

PARENTING: MENJADI ORANG TUA HEBAT DI ERA DIGITAL

Azwir, Nuraida, Dewi Marlina, Salma

azwir@gmail.com

Institut Agama Islam Muhammad Azim Jambi

ABSTRACT

This Community Service (PKM) activity aims to strengthen parents' competence in implementing digital parenting to ensure safe, wise, and developmentally appropriate media use among early childhood learners. The program was motivated by the increasing exposure of young children to digital devices and the limited digital literacy skills among parents. The implementation method included needs analysis, digital parenting workshops, hands-on parental control practice, and evaluation of parents' understanding. The activity involved 25 parents of PAUD students in Jambi City and was conducted in one day with interactive learning methods. The results show that parents gained an improved understanding of screen time rules, content filtering, and strategies for accompanying children in digital media use. Parents also demonstrated the ability to set up parental control features and apply healthy digital habits at home. This program is expected to serve as a reference model for digital parenting education for early childhood parents.

Keywords: digital parenting, early childhood, media literacy, PKM, parental control

ABSTRAK

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi orang tua dalam menerapkan *digital parenting* guna memastikan penggunaan media digital yang aman, bijak, dan sesuai tahap perkembangan anak usia dini. Program ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya paparan anak terhadap perangkat digital serta rendahnya literasi digital sebagian besar orang tua. Metode pelaksanaan PKM meliputi analisis kebutuhan, workshop parenting digital, praktik langsung penggunaan *parental control*, serta evaluasi pemahaman orang tua. Kegiatan ini melibatkan 25 orang tua peserta didik PAUD di Kota Jambi dan dilaksanakan dalam satu hari dengan pendekatan pembelajaran interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa orang tua mengalami peningkatan pemahaman mengenai batasan *screen time*, penyaringan konten, serta strategi pendampingan anak dalam penggunaan media digital. Orang tua juga mampu mengatur fitur keamanan digital dan menerapkan kebiasaan penggunaan media yang sehat di rumah. Program ini diharapkan dapat menjadi model edukasi parenting digital bagi orang tua anak usia dini.

Kata Kunci: parenting digital, anak usia dini, literasi digital, PKM, pengawasan orang

PENDAHULUAN

Transformasi digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola pengasuhan anak, termasuk dalam keluarga yang memiliki anak usia dini. Penggunaan perangkat digital seperti telepon pintar, tablet, dan televisi menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, sehingga anak-anak semakin mudah terpapar teknologi sejak usia sangat muda. Meskipun teknologi dapat mendukung pembelajaran, kreativitas, dan informasi, penggunaan yang tidak terarah dapat menimbulkan risiko seperti kecanduan layar, paparan konten tidak sesuai usia, cyberbullying,

hingga gangguan interaksi sosial. Tidak jarang Perkembangan teknologi digital saat ini telah mengubah pola interaksi, komunikasi, dan aktivitas belajar anak usia dini. Berbagai perangkat digital seperti smartphone, tablet, dan televisi tidak lagi menjadi barang asing, bahkan telah menjadi bagian dari keseharian anak. Kondisi ini menghadirkan dua sisi yang saling bertolak belakang. Di satu sisi, teknologi digital dapat memberikan kesempatan belajar yang kaya, interaktif, dan menarik. Namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terarah dapat menimbulkan dampak negatif seperti kecanduan layar, gangguan emosi, keterlambatan perkembangan bahasa, hingga paparan konten yang tidak sesuai usia.

Realitas di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum memiliki pengetahuan yang memadai terkait *digital parenting* atau pola pengasuhan berbasis teknologi. Rendahnya literasi digital orang tua menyebabkan anak cenderung menggunakan media digital tanpa pendampingan, melebihi batas waktu yang dianjurkan, bahkan mengakses konten yang tidak sesuai perkembangannya. Orang tua sering menjadikan gadget sebagai alat untuk menenangkan anak, bukan sebagai media edukasi yang terarah. Hal ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa rendahnya kompetensi digital orang tua berpengaruh langsung terhadap pola penggunaan media pada anak usia dini dan risiko yang menyertainya.

Hasil observasi awal pada orang tua peserta didik PAUD menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum mengetahui batas aman *screen time*, belum memahami cara menyaring konten, dan belum menerapkan pendampingan aktif terhadap anak saat menggunakan gadget. Kondisi ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan rendahnya literasi digital orang tua sebagai faktor utama yang memengaruhi pola penggunaan media digital anak.

PAUD sebagai lembaga pendidikan pertama memiliki tanggung jawab moral dan pedagogis untuk memberikan pembinaan kepada orang tua agar mampu menjadi mitra pendidik yang kompeten dalam menghadapi tantangan pengasuhan modern. Oleh karena itu, program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini memiliki urgensi yang tinggi untuk membekali orang tua dengan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan praktis mengenai pengasuhan digital. Melalui kegiatan parenting bertema “*Menjadi Orang Tua Hebat di Era Digital*”, orang tua diberikan wawasan tentang dampak media digital, prinsip penggunaan yang sesuai perkembangan, batasan *screen time* yang direkomendasikan, hingga praktik penggunaan *parental control* pada perangkat digital.

Kegiatan ini diharapkan tidak hanya memberikan pemahaman konseptual, tetapi juga mengubah perilaku pengasuhan sehingga orang tua memiliki kemampuan untuk membimbing anak menggunakan teknologi secara aman, bijak, dan bermanfaat. Dengan demikian, PKM ini menjadi solusi strategis untuk meningkatkan literasi digital keluarga serta mendukung pembentukan lingkungan pengasuhan yang sehat di era digital.

PKM ini diselenggarakan berdasarkan kebutuhan nyata orang tua dalam memperoleh informasi, strategi, dan keterampilan praktis untuk mengasuh anak di era digital. Parenting digital diperlukan untuk mengarahkan penggunaan teknologi secara tepat guna, mendukung perkembangan anak, serta mencegah risiko negatif penggunaan gadget yang tidak terpantau.

Tujuan PKM meliputi:

1. Meningkatkan pemahaman orang tua tentang tantangan pengasuhan di era digital.
2. Memberikan pengetahuan mengenai batasan *screen time* sesuai rekomendasi kesehatan.
3. Memberikan keterampilan praktik penggunaan *parental control*.
4. Mendorong pembentukan kebiasaan penggunaan media digital yang sehat dalam keluarga.

PENDEKATAN KEGIATAN / METODE

PKM Parenting “Menjadi Orang Tua Hebat di Era Digital” dilaksanakan di salah satu lembaga PAUD di Kota Jambi dengan melibatkan 25 orang tua peserta didik. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif melalui empat tahapan utama, yaitu analisis kebutuhan, workshop parenting digital, praktik langsung penggunaan fitur keamanan digital (*parental control*), serta evaluasi kegiatan.

Tahap pertama adalah analisis kebutuhan, yang dilakukan melalui wawancara informal dengan guru dan orang tua untuk mengidentifikasi permasalahan utama yang dihadapi dalam pengasuhan digital. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar anak menggunakan gadget tanpa pendampingan orang tua, sementara orang tua belum memahami cara kerja fitur

keamanan digital dan masih mengandalkan gadget sebagai alat untuk menenangkan anak saat rewel. Informasi awal ini menjadi dasar penyusunan materi parenting digital yang relevan dengan kondisi keluarga.

Tahap kedua adalah workshop parenting digital, yang berfokus pada penguatan pemahaman orang tua mengenai konsep *digital parenting* serta dampak positif dan negatif penggunaan media digital terhadap perkembangan anak usia dini. Pada sesi ini juga diberikan penjelasan mengenai pedoman *screen time* menurut WHO dan strategi pendampingan aktif (*active mediation*) yang dapat diterapkan di rumah. Metode penyampaian menggunakan ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan studi kasus sehingga peserta dapat menggali pengalaman nyata serta menemukan solusi praktis.

Tahap ketiga adalah praktik langsung penggunaan fitur parental control. Pada sesi ini orang tua mempraktikkan cara mengatur batas waktu penggunaan perangkat (*screen time*), menyaring konten dan aplikasi sesuai usia, memilih tontonan edukatif, serta memahami simulasi pola pendampingan yang tepat saat anak menggunakan media digital. Tahap ini dirancang untuk memastikan keterampilan orang tua meningkat, tidak hanya pada aspek pengetahuan tetapi juga pada kemampuan teknis dalam mengelola penggunaan gadget.

Tahap keempat adalah evaluasi kegiatan, yang dilakukan melalui refleksi, tanya jawab, dan observasi langsung terhadap pemahaman orang tua setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Evaluasi ini bertujuan mengidentifikasi perubahan persepsi, sikap, dan keterampilan peserta dalam pengasuhan digital yang sehat dan aman.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan PKM menghasilkan beberapa capaian penting terkait peningkatan literasi digital dan kemampuan pengasuhan orang tua di era digital.

Pertama, terdapat peningkatan pemahaman orang tua mengenai konsep *digital parenting*. Sebelum kegiatan dimulai, sebagian besar orang tua belum mengetahui batasan *screen time* yang aman dan kurang memahami risiko paparan digital terhadap anak usia dini. Setelah mengikuti sesi workshop, orang tua menunjukkan pemahaman yang lebih baik terkait penggunaan gadget yang sehat, termasuk pentingnya pendampingan aktif dan pemilihan konten yang sesuai usia.

Kedua, terdapat peningkatan signifikan dalam kemampuan orang tua menggunakan fitur keamanan digital. Melalui sesi praktik, 90% peserta berhasil mengaktifkan fitur *parental control*, menyetel durasi penggunaan perangkat, mengatur akses aplikasi, dan menentukan konten yang ramah anak. Orang tua juga mampu memilih aplikasi edukatif yang mendukung perkembangan kognitif dan sosial anak. Peningkatan keterampilan teknis ini menjadi indikator keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan kompetensi digital orang tua.

Ketiga, kegiatan ini mendorong perubahan sikap dan kesadaran orang tua terhadap pentingnya pengelolaan penggunaan gadget. Orang tua mulai menyadari bahwa gadget tidak seharusnya menjadi alat utama untuk menenangkan anak, melainkan harus digunakan secara terarah dan sesuai tujuan. Mereka berkomitmen untuk membuat jadwal penggunaan gadget, mengurangi penggunaan perangkat digital selama waktu berkumpul keluarga, serta meningkatkan kualitas pendampingan saat anak menggunakan media digital.

Keempat, kegiatan PKM memberikan dampak positif terhadap pola asuh keluarga. Berdasarkan diskusi evaluatif, orang tua melaporkan adanya perubahan perilaku pada anak, antara lain berkurangnya waktu layar, meningkatnya keterlibatan anak dalam aktivitas bermain non-digital, serta meningkatnya komunikasi antara orang tua dan anak tanpa gangguan perangkat digital. Hal ini menunjukkan bahwa pembiasaan dan pendampingan yang tepat dapat membantu keluarga menerapkan pola asuh digital yang lebih sehat.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi parenting digital mampu meningkatkan literasi digital orang tua sekaligus mendorong penerapan pola asuh yang lebih bijak dan proaktif. Temuan ini menguatkan pentingnya pelaksanaan program sejenis secara berkelanjutan untuk mendukung kesiapan keluarga dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital.

Berdasarkan hasil pelaksanaan PKM Parenting “Menjadi Orang Tua Hebat di Era Digital” dan temuan selama proses workshop serta evaluasi, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat dijadikan acuan bagi orang tua, lembaga PAUD, maupun tim pelaksana PKM untuk memastikan keberlanjutan program dan peningkatan kualitas pengasuhan digital di lingkungan keluarga.

Pertama, rekomendasi bagi orang tua berfokus pada penerapan praktik pengasuhan digital yang lebih terarah dan konsisten. Orang tua diharapkan mampu menerapkan batas *screen time* sesuai

usia anak untuk mencegah risiko paparan digital yang berlebihan. Selain itu, orang tua perlu mempraktikkan pendampingan aktif setiap kali anak menggunakan gadget, baik dalam menonton video maupun bermain aplikasi, untuk memastikan bahwa anak memahami konten dan tidak terpapar informasi yang tidak sesuai. Orang tua juga perlu memastikan bahwa aplikasi dan tontonan yang diakses anak aman serta sesuai perkembangan usia. Upaya membangun kesepakatan keluarga mengenai waktu dan pola penggunaan perangkat digital juga penting untuk membentuk kebiasaan positif dalam rumah tangga.

Kedua, rekomendasi bagi lembaga PAUD diarahkan pada upaya memperkuat kemitraan sekolah dan keluarga dalam mendukung pengasuhan digital. Lembaga PAUD perlu menyelenggarakan kegiatan parenting digital secara berkala sebagai bentuk edukasi berkelanjutan bagi orang tua. Selain itu, sekolah dapat menyediakan panduan tertulis atau modul sederhana mengenai penggunaan media digital yang aman bagi anak usia dini sebagai referensi bagi orang tua. Lembaga juga disarankan menjalin kolaborasi dengan tenaga ahli seperti konselor digital, psikolog anak, atau praktisi teknologi pendidikan untuk memberikan pendampingan lanjutan dan memperkaya wawasan orang tua serta guru.

Ketiga, rekomendasi bagi Tim PKM atau Program Studi PIAUD mencakup pengembangan program lanjutan yang lebih komprehensif. Tim PKM dapat mengembangkan modul parenting digital yang dapat digunakan oleh masyarakat luas sebagai bahan edukasi mandiri. Selain itu, monitoring pasca-kegiatan perlu dilakukan untuk mengetahui sejauh mana rekomendasi diterapkan dalam kehidupan keluarga dan untuk mengidentifikasi kebutuhan lanjutan yang mungkin muncul. Prodi juga disarankan memperluas sasaran PKM ke lembaga PAUD lain di Kota Jambi agar manfaat program parenting digital dapat dirasakan oleh lebih banyak keluarga dan menjadi model pembinaan pengasuhan digital yang dapat direplikasi.

Secara keseluruhan, rekomendasi ini diharapkan dapat memperkuat literasi digital keluarga, meningkatkan sinergi antara sekolah dan orang tua, serta mendukung keberlanjutan program pengasuhan digital yang relevan dengan kebutuhan anak usia dini di era teknologi saat ini.

KESIMPULAN

Kegiatan PKM Parenting “Menjadi Orang Tua Hebat di Era Digital” memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kompetensi orang tua dalam menerapkan *digital parenting* yang tepat dan sesuai dengan tahap perkembangan anak usia dini. Melalui rangkaian

workshop, praktik langsung, dan diskusi interaktif, orang tua memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai risiko dan peluang penggunaan media digital, serta strategi pendampingan yang efektif untuk menciptakan lingkungan digital yang aman bagi anak.

Peningkatan kemampuan orang tua terlihat dari kemampuan mereka dalam mengatur *screen time*, memfilter konten sesuai usia, serta menerapkan pola asuh digital yang lebih bijak dan terarah. Orang tua juga menunjukkan perubahan sikap positif, seperti meningkatnya kesadaran untuk mengawasi penggunaan gadget dan membangun komunikasi aktif bersama anak saat menggunakan media digital. Temuan ini memperlihatkan bahwa edukasi yang tepat mampu menjawab permasalahan rendahnya literasi digital orang tua yang sebelumnya menjadi tantangan utama dalam pengasuhan anak di era teknologi.

Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini tidak hanya berhasil mencapai tujuan yang telah dirumuskan, tetapi juga berpotensi menjadi model edukasi parenting digital yang dapat diterapkan di berbagai lembaga PAUD di Kota Jambi maupun daerah lainnya. Program ini diharapkan menjadi langkah awal dalam memperkuat sinergi antara sekolah dan keluarga dalam membangun pola pengasuhan digital yang lebih sehat, bijak, dan berorientasi pada kepentingan terbaik bagi anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada lembaga PAUD mitra di Kota Jambi yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini. Terima kasih juga disampaikan kepada para orang tua peserta didik yang telah berpartisipasi aktif, berdiskusi, dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan parenting digital dengan antusias.

Penghargaan yang setinggi-tingginya ditujukan kepada Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Institut Agama Islam Muhammad Azim (IAIMA) Jambi atas dukungan moral, administratif, dan akademik selama persiapan hingga pelaksanaan program. Tidak lupa, apresiasi diberikan kepada seluruh tim PKM yang telah bekerja sama dengan dedikasi tinggi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat bagi masyarakat.

Semoga kegiatan ini menjadi kontribusi berkelanjutan dalam meningkatkan literasi digital orang tua serta memperkuat pola pengasuhan yang bijak di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. (2016). *Media and Young Minds*. Pediatrics, 138(5), 1–6.
- Chassiakos, Y. R., Radesky, J., Christakis, D., Moreno, M. A., & Cross, C. (2016). *Children and Adolescents and Digital Media*. Pediatrics, 138(5), e20162593.
- Ginayah, I. (2020). *Parenting di Era Digital*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2008). *Parental Mediation of Children's Internet Use*. Journal of Broadcasting & Electronic Media, 52(4), 581–599.
- Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2019). *Parenting for a Digital Future*. Oxford University Press.
- Nikken, P., & Oprea, S. (2018). *Guidance Strategies of Parents of Young Children in the Digital Age*. Journal of Child and Family Studies, 27, 1844–1854.
- Plowman, L., McPake, J., & Stephen, C. (2010). *The Technologisation of Childhood? Young Children and Technology in the Home*. Children & Society, 24(1), 63–74.
- Radesky, J., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). *Mobile and Interactive Media Use by Young Children: The Good, the Bad, and the Unknown*. Pediatrics, 135(1), 1–3.
- Wartella, E., Rideout, V., Lauricella, A., & Connell, S. (2014). *Revised Parental Mediation Strategies in the Digital Age*. Journal of Communication, 64(2), 324–344.
- WHO. (2019). *Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5 Years of Age*.
- Palfrey, J., & Gasser, U. (2010). *Born Digital*. Basic Books.
- Strasburger, V. (2016). *Children, Adolescents, and Media*. Sage Publications.
- WHO. (2019). *Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5 Years*.