



## KETERLIBATAN PERAN ORANG TUA DALAM PENGGUNAAN SCREEN BASED DEVICE PADA ANAK

Heni Elmiani Sari\*, Karnilan Lestari Ningsi Sam, Dwi Cahyo Akbar

Politeknik Borneo Medistra, Jl. Tiga No. 99, Gunung Samarinda, Balikpapan Utara, Gn. Samarinda, Balikpapan Utara, Balikpapan, Kalimantan Timur 76125, Indonesia

\*henyelmiani@gmail.com

### ABSTRAK

Penggunaan perangkat berbasis layar (screen-based device/SBD) seperti televisi, tablet, komputer, dan telepon pintar semakin menjadi bagian dari kehidupan anak usia prasekolah. Penggunaan SBD dapat memberikan dampak positif maupun negatif terhadap perkembangan anak, sehingga diperlukan keterlibatan aktif orang tua dalam mengatur dan mengawasi penggunaannya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai peran mereka dalam penggunaan SBD pada anak. Metode yang digunakan berupa edukasi melalui presentasi PowerPoint, pembagian booklet Pedoman Praktis Digital Parenting Efektif, serta sesi diskusi dan tanya jawab. Kegiatan dilaksanakan di TK ABA Samboja dengan melibatkan 60 peserta yang terdiri dari orang tua dan guru. Evaluasi hasil kegiatan didapatkan hampir 90% peserta bertanya dan 90% meningkatkan pemahaman baru mengenai dampak penggunaan SBD, pengaturan waktu layar, serta strategi pendampingan digital yang tepat bagi anak. Edukasi yang diberikan dinilai efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta tentang pentingnya pengawasan dan keterlibatan orang tua dalam penggunaan teknologi digital oleh anak usia dini. Dengan demikian, keterlibatan orang tua yang optimal dalam penggunaan SBD dapat membantu memaksimalkan manfaat teknologi sekaligus meminimalkan dampak negatifnya terhadap tumbuh kembang anak.

Keywords: anak pra sekolah; *digital parenting*; orang tua; *screen based device*

### ***PARENTAL INVOLVEMENT IN CHILDREN'S USE OF SCREEN-BASED DEVICES***

#### ***ABSTRACT***

*The use of screen-based devices (SBDs) such as televisions, tablets, computers, and smartphones has increasingly become a part of the lives of preschool-aged children. Since SBD usage can have both positive and negative impacts on child development, active parental involvement in managing and supervising this usage is essential. This community service initiative aimed to enhance parents' knowledge and understanding regarding their role in their children's use of SBDs. The methods employed included educational sessions using PowerPoint presentations, the distribution of a booklet titled "Practical Guidelines for Effective Digital Parenting," and interactive discussion and Q&A sessions. The activity was conducted at ABA Samboja Kindergarten, involving 60 participants comprising parents and teachers. Evaluation of the activity revealed that nearly 90% of participants asked questions, and 90% gained new insights into the impacts of SBD usage, screen time management, and appropriate digital guidance strategies for children. The educational program was deemed effective in raising awareness and knowledge regarding the importance of parental supervision and involvement in young children's use of digital technology. Thus, optimal parental involvement in SBD usage can help maximize the benefits of technology while minimizing its negative effects on a child's growth and development.*

Keywords: *digital parenting*; *parents*; *preschool children*; *screen-based devices*

## **PENDAHULUAN**

Penggunaan media dan waktu layar kini menjadi komponen normatif dalam kehidupan keluarga dengan anak-anak usia dini. Oleh karena itu, pemahaman tentang dampak penggunaan perangkat berbasis layar (SBD; misalnya, TV, tablet, komputer, ponsel pintar) terhadap perkembangan anak sangatlah penting (Elias & Sulkin, 2019). Dampak-dampak ini mungkin memiliki pengaruh khusus pada anak usia dini karena merupakan periode kritis bagi perkembangan neurologis dan perilaku, serta periode di mana aturan dan rutinitas keluarga seputar penggunaan media pertama kali terbentuk (Coyne dkk., 2017). Namun, temuan tentang penggunaan SBD tidak konsisten, dengan beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan SBD berhubungan dengan stres orang tua yang lebih tinggi dan hasil perilaku dan kesehatan anak yang lebih buruk (Li et al., 2020 ; Golen & Ventura, 2015), sedangkan penelitian lain melaporkan hubungan dengan hasil anak yang positif (misalnya, perkembangan bahasa dan perilaku prososial; Ostrov et al., 2006) untuk jenis tertentu (misalnya, program pendidikan) dan jumlah penggunaan SBD (Madigan et al., 2020 ; Linebarger & Walker, 2005).

Temuan campuran sebelumnya mungkin karena kurangnya perhatian terhadap faktor orang tua yang mendorong kuantitas dan kualitas penggunaan SBD anak. Kami mengusulkan bahwa perspektif pengaturan diri orang tua dapat membantu mengungkap mekanisme orang tua yang mendasari penggunaan SBD dan dampaknya terhadap perkembangan anak. Pada anak usia dini, orang tua bertindak sebagai pengatur eksternal emosi dan perilaku anak ketika anak belum mengembangkan keterampilan untuk mengatur secara mandiri (Vohs & Baumeister, 2004). Orang tua juga harus mengatur emosi dan perilaku mereka sendiri sebagai respons terhadap pola asuh dan perilaku anak, yang bisa sangat menantang (Lunkenheimer et al., 2017). Oleh karena itu, orang tua dapat menggunakan SBD sebagai salah satu alat potensial untuk mengatur diri mereka sendiri dan anak-anak mereka, sehingga penting untuk memahami bagaimana pengaturan diri orang tua memengaruhi perilaku seputar penggunaan SBD.

Untuk mempelajari proses-proses ini, langkah-langkah baru mungkin diperlukan untuk menargetkan perilaku, persepsi, dan regulasi orang tua atas penggunaan SBD mereka sendiri dan anak-anak mereka (Barr et al., 2020; Coyne et al., 2017). Oleh karena itu, kami mengembangkan ukuran singkat baru, Survei Penggunaan Perangkat Berbasis Layar Orang Tua (PSUS), untuk menilai regulasi orang tua atas penggunaan SBD mereka sendiri, regulasi dan keterlibatan dengan penggunaan anak-anak mereka, dan penggunaan SBD sebagai alat pengasuhan. Ukuran ini membahas penggunaan semua SBD dan tidak terbatas pada satu bentuk media. Dalam makalah ini, pertama-tama kami meninjau penggunaan SBD orang tua dan anak dan membahas potensi mekanisme orang tua yang mendasari penggunaan SBD. Selanjutnya, kami memeriksa keandalan dan struktur faktor PSUS serta validitasnya melalui hubungan dengan fungsi regulasi orang tua dan anak, yaitu, tekanan orang tua, masalah fungsi eksekutif orang tua, dan masalah perilaku anak. Tujuan kegiatan Pengabdian Masyarakat adalah memberikan solusi edukatif dan praktis terhadap permasalahan sosial yang dihadapi masyarakat di era digital.

## **METODE**

Metode pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini berupa edukasi mengenai Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi kepada Kepala Sekolah TK ABA. Setelah itu penentuan waktu pelaksanaan yang telah ditentukan oleh pihak sekolah TK ABA. Jumlah peserta yang hadir pada pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berjumlah 60 peserta. Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan Edukasi materi, selanjutnya sesi tanya jawab. Pemberian materi diberikan melalui media PPT dan pedoman praktis digital parenting efektif. Setelah pemberian edukasi selesai, dilakukan sesi diskusi melalui sesi tanya

jawab Bersama tim pengabdian masyarakat untuk mengetahui sejauh mana peserta memahami edukasi yang berkaitan dengan Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak.

Langkah-langkah yang diterapkan pada kegiatan Pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Persiapan

Tim Pengabdian masyarakat menyiapkan Booklet pedoman praktis digital parenting efektif dan PPT, Selanjutnya melaksanakan koordinasi terhadap Sekolah TK ABA dalam persiapan ruangan, peserta terkait edukasi Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak.

2. Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan melakukan registrasi awal, pemberian Edukasi, umpan balik (tanya jawab).

3. Kegiatan Inti

Kegiatan inti adalah pemberian edukasi mengenai Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak dengan PPT dan metode Booklet pedoman praktis digital parenting efektif, yang selanjutnya dilakukan sesi diskusi tanya jawab dengan peserta. Pemberian edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai menjadi orang tua yang sadar dampak literasi digital, penggunaan waktu layar pada anak sesuai dengan usia, pengasuhan digital anak, serta aplikasi yang dapat menunjang perkembangan anak. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari di TK ABA. Saat sesi tanya jawab para orang tua juga aktif untuk bertanya.

4. Evaluasi

Setelah dilakukan pemberian edukasi mengenai Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat beberapa aspek, berikut ini:

- a. Target jumlah peserta orangtua yang hadir dapat dikatakan sangat baik, sesuai dengan capaian target capaian jumlah peserta didik di TK ABA
- b. Berdasarkan sesi tanya jawab dan diskusi yang sudah dilakukan hampir 90% peserta bertanya dan 90% peserta merasakan sangat senang mengetahui tentang Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen-Based Device pada Anak
- c. Penguasaan Materi  
Kemampuan peserta dalam menguasai materi bisa dikatakan sangat baik. Penyampaian materi Pendidikan kesehatan oleh program studi D-III kebidanan Politeknik Borneo Medistra melalui media PPT dan Booklet pedoman Praktis Digital Parenting Efektif dinilai mampu menambah pengetahuan dan pemahaman tentang Digital parenting.
- d. Rencana Tindak Lanjut
  - 1) Melanjutkan proses publikasi artikel ilmiah pengabdian masyarakat ke jurnal nasional terakreditasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penggunaan media dan waktu layar kini menjadi komponen normatif dalam kehidupan keluarga dengan anak-anak usia dini. Oleh karena itu, pemahaman tentang dampak penggunaan perangkat berbasis layar (SBD; misalnya, TV, tablet, komputer, ponsel pintar) terhadap perkembangan anak sangatlah penting. Dampak-dampak ini mungkin memiliki pengaruh khusus pada anak usia dini karena merupakan periode kritis bagi perkembangan neurologis dan perilaku, serta periode di mana aturan dan rutinitas keluarga seputar penggunaan media pertama kali terbentuk (Coyne dkk., 2017). Namun, temuan tentang penggunaan SBD tidak konsisten, dengan beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan SBD berhubungan dengan stres orang tua yang lebih tinggi dan hasil perilaku dan kesehatan anak yang lebih buruk (Li et al., 2020), sedangkan penelitian lain melaporkan hubungan

dengan hasil anak yang positif (misalnya, perkembangan bahasa dan perilaku prososial) untuk jenis tertentu (misalnya, program pendidikan) dan jumlah penggunaan SBD (Madigan et al., 2020).

Temuan campuran sebelumnya mungkin karena kurangnya perhatian terhadap faktor orang tua yang mendorong kuantitas dan kualitas penggunaan SBD anak. Kami mengusulkan bahwa perspektif pengaturan diri orang tua dapat membantu mengungkap mekanisme orang tua yang mendasari penggunaan SBD dan dampaknya terhadap perkembangan anak. Pada anak usia dini, orang tua bertindak sebagai pengatur eksternal emosi dan perilaku anak ketika anak belum mengembangkan keterampilan untuk mengatur secara mandiri. Orang tua juga harus mengatur emosi dan perilaku mereka sendiri sebagai respons terhadap pola asuh dan perilaku anak, yang bisa sangat menantang (Lunkenheimer et al., 2023). Oleh karena itu, orang tua dapat menggunakan SBD sebagai salah satu alat potensial untuk mengatur diri mereka sendiri dan anak-anak mereka, sehingga penting untuk memahami bagaimana pengaturan diri orang tua memengaruhi perilaku seputar penggunaan SBD.

Untuk mempelajari proses-proses ini, langkah-langkah baru mungkin diperlukan untuk menargetkan perilaku, persepsi, dan regulasi orang tua atas penggunaan SBD mereka sendiri dan anak-anak mereka (Barr et al., 2020; Coyne et al., 2017). Oleh karena itu, kami mengembangkan ukuran singkat baru, Survei Penggunaan Perangkat Berbasis Layar Orang Tua (PSUS), untuk menilai regulasi orang tua atas penggunaan SBD mereka sendiri, regulasi dan keterlibatan dengan penggunaan anak-anak mereka, dan penggunaan SBD sebagai alat pengasuhan. Ukuran ini membahas penggunaan semua SBD dan tidak terbatas pada satu bentuk media. Dalam makalah ini, pertama-tama kami meninjau penggunaan SBD orang tua dan anak dan membahas potensi mekanisme orang tua yang mendasari penggunaan SBD. Selanjutnya, kami memeriksa keandalan dan struktur faktor PSUS serta validitasnya melalui hubungan dengan fungsi regulasi orang tua dan anak, yaitu, tekanan orang tua, masalah fungsi eksekutif orang tua, dan masalah perilaku anak.

## **Dampak Penggunaan SBD pada Anak terhadap Perkembangan Anak**

### **Dampak sosial-emosional**

Dalam literatur, anak-anak dengan waktu penggunaan layar yang berlebihan ditemukan berhubungan dengan keterlambatan perkembangan sosial-emosional, hiperaktivitas-kurang perhatian, dan agresivitas (Mohammed, 2025).

### **Masalah tidur dan penglihatan**

Dalam penelitian Mohammed (2025), 35,9% anak mengalami masalah tidur, dengan mayoritas (44,6%, 49,0%) menggunakan waktu layar selama dua hingga tiga jam dan lebih dari tiga jam, masing-masing. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa satu jam tambahan waktu layar dikaitkan dengan penurunan durasi tidur selama 10 menit (Hiltunen, et. al. (2021)). Waktu layar yang rendah (<1 jam/hari) menunjukkan efisiensi tidur yang lebih baik (90%) dibandingkan dengan waktu layar yang tinggi (>3 jam/hari), yang berhubungan dengan efisiensi tidur yang jauh lebih rendah (75%) dan lebih sering terbangun di malam hari (Wang, 2022). Masalah mata dilaporkan pada 14,1% peserta, yang konsisten dengan penelitian oleh Wang dkk., yang mengamati bahwa 15-20% anak yang menggunakan perangkat digital lebih dari dua jam/hari mengalami gejala ketegangan mata digital (Presta, 2024).

### **Penggunaan SBD dalam Konteks Pengasuhan Anak**

Orang tua memanfaatkan SBD dalam berbagai cara, termasuk mengelola penggunaan layar anak melibatkan anak dalam penggunaan, dan melibatkan SBD dalam disiplin (Mohammed, 2025). Selain itu, orang tua menggunakan SBD untuk membantu mengatur diri sendiri dan mengelola stres mereka

sendiri (McDaniel & Radesky, 2018). Di sini, kami mengulas beberapa alasan utama orang tua menggunakan SBD, dengan alasan bahwa fungsi-fungsi ini perlu dipertimbangkan mengingat temuan-temuan sebelumnya yang beragam mengenai dampak penggunaan SBD terhadap perkembangan anak.

### **Norma Keluarga Seputar Penggunaan SBD**

Norma orang tua yang memberikan akses tak terbatas kepada anak-anak terhadap perangkat seluler dikaitkan dengan peningkatan waktu penggunaan harian, yaitu 2,6 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki akses bebas, yang dapat berdampak pada perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak (Brushe, 2023 dan San Martin, 2024)). Fakta bahwa anak-anak di bawah usia 2 tahun menggunakan perangkat seluler lebih dari 30 menit sehari, dan waktu ini meningkat secara signifikan ketika mereka memiliki akses bebas, tidak memenuhi rekomendasi waktu penggunaan layar apa pun, dan menimbulkan kekhawatiran tentang dampak paparan teknologi dini terhadap perkembangan anak (Brushe, 2023). Sebagian kecil orang tua menggunakan ponsel pintar atau tablet sebagai hadiah atau hukuman, dengan rata-rata penggunaan 2 jam per hari, tergantung pada perilaku anak. Untungnya, sebagian besar tidak menggunakan strategi disiplin ini, tetapi mereka yang menggunakannya karena ketidakpatuhan terhadap rekomendasi patut dikhawatirkan.

Salah satu studi pertama yang menggambarkan norma dan persepsi orang tua anak-anak yang menggunakan perangkat seluler, meninggalkan paradigma televisi. Keterlibatan ayah, ibu, dan wali, serta variabilitas tingkat pendidikan, memberikan perspektif yang luas dan memungkinkan hasil yang lebih umum. Kombinasi data numerik dan respons perseptual memberikan pemahaman yang lebih lengkap tentang penggunaan perangkat seluler oleh anak-anak. Studi ini membahas isu akses dan penggunaan perangkat seluler oleh anak-anak, yang relevan saat ini dan mungkin memiliki implikasi bagi pengasuhan dan perkembangan anak (Miyashita, 2023).

### **Waktu Penggunaan**

Para ahli merekomendasikan pembatasan ketat pada waktu penggunaan layar untuk anak-anak, khususnya yang berusia kurang dari 2 tahun, untuk mencegah stimulasi berlebihan dan gangguan perkembangan. Untuk anak-anak usia prasekolah, kuantitas dan kualitas waktu penggunaan layar harus dikelola dengan hati-hati untuk memaksimalkan potensi manfaat pendidikan sekaligus meminimalkan risiko. Menurut American Academy of Pediatrics (AAP), anak-anak di bawah usia 18 bulan tidak boleh menggunakan media digital kecuali untuk obrolan video, sedangkan anak-anak berusia 18–24 bulan hanya boleh terpapar program berkualitas tinggi dan menonton bersama orang tua untuk memastikan interaksi dan diskusi, yang meningkatkan pemahaman dan perkembangan mereka. Untuk anak-anak berusia 2-5 tahun, AAP merekomendasikan pembatasan penggunaan layar hingga 1 jam per hari di bawah bimbingan orang tua untuk memastikan bahwa kontennya bersifat edukatif dan interaktif. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry lebih lanjut menekankan pentingnya keterlibatan orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa media tidak boleh menggantikan waktu berkualitas bersama keluarga, bermain di luar ruangan, atau waktu tidur dan merekomendasikan agar keluarga berinteraksi dengan anak-anak mereka selama penggunaan media untuk menjembatani kesenjangan antara konten layar dan pengalaman dunia nyata (Lee, 2024)

### **Disiplin, Pengasuhan, dan Keterlibatan Orang Tua**

Penggunaan layar saat makan bersama keluarga dan penggunaan layar di kamar tidur anak sama-sama berhubungan positif dengan total waktu penggunaan layar pada remaja dan penggunaan media sosial, permainan video, dan telepon seluler yang bermasalah, yang sesuai dengan bukti sebelumnya (Neshteruk, 2021). Akademi Pediatri Amerika menganjurkan Rencana Penggunaan Media Keluarga yang menyatakan bahwa orang tua dapat mempertimbangkan untuk menerapkan waktu bebas layar

seperti saat makan dan sebelum tidur. Menonton layar saat makan telah dikaitkan dengan makan berlebihan, makan sambil teralihkan perhatian, dan penambahan berat badan/obesitas (Nagata, 2025). Waktu penggunaan layar sebagai hukuman untuk perilaku buruk, hampir 40% melaporkan menawarkan waktu penggunaan layar sebagai hadiah untuk perilaku baik. Kontrol yang lebih besar terhadap penggunaan layar remaja sebagai hadiah atau hukuman dikaitkan dengan peningkatan total waktu penggunaan layar dan penggunaan layar bermasalah pada permainan video. Temuan kami mendukung penelitian sebelumnya, yang mengungkapkan bahwa perangkat berbasis layar sebagai alat disiplin meningkatkan waktu penggunaan layar anak-anak (Nagata, 2025).

### **Penggunaan SBD oleh Orang Tua Sendiri Selama Interaksi Orang Tua-Anak**

Pasangan orang tua-anak dalam kelompok pengguna SBD menghabiskan lebih sedikit waktu untuk melakukan aktivitas rekreasi bersama, termasuk lebih sedikit aktivitas offline, tetapi mereka menghabiskan lebih banyak waktu untuk berpartisipasi dalam aktivitas digital bersama dibandingkan dengan pasangan dalam kelompok non-pengguna (Liszkai, 2024). Temuan ini mendukung hipotesis perpindahan sosial, yang menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan SBD mungkin memiliki lebih sedikit waktu untuk aktivitas lain, termasuk aktivitas offline dengan anggota keluarga. Selain itu, penelitian ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan SBD cenderung memiliki orang tua yang juga terlibat dalam penggunaan media digital tingkat tinggi (Liszkai, 2024). Akibatnya, baik anak maupun orang tua mungkin memiliki lebih sedikit waktu yang didedikasikan untuk aktivitas sosial offline. Lebih lanjut, berkurangnya interaksi sosial dalam keluarga, yang dapat mengindikasikan kualitas hubungan yang lebih rendah, dapat menyebabkan peningkatan penggunaan media digital sebagai strategi kompensasi atau penanggulangan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara aktivitas online bersama dan komponen interaktivitas interaksi orang tua-anak. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas online, bahkan ketika dilakukan bersama orang tua, tidak dapat menggantikan kualitas waktu bersama di dunia nyata. Aktivitas online dan offline bersama berbeda secara signifikan: ketika media terlibat, orang tua cenderung lebih pasif. Menonton video bersama memicu interaksi yang lebih sedikit dibandingkan dengan membaca buku atau bermain peran. Orang tua yang menggunakan media bersama anak-anak, memberikan lebih sedikit ucapan verbal selama bermain elektronik dibandingkan dengan bermain mainan atau membaca. Hal ini juga bisa berlaku untuk permainan digital, di mana orang tua mungkin hanya menonton bagaimana anak bermain, tetapi tidak berpartisipasi secara aktif. Selama aktivitas offline bersama, dukungan (bantuan) orang tua dapat menciptakan peluang untuk interaksi berkualitas tinggi, seperti mengajukan pertanyaan, memberi label pada objek, dan menunjukkan kasih sayang secara verbal. Namun, perangkat digital itu sendiri dapat menawarkan saran dan umpan balik kepada anak-anak untuk membantu penggunaan anak-anak, sehingga perancah orang tua menjadi kurang diperlukan. Selain itu, generasi muda seringkali lebih mahir menggunakan teknologi digital (“penduduk asli digital”) daripada generasi orang tua mereka (“imigran digital”) yang semakin membatasi peluang perancah orang tua.

### **Kontrol orang tua**

Kontrol adalah salah satu dimensi yang menentukan gaya pengasuhan, dengan dimensi lainnya adalah kehangatan atau daya tanggap, yang juga ditunjukkan oleh komponen interaktivitas dan perhatian terhadap pasangan dalam kelompok non-pengguna. Kombinasi tuntutan tinggi dan daya tanggap merupakan ciri gaya pengasuhan otoritatif. Orang tua otoritatif menghormati pendapat anak mereka sambil mempertahankan batasan yang jelas. Mereka mendorong tuntutan anak mereka melalui komunikasi dua arah, seperti menjelaskan aturan, dan mendorong kemandirian. Gaya pengasuhan otoritatif dikaitkan dengan hasil perkembangan yang paling menguntungkan bagi anak-anak (Liszkai,

2024). Oleh karena itu, sementara penggunaan SBD oleh anggota keluarga dapat menurunkan kualitas interaksi orang tua-anak, hubungan sebaliknya juga sangat mungkin terjadi. Dalam skenario ini, gaya pengasuhan yang menguntungkan mengarah pada interaksi orang tua-anak yang berkualitas lebih tinggi, termasuk keterikatan yang lebih aman, yang pada gilirannya mendorong perilaku yang lebih sehat, seperti pengurangan atau penundaan penggunaan SBD di masa kanak-kanak atau penggunaan perangkat digital yang kurang bermasalah di tahap perkembangan selanjutnya.

### **Manajemen Stres dan Penanganannya**

Peningkatan penggunaan SBD dalam keluarga bertepatan dengan kekhawatiran orang tua tentang penggunaan mereka sendiri (Jiang, 2018). Penggunaan SBD telah diidentifikasi sebagai mekanisme koping yang umum untuk manajemen stres orang dewasa (Wolfers & Schneider, 2021). Orang tua menggunakan SBD untuk mengelola stres dengan melakukan distraksi diri, mencari informasi, dan koping aktif (Wolfers, 2021). Penelitian telah menunjukkan hubungan antara peningkatan stres pengasuhan dan penggunaan SBD, sehingga orang tua lebih cenderung menggunakan SBD ketika menghadapi perilaku anak yang lebih menantang (McDaniel & Radesky, 2018).

### **Pengaturan Diri**

Pengaturan diri orangtua mungkin sangat penting untuk penggunaan SBD anak-anak muda karena orangtua bertindak sebagai regulator eksternal anak-anak muda yang keterampilan pengaturan diri independennya belum berkembang (Lunkenheimer et al., 2017). Fungsi eksekutif adalah salah satu aspek pengaturan diri yang melibatkan pengaturan top-down dari pikiran dan perilaku melalui keterampilan kognitif seperti inhibisi (kemampuan untuk menghambat respons dominan), memori kerja (kemampuan untuk mempertahankan dan memanipulasi informasi dalam jangka pendek), dan fleksibilitas kognitif (kemampuan untuk beralih dengan lancar di antara tugas atau rangkaian aturan). Pengasuhan positif membutuhkan usaha dan memerlukan fungsi eksekutif; misalnya, orangtua harus menghambat respons reaktif terhadap perilaku anak yang sulit dan menyusun sosialisasi dan aktivitas sebagai respons terhadap perubahan kebutuhan perkembangan anak (Distefano et al., 2018; Shaffer & Obradović, 2017). Perilaku pengasuhan yang berkaitan dengan keterampilan fungsi eksekutif seperti perancah, penetapan batasan, dan pemantauan berkaitan dengan keterampilan verbal, kognitif, dan prososial anak yang lebih baik. Ketika diterapkan pada penggunaan SBD, misalnya, dalam memantau dan memilih konten media untuk anak, keterampilan fungsi eksekutif orang tua yang lebih tinggi dapat mendukung perilaku pengasuhan yang mendorong penggunaan SBD yang lebih sesuai dengan perkembangan anak.

Sebaliknya, masalah fungsi eksekutif orangtua dikaitkan dengan tantangan pengasuhan yang lebih besar. Misalnya, masalah penghambatan dan memori kerja orangtua mempromosikan lingkungan rumah tangga yang lebih kacau, merusak rutinitas yang konsisten, dan mengganggu mempertahankan batasan. Tantangan fungsi eksekutif ini dapat mengganggu pemantauan orangtua terhadap penggunaan SBD anak dan penggunaan SBD yang tepat sebagai alat disiplin. Masalah fungsi eksekutif orangtua juga dikaitkan dengan atribusi negatif berpusat pada anak dari orangtua dan berkurangnya kasih sayang dan dukungan), yang dapat mengganggu keterlibatan adaptif orangtua dan penggunaan bersama SBD dengan anak-anak

### **Dukungan Pengasuhan Anak**

Alasan lain orang tua mungkin terlibat dalam penggunaan SBD adalah untuk berkomunikasi dengan orang lain tentang pengalaman mengasuh anak, mengakses dukungan pengasuhan anak, atau mengakses informasi tentang kesehatan atau perkembangan anak. Memang, orang tua mendukung penggunaan aplikasi media sosial seperti Facebook untuk berinteraksi dengan orang tua lain tentang

suka duka mengasuh anak dan mengakses dukungan pengasuhan anak (Haslam et al., 2017). Lebih lanjut, banyak orang tua menggunakan situs web dan media sosial untuk mengakses informasi pengasuhan anak, dengan penggunaan yang lebih tinggi dilaporkan oleh orang tua dari anak yang lebih muda dibandingkan dengan anak yang lebih tua. Namun, penggunaan SBD oleh orang tua untuk dukungan pengasuhan anak masih relatif belum diteliti.

Langkah-langkah yang diterapkan pada kegiatan Pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Persiapan

Tim Pengabdian masyarakat menyiapkan Booklet dan Materi Selanjutnya melaksanakan koordinasi terhadap Kepala Sekolah TK ABA Samboja dan melaksanakan perjanjian kerjasama terhadap kegiatan pengabdian masyarakat

2. Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan melakukan registrasi awal

3. Kegiatan Inti

Kegiatan inti adalah pemberian materi tentang Keterlibatan Peran Orang Tua Dalam Penggunaan Screen Based Device Pada Anak Di Tk ABA Samboja melalui media Power Point dan Booklet mengenai Pedoman Praktik Digital Parenting Efektif “Strategi Keterlibatan Peran Orang Tua dalam Penggunaan Screen Based Device pada Anak”. Pemberian edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orangtua mengenai dampak paparan screen-based device. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari dengan pemberian. Saat sesi tanya jawab para Guru dan orangtua juga aktif untuk bertanya, dan pelaksanaan pemberian edukasi mengenai Screen-Based Device ini dirasa memberikan manfaat untuk pentingnya tumbuh kembang anak usia dini.



Gambar 1. Pemberian Materi Parenting

4. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi Proses (Input dan Pelaksanaan)

- 1) Seluruh kegiatan terlaksana sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.
- 2) Tingkat kehadiran orang tua dan guru cukup tinggi, menunjukkan minat yang baik terhadap topik.
- 3) Peserta memberikan umpan balik positif mengenai relevansi materi, kejelasan penyampaian, serta metode interaktif yang digunakan (presentasi, booklet, sesi tanya jawab).

## SIMPULAN

Peran orang tua sangat penting dalam mengatur, memantau, dan mendampingi penggunaan perangkat digital oleh anak. Orang tua yang aktif melakukan pengawasan, memberikan batasan waktu layar, memilih konten yang sesuai, dan terlibat dalam penggunaan media bersama anak dapat membantu memaksimalkan manfaat teknologi sekaligus meminimalkan risiko terhadap perkembangan sosial, emosional, bahasa, dan perilaku anak. Melalui kegiatan edukasi yang dilakukan kepada orang tua dan guru di TK ABA Samboja, terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai digital parenting, dampak penggunaan SBD, serta strategi pendampingan anak dalam menggunakan teknologi

digital. Tingginya partisipasi dan antusiasme peserta menunjukkan bahwa edukasi digital parenting sangat dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang anak usia dini di era digital.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arslan İB, Lucassen N, Van Lier PA, De Haan AD, & Prinzie P (2021). Early childhood internalizing problems, externalizing problems and their co-occurrence and (mal) adaptive functioning in emerging adulthood: a 16-year follow-up study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 56(2), 193–206. 10.1007/s00127-020-01959-w
- Brushe ME, Lynch JW, Melhuish E, Reilly S, Mittinty MN, Brinkman SA. Objectively measured infant and toddler screen time: Findings from a prospective study. *SSM Popul Health*. 2023 Apr 8;22:101395. doi: 10.1016/j.ssmph.2023.101395. PMID: 37096246; PMCID: PMC10122061.
- Coyne SM, Radesky J, Collier KM, Gentile DA, Linder JR, Nathanson AI, ... & Rogers J (2017). Parenting and digital media. *Pediatrics*, 140(2), S112–S116. 10.1542/peds.2016-1758N
- Distefano R, Galinsky E, McClelland MM, Zelazo PD, Carlson SM (2018). Autonomy-supportive parenting and associations with child and parent executive function. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 58, 77–85. 10.1016/j.appdev.2018.04.007
- Haslam DM, Tee A, & Baker S (2017). The use of social media as a mechanism of social support in parents. *Journal of Child and Family Studies*, 26, 2026–2037. 10.1007/s10826-017-0716-6
- Hiltunen P, Leppänen MH, Ray C, Määttä S, Vepsäläinen H, Koivusilta L, Sajaniemi N, Erkkola M, Roos E. Relationship between screen time and sleep among Finnish preschool children: results from the DAGIS study. *Sleep Med*. 2021 Jan;77:75-81. doi: 10.1016/j.sleep.2020.11.008. Epub 2020 Nov 11. PMID: 33338700.
- Jensen-Doss A, Patel ZS, Casline E, Ringle VAM, & Timpano KR (2022). Using Amazon Mechanical Turk to study parents and children: An examination of data quality and representativeness. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 51(4), 1–15. 10.1080/15374416.2020.1815205
- Jiang J (2018). How teens and parents navigate screen time and device distractions. Pew Research Center. Retrieved from [http://www.pewinternet.org/wp-content/uploads/sites/9/2018/08/PI\\_2018.08.22\\_teens-screentime\\_FINAL.pdf](http://www.pewinternet.org/wp-content/uploads/sites/9/2018/08/PI_2018.08.22_teens-screentime_FINAL.pdf)
- Lee, S., Kim, D., & Shin, Y. (2024). Screen time among preschoolers: exploring individual, familial, and environmental factors. In *Clinical and Experimental Pediatrics* (Vol. 67, Issue 12, pp. 641–650). Korean Pediatric Society. <https://doi.org/10.3345/cep.2023.01746>
- Li C, Cheng G, Sha T, Cheng W, & Yan Y (2020). The relationships between screen use and health indicators among infants, toddlers, and preschoolers: A meta-analysis and systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 10.3390/ijerph17197324
- Liszkai-Peres, K., Budai, Z., Kocsis, A., Jurányi, Z., Pogány, Á., Kamps, G., Miklósi, Á., & Konok, V. (2024). Association between the use of mobile touchscreen devices and the quality of parent-child interaction in preschoolers. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry*, 3. <https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1330243>
- Lunkenheimer E, Kemp CJ, Lucas-Thompson RG, Cole PM, & Albrecht EC (2017). Assessing biobehavioral self-regulation and coregulation in early childhood: The parent-child challenge task. *Infant and Child Development*, 26(1). <https://doi.org/10.1002/icd.1>
- Lunkenheimer ES, Sturge-Apple ML, & Kelm MR (2023). The importance of parent self-regulation and parent-child coregulation in research on parental discipline. *Child Development Perspectives*, 17(1), 25–31. 10.1111/cdep.12470
- Madigan S, McArthur BA, Anhorn C, Eirich R, & Christakis DA (2020). Associations between screen use and child language skills: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 174(7), 665–675. 10.1001/jamapediatrics.2020.0327

- McDaniel BT, & Radesky J (2017). "I can't stop thinking about my phone": A daily diary study of parents distracted by technology and child behavior difficulties. Paper presentation at Society for Research on Child Development. Austin, TX.
- McDaniel BT, & Radesky J (2018). Technoference: Longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems. *Pediatric Research*, 84, 210–218. 10.1038/s41390-018-0052-6
- Miyashita C, Yamazaki K, Tamura N, Ikeda-Araki A, Suyama S, Hikage T, Omiya M, Mizuta M, Kishi R. Cross-sectional associations between early mobile device usage and problematic behaviors among school-aged children in the Hokkaido Study on Environment and Children's Health. *Environ Health Prev Med*. 2023;28:22. doi: 10.1265/ehpm.22-00245. PMID: 37045754; PMCID: PMC10106332.
- Mohammed, B. (2025). Parental Supervision and Its Impact on Children's Screen Time, Behavior, and Health Outcomes in Duhok City, Iraq: A Cross-Sectional Study. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.79113>
- Mohammed, B. (2025). Parental Supervision and Its Impact on Children's Screen Time, Behavior, and Health Outcomes in Duhok City, Iraq: A Cross-Sectional Study. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.79113>
- Nagata, J. M., Paul, A., Yen, F., Smith-Russack, Z., Shao, I. Y., Al-shoaibi, A. A. A., Ganson, K. T., Testa, A., Kiss, O., He, J., & Baker, F. C. (2025). Associations between media parenting practices and early adolescent screen use. *Pediatric Research*, 97(1), 403–410. <https://doi.org/10.1038/s41390-024-03243-y>
- Nathanson AI (2004). Factual and Evaluative Approaches to Modifying Children's Responses to Violent Television 1. *Journal of Communication*, 54(2), 321–336. 10.1111/j.1460-2466.2004.tb02631.x
- Neshteruk CD, Tripicchio GL, Lobaugh S, Vaughn AE, Luecking CT, Mazzucca S, Ward DS. Screen Time Parenting Practices and Associations with Preschool Children's TV Viewing and Weight-Related Outcomes. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Jul 9;18(14):7359. doi: 10.3390/ijerph18147359. PMID: 34299807; PMCID: PMC8303526.
- Obradović J, Portilla XA, Tirado-Strayer N, Siyal S, Rasheed MA, & Yousafzai AK (2017). Maternal scaffolding in a disadvantaged global context: The influence of working memory and cognitive capacities. *Journal of Family Psychology*, 31(2), 139. 10.1037/fam0000279
- Pew Research Center. (2017a). A third of Americans live in a household with three or more smartphones. Retrieved from <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2017/05/25/a-third-of-americans-live-in-a-household-with-three-or-more-smartphones/>
- Presta V, Guarnieri A, Laurenti F, Mazzei S, Arcari ML, Mirandola P, Vitale M, Chia MYH, Condello G, Gobbi G. The Impact of Digital Devices on Children's Health: A Systematic Literature Review. *J Funct Morphol Kinesiol*. 2024 Nov 14;9(4):236. doi: 10.3390/jfkm9040236. PMID: 39584889; PMCID: PMC11587142.
- Pyne, B., Asmara, O., & Morawska, A. (2025). The Impact of Modifiable Parenting Factors on the Screen Use of Children Five Years or Younger: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28(2), 458–490. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00523-9>
- San-Martín-roldán, D., González-Marrón, A., De-Paz-cantos, S., Lidón-Moyano, C., Díez-Izquierdo, A., & Martínez-Sánchez, J. M. (2024). Parental norms and perceptions regarding use of mobile devices by children under five years. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 32. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.7137.4362>
- Sekarasih L (2016). Restricting, distracting, and reasoning: Parental mediation of young children's use of mobile communication technology in Indonesia. In *Mobile Communication and the Family* (pp. 129–146). Springer, Dordrecht.

- Tamana SK, Ezeugwu V, Chikuma J, Lefebvre DL, Azad MB, Moraes TJ, Mandhane PJ (2019). Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILDBirth cohort study. *PloS One*, 14(4), Article e0213995. [10.1371/journal.pone.0213995](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213995)
- Tang L, Darlington G, Ma DWL, Haines J & the Guelph Family Health Study. (2018). Mothers' and fathers' media parenting practices associated with young children's screen-time: A cross-sectional study. *BMC Obesity*, 5. doi: [10.1186/s40608-018-0214-4](https://doi.org/10.1186/s40608-018-0214-4)
- Wang X, Wu Y, Yao C, Wu X, Ruan Y, Ye S. Correlates of preschoolers' screen time in China: parental factors. *BMC Pediatr*. 2022 Jul 14;22(1):417. doi: [10.1186/s12887-022-03443-7](https://doi.org/10.1186/s12887-022-03443-7). PMID: 35831817; PMCID: PMC9281098.
- Wolfers LN (2021). Parental mobile media use for coping with stress: A focus groups study. *Human Behavior & Emerging Technology*, 3, 304–315. [10.1002/hbe2.252](https://doi.org/10.1002/hbe2.252)
- Wolfers LN, & Schneider FM (2021). Using media for coping: A scoping review. *Critical Sociology*, 48(8), 1045–1047. [10.1177/08969205211034126](https://doi.org/10.1177/08969205211034126)

