

Analisis Strategi Pendampingan Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar

Received: 11/04/2025
¹Lizia Pitri, ²Adrias, ³Aissy Putri Zulkarmaini
Universitas Negeri Padang, Indonesia

Accepted: 10/05/2025
*¹liziafitri@gmail.com *Corresponding author)

Published: 01/06/2025
²adrias@fkip.unp.ac.id
³aissyputri@unp.ac.id

Abstract

The rapid development of digital technology has made gadgets an inseparable part of the lives of elementary school children. However, the lack of proper guidance from parents can have a negative impact on children's development. This study aims to analyze parental guidance strategies in controlling gadget use in grade 1 elementary school students. This study uses a qualitative method with a descriptive design. The subjects of the study were 13 parents who had children aged 6–7 years as the main informants. Data were collected through observation, interviews, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman model which includes data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study showed that parental guidance strategies include open communication regarding gadget use, setting rules for duration and time of use, monitoring content, assisting children when using gadgets, redirecting children to healthier physical and social activities, and selecting an appropriate guidance approach. The conclusion of this study shows that the right guidance strategy can help reduce the negative impacts of gadget use and enrich understanding of digital parenting in the current technological era.

Keywords: elementary school children; gadgets; parental guidance

Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang pesat telah menjadikan gadget sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak-anak usia sekolah dasar. Namun, kurangnya pembimbingan yang tepat dari orang tua dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi pembimbingan orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget pada siswa kelas 1 Sekolah Dasar. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain deskriptif. Subjek penelitian adalah 13 orang tua yang memiliki anak usia 6–7 tahun sebagai informan utama. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles and Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi pembimbingan orang tua meliputi komunikasi terbuka mengenai penggunaan gadget, penetapan aturan durasi dan waktu penggunaan, pemantauan konten, pendampingan saat anak menggunakan gadget, pengalihan anak ke aktivitas fisik dan sosial yang lebih sehat, serta pemilihan pendekatan pembimbingan yang sesuai. Simpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa strategi pembimbingan yang tepat dapat membantu mengurangi dampak negatif penggunaan gadget serta memperkaya pemahaman mengenai pola asuh digital di era teknologi saat ini.

Kata kunci: gadget; siswa sekolah dasar; pembimbingan orang tua

Pendahuluan

Diera digital ini Teknologi dan Informasi telah mengalami perkembangan yang sangat pesat serta membawa dampak yang signifikan dalam seluruh tatanan kehidupan manusia termasuk di kalangan anak-anak, Anak-anak sebagai bagian dari generasi yang tumbuh di tengah kemajuan teknologi, menghadapi tantangan baru terkait penggunaan perangkat digital, terutama gadget, penggunaan teknologi pada anak-anak terutama yang masih berada di sekolah dasar telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari mereka termasuk kebiasaan anak-anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar (Wiseman, 2024). Menurut data *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII)*, pengguna internet di Indonesia meningkat sebanyak 25,5 juta orang pada tahun 2020 dibandingkan tahun sebelumnya (Nugroho et al., 2022). Meningkatnya penggunaan internet juga berdampak pada anak-anak, di mana banyak dari mereka menjadi kecanduan gadget.

Teknologi adalah benda-benda atau alat-alat yang diciptakan oleh manusia untuk membantu dan mempermudah pekerjaan manusia dalam melakukan beberapa hal, salah satu wujud dari perkembangan teknologi adalah gadget (Hidayatuladkia et al., 2021). Menurut Sanjaya dan Wibowo Gadget sebuah inovasi dari teknologi terbaru dengan kemampuan yang lebih baik dan fitur terbaru yang memiliki tujuan maupun fungsi lebih praktis dan juga lebih berguna (Syarifudin & Syamsurrijal, 2021). Gadget adalah sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia. perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Diantaranya smartphone seperti iPhone dan BlackBerry, serta notebook (perpaduan antara komputer portabel seperti *notebook* dan *internet*) (Novitasari, 2019).

Anak usia sekolah awal merupakan periode yang penting dalam perkembangan anak. Menurut Jean Piaget, masa anak-anak awal terutama pada usia 6-7 tahun berada pada fase operasional konkret, di mana mereka mulai mengembangkan keterampilan berpikir logis dan konkret, namun tetap membutuhkan bimbingan dan pengawasan dalam segala aspek kehidupannya, termasuk dalam penggunaan teknologi (Marinda, 2020). Penggunaan teknologi pada usia ini dapat menjadikan alat berharga dalam mendukung pembelajaran dan pengembangan perkembangan anak-anak. Namun, penggunaan gadget yang tidak terregulasi dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi perkembangan anak, termasuk masalah kesehatan fisik dan mental.

Menurut penelitian Hidayatuladkia et al. (2021), dampak positif penggunaan gadget seperti (1) dapat menambah pengetahuan melalui penggunaan gadget yang berteknologi canggih, anak-anak dengan mudah dan cepat untuk mendapatkan informasi mengenai tugasnya di sekolah, (2) sebagai alat pembelajaran yang efektif jika digunakan dengan bijak, (3) mempermudah mendapatkan informasi, (4) memperluas jaringan persahabatan dan mempermudah komunikasi, (5) serta melatih kreativitas anak (Hidayatuladkia et al., 2021). Sebaliknya, menurut Agasi et al. (2022) paparan teknologi yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti mempengaruhi perkembangan psikologi anak terutama pada perkembangan emosionalnya. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat menimbulkan kecanduan dan

apabila anak tidak diperbolehkan bermain gadget akan membuatnya marah, menangis bahkan kesal kepada orang tuanya. Anak yang kecanduan gadget juga berpotensi menjadi pribadi tertutup dan suka menyendiri.

Namun yang terjadi di lapangan, penggunaan gadget pada anak-anak lebih dominan pada dampak negatifnya. banyak juga konten yang tidak mendidik dan bahkan berbahaya yang dapat diakses dengan mudah sehingga anak-anak dapat terpapar pada informasi yang tidak sesuai dengan usia mereka, seperti kekerasan, pornografi atau hal-hal yang bersifat negatif lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa anak usia sekolah dasar cenderung mudah terpengaruh oleh konten yang mereka akses, Anak-anak adalah pengguna gadget yang rentan, seringkali tanpa pemahaman yang memadai tentang risiko yang mungkin mereka hadapi. sehingga memerlukan bimbingan dari orang tua untuk memilah konten yang tepat dan aman.

Dalam konteks ini, peran orang tua menjadi sangat penting. Pembimbingan yang efektif dari orang tua dapat membantu anak dalam menggunakan gadget dengan bijak. Pengawasan dan pendampingan yang efektif dapat membantu anak memahami manfaat teknologi sekaligus menghindari dampak negatif yang mungkin timbul. Menurut Rachmat & Hartati (2020) mengatakan Orang tua memiliki peran utama dalam mengawasi serta membimbing anak dalam menggunakan gadget agar teknologi dapat dimanfaatkan secara positif dan tidak menghambat perkembangan mereka (Rachmat dan Hartati, 2020).

Agar penggunaan gadget oleh anak dapat tetap bermanfaat tanpa menimbulkan dampak buruk, orang tua perlu menerapkan strategi pembimbingan yang efektif. Beberapa strategi yang dapat dilakukan adalah (1) menjalin komunikasi terbuka dengan anak mengenai penggunaan teknologi, (2) menetapkan aturan yang jelas terkait durasi penggunaan gadget, (3) pemantaun konten yang boleh diakses, serta (4) memberikan pendampingan saat anak menggunakan gadget dan (5) Mengajak anak untuk lebih banyak beraktivitas di luar rumah dan bersosialisasi (Hidayatuladkia et al., 2021). Menurut Rachmat & Hartati (2020), orang tua yang aktif dalam mendampingi anak saat menggunakan gadget cenderung melihat hasil yang lebih positif dalam perilaku serta perkembangan anak mereka.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa orang tua dari siswa kelas 1 SD mengatakan meskipun peran orang tua sangat penting dalam membimbing penggunaan gadget oleh anak, banyak orang tua yang mengungkapkan kesulitan dalam mengontrol kebiasaan anak dalam berinteraksi dengan teknologi, mereka kesulitan menetapkan batasan yang efektif bagi anak-anak mereka.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan memberi wawasan tentang strategi dan pendekatan pembimbingan yang efektif yang dapat diterapkan oleh orang tua dalam membimbing anak-anak mereka dalam memanfaatkan teknologi secara bijak, khususnya di kalangan siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan strategi pengasuhan yang lebih efektif dan relevan di era digital. Kebaharuan dalam penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap strategi embimbingan orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget oleh siswa kelas 1 SD.

Selain itu, penelitian ini juga menggali pendekatan yang tepat untuk memaksimalkan pemanfaatan teknologi secara positif.

Meskipun banyak penelitian telah membahas dampak penggunaan gadget pada anak serta peran orang tua dalam pendampingan, masih terdapat gap penelitian yang signifikan, khususnya terkait strategi pendampingan orang tua terhadap siswa kelas 1 Sekolah Dasar (SD). Sebagian besar studi sebelumnya lebih berfokus pada dampak negatif gadget atau pengaruhnya terhadap prestasi belajar, tanpa mengeksplorasi secara mendalam strategi spesifik yang diterapkan orang tua dalam membimbing anak usia dini (Hidayatuladkia et al., 2021; Agasi et al. 2022). Selain itu, penelitian terdahulu cenderung bersifat umum dan tidak menyajikan pendekatan kontekstual yang sesuai dengan karakteristik anak usia 6-7 tahun yang berada pada fase operasional konkret (Marinda, 2020). Adapun novelty dalam penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap strategi pendampingan orang tua di lingkungan keluarga, khususnya di daerah pedesaan seperti Desa Tanjung, Kabupaten Sarolangun, yang belum banyak diteliti sebelumnya. Penelitian ini juga mengintegrasikan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggali secara mendalam pengalaman orang tua dalam mengatur penggunaan gadget, termasuk kendala dan solusi yang mereka temukan di lapangan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis strategi pendampingan yang efektif dalam mengoptimalkan manfaat gadget sekaligus meminimalkan dampak negatifnya pada siswa kelas 1 SD. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi praktis bagi orang tua, pendidik, dan pemangku kebijakan dalam mengembangkan pola asuh digital yang adaptif di era teknologi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami strategi pembimbingan orang tua dalam penggunaan gadget pada siswa kelas 1 SD. Seperti yang dikemukakan oleh Mariana bahwa penelitian deskriptif bertujuan untuk membuat deskripsi, gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan yang dilelidi Kristiyanti (2023) Subjek penelitian ini adalah 13 orang tua dari anak usia 6-7 tahun yang duduk di kelas 1 SD dan telah mengenalkan gadget pada anak, yang berdomisili di Desa Tanjung, Kecamatan Bathin VIII, Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi. Pemilihan informan dilakukan secara purposive berdasarkan keterbukaan dan pengalaman mereka dalam membimbing anak menggunakan gadget.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik triangulasi data sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada yang meliputi observasi partisipatif, wawancara, dan dokumentasi (Sugiyono, 2023). Observasi dilakukan secara langsung di rumah informan untuk mencermati interaksi orang tua dan anak saat menggunakan gadget, wawancara bertujuan menggali strategi pembimbingan yang diterapkan orang tua, sedangkan dokumentasi seperti foto kegiatan dan dokumen lainnya digunakan untuk mendukung dan memverifikasi temuan dari observasi dan wawancara.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif dari Miles dan Huberman (Abdussamad, 2021). melalui tiga tahap: pertama, reduksi data untuk menyaring informasi yang relevan; kedua, penyajian data dalam bentuk narasi dan kutipan untuk mempermudah pemahaman; dan ketiga, penarikan kesimpulan untuk mengidentifikasi pola dan strategi pembimbingan orang tua dalam mengelola penggunaan gadget oleh anak.

Hasil

Penelitian ini mengkaji strategi pendampingan orang tua dalam pengaturan penggunaan gawai pada siswa kelas 1 SD. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara mendalam dengan 13 orang tua yang memiliki anak usia 6–7 tahun dan telah memperkenalkan perangkat digital kepada anak mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua menerapkan berbagai pendekatan dalam mendampingi anak menggunakan gadget, dengan rincian strategi yang beragam seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Strategi Pembimbingan Orang Tua dalam Penggunaan Gadget

Responden	Strategi Pembimbingan Orang Tua				
	Komunikasi Terbuka	Pembatasan Waktu	Pemantauan Konten	Pendampingan Anak	Aktivitas lainnya
Ibu I	✓	✓	-	✓	✓
Ibu A	✓	✓	✓	✓	✓
Ibu RW	✓	-	-	✓	✓
Ibu YA	✓	✓	-	✓	✓
Ibu M	-	✓	✓	-	✓
Ibu DA	✓	✓	✓	✓	✓
Ibu SF	-	✓	-	✓	✓
Ibu DS	-	✓	✓	✓	✓
Ibu NF	-	-	✓	-	✓
Ibu MY	✓	-	✓	-	✓
Ibu NR	-	✓	✓	-	✓
Ibu NH	-	✓	-	✓	✓
Ibu P	✓	✓	-	✓	✓

Sebagaimana yang di kemukakan pada Tabel 1, diketahui terdapat 5 strategi yang digunakan oleh orang tua dalam membimbing dan mengotrol penggunaan gadget pada anak mereka, yaitu: 7 orang tua yang melakukan komunikasi terbuka, 7 orang tua yang meberikan pembatasan waktu, 10 orang tua yang berikan pemantauan konten, 8 orang tua yang melakukan pendampingan anak serta 13 anak yang melakukan aktivitas lainnya.

Pertama Menjalin Komunikasi Terbuka Dengan Anak Mengenai Penggunaan Gadget. Menjalin komunikasi terbuka dengan anak mengenai penggunaan gadget merupakan upaya pembimbingan orang tua untuk menciptakan ruang bagi anak-anak agar bisa berbicara secara bebas tentang pengalaman mereka menggunakan gadget. Sebagian besar orang tua yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka memberikan

pendidikan mengenai pentingnya penggunaan gadget yang bijak, mengajarkan anak-anak tentang risiko berlebihan dalam menggunakan gadget, serta mengedukasi anak-anak tentang pentingnya menjaga keseimbangan antara kegiatan fisik dan waktu yang dihabiskan dengan gadget. Berikut petikan hasil wawancara dari beberapa responden mengatakan,

"Kami juga membahas konten yang mereka akses dan mendiskusikan apakah itu positif atau negatif bagi mereka." (wawancara responden ibu I).

"Saya selalu menjelaskan kepada anak saya gadget juga bisa memberikan dampak positif serta dampak negatif dalam penggunaan gadget." (wawancara responden ibu RW).

"Setiap kali anak saya ingin menggunakan gadget, saya selalu tanya apa yang ingin dia lakukan". (wawancara responden ibu YA).

Berdasarkan wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam mengajarkan anak untuk berbicara tentang pengalaman mereka dengan teknologi. Lewat komunikasi yang baik, orang tua menciptakan suasana yang mendukung bagi anak untuk berbagi tentang masalah atau pertanyaan yang mereka hadapi seputar penggunaan teknologi.

Kedua, Pembatasan Waktu Penggunaan Gadget. Memberi batasan waktu pada anak dalam menggunakan gadget menjadi salah satu strategi yang dilakukan orang tua agar anak tidak bergantung banyak pada gadgetnya. Sebagian besar orang tua yang terlibat dalam penelitian ini menekankan pentingnya pembatasan waktu penggunaan gadget sebagai salah satu strategi utama dalam pembimbingan. Waktu penggunaan gadget dibatasi berdasarkan usia anak dan aktivitas sekolah. Pembatasan ini juga melibatkan waktu harian yang cukup terbatas, umumnya antara 1 hingga 2 jam per hari, tergantung pada kegiatan lain yang dilakukan oleh anak.

Hasil wawancara dari orang tua siswa yang diwawancarai mengatakan,

"Anak menggunakan gadget sesuai kebutuhan, terutama Ketika hari aktif belajar. tetapi untuk hari libur diberi kolengaran untuk bermain gadget". (wawancara responden ibu M).

"Ya, saya setuju. Anak-anak seharusnya tidak menghabiskan waktu terlalu lama dengan gadget karena bisa mengganggu waktu tidur mereka dan kegiatan lainnya, serta berdampak buruk bagi kesehatan anak." (wawancara responden ibu SF).

"Saya menggunakan timer di ponsel untuk mengingatkan anak jika sudah waktunya berhenti main game atau menonton video." (wawancara responden ibu DF).

Rata-rata orang tua secara tegas tidak melarang anaknya untuk bermain dengan gadget, tetapi mereka tetap menetapkan batasan waktu untuk memastikan anak tidak menghabiskan terlalu banyak waktu dengan perangkat tersebut.

Ketiga, Pemantauan Konten Dan Aplikasi Yang Boleh Diakses. Pemantauan konten yang dikonsumsi anak juga menjadi strategi penting dalam pembimbingan orang tua. Orang tua saat ini dibutuhkan kemampuan dalam memilihkan konten yang baik bagi anak, adapun aplikasi yang cenderung lebih sering di akses oleh anak-anak yaitu YouTube, game, dan TikTok. Namun, orang tua perlu mengawasi penggunaan gadget agar anak tidak menjadi impulsif dan kecanduan. Dari beberapa subjek penelitian menyatakan mayoritas orang melaporkan bahwa mereka secara aktif

mengawasi aplikasi, pemantauan konten ataupun game yang digunakan anak mereka. Hasil dari wawancara dari beberapa informan mengatakan,

"Kami selalu memantau aplikasi yang diakses anak-anak, terutama YouTube dan game, untuk memastikan mereka hanya mengakses konten yang positif dan sesuai dengan usia mereka." (wawancara responden ibu NF).

"Kami tidak hanya membatasi waktu penggunaan gadget, tetapi juga memeriksa konten yang mereka akses, seperti video atau game, untuk memastikan tidak ada hal yang tidak pantas." (wawancara responden ibu NB).

"Kami mengajak anak untuk berdiskusi tentang apa yang mereka lihat dan mainkan di gadget." (wawancara responden ibu MY).

"Kami memanfaatkan pengaturan umur di gadget mereka untuk memastikan hanya konten yang cocok yang bisa diakses." (wawancara responden ibu DS).

Kesimpulan dari petikan wawancara di atas menunjukkan bahwa pemantauan konten yang diakses anak sangat penting untuk melindungi mereka dari paparan konten negatif, mencegah kecanduan, serta membantu membentuk kebiasaan digital yang sehat sejak dini. Orang tua yang aktif memantau dan berdiskusi dengan anak tentang apa yang mereka lihat atau mainkan di gadget, mampu memberikan arahan yang tepat dan menanamkan pemahaman tentang konten yang sesuai dan tidak sesuai.

Keempat, Memberikan Pendampingan Saat Anak Menggunakan Gadget. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 13 responden orang tua dengan anak usia 6–7 tahun, ditemukan bahwa, sejumlah orang tua juga melibatkan diri mereka dalam kegiatan anak ketika menggunakan gadget. Hal ini tidak hanya sebagai cara untuk memantau konten, tetapi juga untuk mempererat hubungan emosional dengan anak. Tujuan utama dari pendampingan ini adalah agar anak tidak menjadi pasif, impulsif, atau kecanduan terhadap gadget, serta tetap mendapatkan manfaat positif dari teknologi yang digunakan. Berikut petikan hasil wawancara dari beberapa responden mengatakan,

"Saya selalu duduk di sebelah anak saat dia menonton YouTube atau tiktok, saya bantu arahkan ke video edukasi, bukan hanya kartun yang tak ada pelajarannya." (wawancara responden ibu NH).

"Saya suka duduk bareng main game sama anak, dari situ kami jadi lebih dekat dan saya tahu dia suka game seperti apa." (wawancara responden ibu DA).

"Saya tidak selalu mendampingi langsung, tapi saya rutin cek histori tontonan dan game yang dimainkan." (wawancara responden ibu P).

"Saya atur gadget anak sesuai usia, jadi dia hanya bisa buka konten yang sesuai umur, selebihnya diblokir." (wawancara responden ibu A).

Dari pendapat beberapa narasumber di atas menunjukkan bahwa pendampingan orang tua saat anak menggunakan gadget memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kebiasaan digital yang sehat, mencegah dampak negatif, dan memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan anak. Pendampingan dilakukan tidak hanya secara langsung melalui keterlibatan aktif saat anak menonton atau bermain, tetapi juga secara tidak langsung melalui pengawasan berkala.

Kelima, Mengajak Anak Untuk Lebih Banyak Beraktivitas Di Luar Rumah Dan Bersosialisasi. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 13 responden, ditemukan bahwa

sebagian besar orang tua menyadari pentingnya keseimbangan antara waktu layar dan aktivitas fisik serta sosial. Aktivitas luar rumah dianggap sebagai cara yang efektif untuk mengalihkan perhatian anak dari gadget dan membantu perkembangan motorik serta kemampuan sosial mereka. Beberapa orang tua secara aktif mengajak anak mereka bermain di luar rumah, baik bersama keluarga maupun teman sebaya. Berikut petikan hasil wawancara dari beberapa responden mengatakan,

"Setiap Sabtu atau Minggu saya ajak anak jalan-jalan ke taman atau main bola di lapangan, supaya dia nggak terus-terusan di rumah pegang HP." (wawancara responden ibu MY).

"Kalau sore saya ajak anak main ke rumah tetangga yang punya anak seumuran, jadi mereka main bareng, kadang main masak-masakan atau petak umpet." (wawancara responden ibu DA).

"Kadang saya temani main layangan atau jalan sore, supaya anak merasa punya teman di luar gadget. Kalau cuma disuruh main sendiri, dia nggak tertarik." (wawancara responden ibu I).

Dari hasil wawancara para orang tua tersebut, dapat disimpulkan bahwa mengajak anak untuk beraktivitas di luar rumah dan bersosialisasi merupakan strategi penting dalam mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget dan menyeimbangkan perkembangan fisik, sosial, dan emosional mereka.

Pembimbingan Orang Tua dalam Penggunaan Gadget

Selain memilih strategi pembimbingan yang baik dan tepat, orang tua juga bisa memberikan pendekatan-pendekatan dalam pembimbingan penggunaan gadget pada anak mereka. Penelitian ini mengungkapkan bahwa orang tua dari anak usia 6–7 tahun di Desa Tanjung, Kecamatan Bathin VIII, Kabupaten Sarolangun, menerapkan beragam pendekatan dalam melakukan pengasuhan digital. Mengacu pada kerangka yang dikemukakan oleh Blum-Ross dan Livingstone, ditemukan tiga pendekatan utama yang diterapkan oleh para orang tua, yaitu *restrictive mediation*, *co-viewing/co-using*, dan *active mediation*.

Restrictive Mediation (Pembatasan)

Pendekatan ini merujuk pada cara orang tua membatasi atau mengatur penggunaan teknologi dan media digital oleh anak-anak mereka. Orang tua yang menerapkan pendekatan ini biasanya akan menetapkan aturan yang ketat terkait waktu dan jenis konten yang boleh diakses oleh anak. Pendekatan ini paling banyak diterapkan oleh responden. Para orang tua cenderung membatasi akses anak terhadap perangkat digital, baik dari segi durasi penggunaan maupun jenis kontennya. Seperti yang di sampaikan oleh beberapa responden mengatakan,

"Saya membiasakan anak pakai handphone hanya di jam tertentu, biasanya setelah tidur siang dan tidak lebih dari satu jam. Saya juga pastikan dia hanya buka aplikasi anak-anak." (wawancara responden ibu M).

"Kami punya aturan di rumah, kalau hari sekolah tidak boleh main HP. Sabtu dan Minggu baru boleh, itupun tetap dibatasi waktunya." (wawancara responden ibu RW).

"Saya membatasi waktu mereka menggunakan perangkat dan juga mengawasi apa saja yang mereka tonton. Kalau ada aplikasi atau game yang mereka ingin coba, saya selalu mengecek dulu apakah sesuai dengan usia mereka." (wawancara responden ibu NF).

Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk melindungi anak dan membatasi risiko paparan konten negatif, beberapa orang tua juga menyadari perlunya tidak terlalu membatasi agar anak tetap bisa belajar dan berkembang secara digital.

Co-viewing/Co-using (Penggunaan Bersama)

Pendekatan ini melibatkan orang tua dalam aktivitas digital anak dengan cara bersama-sama menonton atau menggunakan media digital. Ini bisa berarti orang tua ikut serta atau terlibat secara bersama-sama dalam penggunaan gadget. Seperti beberapa pendapat responden yang diwawancarai mengatakan mereka orang tua memilih mendampingi anak dalam menggunakan teknologi, baik dalam bentuk menonton bersama maupun bermain aplikasi secara bergiliran. Hal ini terlihat dari hasil wawancara dengan orang tua yang mengatakan,

"Saya sering duduk bareng anak waktu dia nonton video. Kadang saya ikut tertawa juga, jadi bisa jadi momen kebersamaan." (wawancara responden ibu NF).

"saya sering menonton YouTube atau bermain game bersama anak saya. Saya merasa lebih baik mendampingi dia agar saya tahu apa yang dia tonton atau mainkan. Kadang saya juga ikut berdiskusi tentang video yang dia tonton, apakah itu menyenangkan, edukatif, atau tidak." (wawancara responden ibu NH).

"Ketika anak saya bermain gadget, saya selalu duduk di sampingnya, memastikan apa yang dia lakukan dan memberikan bimbingan langsung." (wawancara responden ibu NR).

Pendekatan ini dinilai membantu memperkuat relasi orang tua dan anak, serta memungkinkan orang tua memberikan arahan secara tidak langsung melalui interaksi yang menyenangkan.

Active Mediation (Pendampingan Aktif)

Pendekatan ini merupakan bentuk mediasi yang lebih aktif, di mana orang tua tidak hanya membatasi dan menemani, tetapi juga secara langsung memberikan penjelasan, berdiskusi, dan membimbing anak tentang penggunaan teknologi seperti gadget secara bijak dan bertanggung jawab. Orang tua yang menerapkan pendekatan ini biasanya terlibat dalam percakapan terbuka dengan anak mengenai berbagai topik yang muncul selama penggunaan teknologi. Dalam penelitian ini, beberapa responden menunjukkan upaya aktif dalam membantu anak mengembangkan literasi digital dan berpikir kritis terhadap gadget. Beberapa responden menyampaikan bahwa mereka melakukan pendampingan aktif secara langsung saat anak menggunakan gadget. Beberapa hasil wawancara yang disampaikan responden seperti: berinisial Ibu DA mengatakan,

"Saya kasih anak saya kebebasan pakai gadget, tapi saya pantau dan sering ngobrol tentang apa yang dia lihat. Kadang kami bahas berita hoaks, sampai konten viral. Saya pengin dia ngerti kalau nggak semua yang ada di internet itu benar." (wawancara responden ibu DA).

"Kalau anak saya nonton YouTube atau tiktok, saya duduk bareng dan tanya-tanya, dia nonton apa, kenapa dia suka. Kadang saya kasih tahu juga mana yang baik ditonton, mana yang jangan terlalu sering." (wawancara responden ibu M).

"Kalau anak buka aplikasi baru, saya coba arahkan, 'Coba kita lihat bareng, ini aplikasi bermanfaat atau cuma buat main-main ya?' Biar dia juga belajar memilih." (wawancara responden ibu YA).

Pendekatan ini dinilai paling ideal karena tidak hanya fokus pada pengawasan, tetapi juga pada pemberdayaan anak agar menjadi pengguna teknologi yang cerdas dan bertanggung jawab.

Diskusi

Gadget umumnya diciptakan untuk memudahkan aktivitas manusia yang berarti dalam hal-hal yang positif. Tapi faktanya gadget bukan berdampak pada hal positif namun juga menimbulkan berbagai hal negative bagi orang yang tidak bisa mengoptimalkan penggunaan gadget, keterlibatan orang tua dalam membimbing anak saat menggunakan teknologi digital memiliki dampak besar dalam membentuk kebiasaan anak dalam memanfaatkan teknologi dengan lebih sehat. Orang tua tidak hanya bertindak sebagai fasilitator dalam pemberian gadget tetapi juga sebagai pengawas dan pembimbingan memberikan pemahaman yang baik mengenai penggunaan gadget yang seimbang. Berdasarkan wawancara dan observasi terhadap 13 orang orang tua yang peneliti lakukan maka ditemukan bahwa ada beberapa strategi yang diterapkan oleh orang tua untuk memastikan anak-anak mereka menggunakan gadget dengan bijak dan tetap seimbang dalam kegiatan lain.

Salah satu strategi pertama yaitu menjalin komunikasi terbuka dengan anak mengenai penggunaan gadget. Dalam penelitian ini, mayoritas orang tua mengungkapkan pentingnya memberikan ruang bagi anak untuk berbicara tentang pengalaman mereka dengan teknologi. Beberapa orang tua secara aktif berdiskusi dengan anak tentang konten yang mereka akses, apakah itu untuk bermain game, mencari informasi, atau menonton video. Strategi ini bertujuan untuk membangun kesadaran anak akan penggunaan gadget yang bijak. Hasil penelitian ini konsisten dengan pendapat Mistiani (2024) yang mengatakan bahwa Komunikasi yang baik memungkinkan orang tua untuk memahami kegiatan online anak-anak, mengidentifikasi potensi masalah, dan memberikan bimbingan yang diperlukan. Ini juga dapat membangun kepercayaan dan hubungan yang lebih erat antara orang tua dan anak-anak

Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa pembatasan waktu penggunaan gadget merupakan strategi yang cukup banyak diterapkan oleh orang tua. Pembatasan waktu ini umumnya berkisar antara satu hingga dua jam per hari, tergantung pada kegiatan anak dan jadwal sekolah. Para orang tua percaya bahwa pembatasan waktu sangat penting untuk menghindari ketergantungan pada gadget dan menjaga agar anak-anak tidak menghabiskan terlalu banyak waktu di depan layar. Strategi ini selaras dengan pendapat Yusnadi yang mengemukakan bahwa orang tua dan guru memiliki peran penting dalam mengatur penggunaan gadget oleh anak-anak. Mereka perlu menetapkan aturan yang jelas tentang waktu dan cara penggunaan gadget, serta mendukung anak-anak dalam mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang seimbang (Yusnadi et al., 2024). Sejalan dengan teori menurut Handayani orang tua di harapkan dapat mengawasi anaknya saat menggunakan gadget untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Selain itu, perlu adanya pembatasan waktu penggunaan gadget pada anak (Angkur & Wati, 2023).

Namun, meskipun pembatasan waktu penting, tidak hanya waktu yang dibatasi, tetapi juga pemantauan konten dan aplikasi yang diakses oleh anak menjadi perhatian utama orang tua dalam penelitian ini. Sebagian besar orang tua menyatakan bahwa mereka secara aktif memantau aplikasi yang diakses oleh anak-anak mereka, seperti YouTube, TikTok, dan game online, untuk memastikan bahwa konten yang diakses sesuai dengan usia anak dan tidak membahayakan mereka. Beberapa orang tua bahkan menggunakan fitur pengaturan umur pada gadget untuk memastikan anak-anak mereka hanya mengakses konten yang sesuai. Dalam melaksanakan aturan hendaknya orang tua ikut serta, agar anak menaati aturan tersebut, seperti orang tua tidak bermain gadget terlalu lama dihadapan anak. Hal ini senada dengan pendapat yang disampaikan oleh Sahriana yang menjelaskan bagaimana sebaiknya orang tua menggunakan aplikasi dengan anak, termasuk pilihan berdasarkan usia (Angkur & Wati, 2023).

Strategi lain yang ditemukan dalam penelitian ini adalah pendampingan langsung yang dilakukan oleh orang tua saat anak menggunakan gadget. Beberapa orang tua mengungkapkan bahwa mereka duduk bersama anak saat menonton video edukasi di YouTube atau saat bermain game, untuk memastikan bahwa anak tidak hanya terjebak dalam hiburan tanpa nilai pendidikan. Pendampingan ini juga digunakan untuk mempererat hubungan emosional antara orang tua dan anak. Bentuk pengawasan pada anak dengan memberikan nasehat didukung oleh teori yang dinyatakan oleh Anderson dan Park menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam aktivitas digital yang diawasi menunjukkan keterampilan evaluasi informasi yang lebih unggul dan pemahaman yang lebih baik tentang kewarganegaraan digital dibandingkan dengan teman sebaya dengan akses terbatas atau tidak terbatas (Mistiani, 2024).

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua sangat menyadari pentingnya aktivitas fisik dan sosial di luar rumah sebagai cara untuk mengurangi ketergantungan anak pada gadget. Banyak orang tua yang mengajak anak mereka bermain di luar rumah, seperti berolahraga atau berinteraksi dengan teman sebaya, untuk menggantikan waktu yang dihabiskan di depan layar. Aktivitas fisik ini dianggap penting untuk mendukung perkembangan motorik anak, sekaligus memperkuat keterampilan sosial mereka. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdulu mengatakan penggunaan gadget dilakukan dengan durasi yang lama, anak akan mengalami gangguan pada kesehatan mata, kemudian secara struktur tubuh akan membungkuk, dan kekuatan dalam tubuh akan melemah karena tidak ada aktivitas fisik dalamnya (Nugroho et al., 2022). Hal ini juga mendukung pernyataan Ginsburg yang menekankan pentingnya keterlibatan orang tua dalam kegiatan luar rumah untuk membangun kedekatan emosional serta mengurangi ketergantungan pada teknologi.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua berperan sangat penting dalam membimbing anak-anak mereka agar dapat menggunakan gadget dengan bijak dan tidak terjebak dalam dampak negatif yang ditimbulkan oleh teknologi. Komunikasi terbuka, pembatasan waktu, pemantauan konten, pendampingan aktif, dan kegiatan fisik di luar rumah adalah beberapa strategi yang digunakan orang tua untuk menciptakan keseimbangan dalam kehidupan anak-anak mereka. Semua strategi ini

dapat membantu anak-anak untuk memanfaatkan teknologi dengan cara yang positif dan mendukung perkembangan mereka secara fisik, sosial, dan emosional.

Selain memilih strategi pembimbingan yang baik dan tepat, orang tua juga bisa memberikan pendekatan-pendekatan dalam pembimbingan penggunaan gadget pada anak mereka. ditemukan tiga pendekatan utama yang diterapkan oleh para orang tua, yaitu *restrictive mediation*, *co-viewing/co-using*, dan *active mediation*.

Pertama, Pendekatan *Restrictive Mediation* (Pembatasan) Pendekatan ini dilakukan dengan membatasi durasi dan konten penggunaan gadget anak. Dalam penelitian, orang tua membatasi waktu bermain gadget antara 1-2 jam dan memastikan konten sesuai usia. Pendekatan *Restrictive Mediation* merujuk pada tindakan orang tua dalam membatasi akses anak terhadap gadget, baik dari sisi durasi penggunaan maupun konten yang dikonsumsi. Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa orang tua, strategi ini paling sering diterapkan sebagai bentuk perlindungan terhadap paparan konten negatif serta untuk mencegah ketergantungan terhadap perangkat digital. Sebagian besar orang tua dalam penelitian ini menerapkan aturan yang ketat, seperti hanya memperbolehkan anak bermain gadget di jam tertentu, atau melarang penggunaan gadget selama hari sekolah.

Strategi ini bertujuan untuk mencegah kecanduan serta paparan konten negatif. Temuan ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Fatmawati & Sholikin (2020) menekankan pentingnya pengaturan waktu layar untuk mendukung perkembangan fisik dan sosial anak. Namun, pembatasan perlu disertai komunikasi agar tidak menimbulkan pemberontakan atau rasa ingin tahu yang berlebihan. Kedua, Pendekatan *Co-viewing/Co-using* (Penggunaan Bersama). Pada pendekatan ini, orang tua terlibat langsung saat anak menggunakan gadget, seperti menonton atau bermain bersama. Tujuannya adalah membangun kedekatan dan memberikan arahan secara tidak langsung. Pendekatan *Co-viewing/Co-using* mengacu pada keterlibatan langsung orang tua dalam kegiatan digital anak, baik dengan cara menonton video bersama, bermain game, atau mendampingi saat anak menggunakan aplikasi tertentu. Berdasarkan hasil penelitian, pendekatan ini digunakan oleh sejumlah orang tua untuk menciptakan hubungan emosional yang positif, sekaligus memantau konten yang diakses anak secara tidak langsung. Strategi ini sejalan dengan Fatmawati & Sholikin (2020) yang menyebut *co-viewing* dapat memperkuat hubungan emosional dan meningkatkan kualitas interaksi media.

Ketiga, Pendekatan *Active Mediation* (Pendampingan Aktif) Pendekatan ini mengedepankan diskusi dan edukasi. Orang tua membimbing anak untuk berpikir kritis terhadap konten digital dan menjelaskan dampak dari apa yang mereka lihat. Misalnya, membahas berita hoaks atau konten viral bersama anak. Pendekatan *Active Mediation* adalah strategi di mana orang tua secara aktif terlibat dalam memberikan pemahaman, berdiskusi, dan membimbing anak mengenai konten digital serta penggunaan teknologi secara bertanggung jawab. Berdasarkan hasil wawancara, banyak orang tua dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka melakukan diskusi terbuka dengan anak mengenai konten yang mereka konsumsi, termasuk isu-isu seperti berita hoaks, iklan, hingga konten viral. Studi oleh Clark menunjukkan bahwa

pendekatan active mediation yang melibatkan diskusi terbuka antara orang tua dan anak tentang penggunaan media digital cenderung menghasilkan outcome yang lebih positif dibandingkan pendekatan yang purely restrictive (Fatmawati & Sholikin, 2019). Dari ketiga pendekatan tersebut, terlihat bahwa sebagian besar orang tua menggunakan kombinasi dari pendekatan-pendekatan tersebut sesuai kebutuhan dan situasi di rumah. Temuan ini menguatkan pernyataan Blum-Ross dan Livingstone bahwa pengasuhan digital bersifat dinamis, bergantung pada nilai keluarga, tingkat literasi digital orang tua, dan perkembangan teknologi yang digunakan oleh anak. Pendekatan yang seimbang antara pembatasan, keterlibatan, dan pemberdayaan diyakini mampu mendukung perkembangan anak secara lebih holistik di era digital.

Kemudian penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian-penelitian relevan sesuai dengan peneliti lakukan yaitu tentang pembimbingan orang tua dalam penggunaan gadget, dari penelitian yang dilakukan oleh Agasi dkk (2022) dalam jurnal berjudul Pengaruh Pemakaian Gadget pada Peserta Didik Sekolah Dasar Berkaitan dengan Perkembangan Psikologinya menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap aspek psikologis anak. Kemudian penelitian Angkur dkk (2023) yang berjudul Strategi Orang Tua dalam Mendampingi Anak Menggunakan Gadget mengkaji berbagai strategi yang diterapkan orang tua untuk mengarahkan anak dalam menggunakan teknologi secara sehat antara lain; lacak anak menggunakan Aplikasi, batasi waktu penggunaan Aplikasi untuk anak, pilih opsi aplikasi/fitur Aplikasi, lacak anak di game Apps, ajak anak melakukan aktivitas keren. Terakhir, penelitian oleh Hidayatuladkia dkk (2021) berjudul Peran Orang Tua dalam Mengontrol Penggunaan Gadget pada Anak Usia 11 Tahun menekankan pentingnya peran kontrol orang tua sebagai faktor utama dalam menjaga keseimbangan antara penggunaan gadget dan aktivitas sosial anak. Orang tua dapat memberikan batasan waktu penggunaan gadget, selektif dalam memilihkan aplikasi untuk anak, menemani anak saat menggunakan gadget, melatih anak untuk bertanggung jawab atas penggunaan gadget, dan orang tua berusaha mengawasi anak dalam berinteraksi sosial dengan baik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian, dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi tantangan era digital, orang tua mengembangkan beragam strategi pengasuhan seperti penggunaan gadget oleh anak. kombinasi strategi seperti pembatasan waktu penggunaan, pendampingan saat anak menggunakan gadget, pemantauan konten, serta ajakan untuk aktivitas di luar layar. Selain itu, penelitian ini juga mengidentifikasi penerapan tiga pendekatan digital parenting yaitu restrictive mediation (pembatasan), co-viewing/co-using (penggunaan bersama), dan active mediation (pendampingan aktif). Meskipun penelitian ini memberikan gambaran awal mengenai praktik pembimbingan penggunaan digital, ruang lingkup yang terbatas baik dari segi jumlah informan maupun wilayah kajian membatasi kemungkinan untuk menarik kesimpulan yang berlaku secara umum. Oleh karena itu, diperlukan upaya penelitian lanjutan dengan jangkauan yang lebih luas dan pendekatan yang lebih beragam, guna

memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif mengenai kaitan antara literasi digital orang tua dan efektivitas strategi pengasuhan digital dalam berbagai latar sosial dan budaya.

Referensi

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Syakir Media Press.
- Agasi, D., Oktarina, R., Desyandri, D., & Murni, I. (2022). Pengaruh Pemakaian Gadget pada Peserta Didik Sekolah Dasar Berkaitan dengan Perkembangan Psikologinya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 10763-10768. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4133>
- Angkur, M. F. M., & Wati, S. (2023). Strategi Orang Tua dalam Mendampingi Anak Menggunakan Gadget. *Real Kiddos: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 53-66. <https://doi.org/10.53547/realkiddos.v2i1.290>
- Fatmawati, N. I., & Sholikin, A. (2019). Literasi Digital, Mendidik Anak Di Era Digital Bagi Orang Tua Milenial. *Jurnal Politik Dan Sosial Kemasyarakatan*, 11(2), 119-138.
- Hidayatuladkia, S. T., Kanzunnudin, M., & Ardianti, S. D. (2021). Peran Orang Tua dalam Mengontrol Penggunaan Gadget pada Anak Usia 11 Tahun. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 5(3), 363. <https://doi.org/10.23887/jppp.v5i3.38996>
- Kristiyanti, M. (2023). *Metode Penelitian*. Semarang: Pustaka Stimar Ammi.
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematikannya pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 13(1), 116-152. <https://doi.org/10.35719/annisa.v13i1.26>
- Mistiani, W. (2024). Parenting Digital: Cara Cerdas Membimbing Anak dalam Dunia Pendidikan. *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 163-179. <https://doi.org/10.24239/abulava.Vol5.Iss2.155>
- Novitasari, N. (2019). Strategi Pendampingan Orang Tua terhadap Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 167-188. <https://doi.org/10.35896/ijecie.v3i2.77>
- Nugroho, R., Artha, I. K. A. J., Nusantara, W., Cahyani, A. D., & Patrama, M. Y. P. (2022). Peran Orang Tua dalam Mengurangi Dampak Negatif Penggunaan Gadget. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 5425-5436. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2980>
- Rachmat, I. F., & Hartati, S. (2020). Literasi Digital Orang Tua Anak Usia Dini. *Jurnal Jendela Bunda*, 7(2), 1-21.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Syarifudin, A., & Syamsurrijal, M. (2021). Peran Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Perkembangan Sosial Anak Usia Dini Di Masa Pnademi Covid-19U. *Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 1-13.
- Wiseman, M. (2024). *Menggendong Gadget dengan Bijak*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Yusnadi, Rukhmana, T., Sujana, N., Putra, S. R., Nugraha, A. R., & Arianti, D. (2024). Pengaruh Gadget Pada Karakter Anak di SD. *Journal on Education*, 6(3), 18-25.