

EDUKASI DIGITAL PARENTING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN ORANG TUA DALAM PENDAMPINGAN PENGGUNAAN SMARTPHONE PADA ANAK

1. Rochmanita Sandya Afindaningrum, Program Studi Kebidanan, STIKES Bhakti Husada Mulia
 2. Kunawati Tungga Dewi, Program Studi Kebidanan, STIKES Bhakti Husada Mulia
 3. Novi Paramitasari MS, Program Studi Kebidanan, STIKES Bhakti Husada Mulia
 4. Ika Ayu Pumasari, Program Studi Kebidanan, STIKES Bhakti Husada Mulia
- Korespondensi : sandyafinda@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan smartphone pada anak yang semakin meningkat tanpa pendampingan dapat menimbulkan dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, sementara pengetahuan orang tua mengenai digital parenting terbatas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan orang tua tentang digital parenting dalam mendampingi penggunaan smartphone pada anak secara aman dan sesuai tahap perkembangan. Kegiatan dilaksanakan di Desa Soco, Kabupaten Magetan dengan sasaran 32 ibu PKK yang memiliki anak usia dini hingga usia sekolah. Metode yang digunakan berupa pendidikan kesehatan melalui penyuluhan, diskusi, dan leaflet. Evaluasi dilakukan dengan pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, ditandai dengan meningkatnya peserta berkategori pengetahuan baik dari 25% sebelum intervensi menjadi 84,4% setelah intervensi, serta menurunnya kategori pengetahuan kurang dari 28,1% menjadi 6,3%. Penyuluhan yang dipadukan dengan diskusi dan media leaflet membantu peserta memahami digital parenting, pengaturan screen time sesuai usia, pemilihan konten yang tepat, serta strategi pendampingan penggunaan media digital. Kegiatan edukasi digital parenting ini meningkatkan pengetahuan orang tua dalam mendampingi penggunaan smartphone pada anak. Disarankan adanya kegiatan edukasi lanjutan dan pendampingan berkala untuk mengevaluasi penerapan digital parenting dalam kehidupan sehari-hari serta mendorong perubahan perilaku orang tua dalam mengelola penggunaan media digital pada anak

Kata Kunci : Digital Parenting, Smartphone, Screen Time, Pengetahuan

1. PENDAHULUAN

Edukasi digital parenting hadir sebagai respons terhadap kebutuhan mendesak akan penguatan peran orang tua di tengah arus penetrasi teknologi yang semakin masif dalam keseharian anak. Kehadiran smartphone bukan lagi barang asing bagi anak-anak, melainkan telah menjadi bagian integral dari rutinitas mereka, baik untuk keperluan belajar, bersosialisasi, maupun mencari hiburan. Namun, di balik kemudahan dan kekayaan akses yang ditawarkan, terdapat risiko yang tidak kecil apabila pendampingan orang tua tidak berjalan seimbang dengan kecakapan digital anak yang terus berkembang. Tanpa bimbingan yang memadai, anak dapat terpapar konten yang tidak sesuai usianya, mengalami gangguan konsentrasi, hingga kehilangan keseimbangan antara dunia nyata dan dunia maya. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh digital menjadi fondasi penting agar mereka mampu memahami dunia digital yang dihuni anak-anak mereka, sekaligus menanamkan kesadaran kritis dan etika dalam bermedia sosial (Novarossi et al, 2024). Kegiatan edukasi ini dirancang tidak sekadar memberikan informasi teknis tentang fitur pengawasan atau batasan waktu layar, tetapi juga membangun kesadaran humanis bahwa pendampingan bukan berarti mengendalikan, melainkan menemani anak menjelajahi dunia digital dengan penuh percaya diri dan tanggung jawab. Orang tua diajak untuk menjadi mitra diskusi bagi anak, bukan sekadar pengawas yang menakutkan, sehingga tercipta komunikasi yang terbuka dan saling menghargai. Dengan pendekatan yang empatik dan berbasis kebutuhan nyata keluarga, diharapkan orang tua mampu menyesuaikan strategi pendampingan sesuai tahap perkembangan anak, menjaga keseimbangan antara pemanfaatan teknologi dan pengalaman kehidupan sosial yang autentik, serta menumbuhkan kemandirian anak dalam menggunakan smartphone secara bijak dan produktif. Pada akhirnya, upaya ini tidak hanya berorientasi pada pengendalian risiko, tetapi juga pada penguatan relasi orang tua dan anak sebagai fondasi utama dalam membentuk generasi digital yang cerdas, berkarakter, dan tetap manusiawi (Maulida et al, 2025).

Kehadiran teknologi digital dalam kehidupan anak sesungguhnya membawa berkah sekaligus tantangan yang tidak dapat dipisahkan. Di satu sisi, perangkat pintar membuka jendela luas bagi anak untuk belajar, berkreasi, dan mengakses pengetahuan dari berbagai penjuru dunia, sehingga potensi kognitif dan imajinasi mereka dapat terus berkembang apabila difasilitasi dengan cara yang tepat. Namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terkendali dan tanpa pengawasan bermakna dapat menggerus kualitas tumbuh kembang anak secara halus namun nyata. Ketika layar menyita sebagian besar waktu anak, maka hilanglah kesempatan berharga bagi mereka untuk merasakan pengalaman indrawi yang kaya melalui gerakan fisik, eksplorasi lingkungan, dan interaksi sosial yang hangat dengan orang tua maupun teman sebaya. Padahal, momen-momen sederhana seperti berlari di halaman, menggambar bersama, atau sekadar bercerita dengan keluarga justru merupakan ladang utama bagi pembentukan kematangan emosi, keterampilan motorik, dan kecakapan berbahasa yang tidak tergantikan oleh dunia maya (Ulfiyana & Purnamasari, 2024). Kecenderungan meningkatnya durasi menatap layar pada anak tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipicu oleh kebiasaan orang tua yang kerap memegang gawai di hadapan anak, kemudahan akses terhadap berbagai perangkat di rumah, serta pola asuh yang belum sepenuhnya sadar akan pentingnya batasan waktu bermain digital. Bahkan, tidak jarang orang tua menggunakan ponsel sebagai alat penenang instan ketika anak rewel atau saat mereka sendiri membutuhkan ketenangan untuk menyelesaikan pekerjaan rumah tangga. Praktik yang tampaknya

sepele ini, jika terus berulang, dapat membentuk pola ketergantungan anak terhadap layar sekaligus mengurangi kapasitas mereka untuk mengelola emosi secara alami melalui pelukan, tatapan mata, atau percakapan langsung. Oleh karena itu, pemahaman orang tua tentang dampak ganda teknologi ini menjadi semakin krusial, bukan untuk menakut-nakuti atau melarang secara total, melainkan untuk menyadari bahwa setiap detik yang dihabiskan anak di depan layar adalah detik yang hilang dari pengalaman hidup yang nyata dan otentik. Edukasi digital parenting yang humanis dan berbasis pengetahuan ilmiah diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran reflektif dalam diri orang tua, sehingga mereka dapat menyeimbangkan antara pemanfaatan teknologi untuk kemajuan anak dan perlindungan terhadap masa kanak-kanak yang hanya terjadi sekali seumur hidup, dengan tetap mengutamakan kedekatan emosional dan keteladanan dalam keseharian (Purnamasari & Dinni, 2025).

Peran orang tua dalam mendampingi anak menggunakan perangkat digital bukan sekadar tugas tambahan, melainkan fondasi utama yang menentukan apakah teknologi akan menjadi sahabat atau musuh bagi tumbuh kembang anak. Tanggung jawab ini tidak cukup diwujudkan melalui pelarangan atau pemberian izin secara instan, melainkan membutuhkan kesadaran utuh yang mencakup pengawasan aktif, keteladanan perilaku, pengaturan batas waktu yang jelas, serta seleksi konten yang selaras dengan usia dan kematangan emosi anak. Ketika orang tua bersikap permisif atau terlalu longgar tanpa pedoman yang jelas, anak cenderung tenggelam dalam gawai berjam-jam lamanya, sementara kesempatan untuk bermain secara fisik, berinteraksi dengan keluarga, dan mengalami stimulasi perkembangan yang esensial justru terkikis perlahan. Padahal, masa kanak-kanak adalah periode emas di mana setiap sentuhan, tawa, gerakan, dan percakapan langsung memiliki peran tak tergantikan dalam membentuk struktur otak, kecerdasan sosial, dan ketahanan mental anak. Di sinilah pengetahuan orang tua mengenai batasan yang sehat menjadi sangat krusial, karena tanpa pemahaman yang memadai, mereka mungkin tidak menyadari bahwa durasi layar yang tampaknya biasa saja dapat menggeser waktu tidur, mengurangi gerak tubuh, dan mengikis kedekatan emosional dalam keluarga (Mistiani, 2024). Pedoman dari organisasi kesehatan dunia mengingatkan bahwa bagi anak di bawah satu tahun, layar sebaiknya dihindari kecuali untuk keperluan komunikasi visual dengan keluarga, sementara untuk anak usia dini, durasi satu jam per hari pun sudah merupakan batas maksimal yang sebaiknya tidak dilampaui, dengan prinsip bahwa semakin sedikit waktu di depan layar, semakin besar ruang bagi anak untuk tumbuh secara alami. Namun, anjuran ini bukanlah aturan kaku yang harus dijalankan dengan ketakutan, melainkan pijakan penuh kasih yang mendorong orang tua untuk mengutamakan kualitas interaksi langsung, aktivitas fisik yang menyenangkan, serta rutinitas tidur yang teratur sebagai prioritas utama. Dengan pendekatan yang humanis, edukasi digital parenting hendaknya membangkitkan kesadaran bahwa mendampingi anak di era digital bukanlah perlombaan melawan teknologi, melainkan seni menjaga keseimbangan agar anak tetap merasakan hangat pelukan, asyiknya bermain di luar ruangan, dan nyamannya tidur nyenyak tanpa gangguan cahaya biru, sehingga mereka tumbuh menjadi pribadi yang cerdas, sehat, dan tetap manusiawi di tengah derasnya arus digital (Nurza et al, 2025).

Di tengah derasnya arus digital yang melanda kehidupan anak-anak, pendekatan pengasuhan yang mengandalkan pelarangan atau pembatasan semata terbukti tidak cukup untuk melindungi mereka dari dampak buruk teknologi. Yang jauh lebih dibutuhkan adalah sebuah pola asuh yang menempatkan orang tua

sebagai mitra aktif dalam perjalanan digital anak, di mana komunikasi yang hangat, pengawasan yang penuh perhatian, serta aturan yang disepakati bersama menjadi pilar utama dalam membimbing anak menjelajahi dunia maya. Keterlibatan orang tua tidak berhenti pada sekadar mengawasi durasi layar atau memblokir situs tertentu, melainkan merambah pada upaya membangun literasi digital keluarga, yaitu kemampuan bersama untuk memahami, menyaring, dan memaknai setiap informasi serta konten yang ditemui di internet. Dalam konteks ini, kesiapan pengetahuan orang tua menjadi penentu yang sangat penting, karena orang tua yang memiliki pemahaman mendalam tentang teknologi sekaligus keyakinan diri bahwa mereka mampu mendampingi dengan baik, cenderung dapat menciptakan lingkungan digital yang aman, sehat, dan merangsang perkembangan positif anak (Fahmi & Nafiah, 2025). Mereka tidak mudah panik menghadapi tantangan teknologi, melainkan mampu merancang strategi pendampingan yang fleksibel sesuai usia dan kebutuhan anak, serta terbuka untuk belajar bersama anak tentang hal hal baru. Sebaliknya, ketika orang tua merasa tidak percaya diri atau minim pengetahuan tentang dunia digital yang dihuni anak mereka, pengawasan yang diberikan cenderung longgar, reaktif, atau bahkan otoriter, sehingga anak kehilangan bimbingan yang seharusnya menjadi jangkar mereka di tengah banjir informasi dan godaan permainan digital. Akibatnya, risiko seperti kecanduan gawai, paparan konten negatif, dan gangguan perkembangan sosial emosional semakin besar mengintai, sementara orang tua yang seharusnya menjadi pelindung justru merasa asing dan kehilangan kendali atas aktivitas digital anaknya. Oleh karena itu, edukasi digital parenting yang dirancang secara sistematis dan humanis perlu menyentuh aspek peningkatan keyakinan diri orang tua, bukan hanya aspek teknis pengoperasian perangkat, karena pengasuhan digital yang efektif berakar pada kesadaran bahwa mendampingi anak di dunia maya sama pentingnya dengan mendampingi mereka di dunia nyata. Ketika orang tua merasa kompeten dan percaya diri, mereka pun mampu mentransmisikan nilai nilai kebaikan, etika berkomunikasi, dan sikap kritis kepada anak melalui percakapan sehari hari, sehingga smartphone tidak lagi menjadi sumber kekhawatiran, melainkan jembatan yang memperkaya pengalaman belajar dan mempererat hubungan kasih sayang dalam keluarga (Nurhayati et al, 2024).

Hasil studi awal yang dilakukan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Soco, Kabupaten Magetan, mengungkapkan sejumlah permasalahan mendasar yang dihadapi oleh ibu ibu PKK sebagai garda terdepan dalam pengasuhan anak di lingkungan keluarga. Dari proses identifikasi awal, terlihat bahwa hampir seluruh peserta telah memberikan akses smartphone kepada anak anak mereka, namun pemahaman tentang tata kelola penggunaan perangkat tersebut masih sangat dangkal dan terbatas. Para ibu mengakui bahwa mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai durasi ideal anak berada di depan layar, jenis konten apa yang sebenarnya layak dikonsumsi sesuai tahapan usia, serta cara mendampingi anak saat beraktivitas di dunia digital secara bijak. Tanpa panduan yang jelas, pemberian smartphone kepada anak sering kali didasarkan pada pertimbangan praktis semata, seperti keinginan menenangkan anak agar tidak rewel, mengisi waktu luang, atau sekadar mengikuti kebiasaan lingkungan sekitar tanpa menyadari konsekuensi jangka panjangnya. Akibatnya, anak anak cenderung menggunakan gawai dalam durasi yang panjang tanpa pengawasan berarti, sementara orang tua merasa gamang dan tidak berdaya menghadapi deras arus informasi dan hiburan digital yang tak terbendung. Keadaan ini diperparah oleh minimnya literasi digital di kalangan orang tua,

sehingga mereka tidak mampu membedakan mana konten yang edukatif dan mana yang berpotensi merugikan perkembangan anak, baik dari sisi kognitif, sosial, maupun emosional. Selain itu, para ibu juga merasa kesulitan untuk menetapkan aturan penggunaan smartphone di rumah karena kurangnya contoh dan dukungan dari lingkungan sekitar, serta ketidaktahuan tentang strategi pendampingan yang efektif tanpa harus menimbulkan konflik dengan anak. Permasalahan lain yang turut teridentifikasi adalah kecenderungan orang tua untuk menyerahkan perangkat digital sebagai pengalih perhatian saat mereka sibuk dengan pekerjaan domestik, sehingga anak kehilangan momen interaksi langsung yang seharusnya menjadi media utama pembentukan kedekatan emosional dan pengembangan keterampilan sosial. Semua fakta ini menunjukkan adanya kesenjangan yang cukup lebar antara kebutuhan anak akan pendampingan digital yang sehat dan kemampuan orang tua dalam memenuhinya, sehingga kondisi pengasuhan di Desa Soco saat ini berada dalam titik kritis di mana teknologi telah hadir lebih dulu sebelum pengetahuan dan kesiapan orang tua tumbuh secara memadai (Puspita et al, 2025).

Dari serangkaian temuan di lapangan, tergambar dengan jelas bahwa akar permasalahan yang dihadapi oleh mitra di Desa Soco adalah masih rendahnya tingkat pengetahuan orang tua, khususnya para ibu PKK, dalam mendampingi anak menggunakan media digital secara aman dan bertanggung jawab. Pengetahuan yang minim ini bukan berarti mencerminkan ketidakmampuan atau ketidakpedulian orang tua, melainkan lebih merupakan cerminan dari cepatnya laju perubahan teknologi yang tidak diimbangi dengan akses informasi yang memadai tentang pola asuh di era digital. Para ibu merasa kehilangan pegangan karena mereka tumbuh di masa ketika internet dan gawai belum menjadi bagian dari keseharian anak, sehingga saat menghadapi anak yang gemar bermain ponsel, mereka hanya mampu bersikap reaktif tanpa landasan pemahaman yang kuat tentang batasan sehat, konten sesuai usia, dan strategi komunikasi yang efektif. Keadaan ini diperparah oleh kondisi lingkungan di mana kebiasaan menyerahkan gawai kepada anak sering kali dianggap lumrah dan bahkan menjadi solusi instan untuk mengatasi kelelahan atau kesibukan orang tua, tanpa menyadari bahwa praktik tersebut perlahan tetapi pasti menggerus kualitas interaksi keluarga dan mengurangi ruang bagi anak untuk berkembang melalui aktivitas fisik serta sosial yang alami. Minimnya pengetahuan ini pula yang menyebabkan orang tua tidak mampu menyusun aturan yang jelas dan konsisten di rumah, sehingga anak bebas mengakses berbagai konten tanpa penyaringan, sementara orang tua di sisi lain merasa cemas dan khawatir namun tidak tahu langkah konkret yang harus diambil. Melihat kondisi yang demikian, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diarahkan untuk menjawab kebutuhan mendesak tersebut dengan menghadirkan ruang belajar bagi orang tua, tempat mereka dapat memperoleh pemahaman tentang esensi digital parenting melalui penyuluhan yang disampaikan dengan bahasa sederhana namun tetap ilmiah, diskusi interaktif yang memberi kesempatan bagi setiap ibu untuk bertanya dan berbagi pengalaman, serta pemberian leaflet edukasi yang dapat menjadi pegangan praktis di rumah. Harapan besar dari seluruh rangkaian kegiatan ini adalah agar pengetahuan yang diperoleh tidak hanya tersimpan sebagai teori, melainkan mampu mengubah cara pandang dan perilaku orang tua dalam mendampingi anak, sehingga mereka tidak lagi merasa takut atau canggung menghadapi teknologi, tetapi justru percaya diri bahwa mereka mampu menjadi pemandu yang bijak bagi anak-anak mereka. Pada akhirnya, peningkatan pengetahuan ini diyakini akan menjadi fondasi kuat bagi terciptanya pola asuh digital yang aman, sehat, dan penuh tanggung jawab, yang pada gilirannya dapat menekan risiko negatif penggunaan teknologi

serta menjaga keutuhan tumbuh kembang anak secara menyeluruh, baik dari sisi fisik, mental, maupun sosial emosional.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Soco, Kabupaten Magetan, dengan menasar ibu ibu PKK yang menjadi ujung tombak pengasuhan anak di lingkungan keluarga, khususnya mereka yang memiliki anak dalam rentang usia dini hingga usia sekolah. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada kesadaran bahwa ibu adalah figur pertama dan utama yang berinteraksi dengan anak dalam keseharian, sehingga pembekalan pengetahuan kepada mereka akan memberikan dampak yang luas dan berkelanjutan bagi pola asuh digital di tingkat rumah tangga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan yang dirancang secara partisipatif, menggabungkan penyuluhan dengan media presentasi visual, sesi diskusi yang hangat dan terbuka, serta pembagian leaflet yang dapat dibawa pulang sebagai pengingat dan panduan praktis. Seluruh rangkaian kegiatan disusun dalam tiga tahapan yang saling berkaitan, dimulai dari tahap persiapan di mana tim pelaksana melakukan koordinasi intensif dengan pemerintah desa dan pengurus PKK setempat untuk menyelaraskan tujuan serta memastikan dukungan penuh dari berbagai pihak. Pada tahap ini pula dilakukan identifikasi kebutuhan mitra melalui pendekatan yang mendalam dan penuh empati, sehingga materi yang disusun benar benar sesuai dengan kondisi nyata yang dihadapi oleh para ibu, tidak bersifat menggurui, melainkan hadir sebagai jawaban atas pertanyaan pertanyaan yang selama ini mengganjal di benak mereka. Tahap kedua merupakan inti dari kegiatan, yaitu pelaksanaan edukasi yang diawali dengan pretest menggunakan kuesioner sederhana untuk memetakan sejauh mana pengetahuan awal peserta mengenai penggunaan smartphone pada anak dan konsep digital parenting. Setelah itu, penyampaian materi dilakukan dengan bahasa yang mudah dicerna, diperkaya dengan contoh contoh keseharian yang akrab di telinga para ibu, serta diselingi tayangan visual yang membuat pesan lebih mudah dipahami dan diingat.

Materi yang disampaikan tidak berhenti pada tataran teori, melainkan segera ditindaklanjuti dengan sesi diskusi interaktif yang memberikan ruang bagi setiap peserta untuk bertanya, mengungkapkan kekhawatiran, dan berbagi cerita tentang pengalaman mereka mendampingi anak di dunia digital. Suasana diskusi dibangun sedemikian rupa agar tercipta kedekatan emosional dan rasa aman, sehingga para ibu tidak merasa dinilai atau disalahkan atas kebiasaan yang telah mereka jalani, melainkan diajak bersama sama merenungkan dan menemukan cara yang lebih baik. Setelah seluruh rangkaian edukasi dan diskusi selesai, tahap akhir dilakukan dengan pemberian post test menggunakan kuesioner yang sama seperti pretest, sebagai alat untuk mengukur perubahan dan peningkatan pengetahuan yang telah terjadi. Proses pengukuran ini bukan bertujuan untuk menilai atau membandingkan satu peserta dengan peserta lain, melainkan untuk melihat sejauh mana kegiatan ini mampu membuka wawasan dan menumbuhkan kesadaran baru di kalangan para ibu, sekaligus menjadi bahan refleksi bagi tim pelaksana untuk terus menyempurnakan pendekatan pengabdian di masa mendatang. Dengan alur kegiatan yang sistematis namun tetap humanis ini, diharapkan setiap ibu pulang ke rumah tidak hanya dengan membawa leaflet di tangan, tetapi juga dengan hati yang lebih tenang dan pikiran yang lebih jernih dalam menghadapi tantangan pengasuhan digital di keluarga masing masing.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Soco, Kabupaten Magetan, dengan melibatkan 32 ibu PKK yang memiliki anak dalam rentang usia dini hingga usia sekolah sebagai peserta utama. Jumlah peserta yang tidak terlalu besar ini justru menjadi keuntungan tersendiri karena memungkinkan terjadinya interaksi yang lebih intensif, sehingga setiap ibu dapat menyampaikan pertanyaan dan pengalaman mereka secara lebih leluasa tanpa merasa canggung di tengah keramaian. Kegiatan ini dirancang dengan tujuan yang jelas, yaitu meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai penerapan digital parenting dalam mendampingi anak menggunakan smartphone, dengan harapan agar pendampingan tersebut dapat berlangsung secara aman, sehat, dan selaras dengan tahapan pertumbuhan anak baik secara fisik, mental, maupun sosial emosional. Sebelum pelaksanaan inti, tim pelaksana melakukan koordinasi yang matang bersama pemerintah desa dan pengurus PKK setempat untuk menentukan jadwal yang tepat, lokasi yang nyaman dan mudah dijangkau, serta teknik pelaksanaan yang paling sesuai dengan karakteristik peserta. Pada hari pelaksanaan, kegiatan diawali dengan pretest yang diberikan kepada seluruh peserta untuk mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan awal mereka mengenai digital parenting, sehingga tim pelaksana dapat menyesuaikan kedalaman materi yang akan disampaikan. Setelah itu, kegiatan edukasi berlangsung dengan menggunakan metode penyuluhan yang interaktif, di mana materi disampaikan tidak secara satu arah melainkan dikemas dalam suasana diskusi yang hangat dan akrab. Materi yang diberikan mencakup empat pokok bahasan utama, mulai dari pemahaman konsep digital parenting secara utuh, dampak positif dan negatif penggunaan smartphone pada anak, rekomendasi durasi screen time yang sehat sesuai usia, hingga strategi praktis yang dapat diterapkan orang tua dalam mendampingi aktivitas digital anak sehari-hari. Penyampaian materi diperkuat dengan pembagian leaflet yang berisi ringkasan informasi penting dan tips tips sederhana, sehingga para ibu memiliki pegangan tertulis yang dapat dibaca ulang di rumah. Melalui serangkaian kegiatan yang terstruktur namun tetap humanis ini, diharapkan para ibu tidak hanya mendapatkan tambahan pengetahuan, tetapi juga merasakan bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan pengasuhan digital, karena ada banyak ibu lain yang berbagi pengalaman serupa dan saling menguatkan satu sama lain.

- a. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan pengetahuan tentang digital parenting sebelum dilakukan kegiatan edukasi

Tabel 1. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan pengetahuan tentang digital parenting sebelum dilakukan kegiatan edukasi di Desa Soco, Kabupaten Magetan

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
1	Pengetahuan baik	8	25,0
2	Pengetahuan cukup	15	46,9
3	Pengetahuan kurang	9	28,1
Jumlah		32	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan data primer yang diperoleh melalui pretest sebelum pelaksanaan kegiatan edukasi, tergambar kondisi awal pengetahuan para ibu PKK di Desa Soco, Kabupaten Magetan, mengenai digital parenting. Dari total 32 peserta yang terlibat, sebanyak 8 orang atau 25 persen memiliki pengetahuan dalam kategori baik, yang berarti mereka telah memiliki pemahaman dasar yang cukup tentang pendampingan penggunaan smartphone pada anak. Sebagian

besar peserta, yaitu 15 orang atau 46,9 persen, berada pada kategori pengetahuan cukup, menunjukkan bahwa mereka telah mengenal beberapa aspek digital parenting namun masih memerlukan pendalaman agar pemahaman mereka lebih utuh dan terarah. Sementara itu, terdapat 9 orang atau 28,1 persen peserta yang masih memiliki pengetahuan kurang, yang mencerminkan bahwa mereka belum mendapatkan akses informasi yang memadai mengenai pola asuh digital dan masih merasa kebingungan dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai oleh anak-anak mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, tingkat pengetahuan peserta masih tersebar pada rentang cukup hingga kurang dengan proporsi yang signifikan, sehingga kegiatan edukasi ini hadir sebagai jawaban atas kebutuhan nyata untuk meningkatkan pemahaman para ibu agar mereka lebih siap dan percaya diri dalam mendampingi anak di era digital.

- b. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan pengetahuan tentang digital parenting setelah dilakukan kegiatan edukasi

Tabel 2. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan pengetahuan tentang digital parenting setelah dilakukan kegiatan edukasi di Desa Soco, Kabupaten Magetan

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
1	Pengetahuan baik	27	84,4
2	Pengetahuan cukup	3	9,4
3	Pengetahuan kurang	2	6,3
Jumlah		32	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Setelah seluruh rangkaian kegiatan edukasi digital parenting selesai dilaksanakan, dilakukan kembali pengukuran pengetahuan peserta melalui post test dengan kuesioner yang sama untuk melihat gambaran akhir kondisi pemahaman para ibu PKK di Desa Soco, Kabupaten Magetan. Dari 32 peserta yang mengikuti kegiatan, sebanyak 27 orang atau 84,4 persen berada pada kategori pengetahuan baik, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah mampu menangkap dan memahami materi yang disampaikan dengan baik. Sebanyak 3 orang atau 9,4 persen peserta masih berada pada kategori pengetahuan cukup, artinya mereka telah mengalami peningkatan namun masih memerlukan penguatan lebih lanjut agar pemahaman mereka dapat semakin mantap. Sementara itu, hanya terdapat 2 orang atau 6,3 persen peserta yang masih berada pada kategori pengetahuan kurang, sebuah angka yang jauh lebih kecil dibandingkan sebelum kegiatan dilaksanakan. Kondisi ini secara umum menggambarkan bahwa seluruh peserta telah menunjukkan kemajuan yang berarti, dan sebagian besar dari mereka kini memiliki bekal pengetahuan yang lebih baik untuk menerapkan pola asuh digital di keluarga masing-masing.

4. PEMBAHASAN

- a. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang digital parenting sebelum dilakukan kegiatan edukasi

Berdasarkan data primer yang diperoleh melalui pretest sebelum pelaksanaan kegiatan edukasi, tergambar kondisi awal pengetahuan para ibu PKK di Desa Soco, Kabupaten Magetan, mengenai digital parenting. Dari total 32 peserta yang terlibat, sebanyak 8 orang atau 25 persen memiliki pengetahuan dalam kategori baik, yang berarti mereka telah memiliki pemahaman dasar yang cukup tentang pendampingan penggunaan smartphone pada anak. Sebagian besar peserta, yaitu 15 orang atau 46,9 persen, berada pada kategori pengetahuan

cukup, menunjukkan bahwa mereka telah mengenal beberapa aspek digital parenting namun masih memerlukan pendalaman agar pemahaman mereka lebih utuh dan terarah. Sementara itu, terdapat 9 orang atau 28,1 persen peserta yang masih memiliki pengetahuan kurang, yang mencerminkan bahwa mereka belum mendapatkan akses informasi yang memadai mengenai pola asuh digital dan masih merasa kebingungan dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai oleh anak-anak mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, tingkat pengetahuan peserta masih tersebar pada rentang cukup hingga kurang dengan proporsi yang signifikan, sehingga kegiatan edukasi ini hadir sebagai jawaban atas kebutuhan nyata untuk meningkatkan pemahaman para ibu agar mereka lebih siap dan percaya diri dalam mendampingi anak di era digital.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan dan pemahaman manusia terhadap suatu objek melalui pengalaman, informasi, dan pembelajaran yang diperoleh sepanjang hidup. Dalam konteks pengasuhan, pengetahuan orang tua tentang digital parenting mencakup pemahaman mengenai hakikat teknologi digital, dampak penggunaannya terhadap tumbuh kembang anak, serta strategi pendampingan yang tepat agar pemanfaatan perangkat digital tetap sejalan dengan nilai-nilai edukatif dan perlindungan anak (Darsini et al, 2019). Pengetahuan ini tidak hadir secara instan, melainkan terbentuk melalui akumulasi pengalaman langsung dalam mengasuh anak, paparan terhadap informasi dari berbagai sumber seperti media massa, lingkungan sosial, maupun pendidikan formal, serta kesadaran reflektif untuk terus belajar sepanjang hayat. Semakin luas dan mendalam pengetahuan yang dimiliki orang tua, semakin besar pula kapasitas mereka untuk mengambil keputusan yang bijak dalam mengelola penggunaan smartphone di lingkungan keluarga, karena pengetahuan berfungsi sebagai landasan berpikir yang memungkinkan seseorang untuk membedakan mana yang bermanfaat dan mana yang berisiko bagi anak. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan akan menyulitkan orang tua dalam menyusun aturan yang konsisten, menyeleksi konten yang sesuai usia, serta membangun komunikasi yang terbuka dengan anak mengenai dunia digital yang mereka jelajahi (Lactona & Cahyono, 2024).

Tim pelaksana berasumsi bahwa delapan orang peserta yang telah memiliki pengetahuan baik sebelum kegiatan dilaksanakan adalah ibu-ibu yang secara aktif mencari informasi mengenai pengasuhan anak di era digital, baik melalui media sosial, grup komunitas, maupun pengalaman berbagi dengan sesama orang tua di lingkungan sekitar. Mereka mungkin telah menghadapi berbagai tantangan dalam mendampingi anak menggunakan smartphone dan berusaha menemukan solusi melalui diskusi atau membaca artikel-artikel sederhana yang tersebar di platform digital. Pengetahuan yang mereka miliki saat ini menjadi modal berharga yang memungkinkan mereka untuk lebih cepat menangkap materi yang disampaikan selama kegiatan edukasi, serta berperan sebagai agen penggerak yang dapat menjadi contoh dan sumber inspirasi bagi ibu-ibu lain yang masih berada dalam tahap pencarian pemahaman.

Kelompok terbesar dengan jumlah 15 orang yang memiliki pengetahuan cukup dimaknai oleh tim pelaksana sebagai ibu-ibu yang sebenarnya telah menyadari pentingnya pendampingan dalam penggunaan smartphone pada anak, namun pemahaman mereka masih bersifat dangkal dan terbatas pada hal-hal yang bersifat umum. Mereka mungkin mengetahui bahwa terlalu lama menatap layar itu tidak baik, tetapi belum memahami secara rinci berapa durasi ideal yang dianjurkan, jenis konten apa yang sesungguhnya bermanfaat untuk

perkembangan anak, atau bagaimana cara menetapkan aturan tanpa menimbulkan pertengkaran dengan anak. Kelompok ini berada di posisi yang sangat strategis karena mereka memiliki kesadaran awal yang kuat, sehingga yang mereka butuhkan hanyalah pengayaan informasi dan panduan praktis yang dapat mengubah pengetahuan mereka yang bersifat parsial menjadi pemahaman yang utuh dan terstruktur. Tim pelaksana meyakini bahwa dengan tambahan materi yang disampaikan secara jelas dan mudah dicerna, kelompok ini akan mengalami lonjakan pengetahuan yang signifikan dan mampu mengimplementasikan digital parenting dalam kehidupan sehari-hari.

Sembilan orang peserta yang masih berada pada kategori pengetahuan kurang dianggap oleh tim pelaksana sebagai ibu-ibu yang hingga saat ini belum memiliki akses yang memadai terhadap informasi tentang pengasuhan digital, baik karena keterbatasan waktu, kesibukan mengurus rumah tangga, maupun karena belum terbiasa menggunakan teknologi untuk mencari pengetahuan baru. Mereka mungkin masih berpegang pada pola asuh tradisional yang tidak banyak membahas penggunaan perangkat digital, sehingga ketika anak mulai menunjukkan ketertarikan pada smartphone, mereka merasa bingung dan tidak tahu harus bersikap bagaimana. Tim pelaksana memahami bahwa ketidaktahuan ini sama sekali bukan refleksi dari ketidakmampuan atau kelalaian, melainkan cerminan dari kondisi sosial dan budaya di mana arus informasi tentang digital parenting belum menjangkau seluruh lapisan masyarakat secara merata. Oleh karena itu, tim pelaksana mendekati kelompok ini dengan penuh kesabaran dan empati, menggunakan bahasa yang sangat sederhana serta contoh-contoh konkret dari keseharian, agar mereka tidak merasa tertekan atau malu, tetapi justru termotivasi untuk belajar dan bertanya tentang hal-hal yang selama ini mereka khawatirkan namun tidak tahu cara mengatasinya. Dengan pendekatan yang humanis dan tidak menggurui, tim pelaksana berharap kelompok ini dapat merasakan bahwa pengetahuan tentang digital parenting bukanlah sesuatu yang rumit dan menakutkan, melainkan sebuah perjalanan belajar yang dapat ditempuh secara bertahap bersama dengan dukungan sesama ibu di komunitas mereka.

b. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang digital parenting setelah dilakukan kegiatan edukasi

Setelah seluruh rangkaian kegiatan edukasi digital parenting selesai dilaksanakan, dilakukan kembali pengukuran pengetahuan peserta melalui post test dengan kuesioner yang sama untuk melihat gambaran akhir kondisi pemahaman para ibu PKK di Desa Soco, Kabupaten Magetan. Dari 32 peserta yang mengikuti kegiatan, sebanyak 27 orang atau 84,4 persen berada pada kategori pengetahuan baik, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah mampu menangkap dan memahami materi yang disampaikan dengan baik. Sebanyak 3 orang atau 9,4 persen peserta masih berada pada kategori pengetahuan cukup, artinya mereka telah mengalami peningkatan namun masih memerlukan penguatan lebih lanjut agar pemahaman mereka dapat semakin mantap. Sementara itu, hanya terdapat 2 orang atau 6,3 persen peserta yang masih berada pada kategori pengetahuan kurang, sebuah angka yang jauh lebih kecil dibandingkan sebelum kegiatan dilaksanakan. Kondisi ini secara umum menggambarkan bahwa seluruh peserta telah menunjukkan kemajuan yang berarti, dan sebagian besar dari mereka kini memiliki bekal pengetahuan yang lebih baik untuk menerapkan pola asuh digital di keluarga masing-masing.

Peningkatan pengetahuan merupakan proses dinamis yang terjadi ketika individu menerima, memproses, dan menginternalisasi informasi baru sehingga terjadi perubahan pada struktur kognitifnya yang pada akhirnya memengaruhi cara berpikir dan bertindak. Proses ini sangat dipengaruhi oleh kualitas penyampaian informasi, keterlibatan aktif peserta dalam pembelajaran, serta relevansi materi dengan kebutuhan dan pengalaman hidup sehari-hari mereka. Dalam konteks pendidikan kesehatan atau health education, perubahan pengetahuan tidak dapat dicapai hanya melalui pemberian informasi secara satu arah, melainkan membutuhkan pendekatan yang partisipatif di mana peserta diberi ruang untuk bertanya, berdiskusi, merefleksikan pengalaman pribadi, serta menghubungkan materi baru dengan pengetahuan yang telah mereka miliki sebelumnya (Afrianti et al, 2025). Health education yang efektif juga mengakui bahwa setiap individu memiliki gaya belajar yang berbeda, sehingga kombinasi antara penyampaian visual, diskusi kelompok, serta media cetak seperti leaflet mampu menjangkau preferensi belajar yang beragam dan memperkuat daya ingat terhadap informasi yang diberikan (Maulidian et al, 2025). Lebih jauh lagi, peningkatan pengetahuan dalam pendidikan kesehatan tidak semata bertujuan untuk menambah hafalan teori, melainkan untuk membangun keyakinan diri dan kesiapan mental dalam mengaplikasikan pengetahuan tersebut ke dalam tindakan nyata, yang dalam hal ini adalah penerapan pola asuh digital di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, kegiatan edukasi yang dirancang secara sistematis dengan memperhatikan karakteristik peserta dan menggunakan berbagai metode pembelajaran akan lebih efektif dalam mendorong peningkatan pengetahuan yang bermakna dan berkelanjutan (Lestari & Rahmadani, 2024).

Tim pelaksana meyakini bahwa peningkatan jumlah peserta pada kategori pengetahuan baik, yang semula hanya 8 orang menjadi 27 orang, menunjukkan bahwa metode penyuluhan dan diskusi interaktif yang diterapkan selama kegiatan mampu menjembatani kesenjangan pemahaman yang sebelumnya dialami oleh sebagian besar peserta. Bagi para ibu yang sebelumnya telah memiliki pengetahuan baik, kegiatan ini memperkaya wawasan mereka dengan informasi yang lebih terstruktur dan berbasis bukti, sehingga apa yang selama ini mereka praktikkan secara intuitif kini mendapatkan landasan ilmiah yang memperkuat keyakinan dan konsistensi mereka dalam menerapkan aturan penggunaan smartphone. Mereka juga memperoleh manfaat dari sesi diskusi karena mendapatkan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan mendengar strategi dari ibu lain, sehingga pengetahuan yang semula bersifat individual dapat berkembang menjadi pemahaman kolektif yang lebih kaya dan aplikatif.

Kelompok peserta yang semula berada pada kategori pengetahuan cukup, yang berjumlah 15 orang dan kemudian menyusut menjadi 3 orang setelah kegiatan, menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka telah berhasil melompat ke tingkat pengetahuan yang lebih baik berkat pendekatan edukasi yang menggunakan bahasa sederhana dan contoh-contoh konkret dari keseharian. Tim pelaksana berasumsi bahwa bagi para ibu ini, penyampaian materi melalui media presentasi visual dan leaflet membantu mereka memahami konsep-konsep abstrak seperti durasi layar dan strategi pendampingan dengan cara yang lebih mudah dicerna. Mereka kini tidak hanya mengetahui bahwa smartphone perlu diawasi, tetapi juga memahami alasan ilmiah di balik setiap rekomendasi yang diberikan, sehingga kepatuhan terhadap aturan digital parenting tidak lagi dilandasi oleh rasa takut atau kewajiban semata, melainkan oleh kesadaran akan manfaat jangka panjang bagi tumbuh kembang anak. Tiga

orang yang masih berada pada kategori cukup dipahami sebagai peserta yang mungkin membutuhkan waktu lebih lama untuk mencerna informasi atau yang belum memiliki cukup kesempatan untuk mempraktikkan pengetahuan baru di rumah, dan tim pelaksana meyakini bahwa dengan penguatan berkelanjutan, mereka pun akan mengalami peningkatan lebih lanjut.

Penurunan jumlah peserta pada kategori pengetahuan kurang dari 9 orang menjadi hanya 2 orang merupakan perubahan yang sangat menggembirakan bagi tim pelaksana, karena hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi berhasil menjangkau bahkan peserta yang sebelumnya memiliki keterbatasan akses informasi dan merasa kebingungan menghadapi tantangan digital. Tim pelaksana meyakini bahwa dua orang yang masih tersisa pada kategori ini bukanlah karena mereka tidak mampu belajar, melainkan karena faktor faktor individual seperti keterbatasan waktu untuk mencermati seluruh materi, kecemasan pribadi yang belum sepenuhnya teratasi, atau belum adanya kesempatan untuk mempraktikkan pengetahuan di rumah sehingga pemahaman mereka belum terkonsolidasi dengan baik. Tim pelaksana juga menyadari bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu terjadi secara instan bagi setiap individu, dan perubahan yang terlihat pada dua orang peserta ini tetap merupakan langkah maju karena mereka setidaknya telah terpapar pada informasi baru yang sebelumnya sama sekali tidak mereka ketahui. Dengan semangat humanisme yang tinggi, tim pelaksana meyakini bahwa proses pembelajaran bagi kelompok ini akan terus berlanjut setelah kegiatan berakhir, terutama jika mereka mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial untuk mengimplementasikan pesan pesan yang telah mereka terima, sehingga pada akhirnya seluruh peserta dapat memiliki bekal pengetahuan yang memadai untuk menjadi pendamping digital yang bijak bagi anak anak mereka.

Peningkatan pengetahuan yang dicapai oleh para peserta kegiatan ini bukan sekadar angka statistik yang menggambarkan keberhasilan serangkaian proses belajar mengajar, melainkan sebuah pencapaian bermakna yang mencerminkan tumbuhnya kapasitas orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital. Pengetahuan yang lebih baik tentang digital parenting membawa implikasi langsung terhadap kesiapan orang tua untuk menjalankan peran mereka sebagai pendamping, pelindung, sekaligus guru bagi anak anak dalam menggunakan smartphone. Pengetahuan bukanlah tujuan akhir, melainkan pintu masuk menuju kesadaran yang lebih tinggi tentang pentingnya keterlibatan aktif, karena orang tua yang memahami dampak positif dan negatif teknologi akan lebih termotivasi untuk menyusun strategi pendampingan yang terencana dan tidak sekadar reaktif. Melalui pengetahuan, orang tua memperoleh kejelasan mengenai apa yang seharusnya mereka lakukan, kapan batasan perlu ditegakkan, serta bagaimana cara berkomunikasi dengan anak tanpa menimbulkan ketegangan atau rasa takut. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang terjadi pada sebagian besar peserta menjadi fondasi awal yang kokoh bagi terciptanya pola asuh digital yang lebih sadar, terarah, dan penuh tanggung jawab di lingkungan keluarga masing masing.

Peningkatan pengetahuan yang dialami peserta kegiatan ini sejalan dengan konsep parental mediation yang menekankan bahwa orang tua memiliki peran sentral dalam menjembatani anak dengan dunia digital melalui tiga pendekatan utama yang saling melengkapi. Pendekatan pertama adalah active mediation, di mana orang tua terlibat dalam diskusi dan pemberian arahan kepada anak mengenai konten, makna, serta etika penggunaan media digital, sehingga anak

tidak hanya menjadi konsumen pasif tetapi juga individu kritis yang mampu memilah informasi. Pendekatan kedua adalah restrictive mediation, yang berupa penetapan aturan yang jelas mengenai durasi penggunaan perangkat dan jenis konten yang boleh diakses, guna melindungi anak dari paparan yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Pendekatan ketiga adalah co-use mediation, yaitu menggunakan media digital secara bersama-sama antara orang tua dan anak, sehingga terjadi proses pembelajaran kolaboratif di mana orang tua dapat memberikan contoh nyata tentang perilaku digital yang positif dan bertanggung jawab. Ketiga strategi ini tidak berdiri sendiri, melainkan dapat diterapkan secara kombinasi sesuai dengan usia anak, karakteristik keluarga, serta tantangan spesifik yang dihadapi, dan pengetahuan yang diperoleh para ibu melalui kegiatan ini membekali mereka dengan pemahaman utuh tentang kapan dan bagaimana menerapkan masing-masing pendekatan tersebut dalam keseharian.

Selama sesi diskusi yang berlangsung hangat dan penuh keterbukaan, sebagian besar peserta mengungkapkan dengan jujur bahwa sebelum mengikuti kegiatan edukasi ini, mereka sama sekali belum mengetahui adanya rekomendasi durasi screen time yang disesuaikan dengan usia anak, maupun strategi pendampingan yang tepat ketika anak menggunakan perangkat digital. Banyak di antara mereka yang selama ini memberikan smartphone kepada anak tanpa panduan yang jelas, hanya berdasarkan kebiasaan atau mengikuti apa yang dilakukan oleh tetangga dan saudara, tanpa menyadari bahwa setiap anak memiliki kebutuhan dan batasan yang berbeda sesuai tahapan tumbuh kembangnya. Pengakuan ini menunjukkan bahwa kesenjangan pengetahuan yang terjadi bukanlah karena ketidakpedulian, melainkan karena minimnya akses terhadap informasi yang valid dan mudah dipahami, sehingga mereka merasa seperti berjalan dalam kegelapan ketika menghadapi kecenderungan anak yang semakin sulit dilepaskan dari gawai. Kini setelah mengikuti kegiatan, para ibu mulai menyadari bahwa pendampingan digital bukanlah sekadar melarang atau membiarkan, melainkan sebuah seni untuk menyeimbangkan antara pemanfaatan teknologi dan perlindungan terhadap perkembangan anak secara holistik.

Pengetahuan yang baru diperoleh melalui kegiatan ini menjadi modal penting yang memungkinkan orang tua untuk mengambil keputusan lebih bijak dalam mengelola penggunaan smartphone di lingkungan keluarga, terutama dalam tiga aspek krusial yang saling terkait. Aspek pertama adalah penetapan batasan waktu penggunaan, di mana orang tua kini memiliki landasan ilmiah untuk menentukan durasi layar yang sesuai dengan usia anak, bukan sekadar menerapkan aturan yang bersifat sembarangan atau terlalu longgar. Aspek kedua adalah pemilihan konten yang sesuai dengan tahap perkembangan anak, karena orang tua yang berpengetahuan mampu membedakan mana tayangan atau permainan yang bersifat edukatif dan mana yang hanya menghibur tanpa memberi nilai tambah bagi pertumbuhan kognitif dan sosial emosional anak. Aspek ketiga adalah penyediaan aktivitas alternatif yang mendukung perkembangan fisik, sosial, dan emosional anak, sehingga smartphone tidak lagi menjadi satu-satunya sumber hiburan dan pembelajaran, melainkan salah satu dari sekian banyak pilihan yang tersedia. Dengan modal pengetahuan ini, orang tua tidak lagi bertindak secara impulsif atau berdasarkan tekanan dari anak, melainkan dengan pertimbangan matang yang dilandasi kesadaran akan

tanggung jawab mereka sebagai arsitek utama tumbuh kembang anak di tengah derasnya arus digital.

Keterlibatan orang tua dalam pendampingan penggunaan smartphone pada anak tidak boleh direduksi menjadi sekadar peran sebagai pemberi aturan yang kaku dan otoriter, melainkan harus dipahami sebagai tanggung jawab membimbing yang dilandasi kasih sayang, komunikasi dua arah, dan keteladanan nyata. Orang tua yang hanya berfokus pada pembatasan durasi atau pelarangan konten tertentu tanpa disertai penjelasan yang memadai cenderung menghadapi perlawanan dari anak, karena anak tidak memahami alasan di balik setiap aturan yang diterapkan. Sebaliknya, orang tua yang berperan sebagai pembimbing akan meluangkan waktu untuk duduk bersama anak, bertanya tentang apa yang mereka tonton atau mainkan, mendengarkan cerita mereka tentang dunia digital, serta menjelaskan secara lembut mengapa beberapa hal perlu dibatasi dan mengapa beberapa aktivitas di luar layar justru lebih penting untuk kebahagiaan dan kesehatan mereka. Pendekatan ini tidak hanya membuat anak merasa dihargai dan dipahami, tetapi juga menumbuhkan rasa percaya sehingga anak lebih terbuka untuk berbagi pengalaman digital mereka tanpa rasa takut dimarahi. Dengan cara ini, orang tua tidak hanya melindungi anak dari risiko teknologi, tetapi juga membangun hubungan emosional yang semakin erat, di mana anak merasakan bahwa kehadiran orang tua dalam kehidupan digital mereka adalah sumber keamanan dan kasih sayang, bukan sekadar pengawas yang menakutkan.

Luaran utama dari kegiatan ini berupa peningkatan pengetahuan peserta tentang digital parenting yang terukur secara kuantitatif, serta tersedianya leaflet edukasi yang dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran mandiri di rumah. Diskusi interaktif yang menjadi bagian integral dari kegiatan memberikan nilai tambah yang signifikan, karena melalui forum tersebut setiap peserta dapat menyampaikan permasalahan spesifik yang mereka hadapi dan bersama-sama mencari solusi yang aplikatif, sehingga materi yang disampaikan tidak terkesan teoritis melainkan benar-benar menyentuh realitas kehidupan sehari-hari. Leaflet yang dibagikan juga berfungsi sebagai pengingat visual yang dapat dilihat kembali setiap kali orang tua membutuhkan panduan singkat tentang batasan layar, jenis konten yang sesuai usia, serta tips membangun komunikasi positif seputar penggunaan smartphone. Namun demikian, perlu diakui bahwa kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, karena luaran yang dihasilkan masih berfokus pada aspek kognitif dan belum mengevaluasi sejauh mana perubahan perilaku orang tua terjadi setelah kegiatan berakhir, serta bagaimana dampaknya terhadap pola penggunaan smartphone pada anak dalam jangka panjang. Selain itu, pelaksanaan kegiatan yang hanya berlangsung dalam satu kali pertemuan juga membatasi kemampuan tim pelaksana untuk memantau konsistensi penerapan digital parenting di lingkungan keluarga, sehingga keberlanjutan pengetahuan yang telah diperoleh belum dapat terjamin tanpa adanya program penguatan lanjutan.

Selama pelaksanaan kegiatan, tim pelaksana menghadapi beberapa kendala yang mencerminkan kompleksitas kondisi sosial dan budaya di masyarakat, terutama terkait perbedaan tingkat literasi digital dan pengalaman peserta dalam mendampingi penggunaan smartphone pada anak. Sebagian peserta sudah terbiasa mengakses informasi melalui internet dan memiliki kesadaran awal tentang pentingnya pengawasan, namun sebagian yang lain masih sangat baru dalam memahami istilah-istilah digital parenting dan membutuhkan penjelasan

berulang kali agar benar benar mencerna pesan yang disampaikan. Salah satu tantangan terbesar yang terungkap selama diskusi adalah kebiasaan sebagian peserta yang masih menjadikan smartphone sebagai media utama untuk mengalihkan perhatian atau menenangkan anak ketika mereka sedang sibuk mengerjakan pekerjaan rumah tangga, sebuah praktik yang sudah mengakar dan sulit diubah hanya melalui satu kali pertemuan. Kondisi ini menyebabkan pemahaman peserta tentang penerapan digital parenting menjadi sangat beragam, termasuk dalam hal pengaturan durasi screen time sesuai rekomendasi usia, karena masing masing ibu memiliki pengalaman, tekanan, dan prioritas yang berbeda beda dalam mengelola waktu dan energi keluarga. Tim pelaksana menyadari bahwa perubahan perilaku membutuhkan proses yang panjang dan berkesinambungan, sehingga kendala kendala ini bukanlah kegagalan, melainkan cerminan dari kebutuhan akan pendekatan yang lebih intensif dan berkelanjutan agar setiap ibu, terlepas dari latar belakang dan kemampuannya, dapat secara bertahap meninggalkan kebiasaan lama dan mengadopsi pola asuh digital yang lebih sehat, aman, serta penuh kasih sayang.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi digital parenting yang dilaksanakan di Desa Soco, Kabupaten Magetan, telah menunjukkan hasil yang menggembirakan dalam upaya meningkatkan pengetahuan para ibu PKK mengenai pendampingan penggunaan smartphone pada anak. Keberhasilan ini terlihat dari meningkatnya jumlah peserta yang berada pada kategori pengetahuan baik setelah mengikuti serangkaian kegiatan, yang mencerminkan bahwa metode penyuluhan, diskusi interaktif, serta pembagian leaflet terbukti efektif dalam mentransformasikan pemahaman peserta. Para ibu kini tidak hanya mengenal istilah digital parenting, tetapi juga memahami secara lebih mendalam tentang rekomendasi durasi layar yang sehat, strategi pendampingan yang sesuai tahap perkembangan anak, serta cara memilih konten yang aman dan bermanfaat bagi tumbuh kembang buah hati mereka. Namun demikian, tim pelaksana menyadari bahwa kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, terutama karena pelaksanaannya hanya berlangsung dalam satu kali pertemuan sehingga cakupan waktu untuk memperkuat pemahaman dan membimbing peserta secara individual menjadi sangat terbatas. Evaluasi yang dilakukan pun baru sebatas mengukur perubahan pada aspek pengetahuan melalui pretest dan post test, sementara perubahan perilaku orang tua dalam menerapkan digital parenting di rumah sehari hari belum dapat teramati dan terukur secara memadai. Meskipun begitu, capaian yang telah diraih tetaplah sebuah langkah awal yang bermakna, karena pengetahuan yang bertumbuh adalah benih yang kelak akan berbuah menjadi kesadaran dan tindakan nyata, selama para ibu mendapatkan dukungan berkelanjutan dari lingkungan keluarga dan masyarakat sekitar mereka.

6. SARAN

Keberhasilan kegiatan edukasi digital parenting di Desa Soco, Kabupaten Magetan, hendaknya tidak berhenti pada satu pertemuan, melainkan menjadi titik awal dari komitmen bersama untuk terus menguatkan peran orang tua dalam pengasuhan digital yang penuh kasih dan tanggung jawab. Para ibu yang telah memperoleh pengetahuan baru diharapkan dapat menerapkannya secara konsisten dalam keseharian, dengan terlibat aktif dalam setiap aktivitas digital anak, mengatur durasi penggunaan smartphone sesuai dengan tahapan usia, memilih

konten yang mendukung tumbuh kembang, serta membangun komunikasi yang hangat dan terbuka sehingga anak merasa aman untuk berbagi pengalaman mereka di dunia maya. Di sisi lain, pemerintah Desa Soco dan pengurus PKK diharapkan dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi secara berkala dan berkesinambungan, tidak hanya sebagai wadah pembelajaran tetapi juga sebagai ruang saling berbagi dan menguatkan antar orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan yang terus berkembang seiring perubahan teknologi. Lebih jauh lagi, tenaga kesehatan dan institusi pendidikan memiliki peluang besar untuk mengintegrasikan edukasi digital parenting ke dalam program promosi kesehatan dan kegiatan pemberdayaan masyarakat, mengingat pengasuhan digital yang sehat merupakan bagian tak terpisahkan dari upaya perlindungan anak dan pembangunan keluarga yang berkualitas. Dengan sinergi yang erat antara keluarga, pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan lembaga pendidikan, diharapkan tercipta ekosistem pendukung yang memungkinkan setiap orang tua merasa didampingi dan tidak sendiri dalam menjalankan peran mulia mereka, sehingga anak-anak dapat tumbuh sebagai generasi yang cakap berteknologi tanpa kehilangan nilai-nilai kemanusiaan dan kedekatan emosional dengan keluarga.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afrianti, N., Hayati, F., Sakinah, A. M., & Hanifa, S. (2025). Exploring the Impact of Parental Knowledge and Attitudes on Mediation Practices in Digital Parenting for Early Childhood. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 13(1), 17-29.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; artikel review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13-13.
- Fahmi, M. H., & Nafiah, S. H. S. A. (2025). Pelatihan Smartphone Sehat untuk Orang Tua Di Desa Ngeper. *Karsa Bhakti: Journal of Community Service*, 1(2), 108-122.
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). Konsep Pengetahuan; Revisi Taksonomi Bloom. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 241-257.
- Lestari, C. S., & Rahmadani, N. K. A. (2024). The Parents' Role: How Full-Time Workers' Parents Manage Early Childhood's Screen Time. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 12(3), 525-532.
- Maulida, R., Puspitasari, T., & Haryono, W. (2025). Sosialisasi Penggunaan Google Family Link Sebagai Digital Parenting Control Di PKBM Tinta Ilmu Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Intimas (Jurnal INTIMAS): Inovasi Teknologi Informasi Dan Komputer Untuk Masyarakat*, 5(1), 1-8.
- Maulidian, M. M. M., Sativa, F. E., Winata, E. Y., & Buahana, B. N. (2025). Eksplorasi Praktik Digital Parenting pada Orang Tua Anak Usia Dini di Kabupaten Lombok Timur dalam Era 5.0. *Jurnal Pendidikan AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal)*, 6(2), 209-209.
- Mistiani, W. (2024). Parenting Digital: Cara Cerdas Membimbing Anak Dalam Dunia Teknologi. *Ana'Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 163-179.
- Novarossi, G. D., Damayanti, N., Rabbani, N. J. A., Afpriana, M., Yanti, R. S., Emilia, R., ... & Ahmad, I. (2024). Sosialisasi Digital Parenting: Pendekatan Orang Tua dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Jurnal Abdita Naturafarm*, 1(2), 38-46.
- Nurhayati, A., Suhaemi, K., Ramanda, P., & Khairat, I. (2024). Pendampingan Digital Parenting pada Orangtua Muda. *Harmoni Masyarakat*, 1(2), 110-121.

- Nurza, R. P., Tessa, T., Dzhabi, M., Nazli, R., & Khomarudin, A. N. (2025). Penyuluhan Edukasi Pengaturan Screen Time Dan Filter Konten Digital Pada Keluarga Di Posyandu Bundo Kandung. *BHAKTI NAGORI (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)*, 5(2), 478-487.
- Purnamasari, R. R., & Dinni, S. M. (2025). Psychoeducation: Prevention Of Gadget Addiction Through Proper Parenting In The Digital Era For Society. *Community Empowerment*, 10(1), 109-118.
- Puspita, Y., Joni, J., Suniarti, N., & Flora, D. E. (2025). Penguatan Pemahaman Ibu tentang Pola Asuh Digital Sehat dalam Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Dinamika: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 36-44.
- Ulfiyana, M., & Purnamasari, A. (2024). Psikoedukasi: Upaya Mengoptimalkan Screen Time Gadget Pada Anak Melalui Pola Asuh Positif. *Abdimas Universal*, 6(2), 346-351.