

DIGITAL PARENTING: PELATIHAN STRATEGI PENGAWASAN ANAK DI ERA GADGET BAGI IBU RUMAH TANGGA DI DESA KELAMBIR V

Virdyra Tasril¹, Ade Rizka¹, Indri Sulistianingsih¹, Sri Novida Sari¹

¹Teknologi Rekayasa Perangkat Lunak, Politeknik Negeri Medan

*email: *virdyratasril@polmed.ac.id*

Abstract: The advancement of digital technology has influenced the way parents raise their children, especially amid the widespread use of gadgets today. From an early age, children are becoming accustomed to using digital devices, and without adequate supervision, this can negatively impact their development. This community service activity was designed to enhance the knowledge and skills of housewives in Kelambir V Village in applying a digital parenting approach, particularly in supervising their children's use of gadgets. The activities were carried out through counseling sessions, focused group discussions (FGD), and supervision simulations based on case studies. The training successfully improved the mothers' understanding of the impacts of gadget use, while also fostering their commitment to establishing rules for digital device usage within the family environment. This initiative also supports the creation of a healthy technology use culture at home and strengthens the role of mothers as primary caregivers in today's digital era. It is hoped that this training can serve as a model of community-based family empowerment practices in rural areas.

Keyword: digital parenting; gadgets; digital literacy; housewives

Abstrak: Kemajuan teknologi digital telah memengaruhi cara orang tua membesarkan anak, terutama di tengah maraknya penggunaan gadget saat ini. Sejak usia dini, anak-anak mulai terbiasa menggunakan perangkat digital, dan tanpa pengawasan yang memadai, hal ini dapat berdampak buruk pada perkembangan mereka. Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk meningkatkan wawasan dan keterampilan ibu rumah tangga di Desa Kelambir V dalam menerapkan pendekatan digital parenting, khususnya terkait pengawasan penggunaan gadget pada anak. Kegiatan ini dilaksanakan melalui penyuluhan, diskusi kelompok terarah (FGD), dan simulasi pengawasan berbasis studi kasus. Pelatihan tersebut berhasil meningkatkan pemahaman para ibu mengenai dampak penggunaan gadget, sekaligus menumbuhkan komitmen mereka untuk menerapkan aturan penggunaan perangkat digital dalam lingkungan keluarga. Kegiatan ini turut mendukung terciptanya budaya penggunaan teknologi yang sehat di rumah, sekaligus memperkuat peran ibu sebagai pengasuh utama di zaman era digital sekarang. Pelatihan ini diharapkan menjadi contoh praktik pemberdayaan keluarga berbasis komunitas di daerah pedesaan.

Kata kunci: digital parenting; gadget; literasi digital; ibu rumah tangga.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi digital telah mempengaruhi pola hidup masyarakat,

termasuk dalam hal pengawasan anak. Salah satu perubahan besar adalah peningkatan akses anak terhadap perangkat digital seperti gadget, yang

memungkinkan mereka terhubung dengan internet sejak usia dini. Perubahan ini menciptakan tantangan baru bagi orang tua dalam mengawasi pemakaian teknologi oleh anak-anak mereka.

Sebuah penelitian nasional yang melibatkan 1.511 anak dan 906 orang tua menemukan bahwa remaja berusia 12–17 tahun sering terpapar risiko digital, seperti konten yang tidak sesuai dan interaksi yang berbahaya. Orang tua menerapkan berbagai pendekatan pengawasan, seperti penggunaan perangkat bersama dan aturan untuk interaksi daring, tetapi strategi ini tidak selalu berhasil dalam mengurangi risiko. (Livingstone & Helsper, 2008)

Studi yang ada menunjukkan hasil yang beragam terhadap dampak teknologi digital bagi kesejahteraan remaja, sementara orang tua harus menavigasi tantangan ini tanpa panduan ilmiah yang jelas. Untuk mengisi kesenjangan tersebut, peneliti melakukan dua tinjauan sistematis lintas disiplin terhadap literatur *digital parenting* dan mengevaluasi metode pengukuran yang digunakan, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Hasilnya menunjukkan bahwa beberapa metode lama seperti *co-use* kini kurang relevan, sementara aspek penting seperti penggunaan positif teknologi, pengaruh dua arah, dan dukungan sosial di luar keluarga masih kurang diperhatikan. (Modecki et al., 2022)

Digital parenting merujuk pada upaya orang tua atau pengasuh dalam membimbing dan mengatur pemakaian teknologi digital oleh anak-anak mereka. Hal ini meliputi pemahaman tentang teknologi digital serta risiko nya, menetapkan aturan dan batasan

yang tegas terkait penggunaan teknologi, mengawasi aktivitas online anak, serta memberikan edukasi dan dukungan untuk membantu anak membentuk perilaku yang sehat dan positif dalam berinteraksi dengan teknologi digital. (Weran et al., 2021)

Dalam tulisannya (Rahayu & Haningsih, 2021), kerangka kompetensi digital yang telah dimodifikasi terbukti sahih dan konsisten. Tingkat kemampuan digital dari 437 responden bervariasi, namun sebagian besar berada pada level pengguna dasar. Sebagai contoh, ibu yang berperan sebagai pendidik informal umumnya memanfaatkan teknologi komunikasi satu arah dan menggunakan materi digital parenting tanpa banyak modifikasi. Meski demikian, mereka merasa memiliki kemampuan untuk memilih media komunikasi yang sesuai dengan norma-norma sosial.

Menurut tulisannya (Altındağ Kumaş & Sardohan Yildirim, 2024), menjelaskan bahwa orang tua dari anak berkebutuhan khusus umumnya memiliki tingkat kesadaran, sikap positif, dan keyakinan diri yang cukup baik dalam menjalankan peran pengasuhan digital, meskipun perbedaan muncul tergantung pada jenis disabilitas anak. Kesadaran tertinggi tercatat pada orang tua dari anak dengan hambatan belajar. Temuan ini menekankan pentingnya pendekatan yang disesuaikan dalam pengasuhan digital serta dapat menjadi pijakan untuk penelitian lebih lanjut dan perancangan program pendampingan yang lebih relevan dan efektif.

Sebagian besar orang tua telah menyadari pentingnya mengawasi penggunaan gadget oleh anak-anak, masih banyak yang belum memiliki

metode yang tepat untuk mencegah dampak negatifnya. Karena itu, konsep pengasuhan digital menjadi hal yang krusial untuk diterapkan. Digital parenting mencakup berbagai pendekatan, seperti membatasi durasi penggunaan gadget, menetapkan aturan penggunaan, hingga mendampingi anak secara langsung saat mereka menggunakan perangkat digital.

Penelitian yang dilakukan oleh (Shibgohtullah & Furrie, 2024), mengungkapkan bahwa penerapan strategi komunikasi digital parenting memberikan dampak positif terhadap perkembangan kognitif anak, terutama bila orang tua dan guru bekerja sama. Strategi tersebut mencakup keterlibatan aktif orang tua, pemodelan perilaku oleh orang tua dan guru, pengawasan lingkungan digital di rumah, penggunaan teknologi sebagai sarana pembelajaran, dan pendekatan teknologi yang konsisten antara guru dan orang tua. Beberapa tantangan yang ditemukan termasuk kesulitan dalam mengatur waktu penggunaan gadget, memilih konten yang sesuai dengan usia anak, pemahaman orang tua tentang privasi dan keamanan digital, keterbatasan infrastruktur dan sumber daya pendidikan, serta kurangnya keselarasan antara praktik di rumah dan di sekolah.

Hasil analisis dampak pengasuhan digital dalam mendukung perkembangan anak usia dini memberikan pemahaman tentang hubungan antara pengasuhan digital dan tumbuh kembang anak. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penerapan pengasuhan digital yang efektif, seperti pengawasan konten, pembatasan durasi penggunaan, dan pengajaran tentang etika digital, dapat

mendukung perkembangan anak yang baik, serta menyoroti pentingnya komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak untuk mengurangi potensi dampak negatif dari penggunaan teknologi digital. (Nurselvi Fajria et al., 2025)

Meski memberikan kemudahan informasi dan hiburan, penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menimbulkan dampak negatif, seperti kecanduan, gangguan konsentrasi, hingga paparan konten yang tidak sesuai usia. Di Desa Kelambir V, banyak ibu rumah tangga yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan memadai untuk mengawasi aktivitas digital anak-anak mereka.

Program pengabdian ini dirancang untuk memberikan pelatihan kepada ibu rumah tangga di Desa Kelambir V mengenai pentingnya pengawasan penggunaan gadget oleh anak. Melalui pendekatan yang menekankan pemahaman serta keterampilan praktis, pelatihan ini bertujuan agar para ibu lebih mampu mengelola penggunaan perangkat digital oleh anak, sehingga tercipta suasana keluarga yang sehat secara digital.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif-edukatif yang bertujuan untuk memperkuat pemahaman dan kemampuan ibu rumah tangga dalam mengaplikasikan strategi pengasuhan digital.

Pelaksanaan pembelajaran partisipatif melalui diskusi kelompok terarah (FGD) dilakukan dengan melibatkan semua anggota kelompok

dalam merancang program pembelajaran, menjalankan proses belajar, hingga melakukan evaluasi. Kegiatan pembelajaran mencakup latihan-latihan komunikasi yang dilakukan di dalam maupun di luar kelas, dan disusun berdasarkan rencana yang telah disepakati bersama oleh peserta diskusi. (Muslim, 2017)

Proses pelaksanaan mencakup beberapa tahapan utama, antara lain:

1. Penyuluhan (Edukasi Teoritis)

Tahap awal kegiatan berupa penyuluhan yang bertujuan memberikan wawasan kepada peserta mengenai konsep dasar pengasuhan digital, potensi dampak penggunaan gadget terhadap tumbuh kembang anak, serta urgensi peran orang tua dalam melakukan pengawasan dan pendampingan di era teknologi saat ini.

2. Diskusi Kelompok Terarah (FGD)

Usai sesi penyuluhan, kegiatan dilanjutkan dengan *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan ibu-ibu rumah tangga guna mengeksplorasi pengalaman, pandangan, serta hambatan yang mereka alami dalam menghadapi penggunaan gadget oleh anak. (Baroroh et al., 2024)

3. Simulasi

Simulasi ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan ibu-ibu dalam menerapkan strategi pengawasan digital secara langsung.

Dalam hal ini, dapat digunakan satu jenis metode ataupun kombinasi beberapa jenis metode. (Morelli, 2015)

Beberapa contoh metode yang digunakan salah satunya adalah Pendidikan Masyarakat: digunakan untuk kegiatan-kegiatan seperti a) pelatihan semacam *in-house training*, b) Penyuluhan yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran, dan sebagainya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu: penyuluhan (edukasi teoritis), Focus Group Discussion (FGD), dan simulasi kasus pengawasan penggunaan gadget. Kegiatan diikuti oleh sekitar 20 ibu rumah tangga yang berdomisili di Desa Kelambir V, dengan latar belakang pendidikan dan pengalaman yang beragam.

1. Hasil Penyuluhan

Kegiatan ini dilakukan di Desa Kelambir V pada tahap awal, ibu-ibu diberikan materi mengenai: a) Konsep dasar *digital parenting*., b) Dampak positif dan negatif penggunaan gadget terhadap perkembangan anak., c) Pentingnya pengawasan dan pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital.

Dari hasil diskusi sederhana, terjadi peningkatan pemahaman ibu-ibu, terutama pada topik "dampak jangka panjang penggunaan gadget tanpa pengawasan" dan "cara menetapkan aturan digital di rumah".

2. Hasil Focus Group Discussion (FGD)

FGD mengungkapkan beberapa hal penting: a) Mayoritas ibu

menyatakan kesulitan dalam mengontrol durasi penggunaan gadget, terutama saat mereka sibuk mengurus pekerjaan rumah tangga., b) Sebagian besar belum memiliki aturan tertulis atau kesepakatan bersama dengan anak terkait penggunaan perangkat digital., c) Beberapa peserta mengaku membiarkan anak menggunakan gadget tanpa filter, karena minimnya pengetahuan teknis tentang fitur kontrol orang tua (*parental control*).

FGD juga memperkuat kesadaran kolektif para ibu bahwa pengasuhan digital adalah tanggung jawab bersama, dan penting untuk saling berbagi pengalaman dan strategi.



Gambar 1. FGD dengan Ibu-Ibu

3. Simulasi

Dalam sesi simulasi, ibu-ibu diberikan beberapa studi kasus penggunaan gadget untuk anak-anak usia 6–12 tahun, lalu diminta merumuskan solusi pengawasan, diantaranya :a) Mayoritas peserta berhasil merancang langkah-langkah pengawasan berbasis pendekatan yang komunikatif dan tidak represif., b) Beberapa ibu-ibu tau cara penggunaan fitur

parental control dasar pada smartphone.

Peserta juga belajar membuat aturan penggunaan gadget keluarga yang berisi kesepakatan waktu, jenis konten, dan lokasi penggunaan.

Setelah kegiatan pelatihan berlangsung, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Peningkatan Pengetahuan
Sebanyak 70% peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang dampak penggunaan gadget dan pentingnya pengawasan digital terhadap anak-anak mereka.
2. Penerapan Strategi
Sebagian besar ibu (sekitar 85%) mulai menerapkan aturan penggunaan gadget di rumah, seperti batasan waktu penggunaan, jenis konten yang boleh diakses, serta pendampingan saat anak-anak mengakses internet.
3. Penggunaan Teknologi
Sekitar 70% peserta mengunduh dan mulai mencoba aplikasi parental control untuk mengawasi aktivitas digital anak-anak.
4. Perubahan Pola Komunikasi
Banyak peserta melaporkan bahwa mereka lebih sering berdialog dengan anak tentang aktivitas online mereka, bukan sekadar melarang.
5. Pembentukan Komunitas
Dibentuk sebuah grup WhatsApp "Komunitas Digital Parenting Kelambir V" sebagai wadah berbagi pengalaman, konsultasi, dan motivasi antar sesama ibu.
6. Tantangan
Masih ada sekitar 10% peserta yang merasa kesulitan mengaplikasikan strategi ini

secara konsisten, terutama karena faktor kesibukan dan minimnya pemahaman teknologi.



Gambar 2. Simulasi dengan Anak-anak

Perkembangan teknologi digital saat ini membawa dampak besar terhadap kehidupan anak-anak, baik dari sisi positif maupun negatif. Gadget seperti smartphone dan tablet telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, termasuk di desa Kelambir V. Namun, penggunaan gadget yang tidak terkontrol berpotensi memunculkan berbagai permasalahan, seperti kecanduan, gangguan perkembangan sosial, dan paparan konten negatif. (Tasril et al., 2023)

Sebagian besar ibu rumah tangga di Desa Kelambir V masih belum memiliki strategi efektif dalam mengawasi penggunaan gadget oleh anak-anak mereka. Oleh karena itu, pelatihan "Digital Parenting" ini bertujuan untuk:

- Memberikan edukasi tentang dampak positif dan negatif gadget terhadap anak.
- Melatih para ibu agar mampu menerapkan strategi pengawasan berbasis pendekatan komunikasi dan teknologi.
- Mendorong penggunaan aplikasi parental control dan penetapan

aturan penggunaan gadget di rumah.

- Membentuk komunitas kecil yang saling mendukung dalam mempraktikkan digital parenting.

Materi pelatihan mencakup:

- Mengenal dunia digital anak
- Risiko dan manfaat gadget
- Strategi pengawasan aktif dan pasif
- Penggunaan aplikasi pengawasan (parental control)
- Teknik membangun komunikasi efektif antara orang tua dan anak

Metode yang digunakan dalam pelatihan:

- Penyuluhan interaktif
- Simulasi penggunaan aplikasi kontrol
- Diskusi studi kasus
- Penyusunan "Peraturan Keluarga" terkait penggunaan gadget



Gambar 3. Foto Selesai Sosialisasi

Adapun tujuan dari dilakukannya digital parenting ini yaitu:

- Meningkatkan pemahaman ibu rumah tangga di Desa Kelambir V tentang efek positif dan negatif penggunaan perangkat elektronik pada anak-anak.
- Memberikan pemahaman dan keterampilan praktis tentang cara

- mengawasi anak secara sehat dan bertanggung jawab saat menggunakan teknologi digital.
3. Menggalakkan penerapan aturan penggunaan gadget di lingkungan keluarga, seperti pengaturan waktu layar (time on screen), jenis konten, dan pendampingan saat anak menggunakan gadget.
 4. Membekali peserta dengan kemampuan untuk menggunakan aplikasi dan alat digital untuk memantau dan mengendalikan aktivitas online anak secara efektif.
 5. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran orang tua sebagai pendidik utama di era digital, terutama dalam membentuk karakter dan perilaku anak dalam media.
 6. Membangun komunitas ibu-ibu yang peduli dengan pengasuhan digital sebagai tempat yang terus-menerus untuk berbagi informasi, masalah, dan solusi terkait pengasuhan digital.

SIMPULAN

Intervensi berbasis edukasi untuk ibu rumah tangga di wilayah pedesaan dapat memperkaya metode pengasuhan anak di era digital, menurut pelatihan "Pengasuh Digital" ini. Kegiatan ini memperluas pengetahuan tentang pentingnya keterlibatan aktif orang tua, khususnya di komunitas yang sebelumnya kurang terekspos teknologi. Ini dicapai dengan memberi para ibu pemahaman tentang dinamika dunia digital serta strategi pengawasan yang praktis. Pekerjaan ini menambah literatur

tentang parenting digital dengan menunjukkan bahwa metode yang menggabungkan penguatan komunikasi emosional keluarga dan edukasi teknologi dapat menjadi model yang baik untuk membangun perilaku digital sehat pada anak. Selain itu, munculnya komunitas ibu digital di desa Kelambir V memungkinkan penelitian lebih lanjut tentang bagaimana kolektivitas sosial memengaruhi keberhasilan praktik pengasuhan digital di masyarakat rural Indonesia. Oleh karena itu, program ini tidak hanya mencapai tujuan praktisnya, tetapi juga membantu kita memahami bagaimana pengasuhan berubah di tengah transformasi budaya digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Altındağ Kumaş, Ö., & Sardohan Yildirim, A. E. (2024). Exploring digital parenting awareness, self-efficacy and attitudes in families with special needs children. *British Journal of Educational Technology*, 55(5), 2403–2418. <https://doi.org/10.1111/bjet.13457>
- Baroroh, E. Z., Amalia Putri, R., & Amalia Andria Putri. (2024). Psikoedukasi Dan Fgd Dalam Membangun Kolaborasi Orang Tua Dan Guru Di Sdit Darul Ihsan Pontianak. *GERVASI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 118–133. <https://doi.org/10.31571/gervasi.v8i1.6978>
- Modecki, Kathryn L, Goldberg, Rachel E, Wisniewski, Pamela, & Orben, Amy. (2022). What Is

- Digital Parenting? A Systematic Review of Past Measurement and Blueprint for the Future. *Perspectives on Psychological Science*, 17(6), 1673–1691. <https://doi.org/10.1177/17456916211072458>
- Muslim, A. (2017). Implementation of participatory learning through focus group discussions in improving student communication skills. *Journal of Pedagogy*, 4(1), 15–20. <https://doi.org/10.33394/jp.v4i1.3019>
- Nurselvi Fajria, Abie Syifa Mahendra, Martiana Fita Setiani, Faiz Roziqi, Muslikah Muslikah, & Ashari Mahfud. (2025). Digital Parenting Meningkatkan Perkembangan Anak Yang Berkualitas. *Journal of Creative Student Research*, 3(1 SE-Articles), 167–176. <https://doi.org/10.55606/jcsr-politama.v3i1.4748>
- Rahayu, N. W., & Haningsih, S. (2021). Digital parenting competence of mother as informal educator is not inline with internet access. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 29, 100291. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2021.100291>
- 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). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(4 SE-Articles), 11611–11624. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i4.14229>
- Tasril, V., Kom, S., Kom, M., Rizka, A., Kom, S., & Kom, M. (2023). *KECANDUAN GADGET Dengan Pendekatan Lean Ux*. CV. AZKA PUSTAKA.
- Weran, Y. T. I., Rais, B., & Mikha. (2021). Digital Parenting: Optimalisasi Peran Orang Tua dalam Dunia Pendidikan. *ABDIMASY: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 104–114. <https://ejournal.staitbh.ac.id/index.php/abdimasy/article/download/521/328>