital, konten yang sangat menarik seperti game online dan YouTube dengan algoritma adiktif, minimnya aktivitas alternatif, kemudahan akses internet di kamar pribadi anak, serta rendahnya kepedulian orang tua terhadap konten yang dikonsumsi anak. Faktor-faktor ini saling berkaitan dan menciptakan pola penggunaan gadget berlebihan yang sulit diputus tanpa intervensi tepat.

Kajian literatur menegaskan bahwa pendekatan pengasuhan digital efektif tidak hanya berfokus pada pembatasan, tetapi juga pendampingan dan komunikasi terbuka. Tiga

strategi efektif digital parenting meliputi pengawasan (memantau riwayat penggunaan dan menganalisis data internet), pembatasan (membatasi penggunaan gadget, aplikasi, website, dan mengatur jadwal), dan pendampingan (mendampingi anak saat menggunakan gadget dan mengalihkan perhatian). Upaya pencegahan lain mencakup pemanfaatan fitur parental control, pengoptimalan aplikasi ramah anak, penerapan reward dan punishment, serta membangun kegiatan religius keluarga seperti Gerakan Maghrib Mengaji.

Digital parenting menempatkan orang tua sebagai mediator aktif dalam mengarahkan penggunaan gadget secara sehat. Hal ini relevan dengan temuan wawancara, di mana orang tua menyatakan keinginan memahami dunia digital anak dan membangun kesepakatan bersama tanpa bersikap mengekang. Temuan di Dusun Maranggen menunjukkan orang tua telah mencoba pembatasan waktu, namun strategi pengawasan dan pendampingan aktif masih belum optimal karena keterbatasan pengetahuan teknis. Dengan demikian, permasalahan di Dusun Maranggen merupakan bagian dari persoalan pengasuhan digital yang lebih luas, bukan kasus yang berdiri sendiri.

4. Relevansi Program Parenting Cerdas Digital sebagai Solusi

Program *Parenting Cerdas Digital* dirancang sebagai respon atas permasalahan yang ditemukan di lapangan. Tingginya minat orang tua untuk mengikuti program edukasi menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kesiapan untuk diberdayakan. Seminar orang tua dipilih karena bersifat realistis, mudah dilaksanakan, dan sesuai dengan kondisi sosial masyarakat Dusun Maranggen.

Program ini bersifat partisipatif karena melibatkan orang tua secara aktif dalam diskusi, refleksi pengalaman, serta penyusunan aturan penggunaan gadget di rumah bersama anak. Selain itu, program ini berpotensi berkelanjutan karena hasil kegiatan tidak berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi menghasilkan kesepakatan aturan keluarga yang dapat diterapkan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, *Parenting Cerdas Digital* relevan sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat berbasis keluarga.

Berdasarkan *best practice* (Sisbintari & Setiawati, 2022), program ini dirancang menyentuh ketiga aspek kunci: pengawasan, pembatasan, dan pendampingan. Selain itu (Pratikno & Sumantri, 2020) menjadikan program ini solusi komprehensif dan aplikatif sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat berbasis keluarga.

5. Parenting Cerdas Digital dalam Perspektif Pemberdayaan Masyarakat

Dalam perspektif pemberdayaan masyarakat, program *Parenting Cerdas Digital* menempatkan orang tua sebagai subjek utama perubahan. Orang tua tidak hanya menerima informasi, tetapi juga dilibatkan dalam proses pengambilan keputusan terkait pengasuhan digital anak. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip pemberdayaan masyarakat yang menekankan partisipasi, kemandirian, dan penguatan kapasitas individu serta keluarga dalam menghadapi permasalahan sosial. Melalui program ini, orang tua diharapkan mampu mengelola penggunaan gadget anak secara lebih bijak dan berkelanjutan.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil kajian literatur dan data primer yang diperoleh melalui wawancara di Dusun Maranggen, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget pada anak cenderung tinggi dan belum sepenuhnya terkontrol. Permasalahan ini dipengaruhi oleh durasi penggunaan yang berlebihan, minimnya pengawasan orang tua, serta keterbatasan pemahaman tentang pengasuhan digital. Temuan lapangan menunjukkan bahwa orang tua menyadari risiko penggunaan gadget, namun masih membutuhkan dukungan pengetahuan dan strategi yang tepat.

Program Parenting Cerdas Digital dinilai relevan sebagai upaya pemberdayaan masyarakat karena mampu menjawab kebutuhan nyata di lapangan. Program ini bersifat edukatif, partisipatif, dan berpotensi berkelanjutan dalam membantu orang tua menyusun serta menerapkan aturan penggunaan gadget di lingkungan keluarga.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian ini, orang tua diharapkan dapat menerapkan aturan penggunaan gadget secara konsisten dengan melibatkan anak dalam proses penyusunan kesepakatan agar tercipta rasa tanggung jawab bersama. Tokoh masyarakat, sekolah, dan pihak terkait disarankan untuk mendukung pelaksanaan program edukasi Digital Parenting secara berkelanjutan melalui kegiatan sosial dan pendidikan yang melibatkan keluarga. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian ini melalui penelitian tindakan atau evaluasi program guna mengukur dampak penerapan Digital Parenting terhadap perubahan perilaku anak dalam jangka panjang.

Daftar Pustaka

- Amri, K., Maya Arinjani, S., Sutriyani, W., & PGSD Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UNISNU Jepara, P. (2021). Analisis Penerapan Model TGT (Teams, Games And Tournament) Terhadap Hasil Belajar Matematika di Sekolah Dasar. *In Formosa Journal of Applied Sciences (FJAS)*, 1(1). Retrieved from <https://journal.formosapublisher.org/index.php/fjas>
- Çalhan, C., & Göksu, İ. (2024). An effort to understand parents' media mediation roles and early childhood children's digital game addiction tendency: A descriptive correlational survey study. *Education and Information Technologies*, 29(14), 17825-17865. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-12544-y>
- Domoff SE, Borgen AL, Foley RP, Maffett A. (2019). Excessive use of mobile devices and children's physical health. *Hum Behav & Emerg Tech.* 1, 169-175. <https://doi.org/10.1002/hbe2.145>
- Zaini, M., & Soenarto, S. (2019). Persepsi Orangtua Terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 254. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.127>
- Kementerian Komunikasi dan Digital. (2018). *Kecanduan Gawai Ancam Anak-Anak*. Diakses dari <https://www.komdigi.go.id/berita/pengumuman/detail/kecanduan-gawai-ancam-anak-anak>
- Lesbatta, M., Souhaly, F., Neite, E., Pattisinay, F., & Belyanan, F. (2024). Analisis Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *DIDAXEI*, 5(1), 690-706.
- Mann, S., Cingel, D. P., Lauricella, A. R., & Wartella, E. (2022). Parent viewership of 13 reasons why and parental perceived knowledge about adolescent life: implications for parental efficacy among parents from the United States, the United Kingdom, Brazil, and Australia/New Zealand. *Journal of children and media*, 16(2), 240-260.
- Meeus, A., Beyens, I., Geusens, F., Sodermans, A. K., & Beullens, K. (2018). Managing positive and negative media effects among adolescents: Parental mediation matters—But not always. *Journal of Family Communication*, 18(4), 270-285.
- Nikken, P., Oprea, S.J. (2018). Guiding Young Children's Digital Media Use: SES-Differences in Mediation Concerns and Competence. *J Child Fam Stud*, 27, 1844-1857. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1018-3>
- Sari, A. D. I., Herman, T., Sopandi, W., & Jupri, A. (2023). A systematic literature review (SLR): implementasi audiobook pada pembelajaran di sekolah dasar. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 6(2), 661-667.

- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1562-1575. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1781>
- Sulung, U., & Muspawi, M. (2024). Memahami sumber data penelitian: Primer, sekunder, dan tersier. *Edu Research*, 5(3), 110-116.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive medicine reports*, 12, 271-283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>