

Pendampingan *Digital Parenting* pada Orangtua Muda

Ati Nurhayati¹, Kholid Suhaemi², Peni Ramanda*, Imalatul Khairat⁴

UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten

peni.ramanda@uinbanten.ac.id

Article History:

Received: 2024-02-02

Revised: 2024-03-27

Accepted: 2024-03-28

Keywords:

Pendampingan, *Digital Parenting*, Orangtua Muda

Abstract: *This activity aims to determine the process and results of the implementation of digital parenting for young parents in Kp Pelopor SMU, Kel. Karundang, Kec. Cipocok Jaya, Kota Serang Banten. The research used a qualitative approach with PAR (Participatory Action Research) method where data was collected using observation, interviews and documentation. The results of the study revealed: (1) The process of Digital parenting assistance to young parents uses the KUPAR stage. At the K (Know) stage, researchers conducted observations and interviews with young mothers to find out parenting in the digital era; Stage U (Understand) provides an understanding of digital parenting through information services; Stage P (Plan) researchers make SADIPA (Ten Rules of Digital parenting); Stage A (Action) parents begin to apply digital parenting and researchers begin to provide assistance; Stage R (Reflection) researchers conduct evaluations every three days for one month. (2) The results of the implementation of digital parenting assistance for young parents are seen through BMB3 (Thinking, Feeling, Behaving, Acting, and Responsible).*

Abstrak: *Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui proses dan hasil dari pelaksanaan digital parenting pada orang tua muda di Kp Pelopor SMU, Kel. Karundang, Kec. Cipocok Jaya, Kota Serang Banten. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode PAR (Participatory Action Research) dimana data dikumpulkan dengan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian mengungkapkan: (1) Proses Pendampingan Digital parenting pada orang tua muda menggunakan tahapan KUPAR. Pada tahapan K (Know), peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada Ibu-ibu muda untuk mengetahui pola asuh di era digital; Tahap U (Understand) memberikan pemahaman tentang digital parenting melalui layanan informasi; Tahap P (Plan) peneliti membuat SADIPA (Sepuluh Aturan Digital parenting); Tahap A (Action) orang tua mulai menerapkan digital parenting dan peneliti mulai melakukan pendampingan; Tahap R (Reflection) peneliti melakukan evaluasi setiap tiga hari sekali selama satu bulan. (2) Hasil Pelaksanaan Pendampingan Digital parenting pada orangtua muda dilihat melalui BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, dan Bertanggung jawab).*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi dan informasi saat ini hampir sulit dibendung karena perkembangannya yang sangat pesat. Bahkan teknologi dan informasi mampu memasuki serta mempengaruhi seluruh dimensi kehidupan manusia, termasuk dalam dunia pendidikan dan membentuk karakter. Indonesia masuk ke dalam negara yang jumlah pengguna internetnya terbesar di dunia. Hal ini dibuktikan dengan bertambahnya persentase pengguna internet di Indonesia. Menurut survey APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) yang ditulis oleh Putri Riyanto Galuh (2022) dalam Kompas.com, menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia pada Tahun 2021 hingga 2022 mencapai 77,02 persen dari total penduduk 272,68 juta jiwa. Dalam hal ini APJII juga melakukan survey pengguna internet berdasarkan kelompok usia. Dimulai dari kelompok usia 13-16 tahun, kurang lebih sebanyak 99,16 persen menggunakan jaringan internet. Kelompok usia 19-34 tahun, tercatat sebanyak 98,64 persen. Kelompok usia 35-54 tahun angkanya cenderung menurun yaitu sekitar 87,3 persen. Kelompok usia 55 tahun keatas dengan angka 51,73 persen. Terdapat fakta mengejutkan dari survey yang dilakukan oleh APJII, yaitu mereka mengungkapkan bahwa pengguna internet kelompok usia 5- 12 tahun mencapai angka 62,43 persen. Hal ini menjadi sorotan karena persentase angka yang cukup tinggi jika dibandingkan dengan pengguna internet dengan kelompok usia 55 tahun keatas.

Dari data tersebut dapat diperoleh informasi bahwasannya pengguna internet tidak memandang usia, Hal ini tentu menjadi perhatian, khususnya bagi para orang tua. Sehingga dalam hal ini pengawasan terhadap anak sangat penting, dikarenakan banyak informasi yang anak peroleh dari penggunaan perangkat digital. Oleh karena itu, Peneliti melakukan studi awal dan ditemukan beberapa fenomena diantaranya adalah anak dan orang tua merupakan pengguna aktif perangkat digital seperti gadget, televisi, dan komputer; mayoritas anak menggunakan gadget lebih dari 3 jam perhari dikarenakan tidak adanya batasan waktu dalam menggunakan perangkat digital sedangkan idealnya terdapat durasi penggunaan perangkat digital yang disesuaikan dengan usia anak (Pardede & Watini, 2021; Zudeta et al., 2023). Tidak jarang orang tua juga memberikan perangkat digital yang canggih kepada anaknya dengan cuma-cuma. Selain itu, memberikan perangkat digital seperti gadget dan sebagainya kepada anak sering kali menjadi solusi yang diambil oleh orang tua ketika anaknya menangis. Hal ini dilakukan tanpa adanya pengawasan yang diberikan, sehingga orang tua tidak mengetahui apa yang dilakukan anak dengan perangkat digitalnya.

Di era modern seperti sekarang ini banyak sekali tatanan kehidupan yang berubah, hal ini dipengaruhi oleh perkembangan teknologi yang semakin canggih. Maka dari itu pola pengasuhan yang diberikan orang tua juga perlu disesuaikan dengan zamannya. Salah satu pola pengasuhan yang tepat diterapkan dimasa sekarang yaitu digital parenting. Secara etimologis kata digital parenting berasal dari dua kata yaitu “digital” dan “parenting”. Kata digital berasal dari bahasa Yunani yaitu “digitus” yang

berarti jari jemari yang memiliki jumlah 10. Dan menurut KBBI, kata digital didefinisikan sebagai berhubungan dengan angka-angka untuk sistem perhitungan tertentu dan berhubungan dengan penomoran. Sedangkan kata parenting berasal dari kata benda (noun), parent dalam bahasa Inggris yang berarti orang tua. Kata tersebut diberikan akhiran -Ing sehingga berubah menjadi kata kerja yang berarti sedang melakukan pekerjaan mengasuh anak sebagai orang tua (DP3APPKB, 2022). Jadi, digital parenting secara akar kata dipahami sebagai mengasuh anak dalam penggunaan teknologi digital.

Digital parenting adalah pola pengasuhan yang diberikan orang tua disesuaikan dengan kebiasaan anak menggunakan gadget atau perangkat digital (Adelia, 2022; Ulfah, 2020). Sehingga, garis besar dalam digital parenting adalah memberikan batasan yang jelas kepada anak tentang hal-hal yang boleh maupun yang tidak boleh dilakukan saat menggunakan gadget atau perangkat digital. Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, dapat dipahami bahwa orang tua tidak melakukan pengawasan dengan maksimal sehingga orang tua tidak mengetahui apa yang dilakukan anaknya dengan perangkat digital yang diberikan. Selain itu, terdapat orang tua yang kurang pandai menggunakan perangkat digital sehingga anak tidak terpantau dengan baik. Contohnya seperti orang tua yang tidak memahami gadget sehingga orang tua tidak dapat mengecek atau melihat apa saja riwayat tontonan anak dalam menggunakan gadget. Maka dari itu orang tua dirasa perlu memahami mengenai pola asuh yang tepat untuk diterapkan di era digital yaitu dengan menerapkan digital parenting. Maka, salah satu cara untuk memberikan pemahaman kepada orang tua yaitu melalui penyuluhan dan layanan informasi terkait dengan digital parenting.

Layanan informasi merupakan suatu kegiatan pemberian informasi yang bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi (Ashari et al., 2021). Selain itu, layanan informasi juga memungkinkan individu menentukan arah hidupnya. Tujuan lain dari layanan informasi adalah memberitahu bahwa setiap individu itu unik. Keunikan itu akan mengantarkan individu kepada pengambilan keputusan yang berbeda-beda dan bertindak sesuai dengan kepribadian masing-masing individu. Hal ini menjelaskan bahwa layanan informasi merupakan penerapan dari fungsi pemahaman dalam bimbingan dan konseling (Prayitno & Amti, 2004). Dengan kata lain, dapat dipahami bahwa layanan informasi adalah suatu bentuk kegiatan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan baru terhadap individu atau kelompok. Layanan informasi dalam penelitian ini berfokus kepada pemberian pengetahuan baru guna mencapai pemahaman tentang digital parenting. Kemudian, Salah satu upaya dalam rangka mengoptimalkan pemahaman orang tua mengenai digital parenting, peneliti ikut berpartisipasi langsung dalam hal memberikan pendampingan kepada orang tua untuk menerapkan digital parenting.

Metode

Kajian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan PAR (Participatory Action Research). Metode ini digunakan dengan tujuan untuk menjelaskan fenomena yang terjadi pada pola pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anaknya di era digital dengan memberikan partisipasi langsung dari peneliti untuk mencapai sebuah perubahan sosial. Subjek penelitian ini diambil berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti diantaranya yaitu: (1) Peneliti berfokus kepada orang tua perempuan yaitu ibu-ibu, karena di tempat penelitian orang tua laki-laki sibuk bekerja, (2) Ibu-ibu muda yang memiliki rentang usia 24-35 Tahun, hal ini dikarenakan ibu-ibu muda masih memiliki daya serap yang baik terhadap informasi dan wawasan baru yang diberikan oleh orang lain dan juga lebih dekat dengan teknologi, (3) Ibu-ibu muda yang memiliki anak satu, karena pola asuhnya baru terbentuk.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu observasi, wawancara, dokumentasi serta mengikuti cara kerja dari pendekatan PAR (Participatory Action Research) yaitu yang dikenal dengan istilah KUPAR (Know, Understand, Plan, Action, Reflection).

Hasil

Deskripsi hasil temuan pada penelitian ini ditulis berdasarkan alur dari cara kerja PAR (Participatory Action Research), hal ini bertujuan untuk memberikan gambaran terhadap proses serta hasil dari penelitian secara sistematis. Berikut ini hasil temuan dari penelitian yang dilakukan.

a. Proses Pelaksanaan Pendampingan *Digital parenting* Kepada Orang Tua Muda

1) *Know* (Mengetahui)

Langkah pertama penelitian, peneliti mulai melakukan observasi partisipasi (*participant observation*) dengan cara terlibat langsung dalam kehidupan kelompok sosial dengan berbaur serta menyatu di lingkungan masyarakat. Hal ini dilakukan untuk mengetahui lebih dalam dari suatu kondisi, kebiasaan, dan budaya dari masyarakat tersebut. Selain daripada itu, peneliti juga mengumpulkan fakta sosial serta menganalisis masalah sosial yang terjadi, dalam hal ini yang menjadi fokus peneliti yaitu mengenai bagaimana cara orang tua mengasuh anaknya di era digital sekarang ini.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan, peneliti memperoleh data bahwa anak dan orang tua merupakan pengguna aktif perangkat digital seperti *gadget*, televisi, dan komputer. Kemudian, orang tua sudah memperkenalkan perangkat digital kepada anaknya sejak anak masih usia dini, hal tersebut dilakukan atas dasar agar anak tidak mengganggu aktivitas orang tua. Namun, pendampingan, pengawasan serta batasan waktu dalam menggunakan perangkat digital tidak begitu

diperhatikan, sehingga seringkali orang tua tidak mengetahui apa yang dilakukan anak dengan perangkat digitalnya. Dan orang tua mengalami hambatan dalam mengasuh anak di era digital, seperti anak sulit dinasehati, dimintai tolong, diajak belajar, mengaji dan bahkan anak sering kali memberontak apabila tidak diberikan perangkat digital seperti *gadget*.

2) *Understand* (Memahami)

Selanjutnya yaitu tahap *understand* (memahami), pada tahap ini dimulai dari menganalisis wawancara pada tahap *Know* (mengetahui) sebelumnya, peneliti mencoba memahami masalah yang terjadi pada ibu-ibu muda. Selain itu, peneliti juga mencoba melihat apa kebutuhan yang dibutuhkan para ibu-ibu muda. Maka, peneliti menganalisis kebutuhan yang diperlukan para orang tua dalam hal ini ibu-ibu muda yaitu para ibu-ibu muda perlu diberikan pemahaman mengenai pola asuh yang tepat di era digital yaitu dengan menerapkan *digital parenting*. Untuk memenuhi kebutuhan para orang tua, peneliti melakukan tindakan berupa memberikan layanan informasi mengenai *digital parenting*. Menurut (Prayitno & Amti, 2004), layanan informasi merupakan penerapan dari fungsi pemahaman dalam bimbingan dan konseling. Selain itu, para orang tua juga diberikan pendampingan dalam menerapkan *digital parenting* guna mengoptimalkan pemahaman yang diberikan.

3) *Planning* (Perencanaan)

Pada tahapan *planning* ini peneliti kembali mengajak Ibu-ibu muda untuk membahas mengenai peraturan-peraturan yang akan dijalankan selama penerapan *digital parenting*. Pada tahapan ini, pembahasan lebih terfokus karena peneliti mengajak Ibu-ibu muda untuk berdiskusi mengenai peraturan apa saja yang akan digunakan dan lebih sesuai dengan karakter anak dan usia anak. Setelah dilakukannya diskusi, didapatkan hasil aturan-aturan yang akan dijalankan oleh para orang tua dalam menerapkan *digital parenting*. Peraturan yang telah disepakati oleh peneliti dan orang tua ini disebut dengan istilah SADIPA (Sepuluh Aturan *Digital parenting*). Setiap orang tua berfokus dengan sepuluh aturan yang sama, namun untuk penerapannya disesuaikan dengan kondisi dari masing-masing anak dan keluarga.

Berikut adalah SADIPA (Sepuluh Aturan *Digital parenting*) yang akan diterapkan, yaitu:

- a) Menerapkan *Screen time*
- b) Mendampingi anak ketika menggunakan perangkat digital
- c) Mengawasi aktivitas anak dalam mengakses perangkat digital
- d) Mengajak anak berdiskusi tentang aktivitas digitalnya
- e) Terapkan wilayah tanpa perangkat digital (waktu makan, sebelum tidur, dll)
- f) Menerapkan pedoman internet (mensetting youtube, play store, google dan menggunakan aplikasi google family link, untuk anak yang memiliki gadget sendiri)

- g) Anak tidak membawa gadget saat bermain dilingkungan luar rumah
- h) Memanfaatkan perangkat digital sebagai media belajar
- i) Orang tua tidak bermain gadget di depan anak
- j) Seluruh anggota keluarga ikut menerapkan *digital parenting*

4) *Action* (Aksi)

Selanjutnya adalah tahap *Action* (aksi), pada tahap aksi yang dimaksud dalam penelitian ini ialah proses diterapkannya aturan- aturan yang telah dibuat pada tahap sebelumnya yaitu *planning*. *SADIPA* (Sepuluh Aturan *Digital parenting*) yang telah disepakati akan dilaksanakan selama satu bulan dan dalam pelaksanaan satu bulan tersebut diberikan pendampingan oleh peneliti dalam menerapkan *digital parenting*. Pendampingan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu memberikan arahan dari setiap aturan yang akan dilaksanakan, melihat aksi-aksi yang dilakukan untuk menjalankan setiap aturan, serta memperhatikan proses dari perubahan yang terjadi selama satu bulan pelaksanaan *digital parenting*.

Dalam memulai aksi menerapkan *digital parenting*, masing-masing Ibu-ibu muda memulainya *dengan* mengkomunikasikan rencana penerapan *digital parenting* ini dengan masing-masing suaminya, karena salah satu yang mendukung *digital parenting* dapat diterapkan dengan optimal yaitu adanya kerjasama antara seluruh anggota keluarga dalam menerapkan *digital parenting*.

5) *Reflection* (Refleksi)

Pada tahap refleksi ini lebih difokuskan untuk melakukan evaluasi dan memonitoring proses perubahan yang telah dilakukan sehingga proses perubahan menjadi terukur dan terarah. Dalam pelaksanaan evaluasi ini dilaksanakan selama 3 hari sekali dalam satu bulan, dan yang menjadi bahan evaluasi yaitu melihat dari hasil ceklis kendali yang sebelumnya sudah diberikan, ceklis kendali diisi setiap tiga hari sekali untuk memberikan catatan apakah aturan tersebut dijalankan dengan optimal atau tidak. Pada setiap evaluasi yang dilakukan yaitu menanyakan aturan apa saja yang berjalan, aturan apa saja yang tidak berjalan serta penyebab dan kendala, dan yang terakhir mencari solusi dari kendala yang muncul.

Selama proses aksi menerapkan *digital parenting*, adanya tahap refleksi yaitu mengevaluasi aksi-aksi yang dilakukan. Selama proses tersebut diperoleh hasil bahwa masing-masing orang tua mengalami hambatan dalam menerapkan *digital parenting*, hal ini disebabkan karena satu penyebab yang dapat memicu hambatan-hambatan yang lainnya yaitu orang tua dan anak masih sulit beradaptasi dengan aturan yang diberlakukan. Akan tetapi, meski mengalami naik turun dalam mematuhi aturan *digital parenting*, para orang tua dapat mengatasi hambatan- hambatan yang muncul sehingga adanya perbaikan dalam menerapkan *digital parenting*.

b. Hasil Pelaksanaan Pendampingan *Digital Parenting* Kepada Orang Tua Muda

Berdasarkan proses pemberian layanan informasi serta pendampingan *digital parenting* yang telah dilakukan dengan menggunakan tahapan KUPAR (*Know, Understand, Plan, Action, Reflection*). Kemudian, hasil yang diperoleh dilihat dengan menggunakan dinamika BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, dan Bertanggung jawab). Menurut Susanti, BMB3 merupakan strategi yang digunakan dalam proses layanan konseling, bertujuan agar layanan konseling yang diberikan akan mudah meresap dan mendalam, bukan hanya menyentuh pikiran (kognitif) atau memberikan pengetahuan kepada penerima layanan tetapi akan membentuk sikap (afektif) serta membangun kompetensi atau tindakan (psikomotor) dan juga meningkatkan nilai rasa serta tanggung jawab (Lase, 2022).

Berikut analisis atas pelaksanaan layanan informasi dan pendampingan *digital parenting* kepada orang tua ditinjau dari beberapa aspek, yaitu: *Aspek berpikir*, mengungkapkan bahwa orang tua telah memahami bahwa pendampingan, pengawasan dan penerapan *screen time* dalam penggunaan perangkat digital itu penting. *Aspek Merasa*, orang tua merasa penerapan *digital parenting* itu penting diterapkan di era sekarang. *Aspek bersikap*, penerapan *digital parenting* mampu merubah kebiasaan dan sikap orang tua serta anak sehingga dirasa cocok untuk diterapkan. *Aspek bertindak*, orang tua sepakat untuk melanjutkan penerapan *digital parenting*. *Aspek bertanggungjawab*, orang tua bertanggung jawab penuh untuk mengasuh anak dengan baik dan memberikan contoh yang baik kepada anak serta memberikan pendampingan dan pengawasan kepada anak.

Pembahasan

Berdasarkan analisis kajian dari fenomena- fenomena yang muncul terkait gaya pengasuhan orang tua terhadap anak di era digital ini, diketahui bahwa para orang tua belum memahami dan mengenal tentang *digital parenting*, sehingga masih banyak orang tua yang memberikan pola asuh yang kurang tepat diterapkan di era serba digital seperti sekarang ini. Akibatnya, hal tersebut berpotensi memberikan dampak negatif untuk anak dan orang tua. Maka, untuk mengatasi masalah tersebut orang tua perlu diberikan pemahaman tentang *digital parenting*. Pemahaman yang diberikan melalui layanan Informasi serta dioptimalkan dengan diberikannya pendampingan dalam menerapkan *digital parenting*.

Dalam menerapkan *digital parenting*, orang tua perlu memiliki bekal terlebih dahulu yaitu dengan cara memahami konsep dari *digital parenting* itu sendiri. *Digital parenting* sejatinya adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan pola pengasuhan yang harus dilakukan oleh orang tua sesuai dengan perkembangan zaman yang kian canggih. Semua orang tua memiliki gaya pengasuhannya masing-masing sesuai kepekaan, bakat, dan minat anak. Sama halnya, anak memerlukan pola asuh yang sesuai

dengan kebiasaannya menggunakan perangkat digital inilah yang dimaksud *digital parenting* (Yee-Jin, 2015). Menurut (Ulfah, 2020), *digital parenting* adalah pola pengasuhan yang diberikan orang tua disesuaikan dengan kebiasaan anak menggunakan *gadget* atau perangkat digital. Garis besar dalam *digital parenting* adalah memberikan batasan yang jelas kepada anak tentang hal-hal yang boleh maupun yang tidak boleh dilakukan saat menggunakan *gadget* atau perangkat digital.

Beberapa prinsip dalam penerapan *digital parenting* yaitu (Yee-Jin, 2015; Zudeta et al., 2023): (1) Yang terpenting bukan “apa” jenisnya tetapi “kapan” diperlukannya; (2) Kualitas lebih penting dibandingkan kuantitas; (3) Tentukan sanksi ketika anak melanggar janjinya; (4) Jelaskan alasan diterapkannya peraturan; (5) Berbagilah pengalaman tentang perangkat *digital* dengan anak; (6) Libatkan seluruh anggota keluarga; dan (7) Mintalah bantuan psikiater apabila orang tua tidak bisa mengatasinya. Disamping itu, Maisari (dalam Maulidya Ulfah, 2020), menyatakan bahwa ada beberapa hal yang perlu dilakukan orang tua kepada anak dalam penerapan *digital parenting*, yaitu: (1) Mendampingi anak mengakses *gadget*; (2) Mengarahkan penggunaan perangkat dan media digital dengan jelas; (3) Memahami Informasi yang disediakan media digital; (4) Menyeimbangkan waktu penggunaan perangkat digital dengan interaksi dunia nyata; (5) Pinjamkan anak perangkat digital sesuai keperluan; (6) Pilih program/aplikasi positif; (7) Mendampingi serta meningkatkan interaksi; (8) Gunakan perangkat digital secara bijak; (9) Telusuri aktivitas anak di dunia nyata.

Oleh karena itu, penerapan SADIPA (Sepuluh Aturan *Digital parenting*) yang telah diterapkan peneliti dapat menjadi salah satu alternatif pilihan dalam memberikan *digital parenting* pada anak, dengan menerapkan pola sebagai berikut: (1) Menerapkan *Screen time*; (2) Mendampingi anak ketika menggunakan perangkat digital; (3) Mengawasi aktivitas anak dalam mengakses perangkat digital; (4) Mengajak anak berdiskusi tentang aktivitas digitalnya; (5) Terapkan wilayah tanpa perangkat digital (waktu makan, sebelum tidur, dll); (6) Menerapkan pedoman internet (mensetting youtube, play store, google dan menggunakan aplikasi google family link, untuk anak yang memiliki gadget sendiri); (7) Anak tidak membawa gadget saat bermain dilingkungan luar rumah; (8) Memanfaatkan perangkat digital sebagai media belajar; (9) Orang tua tidak bermain gadget di depan anak; (10) Seluruh anggota keluarga ikut menerapkan *digital parenting*.

Selain itu, WHO menjelaskan bahwa *screen time* anak dibagi berdasarkan usia, yaitu: (1) Bayi (kurang dari satu tahun), pada usia ini *screen time* sebetulnya tidak disarankan untuk usia ini; (2) Anak usia 1-2 tahun, pada usia ini tidak disarankan menerapkan *screen time* yang membuat anak tidak banyak bergerak seperti menonton TV atau menonton video dan durasi *screen time* yang disarankan pada anak usia 2 tahun tidak lebih dari satu jam/hari, apabila lebih sedikit maka akan lebih baik; (3) Anak usia 4-6 tahun, pada usia ini *screen time* sebaiknya dilakukan tidak lebih dari satu jam/hari. Semakin sedikit, maka akan semakin baik (Hermawan, 2019; Priyoambodo & Suminar, 2021); (4) Anak usia 6-12 tahun, pada usia ini *screen time* dilakukan tidak lebih dari

90 menit/hari dan anak diharuskan untuk konsisten dalam menerapkan pembatasan durasi *screen time* dan jenis media/acara yang ditonton. Selain itu, pastikan penggunaan media atau *screen time* tidak menjadi sebuah kebiasaan sebelum mengerjakan pekerjaan sekolah; (5) Anak usia 12-18 tahun, pada usia ini *screen time* dilakukan tidak lebih dari 2 jam/hari dan pada usia ini anak sudah harus paham mengenai konsep manajemen waktu, sehingga orang tua dapat membantu mereka untuk mengelola *screen time* yang sesuai dengan jadwal anak.

Setelah penerapan *digital parenting* pada orang tua muda di kel SMU Kota Serang disepakati bahwa *digital parenting* adalah pola pengasuhan yang mengedepankan sifat disiplin. Oleh karena itu, orang tua dituntut untuk lebih dulu memiliki sifat disiplin supaya anak juga lebih mudah mengikuti sifat disiplin yang ditunjukkan oleh orang tuanya. Hal ini terjadi karena orang tua berperan sebagai role model untuk anaknya. Apapun yang dilakukan oleh orang tua, maka berpotensi besar anaknya pun akan mengikuti. Selain itu juga, orang tua harus ikut mengawasi apa saja yang dilakukan dalam dunia digitalnya. Kunci sukses orang tua dalam menerapkan *digital parenting* itu ada tiga hal sebagai berikut: (1) Orang tua harus berhenti mendewakan perangkat digital, Orang tua yang ingin menerapkan *digital parenting* kepada anaknya tentu harus memperhatikan hal yang berpotensi menjadi penghambat atau *boomerang* yaitu kebiasaan orang tua itu sendiri yang tak bisa terlepas dari perangkat digital; (2) Orang tua harus mempelajari “musuh”, Orang tua yang menerapkan *digital parenting* harus sering memberikan pengertian kepada anaknya. Hal ini tentu harus dilakukan dengan cara yang komunikatif dan terarah supaya pengertian dan arahan yang diberikan oleh orang tua dapat diterima dengan baik oleh anak; (3) Orang tua harus melakukan *digital clean*, Anak memang cenderung menirukan dan mencontoh apa saja yang dilakukan oleh orang tuanya (Yee-Jin, 2015). Anak dapat dengan mudah merekamnya dalam memori karena ia menganggap orang tua adalah sosok panutan dan contoh dalam hidupnya. Oleh karena itu, orang tua perlu berhati-hati dan lebih bijak dalam melakukan tindakan setiap harinya.

Setelah orang tua memahami konsep dari digital parenting maka, Peneliti menyarankan pada orang tua muda untuk membuat planning (rencana), artinya orang tua mulai menyusun aturan-aturan yang akan diterapkan selama menerapkan digital parenting, aturan yang dibuat disesuaikan dengan kondisi serta keadaan orang tua dan anak. Setelah adanya rencana aturan yang akan diberlakukan, tentunya harus ada action (aksi) yang dilakukan untuk merealisasikan rencana yang sudah dibuat. Dalam aksi menerapkan digital parenting perlu adanya konsistensi dalam penerapannya agar dapat melihat perubahan yang terjadi dan perlu adanya Reflection (refleksi) dengan mengevaluasi penerapan digital parenting guna mencapai hasil yang maksimal.

Dalam penelitian ini, proses refleksi dan evaluasi menggunakan dinamika dari BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, dan Bertanggung Jawab) sehingga ditemukan orang tua yang memahami keadaan anaknya dan memaknai pentingnya

digital parenting yang terlihat dari analisis aspek BMB3 orang tua berikut. Aspek berpikir, dapat disimpulkan bahwa para orang tua telah mendapatkan pengetahuan serta pengalaman baru tentang apa itu digital parenting dan bagaimana penerapannya. Selain itu, orang tua juga memahami bahwa pendampingan, pengawasan dan penerapan screen time dalam penggunaan perangkat digital itu sangatlah penting. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fernando et al., 2022), menjelaskan bahwa perlunya pendampingan dan pengawasan terhadap konten yang dilihat serta membatasi anak usia dini dalam penggunaan gadget oleh orang tua untuk menghindari dampak negatif dari penggunaan gadget. Aspek Merasa, dapat disimpulkan bahwa para orang tua merasa senang dengan adanya penerapan digital parenting ini karena hal ini menjadi hal baru yang diterapkan sehingga mampu mengubah cara orang tua tentang mengasuh anak di era sekarang. Orang tua juga merasa bahwa digital parenting ini sangat penting untuk diterapkan di era yang sekarang. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh (Kurniadi et al., 2020), menjelaskan bahwa mendidik anak di era digital tidak sama dengan mendidik anak di era konvensional. Di era digital, memiliki kecenderungan kecepatan informasi yang tinggi dan tanpa batas. Hal ini tentu mengharuskan orang tua dan guru dapat mengikuti perkembangan zaman dan mengadopsi menjadi pola asuh anak yang mendidik supaya sesuai dengan era digital sekarang. Digital parenting merupakan sebuah gaya pengasuhan yang inovatif dalam mengasuh anak di era digital sekarang (Safitri, 2021). Sehingga, orang tua dapat membimbing anak dalam menggunakan teknologi secara baik dan benar agar dapat digunakan sebagai penunjang serta pendukung masa depan anak.

Aspek bersikap, dapat disimpulkan bahwa orang tua menunjukkan sikap yang positif, mendukung, serta sangat antusias dalam penerapan *digital parenting* ini, hal ini dikarenakan *digital parenting* mampu merubah kebiasaan dan sikap orang tua dan anak sehingga dirasa cocok untuk diterapkan. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Shilikhah & Rahmawati, 2022), menjelaskan bahwa hasil observasi memang menunjukkan adanya perubahan tentang orang tua yang mulai memberikan pembatasan penggunaan *gadget*, tetapi masih ada juga orang tua yang belum memahami pengasuhan digital pada masa pandemi yang kemudian diikuti dengan perasaan senang dan ketertarikan terhadap kegiatan pola asuh *digital parenting*. Pola pengasuhan pembatasan digital juga seharusnya diterapkan sejak awal agar orang tua mengenali anak mereka. *Aspek bertindak*, dapat disimpulkan bahwa tindakan yang akan dilakukan para orang tua dari masing-masing keluarga yaitu sepakat untuk melanjutkan penerapan *digital parenting* meski sudah tidak diberikan pendampingan karena melihat dampak positif dari penerapan *digital parenting* selama satu bulan kebelakang pada masa pendampingan. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sofiana et al., 2021), menjelaskan bahwa salah satu kunci menerapkan *digital parenting* adalah dengan cara menerapkan *digital parenting* secara konsisten melalui interaksi langsung, menjadi contoh yang baik, dan melakukan kebiasaan baru dalam keluarga. *Aspek bertanggungjawab*, dapat disimpulkan bahwa, para orang tua merasa memiliki tanggung

jawab yang penuh untuk mengasuh anak dengan baik, memberikan contoh yang baik kepada anak, serta memberikan pendampingan dan pengawasan kepada anak. Hal ini senada dengan yang tertuang dalam jurnal yang ditulis oleh Nur Ika Fatmawati (2019), menjelaskan bahwa orang tua harus konsisten dalam memberikan contoh- contoh yang positif dalam memanfaatkan media sosial serta menjalankan kesepakatan yang sudah dibicarakan bersama anak.

Kesimpulan

Berdasarkan kajian dapat disimpulkan bahwa: (1) Proses Pelaksanaan Pendampingan Digital parenting Kepada Orang Tua Di Kp. Pelopor SMU, Kel. Karundang, Kec. Cipocok, Kota Serang Banten dilakukan melalui tahapan KUPAR (Know, Understand, Planning, Action, Dan Reflection). Tahapan K (Know/mengetahui), yaitu peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada Ibu-ibu muda untuk mengetahui pola asuh di era digital. Tahap U (Understand/memahami), yaitu peneliti memberikan pemahaman tentang digital parenting melalui layanan informasi. Tahap P (Plan/perencanaan) yaitu peneliti membuat SADIPA (Sepuluh Aturan Digital parenting). Tahap A (Action/aksi) yaitu orang tua mulai menerapkan digital parenting dan peneliti mulai melakukan pendampingan. Tahap R (Reflection/refleksi) yaitu peneliti melakukan evaluasi setiap tiga hari sekali selama satu bulan. (2) Hasil Pelaksanaan Pendampingan Digital parenting Kepada Orang Tua Di Kp. Pelopor SMU, Kel. Karundang, Kec. Cipocok, Kota Serang Banten dilihat melalui proses BMB3 (Berpikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, dan Bertanggung jawab). Aspek berpikir, orang tua telah memahami bahwa pendampingan, pengawasan dan penerapan screen time dalam penggunaan perangkat digital itu penting. Aspek Merasa, orang tua merasa penerapan digital parenting itu penting diterapkan di era sekarang. Aspek bersikap, penerapan digital parenting mampu merubah kebiasaan dan sikap orang tua serta anak sehingga dirasa cocok untuk diterapkan. Aspek bertindak, orang tua sepakat untuk melanjutkan penerapan digital parenting. Aspek bertanggungjawab, orang tua bertanggung jawab penuh untuk mengasuh anak dengan baik dan memberikan contoh yang baik kepada anak serta memberikan pendampingan dan pengawasan kepada anak.

Terima Kasih

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya peneliti dapat menyelesaikan Artikel dengan judul "Pendampingan Digital parenting Kepada Orang Tua Muda Di Kp. Pelopor SMU, Kota Serang Banten". Peneliti menyadari bahwa artikel ini tidak terlepas dari kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian peneliti berharap semoga dengan adanya artikel ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan. Artikel ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Dengan terselesaikannya penyusunan artikel ini, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-

besarnya kepada seluruh pihak yang turut berperan dalam pembuatan artikel ini.

Referensi

- Adelia, D. (2022). *Pengaruh Parenting Education Terhadap Persepsi Orangtua Mengenai Edukasi Seksual Dini Pada Anak Usia Dini Di Desa Kotabaru Selatan Kecamatan Martapura Oku Timur Sumatera Selatan*. Uin Raden Intan Lampung.
- Ashari, H. F., Utami, S., & Widodo, W. (2021). Kontribusi layanan informasi dalam mencegah perilaku bullying pada siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(1), 87–94.
- Fernando, D., Karyaningsih, D., & Safaah, E. (2022). Pelatihan Smart Parenting Pengawasan Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Dharmabakti Nagri*, 1(1), 39–42.
- Hermawan, R. (2019). Penerapan Aplikasi Parental Control Screen Time dalam Penggunaan Smartphone bagi Anak-anak. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 4(1).
- Kurniadi, F., Setiawati, N. A., & Aqil, D. I. (2020). Penyuluhan Digital Parenting Kepada Para Guru Di Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Falah Sawangan Depok. *Jurnal PkM (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(1), 62–67.
- Lase, F. (2022). Kontribusi Layanan Konseling Profesional Menyeluruh Strategi BMB3 dan Pembentukan Perilaku Positif Terstruktur Terhadap Pengentasan Masalah dan Pencegahan Pernikahan Dini. *Educatum: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(1), 181–193.
- Pardede, R., & Watini, S. (2021). Dampak penggunaan gadget pada perkembangan emosional anak usia dini di TK Adifa Karang Mulya Kota Tangerang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4728–4735.
- Prayitno, E. A., & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 3.
- Priyoambodo, G. A. E., & Suminar, D. R. (2021). Hubungan Screen Time dan Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini: A Literature Review. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(5), 375–397.
- Safitri, S. (2021). *Pola Asuh Anak Usia Dini di Era Digital (Studi Kasus di Desa Kalikuning Kecamatan Tulakan Pacitan)*. IAIN Ponorogo.
- Shilikhah, D. T., & Rahmawati, L. (2022). Digital Parenting Untuk Pendampingan Pengasuhan Anak Pada Masa Pandemi Di Desa Bukur Kecamatan Patianrowo Kabupaten Nganjuk. *Dedication: Journal of Community Service*, 1(1), 1–8.
- Sofiana, S., Muhammad, R., & Sartika, E. (2021). Digital Parenting untuk Menumbuhkan Online Reselience pada Remaja. *Syi'ar: Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 4(1), 63–79.
- Ulfah, M. (2020). *Digital Parenting. Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak dari Bahaya Digital*. Tasikmalaya: Adu Publisher.
- Yee-Jin, S. (2015). *Mendidik anak di era digital*. Noura Books.
- Zudeta, E., Novembli, M. S., & Hasanah, N. (2023). *Sumbangan Gadget bagi Keterlambatan Bicara Anak Usia Dini*. 5(2), 55–62. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura>.