

## **PELATIHAN *PARENTING*: PEMAHAMAN SERTA PENGELOLAAN POLA ASUH ANAK TERHADAP TEKNOLOGI DI ERA DIGITAL**

**Medi Yansyah<sup>1</sup>, Marta Diniyah Putri<sup>1</sup>, Muhammad Renaldi<sup>1</sup>, Daffa Hani Syahirah<sup>1</sup>,  
Karlina<sup>1</sup>, Veronica Yulia Putri<sup>1</sup>, Afghan Yuswan<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Lampung

*email*: [medi.yansyah89@gmail.com](mailto:medi.yansyah89@gmail.com)

**Abstract:** Parenting training themed “Parenting in the Digital Era” in Sumberejo Village aims to help parents overcome the challenges of educating children in a digital environment. The socialization method was used to deliver information on the impact of technology, screen time management, and effective communication techniques. The results of the training showed positive responses and active discussions from parents in Sumberejo Village with increased awareness of the importance of understanding children's behavior in the digital era. The training successfully provided practical insights and strengthened parents' skills in managing the influence of technology on children.

**Keywords:** Parenting Training, Digital Era, Impact of Technology

**Abstrak:** Pelatihan *parenting* bertema "Pola Asuh Anak di Era Digital" di Desa Sumberejo bertujuan membantu orang tua mengatasi tantangan mendidik anak dalam lingkungan digital. Metode sosialisasi digunakan untuk menyampaikan informasi tentang dampak teknologi, pengelolaan waktu layar, dan teknik komunikasi efektif. Hasil pelatihan menunjukkan respon positif dan diskusi aktif dari para orang tua di Desa Sumberejo dengan peningkatan kesadaran orang tua tentang pentingnya memahami perilaku anak di era digital. Pelatihan ini berhasil memberikan wawasan praktis dan memperkuat keterampilan orang tua dalam mengelola pengaruh teknologi pada anak-anak di era digital.

**Kata Kunci:** Pelatihan *Parenting*, Era Digital, Dampak Teknologi

### **PENDAHULUAN**

Di tengah kemajuan teknologi yang pesat dan integrasi digital dalam kehidupan sehari-hari, tantangan dalam mendidik anak-anak semakin kompleks. Tantangan tersebut karena era digital membawa berbagai perubahan signifikan dalam cara anak-anak berinteraksi, belajar, dan berkembang (Mauryn, 2024). Akses yang mudah di dalam mengakses internet dan berbagai platform digital, anak-anak kini terpapar pada berbagai informasi, hiburan, dan risiko yang belum pernah ada sebelumnya. Hal ini mengharuskan

orang tua untuk lebih memahami dan mengelola pengaruh dampak teknologi terhadap perilaku dan kesejahteraan anak-anak mereka.

Menurut (Nuroniah et al., 2024) Dukungan orang tua terhadap penggunaan teknologi pada anak merupakan upaya komprehensif untuk membantu anak menggunakan teknologi dengan cara yang positif dan aman serta mendukung perkembangannya. Hal itu sejalan dengan pendapat (Yansyah et al., 2023) Orang tua dapat memanfaatkan teknologi untuk mendukung pendidikan anak-anaknya agar membentuk menjadi

manusia yang dapat memecahkan permasalahan dihidupnya, mampu berinteraksi dengan lingkungannya sehingga menjadi manusia yang berguna bagi diri sendiri dan bangsanya. Orang tua yang belum menyadari pentingnya teknologi untuk mendukung pendidikan anak maka diperlukan adanya pemberdayaan sehingga orang tua dapat berpartisipasi dalam peningkatan hasil belajar anak (Asfahani et al., 2024).

Pada realita yang terjadi masih terdapat orang tua yang belum konsisten dalam mengawasi anak menggunakan teknologi di era digital saat ini, hal itu ditunjukkan oleh pengabdian yang dilakukan oleh (Shibgohtullah & Furrie, 2024) bahwa orang tua perlu menyusun jadwal yang konsisten agar anak dapat menggunakan teknologi sebaik-baiknya dan sesuai dengan waktu yang ditentukan. Oleh sebab itu, perlunya orang tua di dalam menyadari dan memaksimalkan manfaat positif dari teknologi sekaligus meminimalkan risiko negatif dan menciptakan lingkungan yang sehat, aman, dan inklusif bagi anak-anak mereka di era digital (Rahmi et al., 2024).

Kesalahan pola asuh yang dilakukan orang tua seperti penggunaan teknologi secara berlebihan pada usia ini berdampak buruk pada anak. Selain itu, kebiasaan orang tua yang dapat diamati oleh anak, seperti penggunaan gawai sehari-hari, juga ditiru oleh anak. Orang tua yang tidak dapat memutuskan sambungan gadgetnya akan lebih sulit menerapkan disiplin pada anak-anaknya terkait penggunaan teknologi di era digital. (Novianti et al., 2020).

Menurut (Fadly & Islawati, 2024) dan (Rahayu, 2013) Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara anak-anak dan

remaja berinteraksi dan belajar, namun juga menimbulkan risiko seperti kecanduan perangkat, *cyberbullying*, dan gangguan tidur. Selain itu, perubahan struktur keluarga, gaya hidup, dan ekspektasi akademis telah menciptakan lingkungan yang dapat meningkatkan stres dan kecemasan. Dampak negatif itu dapat diminimalisir dengan adanya kesadaran ataupun pelatihan kepada orang tua tentang pentingnya memahami dan mengelola perilaku anak di era digital saat ini.

Pelaksanaan penelitian pengabdian sebelumnya yang dilakukan oleh (Novianti et al., 2020) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan orang tua di mana sebelum mengikuti kegiatan hasil pretest adalah 47.61% lalu menjadi 76.90% pada posttest. Sejalan dengan hal tersebut menurut (Danti et al., 2024) mendapatkan hasil bahwa skor posttest peserta lebih besar dibandingkan skor pretest sehingga menunjukkan bahwa peserta mendapatkan pengetahuan baru mengenai *parenting* setelah mengikuti pelatihan. Pengabdian lainnya yang relevan dilakukan oleh (Widyaningsih & Septarianto, 2023) menghasilkan respon yang positif dari orang tua dan sosialisasi berjalan dengan lancar dengan harapan penyuluhan yang diberikan kepada orang tua dapat berdampak positif dan sesuai dengan tujuan yang dikehendaki. Pengabdian yang dilakukan (Pengabdian et al., 2024) juga memberikan hasil bahwa orang tua yang sudah mengikuti pelatihan *parenting* menunjukkan kemampuan implementasi pola pengasuhan yang tepat.

Pelatihan *parenting* yang memfokuskan diri pada pemahaman dan pengelolaan perilaku anak-anak di era

digital menjadi sangat penting. Tanpa pengetahuan dan keterampilan yang tepat, orang tua mungkin menghadapi kesulitan dalam menghadapi tantangan yang ditimbulkan oleh teknologi. Oleh karena itu, pelatihan ini bertujuan untuk memberikan wawasan mendalam dan strategi efektif bagi orang tua untuk mendukung perkembangan anak-anak mereka di dunia digital yang dinamis ini.

Melalui pelatihan ini, diharapkan orang tua dapat lebih siap dalam menghadapi berbagai isu terkait penggunaan teknologi, seperti kecanduan digital, dampak media sosial, dan masalah keamanan online. Selain itu, pelatihan ini juga menekankan pentingnya menciptakan lingkungan keluarga yang positif dan seimbang, di mana anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik baik secara sosial maupun emosional. Dengan pendekatan yang tepat, orang tua tidak hanya dapat mengelola pengaruh teknologi, tetapi juga memanfaatkan potensi positif yang ditawarkannya untuk mendukung pertumbuhan anak-anak mereka.

## METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan yaitu metode sosialisasi dan diskusi. Metode sosialisasi adalah untuk meningkatkan pemahaman orang tua mengenai peran orang tua dalam mengetahui dan mengelola perilaku anak di era digital dengan menjelaskan beberapa contoh dampak negatif dari penggunaan gadget dan dampak negatif dari teknologi lainnya yang digunakan secara berlebihan. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah 20 orang tua dari kegiatan Posyandu Anak

di Desa Sumberejo, Kecamatan Sumberejo, Kabupaten Tanggamus.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Sesi Diskusi

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 08 Agustus 2024 *parenting* peran orang tua dalam pengasuhan anak di era digital bagi orang tua di desa Sumberejo, yang dilakukan selama satu hari. Kegiatan ini berlokasi Pekon Desa Sumberejo, dalam pelaksanaannya menggunakan teknik sosialisasi dilanjutkan berdiskusi atau tanya jawab, dengan media penyampaian berupa LCD yang menampilkan power point berisi materi “Pola Asuh Anak di Era Digital.” Peserta dari penyuluhan terdiri dari ibu-ibu yang berusia 25-35 tahun dengan latar belakang yang berbeda-beda pula. Peserta yang mengikuti penyuluhan mempunyai persoalan yang berbeda-beda dalam mengasuh anak-anaknya di era digital saat ini. Persoalan yang mendominasi adalah penggunaan gadget yang berlebihan dan kurang bersosialisasi dengan orang lain, selain itu anak-anak enggan membantu orang tu dirumah dan mementingkan bermain gadget. Berikut adalah salah satu dokumentasi peserta yang mengikuti pelatihan *parenting* dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Peserta Pelatihan Parenting

### b. Penyampaian Materi

Setelah dilakukan sesi diskusi mengenai hambatan-hambatan yang kerap kali dirasakan orang tua pada saat memberikan pengasuhan di era digital saat ini maka selanjutnya adalah penyampaian materi tentang pola asuh anak di era digital yang telah disusun oleh tim narasumber yaitu Bidan Wulan. Pada materi yang dipaparkan dampak positif dan dampak negatif yang akan dirasakan oleh orang tua dan anak ketika terpapar perkembangan teknologi yang pesat ini. Teknologi dapat memberikan manfaat yang sangat banyak kepada para penggunanya akan tetapi itu akan menjadi sebuah ancaman yang sangat berbahaya apabila tidak bijak mengoptimalkannya. Oleh karena itu, perlu adanya kesadaran dan pemahaman orang tua tentang begitu pentingnya membimbing anak di era digital saat ini dan menyesuaikan pengelolaan pola asuh yang sesuai dengan kebutuhan anak sehingga ancaman dari adanya teknologi yang ada disekitar anak dapat diminimalisir bahkan dihilangkan. Berikut adalah foto penyampaian materi dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2 Penyampaian Materi Pelatihan *Parenting*

### c. Materi Pelatihan *Parenting*

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan dengan memfokuskan pada hal utama

yang perlu dilakukan orang tua dalam mengetahui dan mengelola perilaku anak di era digital. Adapun yang disampaikan pada sosialisasi *parenting* yaitu pengaruh teknologi pada perkembangan anak, strategi orang tua dalam mengatur batasan penggunaan teknologi, selanjutnya cara orang tua melakukan komunikasi efektif tentang teknologi kepada anak dengan menjelaskan dampak positif dan dampak negatif penggunaan teknologi, memberikan pemahaman mengenai pola asuh yang modern di era digital dan cara orang tua mengatasi tantangan anak yang berlebihan di dalam penggunaan teknologi. Berikut adalah materi presentasi yang dipaparkan narasumber yang meliputi 6 topik yaitu:

#### 1. Pengaruh Teknologi Pada Perkembangan Anak

Pada materi ini narasumber menjelaskan bahwa teknologi dapat memengaruhi perkembangan anak secara positif dan negatif. Positifnya, teknologi merangsang keterampilan kognitif melalui aplikasi edukatif, menyediakan akses mudah ke informasi, dan mendukung kreativitas anak. Pada penyampaian materi ini narasumber juga memberikan contoh konkret yaitu penggunaan berlebihan dapat mengganggu perkembangan sosial, menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti gangguan tidur dan obesitas, serta berdampak negatif pada kesehatan mental jika anak terpapar konten negatif atau *cyberbullying*. Menurut (Wachid & Sulistyowati, 2022) penggunaan teknologi yang berlebihan akan menjadi hambatan anak dalam bergaul dan beradaptasi dengan masyarakat dan lingkungannya.

2. Strategi Orang Tua dalam Membatasi Penggunaan Teknologi  
Pada materi ini orang tua mampu menerapkan beberapa strategi yang efektif untuk membatasi anak dalam menggunakan teknologi seperti gadget. Strategi yang dapat dilakukan orang tua antara lain membatasi penggunaan gadget hanya 1-2 Jam perhari, mengajak komunikasi anak, bermain game edukatif bersama, berolahraga pada hari libur dan kegiatan positif lainnya.

Pada materi ini, narasumber memberikan penekanan kepada orang tua untuk bijaksana dan konsisten dalam memberikan strategi pembatasan pemakaian teknologi. Hal ini ditegaskan dengan pengabdian yang dilakukan oleh (Sihotang & Manalu, 2024) bahwa orang tua perlu melakukan pengawasan bahkan berkolaborasi dengan masyarakat atau sekolah karena anak-anak kerap kali terpengaruh tren media social dan teman sebaya.

3. Dampak Negatif dan Dampak Positif Penggunaan Teknologi di Era Digital

Pada slide 3 materi pelatihan *parenting*, narasumber menjabarkan beberapa dampak positif dan dampak negatif adanya teknologi di era digital saat ini. Di sisi positif dengan adanya teknologi dapat memudahkan orang tua dalam mengawasi anak ketika jarak jauh dan dampak negatifnya adalah anak yang berlebihan dan tidak dalam pengawasan orang tua saat menggunakan gadget akan memberikan dampak negatif yang mengancam anak-anak baik

kesehatan fisik maupun keterampilan sosial.

4. Pola Asuh Orang Tua di Era Digital  
Pada materi di slide 4 Orang tua harus mengawasi aktivitas digital anak dan mengajarkan anak-anak tentang keamanan online, privasi, dan etika digital. Orang tua juga perlu menerapkan batasan yang konsisten mengenai waktu layar aktivitas dan jenis digital yang diperbolehkan. Selain itu, mengajak anak berpartisipasi dalam aktivitas non-digital, seperti olahraga, seni, atau kegiatan kelompok, untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka. Hal ini sejalan dengan pengabdian (Eryadini et al., 2024) bahwa orang tua khususnya ibu memiliki tugas yang sangat penting dalam membentuk karakter anak melalui implementasi pola asuh yang tepat.
5. Cara Mengatasi Tantangan Anak yang Kecanduan di Era Digital  
Pada materi di slide akhir, narasumber memberikan beberapa cara orang tua dalam mengatasi anak yang kecanduan gadget antara lain, identifikasi tanda-tanda kecanduan, melakukan diskusi terbuka dengan anak tentang dampak teknologi, menetapkan batasan waktu layar yang konsisten dan menawarkan alternatif menarik seperti olahraga, hobi, atau kegiatan kreatif untuk menggantikan waktu yang dihabiskan di depan layar.

## SIMPULAN

Berdasarkan pengabdian kepada masyarakat dengan memfokuskan pada pelatihan orang tua dalam mengetahui dan mengelola perilaku anak di era digital dengan sasaran orang tua di

Posyandu Anak di Desa Sumberejo disimpulkan bahwa orang tua sangat antusias dan aktif dalam sesi diskusi tanya jawab mengenai materi yang disampaikan mengenai “Pola Asuh Orang Tua di Era Digital”. Sosialisasi yang dihasilkan dapat memberikan kesadaran kepada orang tua bahwa ada banyak dampak negatif yang dapat menghancurkan masa depan anaknya dan untuk meminimalisir hal tersebut perlu adanya pengawasan, bimbingan, arahan dan orang tua perlu memberikan batasan waktu kepada anak dalam menggunakan teknologi dan menyediakan alternatif bermain yang bermanfaat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asfahani, A., Puspitarini, R. C., Nuswantoro, P., Dewi, S. P., & Nugroho, F. A. (2024). *Pemberdayaan Pendampingan Orang Tua Dalam Mendukung Pendidikan Anak Di Era Digital*. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 6060–6067.
- Danti, Y. R., Sardin, S., & Purnomo, P. (2024). *Pelatihan Parenting Digital dalam Meningkatkan Pengasuhan Anak*. *Murhum: Jurnal Pendidikan ...*, 5(1), 806–815. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.668>
- Eryadini, N., Machsunah, Y. C., & Youhanita, E. (2024). *Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat Hypnparenting : Pola Asuh Anak Dan Remaja Di Era Digital*. 2, 41–47.
- Fadly, D., & Islawati. (2024). *Tantangan Bagi Perkembangan Psikososial Anak dan Remaja di Era Pendidikan Modern: Studi Literatur*. *VENN: Journal of Sustainable Innovation on Education, Mathematics and Natural Sciences*, 66–75. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
- Mauryn, F. A. (2024). *Dampak teknologi digital terhadap konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak sd dalam perspektif psikologi perkembangan*. *Cendekia Pendidikan*, 4(8), 48–58.
- Novianti, R., Febrialismanto, F., Puspitasari, E., & Hukmi, H. (2020). *Meningkatkan pengetahuan orang tua dalam mendidik anak di era digital di Kecamatan Koto Gasib Kabupaten Siak Provinsi Riau*. *Riau Journal of Empowerment*, 3(3), 183–190. <https://doi.org/10.31258/raje.3.3.183-190>
- Nuroniah, E., Sari, Y. R., Rahmawati, M., & Nurajjjah, A. (2024). *Pendampingan Orangtua dalam Pemanfaatan Teknologi oleh Anak di Rumah : Konteks Anak-Anak TK Darul Ilmi*. *Journal ANCIQA : Aktual, Nation, Cendekia, Ibtidaiyah Qurrota A'yun*, 01(01), 1–9.
- Pengabdian, J., Afandi, N. A., & Sari, H. P. (2024). *Mencegah Degradasi Moral Anak Melalui Pelatihan Pola Asuh Orang Tua yang Arif dan Efektif*. 02(01), 55–69.
- Rahayu, F. S. (2013). *Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi*. *Jurnal Sistem Informasi*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.21609/jsi.v8i1.321>
- Rahmi, A. N., Buabara, H., Fikriyah, A., & Miyazaki, N. (2024). *Tantangan dan Solusi Dalam*

- Menghadapi Era Digital : Pendidikan Anak di Zaman Teknologi.* 3(1).
- Shibgohtullah, S. A., & Furrie, W. (2024). *Strategi Komunikasi Digital Parenting dalam Membentuk Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah Dasar ( Studi Kasus Kolaborasi Guru dan Orang Tua SDIT Prestasi Cendekia Tambun Utara ).* 4, 11611–11624.
- Sihotang, J., & Manalu, A. (2024). *Strategi Pengawasan Orang Tua dalam Mengelola Waktu Bermain Gadget Anak di Desa Pancurbatu.* 2(2), 65–72.
- Wachid, S. N., & Sulistyowati, S. N. (2022). *Sosialisasi Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Fourth Conference on Research and Community Services STKIP PGRI Jombang, 5(September), 303–310.*  
<https://ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/CORCYS/article/view/2639>
- Widyaningsih, N., & Septarianto, T. W. (2023). *Parenting Peran Orang Tua di Era Digital.* Indonesian Journal Of Community Service, 3(2), 104–109.
- Yansyah, M., Raditya, A., Tafsiruddin, M., Rochmatun, S., Agustina, P., & Alfiansari, A. (2023). *Orientasi Teknologi Pendidikan Dalam Perspektif Peningkatan Kreativitas Guru Pada Proses Pembelajaran.* Journal on Education, 6(1), 3601–3609.  
<https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.3457>