

SHARING SESSION PENDIDIKAN ANAK DI ERA DIGITAL: MEMBANGUN SIKAP BIJAK DALAM PENGGUNAAN TEKNOLOGI

Andromeda Valentino Sinaga^{1*}, Rimma Sianipar¹⁾, Muhammad Isnawan Syafir¹⁾,
Kartini¹⁾, Fauziah¹⁾

¹Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*Corresponding Author: andromedavalentinosinaga@unm.ac.id

Article Info

Article History:

Received January 17, 2026

Revised March 10, 2026

Accepted March 30, 2026

Keywords:

Digital technology,

Media influence,

Parental education,

Fourth keyword,

Screen time management

ABSTRAK

Pertumbuhan cepat teknologi digital telah secara mendalam memengaruhi anak-anak, membentuk perkembangan kognitif, sosial, dan emosional mereka. Teknologi memiliki banyak manfaat seperti akses yang lebih besar terhadap informasi dan peluang belajar. Namun, pengawasan yang buruk dapat menimbulkan banyak masalah seperti kecanduan layar, masalah sosial, dan gangguan mental. Pengabdian layanan masyarakat ini dirancang untuk mendidik orang tua agar memahami dampak positif dan negatif dari teknologi digital dalam kehidupan anak-anak serta membekali mereka dengan kemampuan untuk membimbing anak-anak mereka menuju penggunaan teknologi yang sehat. Sesi pengajaran, pelatihan berbasis studi kasus, dan forum interaktif merupakan kurikulum program ini. Untuk mengevaluasi efektivitas program, kami melakukan wawancara dan survei dengan para peserta untuk menilai perubahan dalam pengetahuan mereka dan seberapa efektif mereka menerapkan strategi yang diajarkan. Hasilnya cukup menggembirakan: orang tua menunjukkan kepedulian yang lebih besar terhadap efek media digital dalam kehidupan anak-anak mereka, serta kontrol yang lebih baik atas jumlah waktu yang dihabiskan anak-anak di depan layar. Secara keseluruhan, program ini berhasil meningkatkan kesadaran orang tua tentang perlunya secara aktif membantu dan membimbing anak-anak menggunakan teknologi.

ABSTRACT

The rapid growth of digital technology has profoundly influenced children, shaping their cognitive, social, and emotional development. Technology offers many benefits, such as greater access to information and learning opportunities. However, poor supervision can lead to numerous problems, including screen addiction, social issues, and mental health disorders. This community service project was designed to educate parents on both the positive and negative impacts of digital technology in children's lives and to equip them with the skills needed to guide their children toward healthy technology use. Teaching sessions, case-based training, and interactive forums formed the core of the program's curriculum. To evaluate the program's effectiveness, we conducted interviews and surveys with participants to assess changes in their knowledge and how effectively they applied the strategies taught. The results were encouraging: parents showed increased awareness of the impact of digital media on their children's lives and gained better control over the amount of screen time their children spent. Overall, the program successfully raised parental awareness about the importance of actively assisting and guiding children in the use of technology.

Copyright © 2026, The Author(s).
This is an open access article
under the CC-BY-SA license



How to cite: Sinaga, A. V., Sianipar, R., Syafir, M. I., Kartini, K., & Fauziah, F. (2026). SHARING SESSION PENDIDIKAN ANAK DI ERA DIGITAL: MEMBANGUN SIKAP BIJAK DALAM PENGGUNAAN TEKNOLOGI. *Devote: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 5(1), 166–173. <https://doi.org/10.55681/devote.v5i1.5708>

PENDAHULUAN

Perubahan dalam pendidikan, perkembangan sosial, serta psikologis anak-anak mengalami perubahan seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi digital. Kehadiran teknologi digital telah mengubah banyak aspek kehidupan sehari-hari dan membuka berbagai peluang positif, seperti perluasan akses terhadap sumber belajar, meningkatnya konektivitas global, serta tumbuhnya inovasi dan kreativitas di berbagai bidang (Apdillah et al., 2022). Selain itu, pemanfaatan teknologi digital dalam pembelajaran dinilai penting karena mampu meningkatkan efektivitas proses belajar (Sakti, 2023). Proses belajar

mengajar saat ini tidak lagi bersifat satu arah, melainkan menjadi interaktif dan adaptif. Siswa pun diberikan kesempatan pada pendekatan yang lebih sesuai dengan kebutuhan mereka. Setiap anak di zaman modern ini juga sudah seharusnya dibekali dengan kemampuan berpikir kritis, kolaboratif, serta literasi digital. Disisi lain, sembari mempertimbangkan hal-hal di atas, di zaman modern ini mendapat tantangan seperti teknologi sudah barang tentu menimbulkan tantangan baru. Penggunaan gawai yang terlalu sering dapat memicu adiksi, serta berkurangnya aktivitas fisik dan menurunnya kualitas interaksi social secara langsung. Anak-anak sangat rentan terhadap paparan konten digital seperti informasi yang tidak benar, cyberbullying, dan resiko penyalahgunaan data pribadi.

Agar manfaat teknologi digital benar-benar dapat dirasakan tanpa menimbulkan dampak negatif, diperlukan cara pandang dan pola penggunaan yang bijak. Dalam hal ini, peran orang tua, guru, serta lingkungan sekitar menjadi sangat penting dalam mendampingi anak-anak agar mampu memanfaatkan teknologi secara sehat dan bertanggung jawab. Teknologi memang memiliki peran besar dalam dunia pendidikan, terutama di tengah arus globalisasi yang semakin pesat, sehingga perlu dimanfaatkan secara tepat sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak (Lestari, 2018). Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan bahwa pola pendampingan yang konsisten dan komunikatif dari orang tua berkontribusi positif terhadap kemampuan anak dalam mengelola penggunaan teknologi serta menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan non-digital (Arifin & Maulana, 2024). Beberapa langkah sederhana namun efektif dapat diterapkan, seperti membatasi waktu penggunaan gawai, mendampingi anak saat mengakses internet, serta menanamkan nilai-nilai dan etika digital sejak dini. Upaya-upaya ini bertujuan agar anak terbiasa menggunakan teknologi secara seimbang, tidak berlebihan, dan tetap menjaga interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Di lingkungan pendidikan, pemanfaatan teknologi juga perlu dilakukan dengan pendekatan yang tepat. Teknologi tidak hanya digunakan untuk mempermudah penyampaian materi, tetapi juga untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan dekat dengan dunia anak. Penerapan pendekatan konstruktivisme berbasis teknologi digital dinilai mampu menghadirkan suasana belajar yang lebih hidup dan relevan dengan keseharian siswa (Lathifah, 2024). Sejalan dengan itu, integrasi teknologi yang dirancang secara pedagogis terbukti dapat meningkatkan keterlibatan siswa, mendorong pembelajaran aktif, serta membantu peserta didik membangun pemahaman melalui pengalaman belajar yang kontekstual (Yusuf & Kurniawan, 2024). Dengan penggunaan teknologi yang lebih sadar, terarah, dan seimbang, teknologi digital dapat menjadi sarana yang sangat membantu anak-anak dalam mempersiapkan masa depan mereka. Untuk mewujudkan hal tersebut, diperlukan kolaborasi yang kuat antara keluarga, sekolah, dan pemerintah guna membangun ekosistem digital yang aman, edukatif, dan mendukung tumbuh kembang generasi muda agar menjadi pribadi yang cerdas, kreatif, dan bertanggung jawab dalam berteknologi.

Banyak orang tua saat ini dihadapkan pada tantangan besar dalam mengatur waktu layar atau *screen time* anak sekaligus membimbing mereka agar dapat menggunakan teknologi secara bijak. Di satu sisi, teknologi memang menawarkan berbagai manfaat, mulai dari kemudahan mengakses sumber belajar hingga hiburan yang menarik dan menyenangkan. Teknologi juga dinilai mampu mendukung pembelajaran masa kini karena menghadirkan pengalaman belajar yang lebih fleksibel, interaktif, dan sesuai dengan perkembangan zaman (Istiqamah, 2023). Namun, tanpa pendampingan dan pengawasan yang tepat, penggunaan teknologi secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, baik bagi kesehatan fisik, perkembangan sosial, maupun kondisi emosional anak. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa durasi penggunaan gawai yang tidak terkontrol berpotensi meningkatkan risiko gangguan konsentrasi, kelelahan mental, serta menurunnya kualitas interaksi sosial anak (Handayani & Prakoso, 2024).

Salah satu tantangan terbesar bagi orang tua adalah membatasi *screen time* tanpa harus terus-menerus berhadapan dengan konflik. Anak-anak umumnya lebih tertarik pada konten digital yang seru dan interaktif, sehingga mengurangi waktu di depan layar bukanlah perkara mudah. Situasi ini sering kali semakin rumit ketika orang tua belum memiliki pemahaman yang memadai tentang strategi pengelolaan penggunaan teknologi di rumah. Sebagian orang tua memilih membiarkan anak menggunakan gawai tanpa batas karena dianggap sebagai cara cepat untuk menenangkan anak, sementara sebagian lainnya justru menerapkan aturan yang terlalu ketat sehingga memicu penolakan dan perlawanan. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya edukasi bagi orang tua agar mampu menerapkan pola pendampingan yang seimbang, komunikatif, dan penuh empati dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital (Wahyuni & Pratama, 2024). Temuan lain juga menunjukkan bahwa konflik antara orang tua dan anak terkait penggunaan gawai sering muncul akibat ketidakkonsistenan aturan serta kurangnya komunikasi yang terbuka dalam keluarga. Pendekatan pengasuhan yang mengombinasikan batasan yang jelas dengan dialog

yang hangat dinilai lebih efektif dalam membantu anak mengelola penggunaan teknologi secara sehat (Kurniawan & Salsabila, 2023).

Selain membatasi waktu penggunaan gawai, orang tua juga memegang peran penting dalam membimbing anak agar mampu menggunakan teknologi secara bijak dan bertanggung jawab. Anak perlu dikenalkan bahwa teknologi tidak hanya sebatas sarana hiburan, tetapi juga dapat dimanfaatkan untuk belajar, mengembangkan kreativitas, dan membangun komunikasi yang positif. Namun, kenyataannya banyak orang tua masih merasa kewalahan menghadapi dinamika dunia digital yang terus berubah. Kurangnya literasi digital dalam keluarga sering kali membuat pendampingan menjadi kurang optimal, sehingga anak lebih berisiko mengalami kecanduan gawai, terpapar konten yang tidak sesuai usia, atau terlibat dalam interaksi digital yang kurang sehat (Fauzi & Ramadhan, 2024). Hal ini diperkuat oleh temuan yang menyatakan bahwa rendahnya pemahaman orang tua tentang literasi digital berkontribusi pada lemahnya pengawasan serta pembentukan kebiasaan bermedia yang sehat pada anak (A. Nugroho & Sari, 2024).

Menghadapi kondisi tersebut, pendekatan yang seimbang menjadi sangat diperlukan. Orang tua tidak hanya berperan sebagai pengawas, tetapi juga sebagai pendamping dan teladan. Penerapan aturan penggunaan gawai yang jelas dan konsisten, seperti membatasi akses gadget pada waktu tertentu atau menghindari penggunaan gawai saat berkegiatan bersama keluarga, dapat membantu anak memahami batasan secara wajar. Di samping itu, penting pula untuk mendorong anak terlibat dalam aktivitas non-digital agar mereka tetap memiliki ruang untuk berinteraksi secara langsung dan mengembangkan keterampilan sosial. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa komunikasi terbuka antara orang tua dan anak mengenai penggunaan teknologi berpengaruh signifikan terhadap terbentuknya kebiasaan digital yang sehat dan berimbang (S. Nugroho & Lestari, 2023). Lebih dari sekadar aturan, contoh nyata dari orang tua memiliki dampak yang sangat kuat karena anak cenderung meniru pola perilaku yang mereka lihat dalam lingkungan terdekatnya (Sinaga, 2025). Ketika orang tua mampu menunjukkan penggunaan teknologi secara bijak, proporsional, dan bertujuan positif, anak pun akan lebih mudah menginternalisasi nilai-nilai tersebut. Dengan pendampingan yang konsisten, komunikasi yang terbuka, dan sikap saling percaya, anak diharapkan tumbuh menjadi pribadi yang mampu memanfaatkan teknologi digital secara cerdas, kritis, dan bertanggung jawab di tengah tantangan era digital yang semakin kompleks.

Meskipun teknologi digital menawarkan banyak manfaat dalam mendukung proses belajar dan mengasah kreativitas anak, dampak jangka panjangnya terhadap tumbuh kembang tetap perlu menjadi perhatian, terutama jika penggunaannya tidak disertai dengan arahan dan pengawasan yang memadai. Dari sisi kognitif, paparan media digital yang terlalu sering dapat memengaruhi kemampuan anak dalam berkonsentrasi dan menyerap informasi secara optimal. Konten yang serba cepat dan instan memang menarik, namun tanpa pengelolaan yang baik dapat membuat anak terbiasa dengan stimulasi berlebihan dan kurang terlatih untuk berpikir mendalam atau menyelesaikan tugas yang membutuhkan fokus jangka panjang (Rahmawati & Hidayat, 2024). Selain itu, penggunaan gawai yang berlebihan juga berpotensi mengganggu perkembangan emosi dan regulasi diri anak, terutama pada usia dini, karena berkurangnya kesempatan berinteraksi langsung dan mengeksplorasi lingkungan secara nyata (Susanto, 2023).

Selain itu, ketika anak mengakses informasi secara mandiri tanpa pendampingan orang dewasa, mereka berisiko membentuk pemahaman yang keliru atau kurang kritis terhadap berbagai isu. Dari sisi sosial, penggunaan media digital yang tidak terkontrol juga berdampak pada kualitas interaksi sosial anak. Anak yang terlalu sering beraktivitas di depan layar cenderung mengalami penurunan keterampilan sosial, seperti kemampuan berkomunikasi secara langsung, berempati, dan bekerja sama dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh terhadap pola interaksi dan relasi sosial anak dan remaja (Pratidina & Mitha, 2023). Melihat berbagai potensi risiko tersebut, keterlibatan aktif orang tua dan pendidik menjadi sangat penting untuk memastikan anak memiliki keseimbangan antara aktivitas digital dan kehidupan nyata. Pendampingan yang tepat dapat membantu anak tetap menikmati manfaat teknologi tanpa mengorbankan perkembangan kognitif, sosial, dan emosionalnya.

Tak hanya memengaruhi cara anak berinteraksi dengan lingkungan, media sosial juga dapat berdampak pada bagaimana mereka membentuk konsep diri. Banyak anak, tanpa sadar, mulai membandingkan diri mereka dengan standar yang sering kali tidak realistis di dunia maya, mulai dari penampilan fisik, gaya hidup, hingga pencapaian orang lain. Kondisi ini dapat memengaruhi rasa percaya diri anak dan membuat mereka merasa kurang berharga. Secara emosional, penggunaan media digital yang tidak terarah juga berisiko meningkatkan stres, kecemasan, bahkan gejala depresi, terutama ketika anak

terlalu bergantung pada validasi sosial seperti jumlah tanda suka atau komentar di media (Fitriani & Prakoso, 2024). Selain itu, paparan konten negatif seperti kekerasan, ujaran kebencian, serta pengalaman tidak menyenangkan seperti cyberbullying dapat memperburuk kondisi psikologis anak jika tidak disertai pendampingan yang tepat.

Sayangnya, belum semua orang tua memiliki pemahaman yang memadai mengenai dampak psikologis media digital terhadap anak. Sebagian memilih membiarkan anak menggunakan gawai tanpa batas karena dianggap praktis, sementara sebagian lain menerapkan aturan yang terlalu ketat tanpa komunikasi yang jelas, sehingga justru memicu konflik. Padahal, literasi digital orang tua memegang peran penting dalam menciptakan pola pendampingan yang sehat. Dengan pemahaman yang baik, orang tua dapat membimbing anak secara lebih bijak, tidak hanya melalui pembatasan, tetapi juga dengan dialog, edukasi, dan contoh nyata. Pendekatan yang seimbang antara pengawasan dan komunikasi terbuka akan membantu menciptakan lingkungan digital yang aman dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pengelolaan pendidikan di era digital perlu memperhatikan aspek kognitif, sosial, dan emosional anak secara utuh (Dacholfany et al., 2022).

Di era digital yang terus berkembang, teknologi telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan anak-anak, baik dalam pembelajaran, hiburan, maupun interaksi sosial. Kemajuan teknologi memberikan dampak yang cukup besar terhadap dunia pendidikan, terutama dalam mendukung proses belajar yang lebih dinamis dan fleksibel (Putri, 2023). Namun, agar berbagai manfaat tersebut benar-benar dapat dirasakan secara optimal, peran orang tua menjadi sangat krusial. Orang tua perlu memiliki pemahaman yang memadai tentang dunia digital agar mampu membimbing anak-anak dalam menggunakan teknologi secara bijak dan bertanggung jawab.

Melalui program ini, para orang tua diajak untuk melihat sisi positif dari pemanfaatan teknologi, mulai dari kemudahan mengakses sumber belajar, pengembangan kemampuan berpikir kritis, hingga peluang menyalurkan kreativitas anak melalui berbagai aplikasi edukatif yang tersedia. Di sisi lain, program ini juga menyoroti potensi dampak negatif yang dapat muncul, seperti kecanduan gawai, berkurangnya interaksi sosial, serta risiko anak terpapar konten yang tidak sesuai dengan usia mereka. Oleh karena itu, selain meningkatkan kesadaran, kegiatan ini bertujuan membekali orang tua dengan strategi praktis dalam mengelola penggunaan teknologi di lingkungan keluarga. Materi yang disampaikan mencakup cara menetapkan batasan waktu layar atau *screen time* yang sehat, memilih konten digital yang aman dan sesuai usia, serta membangun komunikasi yang terbuka dan efektif dengan anak-anak. Upaya ini diharapkan dapat membantu orang tua memanfaatkan teknologi sebagai sarana pendukung tumbuh kembang anak, bukan justru menjadi penghambat. Teknologi digital juga dipandang sebagai salah satu elemen penting dalam pembelajaran abad ke-21 (Said, 2023). Oleh karena itu, sudah saatnya orang tua mengambil peran yang lebih aktif dalam mendampingi anak menghadapi dunia digital, menciptakan keseimbangan antara aktivitas daring dan kehidupan nyata, serta mendukung pertumbuhan anak secara sehat, baik dari sisi kognitif, sosial, maupun emosional.

METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian masyarakat ini mengusung pendekatan partisipatif dan edukatif sebagai upaya untuk membantu para orang tua memahami dampak media digital terhadap anak, sekaligus membekali mereka dengan strategi bijak dalam mengelola penggunaannya. Proses pemecahan masalah dalam program ini dibagi menjadi beberapa tahapan utama: identifikasi masalah, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi keberhasilan. Pada tahap awal, tim melakukan identifikasi masalah dengan mengumpulkan data melalui wawancara dan kuesioner yang ditujukan kepada orang tua. Tujuannya adalah untuk memetakan sejauh mana pemahaman, sikap, dan kebiasaan mereka dalam mendampingi anak-anak menggunakan media digital. Hasil dari survei ini menjadi dasar dalam merancang kegiatan intervensi yang tepat sasaran. Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan intervensi yang diwujudkan dalam serangkaian kegiatan edukatif, seperti seminar, lokakarya interaktif, dan diskusi kelompok. Dalam kegiatan ini, para orang tua diberikan informasi tentang berbagai pengaruh media sosial, game online, dan konten digital terhadap perkembangan anak. Mereka juga mendapatkan panduan praktis tentang cara mengatur waktu layar (*screen time*), memilih konten yang sesuai dengan usia, serta membangun komunikasi yang terbuka dengan anak. Sesi berbagi pengalaman antar orang tua pun menjadi bagian penting dari proses, karena mampu memperkuat pemahaman sekaligus memberikan ruang untuk saling mendukung dan belajar dari pengalaman satu sama lain.

Untuk mengukur sejauh mana program ini berdampak, tim menggunakan pendekatan evaluasi gabungan, baik kuantitatif maupun kualitatif. Secara kuantitatif, dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah program melalui kuesioner, guna melihat adanya perubahan pengetahuan dan sikap peserta. Sementara dari sisi kualitatif, dilakukan wawancara mendalam dan diskusi reflektif untuk menangkap pengalaman pribadi para peserta, termasuk tantangan yang mereka hadapi dalam menerapkan strategi yang telah dipelajari. Apabila dalam proses evaluasi ditemukan adanya kendala atau kebutuhan pendampingan lanjutan, tim akan menyusun rekomendasi untuk pengembangan program ke depan. Harapannya, kegiatan ini dapat terus berlanjut dan menjangkau lebih banyak keluarga, sehingga dampaknya bisa lebih luas dan berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

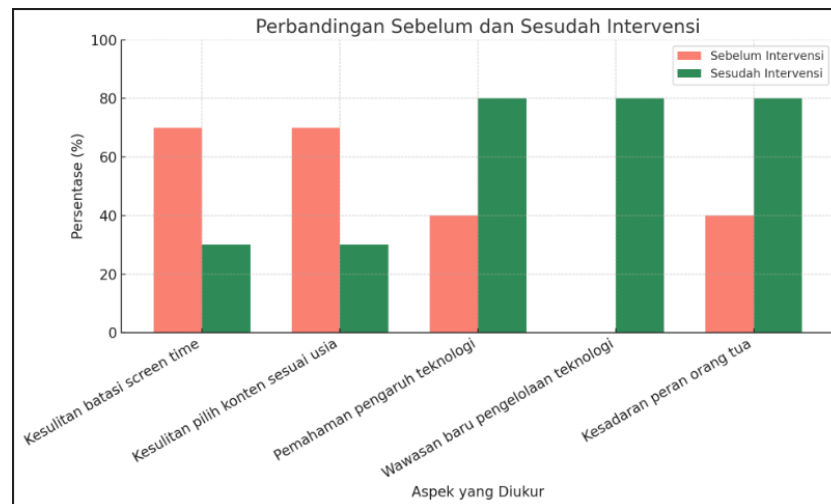
Pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini memberikan gambaran yang cukup jelas mengenai tantangan nyata yang dihadapi para orang tua dalam mengelola penggunaan teknologi digital oleh anak-anak mereka. Berdasarkan hasil survei awal sebelum intervensi dilakukan, tercatat bahwa sekitar 72% orang tua mengaku kesulitan membatasi durasi penggunaan gawai oleh anak. Sementara itu, 71% lainnya menyatakan masih merasa ragu atau belum percaya diri dalam memilih konten digital yang tepat dan sesuai dengan usia anak. Data ini juga menunjukkan bahwa hanya sekitar 40% responden yang memiliki pemahaman yang memadai terkait dampak jangka panjang media digital terhadap tumbuh kembang anak baik dari sisi kognitif, sosial, maupun emosional.

Sepanjang rangkaian kegiatan edukatif berlangsung, para peserta menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi. Materi yang dibawakan dalam seminar dan lokakarya interaktif mulai dari pembahasan tentang dampak media sosial hingga pengaruh game online terhadap kesehatan mental anak berhasil membuka wawasan baru bagi banyak orang tua. Tak hanya mendapatkan informasi, mereka juga merasa terbantu dengan adanya sesi diskusi kelompok yang memberikan ruang untuk saling bertukar pengalaman, menyampaikan keresahan, serta mencari solusi yang relevan dan sesuai dengan kondisi masing-masing keluarga. Hasil evaluasi setelah pelaksanaan program menunjukkan perkembangan yang cukup menggembirakan. Sebagian besar peserta, yakni sekitar 80%, mengaku mendapatkan wawasan baru mengenai pentingnya menetapkan batasan waktu penggunaan teknologi serta memilih konten yang sesuai dengan usia anak. Selain itu, persentase yang sama juga menyatakan mengalami peningkatan kesadaran akan pentingnya peran mereka dalam mendampingi anak saat berinteraksi dengan media digital. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa keterlibatan aktif orang tua memiliki pengaruh besar dalam membentuk kebiasaan digital anak (Apyranto, 2022).

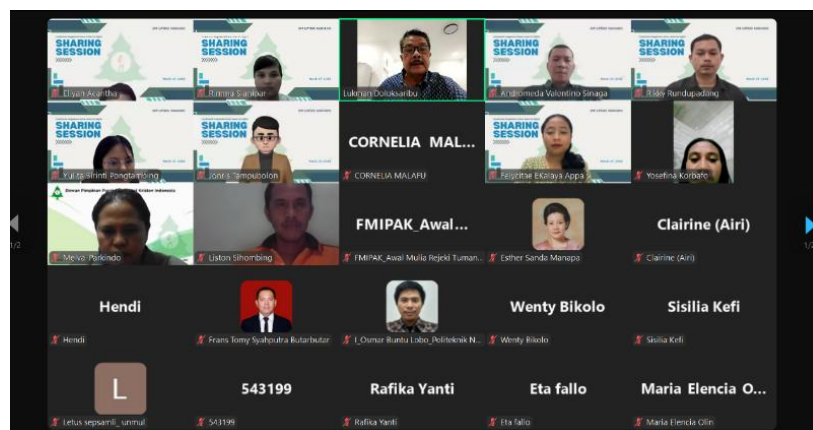
Meski hasil program cukup menggembirakan, masih ada sejumlah tantangan yang dihadapi dalam praktik di lingkungan keluarga. Sekitar 30% orang tua mengaku masih kesulitan menjalankan aturan screen time secara konsisten, terutama karena penggunaan gawai sudah terlanjur menjadi kebiasaan sehari-hari anak. Beberapa peserta juga mengungkapkan kendala dalam menemukan konten edukatif yang menarik sekaligus sesuai dengan usia anak. Hal ini sejalan dengan temuan yang menyebutkan bahwa meskipun teknologi digital menawarkan banyak manfaat dalam dunia pendidikan, berbagai tantangan dalam penggunaannya tetap perlu mendapat perhatian serius (Hakim & Yulia, 2024). Oleh karena itu, keberlanjutan program dalam bentuk pendampingan berkala serta penyediaan akses terhadap sumber belajar digital yang ramah anak menjadi langkah penting guna memastikan dampak positif yang berkelanjutan.

Tabel 1. perbandingan angka sebelum dan sesudah intervensi program

Aspek yang Diukur	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
Kesulitan membatasi screen time anak	72%	30%
Kesulitan menentukan konten digital yang sesuai	71%	28%
Pemahaman dampak teknologi digital terhadap anak	40% memahami dengan baik	80% memahami dengan baik
Mendapatkan wawasan baru tentang pengelolaan teknologi	Tidak tersedia	80%
Kesadaran pentingnya peran aktif orang tua dalam pendampingan anak	40% cukup sadar	80% lebih sadar



Gambar 1. Visualisasi perbandingan kondisi sebelum dan sesudah intervensi program.



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari program pengabdian ini menegaskan bahwa edukasi dan pendampingan bagi orang tua memainkan peran kunci dalam membentuk lingkungan digital yang lebih sehat bagi anak-anak. Setelah mengikuti rangkaian kegiatan, para orang tua menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, baik terkait dampak positif dan negatif teknologi, cara menetapkan batasan waktu penggunaan gawai, hingga pentingnya memilih konten digital yang sesuai usia. Tak hanya itu, program ini juga berhasil mendorong keterlibatan aktif orang tua dalam mendampingi anak saat berinteraksi dengan teknologi. Namun demikian, sejumlah tantangan masih tetap muncul, terutama dalam hal menjaga konsistensi penerapan aturan screen time dan keberlanjutan dalam pendampingan sehari-hari. Karena itu, langkah lanjutan seperti pelatihan berkala serta dukungan dari komunitas sesama orang tua menjadi sangat penting untuk menjaga semangat dan komitmen yang telah terbentuk selama program berlangsung. Dengan dukungan yang berkelanjutan, diharapkan praktik baik yang telah diperkenalkan dapat terus diterapkan dan memberikan dampak positif dalam jangka panjang.

Ke depan, kegiatan seperti ini sebaiknya terus dilanjutkan agar orang tua tidak merasa berjalan sendiri dalam mendampingi anak di era digital. Pertemuan rutin atau sharing session sederhana bisa menjadi ruang yang nyaman bagi orang tua untuk saling berbagi pengalaman, cerita, dan strategi yang mereka terapkan di rumah. Dukungan dari sekolah dan lingkungan sekitar juga sangat dibutuhkan, terutama untuk membantu orang tua tetap konsisten dalam mengatur screen time dan memilihkan konten yang sesuai bagi

anak. Selain itu, media digital justru bisa dimanfaatkan sebagai sarana belajar bersama, misalnya melalui panduan praktis atau konten edukatif tentang pengasuhan digital yang mudah dipahami. Dengan adanya kebersamaan dan dukungan yang berkelanjutan, diharapkan kebiasaan baik yang sudah mulai terbentuk dapat terus dijaga dan memberikan dampak positif bagi tumbuh kembang anak dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apdillah, D., Zebua, R. B., Idham, M., & Anhar, I. (2022). Teknologi Digital di dalam Kehidupan Masyarakat. *Selodang Mayang*, 8(2), 101–107. <https://doi.org/10.47521/selodangmayang.v8i2.247>
- Apryanto, F. (2022). Peran generasi muda terhadap perkembangan teknologi digital di era Society 5.0. *Media Husada Journal of Community Service*, 2(2). <https://doi.org/10.33475/mhjcs.v2i2.35>
- Arifin, M., & Maulana, R. (2024). Pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital dan implikasinya terhadap keseimbangan perkembangan anak. *Jurnal Kajian Pendidikan Dan Sosial*, 9(2), 112–125.
- Dacholfany, M. I., Nurhayati, S., & Prasetyo, E. (2022). Pengelolaan pendidikan di era digital. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 27(2), 145–156. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v27i2.1834>
- Fauzi, A., & Ramadhan, R. (2024). Peran keluarga dalam membangun literasi digital anak. *Jurnal Pendidikan Dan Literasi Digital*, 4(1), 21–33.
- Fitriani, N., & Prakoso, B. H. (2024). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental dan konsep diri anak usia sekolah. *Jurnal Psikologi Perkembangan Anak*, 5(1), 21–34. <https://doi.org/10.31004/jppa.v5i1.2456>
- Hakim, A. N., & Yulia, L. (2024). Dampak Teknologi Digital terhadap Pendidikan Saat Ini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 145–163.
- Handayani, R., & Prakoso, B. H. (2024). Dampak penggunaan gawai berlebihan terhadap kesehatan mental dan sosial anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 13(1), 41–53.
- Istiqamah, A. (2023). Peran Penting Media Pembelajaran Digital dan Teknologi dalam Meningkatkan Pembelajaran Sejarah Masa Kini. <https://doi.org/10.31237/osf.io/u9cwb>
- Kurniawan, D., & Salsabila, N. (2023). Konflik orang tua dan anak dalam pengaturan screen time. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 8(2), 112–123. <https://doi.org/10.31219/jips.v8i2.187>
- Lathifah, A. S. (2024). Pemanfaatan Teknologi Digital dalam Pembelajaran Konstruktivisme. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan (JURDIKBUD)*, 4(1), 69–76. <https://doi.org/10.55606/jurdikbud.v4i1.2838>
- Lestari, S. (2018). Peran teknologi dalam pendidikan di era globalisasi. *Edureligia*, 2(2). <https://doi.org/10.33650/edureligia.v2i2.459>
- Nugroho, A., & Sari, M. P. (2024). Peran literasi digital keluarga dalam membentuk perilaku bermedia anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 5(1), 45–57.
- Nugroho, S., & Lestari, I. (2023). Pola komunikasi orang tua dan anak dalam membentuk perilaku penggunaan media digital yang sehat. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Keluarga*, 5(2), 98–110.
- Pratidina, N. D., & Mitha, J. (2023). Dampak penggunaan media sosial terhadap interaksi sosial masyarakat. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1). <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3083>
- Putri, R. A. (2023). Pengaruh Teknologi dalam Perubahan Pembelajaran di Era Digital. *Journal of Computers and Digital Business*, 2(3), 105–111. <https://doi.org/10.56427/jcbd.v2i3.233>
- Rahmawati, D., & Hidayat, A. (2024). Pengaruh intensitas penggunaan media digital terhadap konsentrasi dan perkembangan kognitif anak usia sekolah. *Jurnal Pendidikan Anak Dan Teknologi*, 6(1), 45–58.
- Said, S. (2023). Peran Teknologi Digital sebagai Media Pembelajaran di Era Abad 21. *Jurnal PenKoMi*, 6(2), 194–202. <https://doi.org/10.33627/pk.62.1300>
- Sakti, A. (2023). Meningkatkan Pembelajaran Melalui Teknologi Digital. *Jurnal Penelitian Rumpun Ilmu Teknik*, 2(2), 212–219. <https://doi.org/10.55606/juprit.v2i2.2025>
- Sinaga, A. V. (2025). *Pengantar Perkembangan Peserta Didik* (1st ed.). CV Ananta Vidya.
- Susanto, B. (2023). Penggunaan gawai dan pengaruhnya terhadap perkembangan emosi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 101–112. <https://doi.org/10.31004/jpaud.v7i2.215>

- Wahyuni, S., & Pratama, A. (2024). Peran orang tua dalam pengelolaan screen time anak di era digital. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 29(1), 67–79.
- Yusuf, M., & Kurniawan, D. (2024). Integrasi teknologi digital dalam pembelajaran bermakna di sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 11(1), 23–35.