Peningkatan Literasi Digital Orang Tua dalam Pengawasan Penggunaan Gadget Anak melalui Pengabdian Masyarakat

Anggi Kusuma[1], Rini Palupi[2*]
[1, 2)] Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Aisyah Pringsewu
e-mail: a.09.kusuma@gmail.com

Abstrak
Perkembangan teknologi digital saat ini membawa dampak besar bagi kehidupan, termasuk dalam pola pengasuhan anak. Salah satu fenomena yang sering dijumpai adalah penggunaan gadget secara berlebihan pada anak-anak. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti keterlambatan bicara, gangguan konsentrasi, menurunnya interaksi sosial, serta risiko kecanduan digital. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kepada orang tua agar mampu mengontrol penggunaan gadget pada anak. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di Yayasan Mitra Mulia Husada dengan judul *"Tips Kontrol Pemberian Gadget pada Anak"*. Metode kegiatan menggunakan ceramah dan diskusi interaktif dengan media PowerPoint dan leaflet berisi ringkasan materi yang mudah dipahami. Materi yang disampaikan meliputi pengertian dan dampak penggunaan gadget pada anak, batasan waktu penggunaan sesuai usia, serta strategi orang tua dalam mengatur pola penggunaan gadget yang sehat. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai pentingnya pengawasan dalam penggunaan gadget pada anak. Orang tua menjadi lebih memahami dampak negatif penggunaan gadget berlebihan dan mampu menerapkan aturan yang tepat di rumah.

Kata kunci: Gadget, Anak, Edukasi Orang Tua, Pencegahan, Pola Asuh

Abstract
The development of digital technology has a significant impact on life, including parenting patterns. One common phenomenon is excessive gadget use among children. Uncontrolled gadget use can lead to various negative impacts, such as speech delays, impaired concentration, decreased social interaction, and the risk of digital addiction. Therefore, promotional and preventive efforts are needed through education for parents to be able to control gadget use in children. This outreach activity was held at the Mitra Mulia Husada Foundation with the title "Tips for Controlling Gadgets for Children." The activity method used interactive lectures and discussions using PowerPoint media and leaflets containing easy-to-understand material summaries. The material presented covered the definition and impact of gadget use on children, time limits for use according to age, and parental strategies for managing healthy gadget use patterns. The results of the activity showed an increase in parental knowledge and awareness regarding the importance of supervising gadget use in children. Parents became more aware of the negative impacts of excessive gadget use and were able to implement appropriate rules at home.

Keywords*: Gadgets, Children, Parental Education, Prevention, Parenting*

PENDAHULUAN

Dalam era digitalisasi, penggunaan gadget telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak (Rimayati et al., 2021). Penggunaan yang berlebihan atau tanpa pengawasan dapat menimbulkan berbagai risiko serius. Dampak secara fisik, psikologis dan sosial. Dampak secara fisik dapat menyebabkan gangguan metabolisme, kelebihan berat badan atau obesitas, hingga risiko penyakit jantung dan diabetes.

Dampak sosial pengugunaan gadget Anak lebih sering menghabiskan waktu sendirian dengan gadgetnya, sehingga interaksi dengan teman sebaya berkurang dan kemampuan bersosialisasi menurun (Kurniawan & Nakhma'ussolikhah, 2025; Kurniawati & Sutharjana, 2023; Sugiarti & Andyanto, 2022). Dampak kognitif penggunaan gadget dapat menurunkan minat anak

dalam membaca dan menulis karena fokus yang terlalu besar pada konten video atau game (Sugiarti & Andyanto, 2022).

Fenomena ini menuntut adanya peningkatan literasi digital pada orang tua agar mampu membimbing dan mengawasi penggunaan gadget anak secara bijak, sehingga potensi positif teknologi dapat dimaksimalkan sementara risiko negatif dapat diminimalisir (Hanipudin et al., 2023; Hertinjung et al., 2021). Melakukan pengawasan aktif dengan Memantau konten yang diakses dan membimbing penggunaan gadget agar tetap edukatif (Jalilah, 2021; Kurniawati & Sutharjana, 2023). Mengatur jadwal penggunaan untuk mencegah ketergantungan dan memastikan anak tetap memiliki waktu untuk bermain secara fisik dengan teman sebaya (Shafa et al., 2025; Sugiarti & Andyanto, 2022). Pengendalian penggunaan gawai ini krusial mengingat implikasi negatifnya, termasuk gangguan perkembangan anak, risiko kejahatan siber, serta perubahan perilaku (Asmawati, 2021). Oleh karena itu, pendampingan orang tua menjadi sangat penting untuk memastikan anak-anak dapat memanfaatkan gadget secara positif untuk pembelajaran sekaligus mengurangi dampak negatif seperti kecanduan dan penurunan interaksi sosial (Munarun et al., 2025). Strategi pendampingan orang tua dalam era digital ini meliputi edukasi dan sosialisasi mengenai penggunaan gadget yang bijak, pengenalan aplikasi dan fitur ramah anak, serta penerapan pola asuh digital yang adaptif (Handayani et al., 2024).

Berdasarkan fenomena tersebut, perlu dilakukan kegiatan penyuluhan dan edukasi kepada orang tua sebagai langkah promotif dan preventif terhadap dampak negatif penggunaan gadget. Kegiatan ini bertujuan agar orang tua memahami batasan waktu penggunaan gadget sesuai usia anak, mengenal tanda-tanda kecanduan gadget, serta mampu menerapkan strategi pengawasan yang efektif. Melalui penyuluhan dengan metode ceramah, diskusi, dan media visual seperti PowerPoint serta leaflet, diharapkan orang tua dapat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya kontrol pemberian gadget pada anak sebagai bentuk tanggung jawab dalam pengasuhan di era digital.

METODE

Metode yang digunakan adalah dengan pendidikan berupa penyuluhan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran tentang pencegahan dan penanganan bullying di lingkungan perguruan tinggi. Kemudian dilakukan tanya jawab dan studi kasus singkat terkait dengan pengawasan orangtua dalam penggunaan gagdet pada anak. Media yang digunakan berupa leaflet dan video pendek yang diawali dengan penyebaran kuesioner pre test setelah edukasi peserta diberikan kuesioner post test. Penyuluhan dilakukan di asrama mahasiswa pada Bulan Oktober 2025 yang diikuti oleh 10 orangtua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

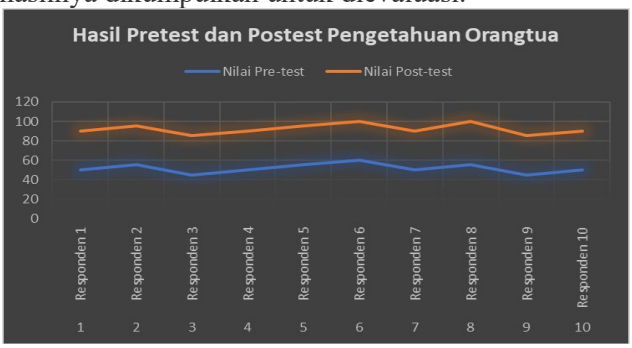
Kegiatan penyuluhan “Tips Kontrol Pemberian Gadget pada Anak” dilaksanakan pada Jumat, 4 Oktober 2025 bertempat di Yayasan Mitra Mulia Husada. Kegiatan ini diawali dengan acara pembukaan oleh panitia dan sambutan dari perwakilan dosen pembimbing. Acara dihadiri oleh Tim Pengabdian Masyarakat yang terdiri dari mahasiswa/i Universitas Aisyah Pringsewu (Kelompok 1), serta guru, orang tua murid, dan masyarakat sekitar yang berjumlah 10 orang peserta.

Sebelum pemberian materi, peserta terlebih dahulu diberikan kuesioner dan melaksanakan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai penggunaan gadget pada anak. Tahapan ini bertujuan mengetahui sejauh mana pemahaman orang tua terhadap dampak positif dan negatif gadget, serta cara mengontrol penggunaannya. Pre-test dilaksanakan selama 5 menit, kemudian hasilnya dikumpulkan dan direkap oleh tim penyuluh. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi tanya jawab. Materi disampaikan melalui media PowerPoint yang ditampilkan di layar LCD dan leaflet yang berisi ringkasan topik seperti: Pengertian dan macam-macam gadget, Penyebab anak menyukai gadget, Gejala kecanduan gadget, Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan anak, Tips mengatasi kecanduan gadget dan cara mengontrol penggunaannya.



Gambar 1. Pelakasanan Penyuluhan

Peserta tampak antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan, terutama mengenai batas waktu penggunaan gadget yang disarankan oleh *World Health Organisation* (WHO) serta cara efektif agar anak tidak bergantung pada gadget. Setelah sesi penyampaian materi dan diskusi, peserta kembali diberikan post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan. Post-test berlangsung selama 5 menit, kemudian hasilnya dikumpulkan untuk dievaluasi.



Gambar 2. Hasil Pretest dan Postest Pengetahuan Orangtua terkait Tips Penggunaan Gagdet pada Anak

Berdasarkan hasil evaluasi, terlihat adanya peningkatan signifikan pada nilai pengetahuan peserta setelah penyuluhan. Sebanyak 2 orang (20%) peserta memperoleh nilai sempurna (100), 4 orang (40%) memperoleh nilai sangat memuaskan (95–90), dan sisanya menunjukkan peningkatan rata-rata 30–40 poin dari hasil pre-test. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan efektif meningkatkan pemahaman masyarakat, terutama orang tua, tentang pentingnya pengawasan dalam penggunaan gadget pada anak. Peserta mampu menyebutkan kembali dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan dan memahami strategi pengendalian yang dapat diterapkan di rumah, seperti membatasi waktu penggunaan gadget, mengajak anak bermain aktif, serta meningkatkan interaksi keluarga. Kegiatan berjalan lancar dan tertib, didukung partisipasi aktif peserta serta kerja sama yang baik antara tim mahasiswa, pihak yayasan, dan masyarakat. Berdasarkan tanggapan peserta, mereka merasa kegiatan ini sangat bermanfaat dan berharap kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkala dengan topik lain terkait pola asuh anak di era digital.

Hasil pengabdian masyarakat ditemukan adanya peningkatan pengetahuan orang tua yang meningkat signifikan setelah diberikan edukasi terkait literasi digital dan strategi pengawasan penggunaan gadget pada anak, yang sebelumnya menunjukkan keterbatasan pemahaman mengenai dampak negatif dan upaya mitigasinya (Adwiah & Diana, 2023; Ardiansyah & Rejeki, 2024; Zulfahmi et al., 2022). Secara spesifik, sebagian besar orang tua sebelum intervensi belum sepenuhnya memahami implikasi psikologis dan sosial dari paparan gadget berlebihan, termasuk gejala kecanduan dan gangguan interaksi interpersonal pada anak (Jasmidalis et al., 2023; Yuniarni et al., 2023). Namun, pasca-intervensi, kesadaran akan pentingnya pengawasan konten, pembatasan waktu layar, dan pengaktifan mode anak pada perangkat menjadi lebih tinggi (Sisbintari & Setiawati, 2021). Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa pengawasan aktif orang tua, edukasi, dan pembatasan waktu penggunaan merupakan komponen krusial dalam mitigasi dampak negatif gadget pada anak usia dini (Isdiyantoro & Maftuhah, 2023). Penyuluhan terhadap orang tua juga terbukti dapat meningkatkan skor pengetahuan mereka, menunjukkan bahwa program edukasi semacam ini efektif dalam mengubah perspektif dan sikap orang tua terhadap pengawasan gadget (Lestari et al., 2021). Penelitian lebih

lanjut menunjukkan bahwa psikoedukasi merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua mengenai penggunaan gadget yang adaptif serta kontrol sosial dalam pengawasan anak (Azamiah et al., 2023). Pentingnya pendampingan dialogis yang berkelanjutan oleh orang tua juga ditekankan, di mana orang tua berperan sebagai komunikator aktif yang membimbing anak dalam memilih fitur-fitur sesuai tahap perkembangan mereka dan memanfaatkan gadget sebagai media stimulasi (Jalal et al., 2022).

Pengasuhan yang kurang tepat berkontribusi signifikan terhadap potensi kecanduan gadget pada anak-anak, sehingga literasi digital orang tua menjadi esensial untuk mengaplikasikan strategi pendampingan yang efektif (Shofa, 2022). Hal ini juga mencakup pemilihan konten yang sesuai usia, pembatasan waktu, dan upaya menghindari kecanduan, serta melakukan kegiatan positif bersama anak-anak (Mardliyah, 2023).

Melalui kegiatan pengabdian ini, diharapkan para orang tua mampu menjadi pendamping aktif bagi anak dalam penggunaan teknologi, serta memahami bahwa kebahagiaan terbesar seorang anak tidak terletak pada gadget, melainkan pada keterlibatan, perhatian, dan kasih sayang orang tua dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi literasi media terbukti efektif mengubah pola pikir orang tua secara signifikan dalam membatasi penggunaan gadget pada anak, memilah konten, dan mengalihkan perhatian anak ke aktivitas lain.

SARAN

Disarankan untuk pengabdian masyarakat selanjutnya bisa memberikan edukasi pelatihan bagaimana cara mengontrol penggunaan gadget pada anak melalui remote dari handphone orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

Adwiah, A. R., & Diana, R. R. (2023). Strategi Orang Tua dalam Mengatasi Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(2), 2463–2473. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3700

Ardiansyah, A., & Rejeki, H. S. (2024). Tantangan Orang Tua dalam Mendampingi Anak Usia Sekolah Dasar Kelas Rendah pada Era Perkembangan Teknologi. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *8*(2), 381–388. https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i2.5426

Ariyanto, A., Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *16*(1), 78–91. https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.30785

Asmawati, L. (2021). Peran Orang Tua dalam Pemanfaatan Teknologi Digital pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(1), 82–96. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1170

Azamiah, M. Z. K., Agustiani, H., & Pebriani, L. V. (2023). Program Psikoedukasi Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Murhum Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(1), 234–244. https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.197

Farahiyah, F., Rosalita, N., & Hazrati, O. (2024). The Impact of Gadgets on the Social and Emotional Development of Early Childhood. *Interdisiplin Journal of Qualitative and Quantitative Research*, *1*(2), 80–90. https://doi.org/10.61166/interdisiplin.v1i2.9

Handayani, N., Purbaningrum, D. G., & Astriani, L. (2024). Edukasi Upaya Preventif Dan Represif Penggunaan Gadget Berlebihan Oleh Anak-Anak Pada Warga Cinangka, Depok. *Kaibon Abhinaya Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *6*(1), 81–87. https://doi.org/10.30656/ka.v6i1.7631

Hanipudin, S., Mulyani, S., Subki, T., & Habib, M. (2023). Edukasi Orangtua Terhadap Bahaya Gadjet Bagi Anak di Desa Segaralangu. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *9*(1), 148–156. https://doi.org/10.30653/jppm.v9i1.600

Hertinjung, W. S., Septianingrum, A. R. D., & Putri, Y. P. S. (2021). Peningkatan Kompetensi Orang Tua dalam Mendampingi Anak dalam Mengakses Gadget. *Warta LPM*, *24*(2), 187–195. https://doi.org/10.23917/warta.v24i2.11291

Isdiyantoro, M. J., & Maftuhah, A. (2023). Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Anak Usia Dini

Saat Penggunaan Gadget di RA Masyithoh XV Pangenjurutengah. *Al Athfal Jurnal Kajian Perkembangan Anak Dan Manajemen Pendidikan Usia Dini*, *6*(1), 58–68. https://doi.org/10.52484/al_athfal.v6i1.392

Jalal, N. M., Syam, R., Istiqamah, S. H. N., Irdianti, I., & Piara, M. (2022). Psikoedukasi Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak. *PaKMas Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(2), 420–426. https://doi.org/10.54259/pakmas.v2i2.1311

Jalilah, S. R. (2021). Analisis Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Fisik dan Perubahan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar. *Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan*, *4*(1), 28–37. https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.1716

Jasmidalis, D. A. S., Purnamasari, O., & Zulhaini, L. (2023). Edukasi Gadget Ramah Anak Usia Dini bagi Orang Tua. *Murhum Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(1), 1–10. https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.149

Kurniawan, F. A., & Nakhma'ussolikhah, N. (2025). Studi Literatur Dampak Negatif Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini. *Journal of Management and Social Sciences*, *4*(1), 177–183. https://doi.org/10.55606/jimas.v4i1.1753

Kurniawati, N. N., & Sutharjana, I. M. (2023). The Influence of Gadgets on The Development of The Early-Age Learners' Behavior and Character. *International Journal of Multidisciplinary Sciences*, *1*(2), 159–171. https://doi.org/10.37329/ijms.v1i2.2321

Kusuma, A., Nur, S., & Aulia, F. (2025). The Correlation Between Game Watching Intensity, Youtube, Tiktok With Emotional Intelligence. *Indonesian Journal of Global Health Research*, *7*(3), 143–152.

Lestari, S., Rahayu, F. A., Yashinta, E. N., Dewi, A. D., Alvianti, K. B., & Purwanto, A. (2021). Komunikasi Positif Dalam Pengasuhan Anak Prasekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, *4*(2), 195–202. https://doi.org/10.30591/japhb.v4i2.2076

Mardliyah, S. (2023). Dilema Keluarga di Era Digitalisasi: Antara Kecanduan Gadget, Gangguan Emosional, Perilaku Sosial pada Anak Usia Dini dan Tawaran Sekolah Alternatif. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(1), 661–673. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3530

Munarun, A., Handayani, L. R., Ariyani, R. M., Ulum, B., Sofia, S., & Istiariani, I. (2025). Pendampingan Penggunaan Teknologi Secara Bijak Kepada Anak Sekolah Dasar di Desa Pidodowetan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, *8*(4), 834–844. https://doi.org/10.30591/japhb.v8i4.9702

Rimayati, E., Handayani, D. A. K., Sayekti, S., & Redjeki, S. (2021). Efektivitas Peran Keluarga Dalam Perkembangan Teknologi Digital. *Manggali*, *1*(1), 29. https://doi.org/10.31331/manggali.v1i1.1546

Shafa, A., Hafidz, Desti, A., Dikta, K., Dian, Z., Azzahra, A., Sagita, N., & Rahma, K. (2025). The Influence of Gadget Use on Early Childhood. *Bulletin of Islamic Research*, *3*(1), 165–176. https://doi.org/10.69526/bir.v3i1.181

Shofa, M. F. (2022). Dukungan Orang Tua dalam Bermain Gadget pada Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(6), 6469–6477. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2485

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

Sugiarti, Y., & Andyanto, H. (2022). Pembatasan Penggunaan Gadget Terhadap Anak Dibawah Umur Oleh Orang Tua. *Jurnal Jendela Hukum*, *9*(1), 81–92. https://doi.org/10.24929/fh.v9i1.2051

Yuniarni, D., Lukmanulhakim, L., Linarsih, A., Miranda, D., & Halida, H. (2023). Pengembangan Buku Saku Panduan Penggunaan Gadget untuk Optimalisasi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(3), 2820–2828. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4145

Zulfahmi, Z., Putriana, D., & Haq, A. F. (2022). Upaya Orang tua dalam Pengasuhan mencegah dan menghadapi anak yang Kecanduan Gadget. *Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia*, *2*(1), 21–30. https://doi.org/10.52436/1.jishi.35