

ParentVoice FGD: “Merumuskan Pengasuhan Digital yang Nyaman untuk Anak PAUD”

Ahmad Razak¹, Nuri Lestari², Riswan³

¹²³Fakultas Studi Psikologi, Universitas Negeri Makassar

¹ahmad7106@unm.ac.id, ²nrlestari09@email.com, ³riswanfitrawan15@gmail.com

Abstrak

Penggunaan gawai pada anak usia dini semakin meningkat dan sering kali tidak disertai pendampingan yang memadai, sehingga menimbulkan berbagai permasalahan seperti sulitnya mengatur waktu penggunaan, menurunnya interaksi anak dengan orang tua, serta kecenderungan anak meniru perilaku dari lingkungan sekitarnya. Permasalahan ini menuntut adanya model pengasuhan digital yang terarah dan sesuai dengan kebutuhan keluarga. Penelitian ini bertujuan merumuskan model pengasuhan digital yang nyaman dan aman bagi anak PAUD melalui kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan orang tua dan guru. Metode yang digunakan meliputi observasi awal, pelaksanaan FGD, serta analisis tematik terhadap temuan lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua menghadapi tantangan berupa anak sulit melepaskan gawai, penggunaan gawai sebagai alat bantu makan dan menenagkana anak, serta kurangnya aturang yang konsisten dalam penggunaan gawai. Selain itu, peserta FGD menekankan perlunya panduan praktis tentang konten yang sesuai usia, pendampingan aktif, dan keseimbangan antara aktivitas digital dan non-digital. Berdasarkan temuan tersebut, dirumuskan model pengasuhan digital yang menekankan batasan yang jelas, komunikasi terbuka, pendampingan aktif, dan penguatan nilai keluarga. Model ini diharapkan dapat menjadi solusi aplikatif dalam mendampingi anak usia dini di era digital.

Kata Kunci: pengasuhan digital, anak usia dini, orang tua, literasi digital

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi anak usia dini, termasuk dalam keluarga dan lingkungan pendidikan. Anak PAUD kini terpapar *smartphone*, *tablet*, dan platform digital sejak usia yang sangat dini. Masalah muncul ketika gawai digunakan tanpa pendampingan dan tanpa batasan yang jelas. Temuan awal dari *Focus Group Discussion* (FGD) dalam penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua sering memberikan gawai untuk menenagkan anak, membantu makan, atau mengisi waktu ketika mereka sibuk, sehingga mengurangi kualitas komunikasi dan interaksi langsung. Kondisi ini dapat berdampak pada perkembangan sosial-emosional, kemampuan regulasi diri, hingga kebiasaan bermain anak (Fatonah et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini memandang pentingnya merancang model pengasuhan digital yang tidak hanya mengontrol *screen time*, tetapi juga mendorong pendampingan aktif (*active mediation*) dan dialog antara anak dan orang tua.

Solusi yang ditawarkan dalam penelitian ini adalah pengembangan model pengasuhan digital berbasis *ParentVoice* FGD, yaitu pendekatan partisipatif yang mendikan suara, pengalaman, dan kebutuhan orang tua serta guru PAUD sebagai dasar utama penyusunan strategi pengasuhan digital. Model ini mencakup pendampingan aktif, pembentukan aturan penggunaan gawai berbasis kesepakatan, pemilihan konten yang sesuai usia, serta penguatan nilai sosial-emosional melalui komunikasi terbuka. Dengan pendekatan ini, pengasuhan digital diharapkan tidak hanya berfungsi sebagai upaya pencegahan risiko, tetapi juga sebagai strategi pendidikan untuk membentuk kebiasaan digital sehat pada anak PAUD.

Sejumlah penelitian relevan dalam lima tahun terakhir memperkuat urgensi pendampingan orang tua dan guru dalam penggunaan teknologi digital pada anak usia dini. Penelitian Fatonah et al., (2024) menemukan bahwa orang tua sering memanfaatkan gawai sebagai alat pengalih perhatian, padahal praktik ini berpengaruh terhadap menurunnya kualitas interaksi anak dan orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dan Latifah (2020) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gawai berhubungan dengan menurunnya interaksi ibu dan anak serta perkembangan sosial-emosional anak prasekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Sisbintari & Setiawati (2021) menegaskan bahwa *parental digital mediation* berpengaruh signifikan terhadap perilaku bermedia digital pada anak, dan orang tua yang menerapkan perilaku bermedia digital pada anak, dan orang tua yang menerapkan pendekatan *active mediation* cenderung mampu mencegah kecanduan gawai dibandingkan mereka yang hanya menerapkan pembatasan. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Fauziah (2024) mengungkapkan bahwa *ascreentime* berlebihan tanpa pendampingan dapat menyebabkan gangguan emosi, penurunan fokus, dan meningkatkan risiko masalah perilaku pada anak usia dini. Penelitian yang dilakukan oleh Fairuz et al., (2025) menunjukkan bahwa penggunaan gadget berlebihan menyebabkan 65% anak usia 4-5 tahun mengalami penurunan motorik halus, menegaskan urgensi pendampingan digital yang tepat bagi anak PAUD.

Penelitian yang dilakukan oleh Irzalinda dan Latifah (2023) menemukan bahwa *screen time* memiliki dampak negatif terhadap kesejahteraan fisik dan psikososial anak. Penelitian yang dilakukan oleh Nurfurqoni et al (2024) menunjukkan bahwa paparan media digital yang terlalu dini dan berlangsung lama (anak < 24 bulan) berisiko menyebabkan keterlambatan perkembangan, addiksi, serta gangguan sosial-emosional pada anak. Orang tua memiliki peranan yang penting dalam mendampingi anak saat menggunakan *smartphone*, menonton bersama konten yang diakses, dan mengalihkan perhatian anak ke mainan atau aktivitas fisik untuk mencegah ketergantungan gadget (I. M. Sari & Marnelly, 2024). Penelitian terhadap anak prasekolah menunjukkan bahwa ketika interaksi orang tua menurun bersamaan dengan peningkatan *screen time*, kemampuan sosial-emosional dan kemampuan berbicara anak dapat menurun (Sari et al., 2024).

Walaupun banyak penelitian telah membahas dampak penggunaan gawai atau bentuk pengasuhan digital, *research gap* masih terlihat jelas, yaitu belum tersedianya model pengasuhan digital yang menggunakan metode FGD. Sebagian besar penelitian lainnya hanya menggambarkan fenomena atau memberikan rekomentasi konseptual, tetapi tidak mengembangkan model pengasuhan konkret berdasarkan pengalaman nyata keluarga Indonesia. Dengan demikian, penelitian ini mengisi kekosongan tersebut dengan merumuskan model pengasuhan digital yang kontekstual, aplikatif, dan selaras dengan praktik keseharian orang tua dan guru PAUD.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan kegiatan ini adalah menyusun model pengasuhan digital yang nyaman, mendidik, dan selaras dengan perkembangan anak PAUD berdasarkan perspektif orang tua melalui *ParentVoice* FGD. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis terhadap kajian pengasuhan digital berbasis pendampingan aktif dan kontribusi praktisi bagi orang tua, pendidik PAUD serta pembuat kebijakan dalam membangun lingkungan digital yang aman, sehat, dan mendukung tumbuh kembang anak secara holistik.

METODE

Kegiatan ini menggunakan metode pendekatan *Focus Group Discussion* (FGD) yang dilaksanakan melalui beberapa tahapan sistematis untuk menggali pengalaman dan kebutuhan orang tua dan guru dalam pengasuhan digital serta merumuskan model pengasuhan yang sesuai konteks anak usia dini. Pendekatannya menekankan eksplorasi mendalam terhadap praktik nyata di lapangan melalui observasi awal, diskusi akademik dengan dosen pembimbing, pelaksanaan FGD bersama orang tua dan guru, serta penyusunan model pengasuhan digital berdasarkan temuan utama. FGD dipilih karena memberikan ruang bagi partisipasi aktif orang tua untuk bertukar pengalaman, mengidentifikasi permasalahan, dan menawarkan solusi yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Tahap pertama adalah observasi, yaitu kegiatan pengamatan langsung pada lingkungan PAUD untuk memahami pola penggunaan gawai pada anak usia dini serta perilaku pendampingan yang dilakukan orang tua. Observasi dilakukan untuk mengidentifikasi isu-isu penting seperti durasi *screen time*, jenis konten yang umum digunakan, serta kebiasaan orang tua dalam memberikan gawai sebagai alat bantu aktivitas.

Tahap kedua adalah diskusi bersama dosen pembimbing, yang bertujuan merumuskan fokus kegiatan, mengklarifikasi temuan observasi serta menyusun arah konseptual kegiatan FGD. Pada tahap ini, dosen memberikan masukan akademik terkait aspek pengasuhan digital, pemilihan tema diskusi, serta penyusunan panduan pertanyaan yang relevan dan sesuai etika penelitian. Hasil diskusi digunakan untuk merancang materi FGD yang sistematis dan mudah dipahami oleh peserta.

Tahap ketiga pelaksanaan *Focus Group Discussion* (FGD), yang melibatkan orang tua dan guru dari lembaga PAUD. FGD dilakukan dengan durasi 90 menit dan dipandu oleh fasilitator. Kegiatan ini mencakup penyampaian materi mengenai pengasuhan digital, eksplorasi pengalaman orang tua dan guru dalam mendampingi anak menggunakan gawai, identifikasi tantangan pengasuhan, serta diskusi terkait strategi yang dirasa efektif. Peserta juga diajak berbagi pengalaman pribadi, memberikan contoh kasus, serta mendiskusikan praktik *active mediation* yang sesuai konteks keluarga.

Tahap keempat adalah Penyusunan Model Pengasuhan Digital, yaitu proses analisis temuan FGD yang dirumuskan menjadi komponen model pengasuhan digital yang aplikatif. Analisis dilakukan melalui pengkodean data, pengelompokan tema, dan penyusunan draf model yang memuat prinsip-prinsip pengasuhan digital, tahapan pendampingan, serta rekomendasi untuk orang tua dan guru. Model yang dihasilkan mencerminkan perspektif dan kebutuhan orang tua sehingga dapat digunakan sebagai panduan praktis dalam penerapan pengasuhan digital anak usia dini.

Melalui tahapan yang sistematis ini, penelitian diharapkan mampu menghasilkan model pengasuhan digital yang relevan, aplikatif, serta sesuai konteks keluarga, khususnya bagi orang tua yang memiliki anak usia dini di era perkembangan teknologi yang semakin pesat.



Gambar 1. Sambutan Kepala Bidang Perlindungan Perempuan dan Anak



Gambar 2. Pemberian Materi



Gambar 3. Sesi Diskusi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan FGD menunjukkan bahwa penggunaan gawai pada anak usia dini menjadi isu yang paling sering dikeluhkan oleh orang tua dan guru. Mayoritas peserta menyampaikan bahwa anak sangat sulit dialihkan ketika sudah memegang gawai., terutama saat menonton video atau memainkan aplikasi hiburan. Beberapa peserta juga menyatakan bahwa anak terbiasa menggunakan gawai sebagai alat bantu makan atau sebagai pengantar tidur. Selain itu terdapat kebiasaan buruk anak untuk meniru perilaku orang dewasa dalam menggunakan HP, seperti ketika melihat keluarga lain menggunakan gawai tanpa batasan, anak cenderung menolak aturan yang diberikan kepadanya. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan gawai tidak hanya menjadi bagian dari rutinitas anak, tetapi juga memengaruhi regulasi emosi dan perilaku sehari-hari.

Di sisi lain, para peserta juga menyampaikan sejumlah strategi serta bentuk pendampingan yang telah mereka coba lakukan. Beberapa orang tua dan guru mengarahkan anak untuk menonton melalui televisi agar jarak pandang yang jauh lebih aman, ada juga yang membuat aturan penggunaan gawai, menjelaskan konsekuensi, serta melakukan diskusi dengan anak mengenai konten yang layak diakses. Namun demikian, sebagian peserta mengakui bahwa konsistensi dalam menerapkan aturan masih menjadi kendala, terutama ketika anak melihat lingkungan sekitar yang masih bebas menggunakan gawai. Dalam FGD juga muncul kebutuhan akan pedoman praktis yang mudah dipahami, seperti aturan *screen time*, rekomendasi konten edukatif, bentuk pendampingan aktif, serta cara menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan non-digital.

Temuan FDG ini selaras dengan penelitian dilakukan oleh Fatonah et al., (2024) yang menemukan bahwa penggunaan gawai sebagai alat pengalih perhatian dapat mengurangi kualitas interaksi anak dengan orang tua. Penelitian yang dilakukan Fatonah et al., (2024) juga menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gawai berdampak pada interaksi keluarga dan perkembangan sosial emosional anak prasekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Sisbintari dan Setiawati (2021) juga menegaskan bahwa *active mediation*, yaitu pendampingan aktif orang tua dalam menjelaskan konten dan membimbing anak, lebih efektif dibandingkan pembatasan pasif. Selain itu, Wulandari dan Fauziah (2024) menyatakan bahwa *screen time* tanpa pendampingan dapat menimbulkan gangguan emosi dan penurunan fokus pada anak usia dini.

Berdasarkan hasil FGD dan kajian penelitian, dapat disimpulkan bahwa pengasuhan digital pada anak usia dini membutuhkan pendekatan yang komprehensif. Tidak cukup hanya membatasi durasi penggunaan gawai, tetapi orang tua juga perlu melakukan pendampingan aktif, mengatur konten yang tepat, membangun komunikasi yang konsisten, serta memberikan contoh perilaku digital yang sehat. Temuan ini menjadi dasar dalam merumuskan model pengasuhan digital yang lebih aplikatif dan relevan dengan kebutuhan keluarga Indonesia, sehingga dapat membantu orang tua menciptakan lingkungan digital yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan anak PAUD secara optimal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gawai pada anak usia dini masih menjadi tantangan utama bagi orang tua dan guru, khususnya terkait perilaku anak yang sulit melepaskan gawai, kecenderungan menggunakan gadget sebagai alat bantu makan atau tidur, serta pengaruh kuat perilaku bermedia dari lingkungan keluarga. FGD juga mengungkapkan bahwa sebagian besar pendampingan yang diberikan masih bersifat pasif, sehingga belum mampu sepenuhnya mengarahkan anak pada penggunaan gawai yang sehat dan edukatif. Oleh karena itu, pengasuhan digital perlu dilakukan melalui pendekatan yang lebih komprehensif, yaitu dengan menggabungkan pengaturan waktu, pemilihan konten yang sesuai usia, pendampingan aktif, serta penguatan komunikasi yang konsisten antara orang tua, guru, dan anak. Model pengasuhan digital berbasis *ParentVoice* FGD yang dihasilkan dalam kegiatan ini memberikan panduan praktis yang relevan dan aplikatif untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Model ini diharapkan dapat membantu orang tua dan pendidik menciptakan lingkungan digital yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan sosial-emosional, kognitif, dan motorik anak usia dini secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan yang serta berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan *ParentVoice* FGD dengan tema “Model Pengasuhan Digital yang Nyaman untuk Anak PAUD”. Kegiatan ini merupakan bagian dari program kerja yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKP Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya keterlibatan berbagai pihak.

Ucapan terima kasih yang tulis penulis sampaikan kepada Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) atas dukungan penuh selama proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada PAUD Insan Masagena sebagai mitra yang telah menyediakan tempat, serta kesempatan untuk melakukan FGD bersama orang tua dan guru, serta memberikan ruang dialog yang konstruktif bagi tersusunnya model pengasuhan digital yang relevan.

Penghargaan dan apresiasi mendalam peneliti sampaikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Prof. Dr. H. Ahmad, S.Ag., S.Psi., M.S., atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang sangat berarti sepanjang proses KKP, mulai dari penyusunan rencana kegiatan, pelaksanaan FGD, hingga penyelesaian laporan penelitian. Bimbingan beliau telah membantu memperkuat kualitas analisis dan penyusunan model pengasuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fairuz, L., Fitabeliya, N. A., Lestari, B. W., Jannah, A. M., Natasya, D. A., Handayani, I. D. G. A. M., Arista, S. A., Kania, R., Sumarni, S., & Pagarwati, L. D. A. (2025). Dampak penggunaan gadget dalam perkembangan motorik halus dan keterampilan menulis anak usia 4-5 tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(3), 735–744. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i3.6356>
- Fatonah, B. S., Qonita, & Mulyana, E. H. (2024). Persepsi orang tua terhadap penggunaan gawai untuk anak usia dini. *Jurnal Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(1), 123–134. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31000/ceria.v13i1.10386>
- Irzalinda, V., & Latifah, M. (2023). Screen time and early childhood well-being : a systematic literature review approach. *Journal of Family Sciences*, 18–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.29244/jfs.vi.49792>
- Nurfurqoni, F. A., Hastuti, D., Sunarti, E., & Riany, Y. E. (2024). The influence of digital media use in parenting to child development under 24 months: a systematic literature review. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 34(2), 418–430. <https://doi.org/https://doi.org/10.34011/jmp2k.v34i2.2066>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan gawai, interaksi ibu-anak, dan perkembangan sosial-emosional anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(1), 75–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>
- Sari, I. M., & Marnelly, T. R. (2024). Digital parenting (studi kasus pengawasan penggunaan smartphone oleh ibu pada

- anak). *Jurnal Basicedu*, 8(3), 1936–1943. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i3.7552>
- Sari, T. A. P., Novitawati, & Sulaiman. (2024). Pengaruh interaksi orang tua : screen time terhadap kemampuan sosial emosional dan berbicara anak taman kanak-kanak. *Journal of Education Research*, 5(20), 3525–3535. <https://doi.org/https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1420>
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital parenting sebagai upaya mencegah kecanduan gadget pada anak usia dini saat pandemi covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1562–1575. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1781>
- Wulandari, H., & Fauziah, J. (2024). Pengaruh waktu penggunaan layar (screentime) terhadap perkembangan sosial-emosional pada anak usia dini: menelusuri dampak era digital. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(16), 407–412. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.13763752>