

STRATEGI PENGASUHAN IBU MUDA DALAM MENGENDALIKAN INTENSITAS PENGUNAAN GADGET PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN

Fadhila Nailufar¹, Nurdiansyah², Dhea Ardiyanti³

^{1,3}PGPAUD Kampus Purwakarta, Universitas Pendidikan Indonesia

²PGSD Kampus Purwakarta, Universitas Pendidikan Indonesia

fadhilanailufar2@upi.edu, nurdiansyah1971@upi.edu, Dheaardiyanti@upi.edu

ABSTRACT

This study aims to describe the parenting strategies employed by young mothers to control the intensity of gadget use among children aged 5–6 years and to identify the factors that support and hinder the implementation of these strategies. Research Methodology: This study employs a qualitative approach using a case study design. The study participants consisted of two young mothers with children aged 5–6 years who live in Pasawahan, Purwakarta. Participants were selected using purposive sampling. Data were collected through observation, structured interviews, and documentation. Data analysis was conducted using the Miles and Huberman model, which includes data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study indicate that there are four main strategies applied by young mothers to control the intensity of gadget use among children aged 5–6 years: establishing rules for gadget use, selecting and filtering digital content, providing alternative activities to divert attention from gadget use, and maintaining open communication with their children. The success of these strategies is supported by the children's characteristics, family support, and the school environment. Conversely, parents' busy schedules, inconsistent family rules, peer influence, and limited digital literacy pose barriers to controlling children's gadget use. The conclusion of this study is that successfully managing children's gadget use is not solely the responsibility of one parent, but rather depends on a comprehensive parenting ecosystem that includes the active involvement of the other parent, support from the school, and conducive community norms.

Keywords: *Strategies For Young Mothers, Gadget Use, Young Children*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi pengasuhan yang diterapkan ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan gadget pada anak usia 5–6 tahun serta mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan strategi tersebut. Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Partisipan penelitian terdiri atas dua orang ibu muda yang memiliki anak usia 5–6 tahun dan berdomisili di Pasawahan, Purwakarta. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara terstruktur, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat empat strategi utama yang diterapkan ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan gadget pada anak usia 5–6 tahun, yaitu penerapan aturan penggunaan gadget,

pemilihan dan penyaringan konten digital, penyediaan aktivitas sebagai pengalihan penggunaan gadget, serta komunikasi terbuka kepada anak. Keberhasilan strategi tersebut didukung oleh karakteristik anak, dukungan keluarga, dan lingkungan sekolah. Sebaliknya, kesibukan orang tua, ketidakkonsistenan aturan dalam keluarga, pengaruh teman sebaya, serta keterbatasan literasi digital menjadi faktor penghambat dalam pengendalian penggunaan gadget pada anak. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu keberhasilan pengendalian gadget anak bukan semata-mata tanggung jawab satu orang tua, melainkan bergantung pada ekosistem pengasuhan yang menyeluruh, mencakup keterlibatan aktif pasangan, dukungan sekolah, dan norma komunitas yang kondusif.

Kata Kunci: Strategi Ibu Muda, Intensitas Gadget, Anak Usia Dini

A. Pendahuluan

Teknologi digital kini telah mengitari keseharian anak usia dini khususnya anak usia 5-6 tahun, menjadikannya pelarian instan kala kejenuhan melanda. Bentuk pemanfaatannya pun berulang, berkuat pada akses permainan interaktif ataupun tontonan video (Nihaya dkk., 2024). Bahkan, Nurbani dan Mashudi (Nurbani & Mashudi, 2023) mengungkapkan bahwa fenomena di mana sebagian anak telah memiliki kecakapan mandiri untuk menyaring konten dan mengoperasikan aplikasi tanpa perlu didampingi orang tua. Pengulangan aktivitas inilah yang pada akhirnya mengunci sebuah pola konsumsi digital yang menetap.

Padahal, ranah kognitif, bahasa, dan kematangan sosial-emosional anak sedang mengalami lonjakan drastis pada rentang usia 5-6 tahun

ini. Agar pertumbuhannya optimal, dibutuhkan stimulasi konkret berupa dialog dua arah, pergerakan fisik yang aktif, serta kebebasan menguji lingkungan secara langsung. Tersitanya porsi waktu anak oleh layar *gadget* otomatis memangkas kesempatan mereka dalam mengeksplor lingkungan secara langsung, sebuah kondisi yang berisiko dalam menghambat tumbuh kembang mereka (Desmariansi dkk., 2025).

Paparan *gadget* yang berlebihan diketahui menyimpan potensi bahaya yang kompleks, seperti hambatan perkembangan otak, keterlambatan bicara, gangguan belajar, hambatan psikologis, hingga risiko *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* atau *ADHD* (Rahayu & Z dkk., 2022). Penggunaan layar melebihi 3,5 jam per hari juga

berkorelasi kuat dengan peningkatan stres, gangguan tidur, dan penurunan kompetensi sosial anak (Astriana dkk., 2024).

Dampak negatif ini juga berwujud pada perilaku eksternal, seperti emosi yang rapuh, mudah amarah, rewel saat perangkat diambil, dan simtom ketergantungan (Nuraida, 2023). Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa inti permasalahan struktural terletak pada dimensi intensitas dan pola pemanfaatan teknologi, bukan pada perangkat itu sendiri. Oleh karena itu, kontrol durasi penggunaan *gadget* menjadi urgensi mendesak agar hak anak untuk bertumbuh dan belajar secara optimal tetap terpenuhi.

Dalam konteks kontrol digital, ibu muda memikul tanggung jawab sentral sebagai pengasuh primer yang menentukan aturan, membatasi durasi akses, dan mendampingi anak. Namun, implementasinya kerap berhadapan dengan dilema praktis karena sebagian ibu memanfaatkan *gadget* sebagai solusi instan untuk menenangkan anak atau mengalihkan perhatian

saat menyelesaikan pekerjaan domestik (Juita & Vitaloka, 2025). Kompleksitas ini semakin tinggi pada kelompok ibu muda yang tumbuh di era digital dan memiliki ketergantungan fungsional yang tinggi terhadap teknologi (Dyah & Jati, 2021); (Rahmawati & Latifah, 2020).

Setiap ibu muda mempunyai cara atau strategi yang berbeda dalam mengatur dan mengendalikan penggunaan *gadget*, mulai dari penegakan aturan waktu yang tegas dan konsisten hingga pendekatan negosiasi yang fleksibel (Nurkiyah dkk., 2025). Pengasuhan digital yang efektif tidak hanya menuntut tindakan protektif, melainkan juga pengawasan aktif, pemilihan konten yang sesuai dengan usia anak, serta komunikasi yang terbuka guna menumbuhkan kapasitas regulasi diri dan rasa tanggung jawab anak (Sisbintari & Setiawati, 2021).

Meskipun penelitian terdahulu telah mengonfirmasi dampak berlebihan pada *gadget* terhadap perilaku tantrum anak (Setyarini dkk., 2023) serta tantangan literasi digital yang dihadapi orang tua secara umum (Pebrianti, 2025), mayoritas kajian masih terjebak

dalam lanskap yang makro. Penyelidikan ilmiah yang secara spesifik membedah dinamika pengalaman subjektif ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia 5–6 tahun masih sangat terbatas. Defisit literatur inilah yang menandai adanya kesenjangan penelitian yang perlu diurai melalui pendekatan kualitatif.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi pengasuhan ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia 5–6 tahun serta mengidentifikasi faktor pendorong dan penghambatnya. Luaran riset diproyeksikan dapat mentransmisikan kontribusi teoretis dalam memperkaya khazanah kajian pengasuhan digital, sekaligus menjadi rujukan aplikatif bagi orang tua dan praktisi pendidikan untuk mengoptimalkan pemanfaatan *gadget* secara bijak.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan studi kualitatif dengan desain studi kasus, yang bertujuan untuk membedah secara

komprehensif pola pengasuhan ibu muda dalam mengontrol pemanfaatan *gadget* pada anak usia 5–6 tahun (Moleong, 2016). Melalui rancangan studi kasus, peneliti dapat mengetahui secara utuh mengenai tata kelola digital harian pada dua keluarga yang menjadi lokus penelitian (Sugiyono, 2013). Pengumpulan data lapangan dilaksanakan selama dua minggu pada Mei 2026 di kawasan Pasawahan, Purwakarta. Penentuan subjek riset menerapkan teknik *purposive sampling* (Sugiyono, 2013), yang mengikutsertakan dua ibu muda berusia 32 dan 33 tahun dengan karakteristik yang selaras terhadap tujuan penelitian.

Penelitian ini mencakup data primer yang digali langsung melalui observasi partisipatif serta wawancara mendalam bersama informan kunci, didukung oleh data sekunder berupa catatan lapangan, dokumen, dan artikel jurnal ilmiah yang relevan. Instrumen pengumpulan data mengombinasikan tiga metode utama (Moleong, 2016): observasi langsung (terhadap penerapan aturan, pemilihan konten, pendampingan,

dan aktivitas pengalihan), wawancara terstruktur (untuk menggali narasi pengalaman serta rasionalisasi tindakan ibu), dan dokumentasi visual-audio sebagai basis pembuktian otentik di lapangan.

Pengolahan data merujuk pada model analisis kualitatif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga alur utama (Sugiyono, 2013) yaitu reduksi data (*Data Reduction*), penyajian data (*Data Display*), dan Penarikan Kesimpulan/Verifikasi (*Conclusion Drawing/Verification*).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Strategi Pengasuhan Ibu Muda Dalam Mengendalikan Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak Usia 5–6 Tahun

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi pengasuhan yang diterapkan ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia 5–6 tahun dilakukan melalui beberapa pendekatan, yaitu penerapan aturan penggunaan *gadget*, pemilihan dan penyaringan konten digital, penyediaan aktivitas sebagai pengalihan penggunaan *gadget*, serta komunikasi terbuka terkait penggunaan *gadget*. Strategi yang diterapkan oleh masing-masing

informan berbeda sesuai dengan karakteristik anak, kondisi keluarga, dan pengalaman pengasuhan. Meskipun demikian, kedua informan memiliki tujuan yang sama, yaitu mencegah penggunaan *gadget* secara berlebihan serta meminimalkan dampak negatif terhadap perkembangan anak.

a. Penerapan Aturan Penggunaan Gadget

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua informan menerapkan aturan penggunaan *gadget* dengan cara yang berbeda. Ibu IS menerapkan pembatasan penggunaan *gadget* dengan mengaitkannya pada kegiatan belajar dan sekolah, sedangkan Ibu IR menerapkan sistem komitmen bersama anak dengan pola satu hari menggunakan *gadget* dan satu hari tidak menggunakan *gadget*.

Perbedaan pendekatan antara kedua informan mencerminkan perbedaan dalam tipe pola asuh sebagaimana dijelaskan oleh Baumrind (Adiningsih & Anantyasari, 2025). Pendekatan Ibu IS yang menetapkan aturan melalui pengondisian eksternal (ancaman dan otoritas guru) tanpa penjelasan mendalam kepada anak lebih

mendekati karakteristik pola asuh otoriter. Pola asuh ini ditandai dengan penerapan peraturan secara ketat tanpa memberi kesempatan kepada anak untuk berdiskusi atau memahami alasan di balik aturan tersebut (Jannah dkk., 2023). Sementara itu, pendekatan Ibu IR yang membangun komitmen bersama anak sejak awal dan melibatkan anak dalam kesepakatan aturan lebih mencerminkan karakteristik pola asuh demokratis, di mana orang tua memberikan kesempatan kepada anak untuk berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan dan aturan yang dibuat disepakati bersama, bukan bersifat kaku (Marlinda, 2025). Dalam konteks digital parenting, pola asuh demokratis terbukti lebih efektif karena tidak hanya menetapkan batasan tetapi juga memberikan penjelasan alasan di balik aturan sehingga anak memahami dan menerima batasan tersebut secara lebih sukarela.

b. Pemilihan dan Penyaringan Konten Digital

Pemilihan dan penyaringan konten digital menjadi strategi yang diterapkan kedua informan untuk melindungi anak dari paparan konten

yang tidak sesuai usia. Meskipun demikian, cara yang dilakukan oleh kedua informan berbeda. Ibu IS melakukan penyaringan konten melalui larangan dan pengawasan langsung, sedangkan Ibu IR melakukan penyaringan secara lebih sistematis dengan memilih konten yang sesuai dan memantau riwayat tontonan anak. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak Ibu IR menggunakan Youtube Kids, sedangkan anak Ibu IS masih menggunakan Youtube umum.

Dalam perspektif perkembangan kognitif anak, pemilihan konten yang tepat sangat relevan dengan karakteristik anak usia 5–6 tahun yang berada pada tahap praoperasional. Sebagaimana dijelaskan dalam kajian teori, pada tahap ini anak belajar melalui pengalaman konkret atau nyata (Alfadhilah, 2025). Anak cenderung memahami dunia secara simbolis dan intuitif, sehingga konten yang mereka saksikan berpotensi mempengaruhi skema berpikir dan perilaku mereka secara signifikan. Konten yang mengandung kekerasan, horor, atau perilaku tidak pantas dapat memengaruhi perkembangan sosial-emosional anak, mengingat pada

usia ini kemampuan mengendalikan emosi belum sepenuhnya optimal (Liani dkk., 2024). Oleh karena itu, penyaringan konten bukan sekadar tindakan kontrol, melainkan bagian penting dari stimulasi pembelajaran yang berkualitas bagi anak.

c. Penyediaan Aktivitas sebagai Pengalihan Penggunaan Gadget

Kedua informan menyediakan aktivitas alternatif sebagai upaya mengurangi ketergantungan anak terhadap *gadget*. Aktivitas tersebut berupa bermain bersama teman sebaya, kegiatan keagamaan, membaca, maupun *quality time* bersama keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ibu IS lebih banyak mengarahkan anak bermain di luar rumah bersama teman sebaya,



Gambar 1 Kegiatan Bermain Bersama Teman Sebaya

Terlihat pada gambar, anak dari Ibu IS sedang bermain bersama teman sebayanya di lingkungan sekitar rumah. Sedangkan Ibu IR menyediakan aktivitas yang lebih terstruktur seperti mengaji, murojaah, bermain di playground, dan mendongeng sebelum tidur.

Perbedaan kualitas aktivitas pengalihan *gadget* antara Ibu IS dan Ibu IR juga mencerminkan perbedaan karakteristik ibu muda sebagaimana dijelaskan dalam kajian teori. Ibu IR yang memiliki kemampuan adaptif terhadap teknologi sekaligus pemahaman yang memadai tentang perkembangan anak, sehingga mampu merancang aktivitas yang secara tepat menstimulasi aspek motorik, kognitif, bahasa, dan spiritual anak secara bersamaan. Hal ini selaras dengan karakteristik ibu muda yang memiliki keterbukaan terhadap sumber informasi yang beragam dan bersikap responsif terhadap kebutuhan perkembangan anak (Maghfiroh & Suryana, 2022). Sebaliknya, keterbatasan aktivitas pengalihan *gadget* pada Ibu IS menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan yang masih terbatas dapat berpengaruh terhadap kualitas strategi yang diterapkan,

sebagaimana juga disebutkan bahwa ibu muda masih dalam proses membangun pengalaman praktis dalam mengasuh anak melalui proses *trial and error* (Amelia dkk., 2024).

d. Komunikasi Terbuka terhadap Penggunaan Gadget

Komunikasi terbuka menjadi strategi lain yang digunakan oleh kedua informan dalam mengendalikan penggunaan *gadget*. Melalui komunikasi, anak memperoleh pemahaman mengenai alasan diberlakukannya aturan penggunaan *gadget*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ibu IS lebih banyak menggunakan pendekatan pengondisian situasi, misalnya dengan mengatakan bahwa baterai *gadget* telah habis agar anak berhenti bermain. Sementara itu, Ibu IR memberikan penjelasan secara rinci mengenai dampak penggunaan *gadget* terhadap kesehatan dan kedisiplinan anak.

Dalam perspektif pola asuh, komunikasi terbuka dengan penjelasan rasional merupakan ciri khas pola asuh demokratis. Sebagaimana dijelaskan dalam kajian teori, dalam pola asuh demokratis, orang tua memberikan

kesempatan kepada anak untuk menyampaikan pendapat dan berdiskusi, serta memberikan penjelasan tentang alasan di balik setiap aturan yang ditetapkan. Dalam konteks digital parenting, ibu dengan pola asuh demokratis mengajak anak berdiskusi mengenai manfaat dan risiko penggunaan *gadget*, sehingga aturan yang dibuat tidak bersifat kaku melainkan disepakati bersama (Marlinda, 2025). Pendekatan ini terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan otoriter karena anak tidak hanya patuh karena takut, melainkan memahami dan menginternalisasi alasan di balik aturan tersebut. Hal ini penting mengingat aspek sosial emosional anak usia 5–6 tahun yang mulai mampu mengenali dan mengendalikan emosinya, meskipun masih membutuhkan bimbingan yang konsisten dari orang tua (Liani dkk., 2024).

2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pengendalian Intensitas Penggunaan Gadget

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan ibu muda dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak tidak terlepas dari adanya faktor pendukung dan faktor penghambat.

Faktor-faktor tersebut berasal dari lingkungan keluarga, karakteristik anak, lingkungan sosial, serta kondisi ibu sebagai pengasuh utama.

a. Faktor Pendukung

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mendukung ibu dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak. Pada informan Ibu IS, faktor pendukung berasal dari lingkungan sekolah dan karakteristik anak. Sekolah berperan dalam memperkuat aturan yang diterapkan di rumah karena guru turut menanamkan pentingnya belajar dan membatasi penggunaan *gadget*. Selain itu, karakter anak yang mandiri memudahkan ibu dalam mengalihkan perhatian anak dari *gadget* ke aktivitas bermain bersama teman sebaya.

Temuan mengenai faktor pendukung berupa pengaruh sekolah bagi Ibu IS dapat dikaitkan dengan konsep pengasuhan dan perkembangan anak, sebagaimana dijelaskan oleh (Melynda & Hasibuan, 2025), faktor yang mempengaruhi perkembangan anak usia 5–6 tahun tidak hanya berasal dari keluarga, tetapi juga dari stimulasi pembelajaran melalui kegiatan di

lembaga pendidikan. Ketika sekolah dan guru secara tegas menyatakan bahwa bermain *gadget* tidak boleh dilakukan secara berlebihan, hal ini menjadi penguatan eksternal yang selaras dengan aturan yang diterapkan di rumah. Keselarasan antara nilai dan aturan yang berlaku di rumah dan di sekolah memberikan konsistensi pesan yang memperkuat pembentukan perilaku anak.

Faktor pendukung berupa karakter mandiri anak dari Ibu IS juga berkaitan dengan perkembangan aspek sosial-emosional anak usia 5–6 tahun. Dalam kajian teori disebutkan bahwa pada usia ini, anak sudah mulai mampu bekerja sama dengan teman sebaya, mau berbagi, serta mengikuti aturan dalam kegiatan kelompok (Liani dkk., 2024). Kemandirian anak yang mampu berinisiatif mencari aktivitas sendiri di luar rumah merupakan cerminan dari perkembangan sosial-emosional yang positif, dan secara tidak langsung membantu mengurangi ketergantungan anak terhadap *gadget* sebagai sumber hiburan utama.

Berbeda dengan Ibu IS, faktor pendukung pada Ibu IR berasal dari pemahaman ibu mengenai

perkembangan anak, kemampuan menyediakan aktivitas yang beragam, serta adanya komitmen yang telah dibangun sejak awal dengan anak. Informan selalu menyediakan berbagai media dan aktivitas agar anak tidak merasa bosan sehingga ketertarikan terhadap *gadget* dapat dikurangi.

Hal tersebut berkaitan erat dengan karakteristik ibu muda yaitu menurut (Maulidian dkk., 2025), ketersediaan akses informasi yang luas memberikan peluang bagi ibu muda untuk menelaah berbagai referensi mengenai strategi pengasuhan yang relevan dengan tahap perkembangan anak, sehingga mereka dapat menyesuaikan praktik pengasuhan dengan kebutuhan kognitif, sosial, dan emosional anak (Pratiwi dkk., 2022) ; (Sari dkk., 2024)

b. Faktor Penghambat

Selain faktor pendukung, penelitian ini juga menemukan beberapa faktor yang menghambat ibu dalam mengendalikan intensitas penggunaan *gadget* pada anak. Hambatan tersebut berasal dari kesibukan ibu, kurangnya konsistensi aturan dalam keluarga, pengaruh

teman sebaya, dan perkembangan konten digital yang semakin pesat.

Pada Ibu IS, hambatan utama berasal dari kesibukan menjaga warung dan mengurus pekerjaan rumah sehingga informan tidak dapat mendampingi anak secara penuh ketika menggunakan *gadget*. Sehingga faktor tersebut memiliki keterkaitan yang mendalam, sebagaimana dijelaskan oleh Darwis dkk., (2022) dalam penelitian yang relevan, salah satu kendala utama ibu dalam menanggulangi kecanduan *gadget* pada anak adalah faktor kesibukan orang tua. Kesibukan menjaga warung yang dialami Ibu IS menyebabkan terjadinya celah pengawasan yang memberikan ruang bagi anak untuk menggunakan *gadget* melebihi batas waktu yang telah ditetapkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa efektivitas strategi pengasuhan sangat dipengaruhi oleh ketersediaan waktu dan kehadiran fisik ibu dalam mendampingi anak.

Hambatan lainnya adalah adanya perbedaan aturan antara ibu dan ayah dalam penggunaan *gadget*. Anak sering beralih menggunakan *gadget* milik ayah ketika *gadget* milik ibu tidak dapat digunakan. Hal

tersebut menjadikan tidak adanya kesatuan aturan antara ibu dan ayah merupakan tantangan serius dalam pengendalian *gadget*. Dalam kajian teori, pengasuhan dipahami sebagai upaya terencana yang dilakukan oleh orang tua untuk mengarahkan, mengendalikan, serta membentuk perilaku anak (Lestari dkk., 2025). Ketika aturan yang ditetapkan ibu tidak didukung oleh ayah yang juga menggunakan *gadget* tanpa batas di depan anak, maka anak menerima pesan yang saling bertentangan. Hal ini melemahkan efektivitas strategi yang telah dibangun oleh ibu karena anak belajar bahwa aturan tersebut dapat dinegosiasikan atau dihindari dengan beralih ke *gadget* ayah.

Selain itu, pengaruh teman sebaya juga menjadi hambatan karena teman bermain anak sering membawa *gadget* saat bermain di luar rumah. Hal tersebut berkaitan dengan perkembangan sosial anak usia 5–6 tahun. Dalam kajian teori, disebutkan bahwa pada usia ini anak mulai bekerja sama dengan teman sebaya dan mengikuti aturan dalam kegiatan kelompok (Liani dkk., 2024). Ketika kelompok bermain memiliki norma penggunaan *gadget* bersama, anak akan cenderung mengikuti pola

tersebut sebagai bagian dari proses sosial. Kondisi ini menjadikan strategi penyediaan aktivitas alternatif di luar rumah tidak selalu efektif karena aktivitas fisik dapat berubah menjadi sesi bermain *gadget* bersama. Temuan ini juga selaras dengan temuan Darwis dkk. (2022) yang menyebutkan bahwa faktor pengaruh lingkungan merupakan salah satu kendala utama dalam penanganan kecanduan *gadget* pada anak.

Sedangkan Pada Ibu IR, hambatan utama berasal dari keterbatasan waktu akibat statusnya sebagai ibu yang bekerja di luar rumah. Kondisi tersebut menyebabkan ibu tidak dapat selalu mendampingi anak secara langsung. Faktor penghambat keterbatasan waktu yang dialami Ibu IR sebagai ibu bekerja selaras dengan temuan (Nisa dkk., 2023) yang menyimpulkan bahwa orang tua yang bekerja memiliki keterbatasan waktu yang menyebabkan kekhawatiran terhadap dampak penggunaan *gadget* pada anak. Meskipun demikian, strategi komunikasi intens antara Ibu IR dengan pengasuh dapat menjadi mekanisme kompensasi yang membantu menjaga kesinambungan pengawasan. Hal ini

menunjukkan bahwa keterbatasan waktu fisik tidak selalu berarti ketiadaan pengawasan, asalkan sistem pengganti yang berkualitas dapat dibangun dan dipelihara.

Selain itu, perkembangan teknologi yang sangat cepat membuat ibu belum sepenuhnya memahami seluruh jenis aplikasi dan permainan digital yang digunakan anak. Ketidakfamiliaran Ibu IR dengan platform digital tertentu seperti Roblox mencerminkan tantangan yang berkaitan dengan karakteristik ibu muda. Meskipun ibu muda umumnya bersifat adaptif terhadap teknologi, perkembangan platform dan konten digital yang sangat cepat menjadikan pembaruan pengetahuan sebagai sebuah keharusan yang berkelanjutan. Sebagaimana dijelaskan dalam kajian teori, ibu muda yang adaptif terhadap teknologi memiliki kemampuan mempelajari pengaturan kontrol orang tua, batasan durasi penggunaan, serta aplikasi edukatif yang sesuai dengan usia anak (Sari dkk., 2025). Namun adaptasi ini memerlukan upaya yang aktif dan berkelanjutan dari pihak ibu, mengingat lanskap digital terus berubah dengan sangat cepat. Ketika

terdapat kesenjangan pengetahuan antara apa yang diketahui ibu dan apa yang diakses anak, celah pengawasan menjadi semakin sulit diatasi.

D. Kesimpulan

Penelitian ini mengidentifikasi empat strategi utama yang diterapkan ibu muda dalam mengendalikan penggunaan *gadget* pada anak usia 5–6 tahun. Strategi tersebut meliputi penetapan aturan penggunaan *gadget*, penyaringan konten digital, penyediaan aktivitas pengalihan penggunaan *gadget*, serta komunikasi terbuka kepada anak. Dari ke empat strategi ini, konsistensi dalam penerapan aturan menjadi faktor yang paling menentukan. Aturan yang dibangun atas dasar komitmen bersama antara orang tua dan anak menghasilkan kepatuhan yang lebih sukarela. Penyaringan konten dengan bantuan aplikasi terbukti lebih efektif dibanding sekadar larangan verbal, dan kualitasnya sangat bergantung pada tingkat literasi digital orang tua. Pendampingan yang konsisten juga penting untuk meminimalkan risiko anak mengakses konten yang tidak sesuai usia. Selain itu, aktivitas yang

terencana dan variatif tidak hanya mengalihkan anak dari *gadget*, tetapi sekaligus mendukung tumbuh kembang secara menyeluruh. Komunikasi yang terbuka dan penjelasan yang edukatif pun terbukti menghasilkan respons anak yang lebih kooperatif dibanding larangan tanpa alasan.

Keberhasilan penerapan strategi-strategi tersebut dipengaruhi oleh tiga dimensi faktor, yaitu dimensi internal ibu, dimensi keluarga, dan dimensi lingkungan sosial. Dari sisi internal, pengetahuan dan kompetensi ibu sangat menentukan kualitas strategi yang diterapkan, meskipun pesatnya perkembangan dunia digital menuntut orang tua untuk terus memperbarui pemahamannya. Dari sisi keluarga, kesepakatan dan konsistensi kedua orang tua dalam menegakkan aturan menjadi kunci utama, karena ketidaksepakatan antar orang tua dapat melemahkan seluruh sistem aturan yang telah diupayakan. Dari sisi lingkungan sosial, institusi sekolah dapat memperkuat aturan yang diterapkan di rumah, namun pengaruh teman sebaya yang membawa *gadget* menjadi tantangan

yang sulit dikendalikan secara sepihak.

Secara keseluruhan, keberhasilan pengendalian *gadget* anak bukan semata-mata tanggung jawab satu orang tua, melainkan bergantung pada ekosistem pengasuhan yang menyeluruh, mencakup keterlibatan aktif pasangan, dukungan sekolah, dan norma komunitas yang kondusif. Hambatan-hambatan yang ada akan semakin sulit diatasi apabila hanya ditangani secara parsial dan tidak melibatkan seluruh pihak yang berperan dalam kehidupan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, H., & Anantyasari, M. (2025). Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Bahasa Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Ba Aisyiyah Bandar. *Yaa Bunayya*, 9(1), 52–62.
- Alfadhilah, J. (2025). Filsafat Pendidikan Anak Usia Dini Menurut Jean Piaget. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 05(01), 94–111.
- Amelia, P., Soetrisnaadisendjaja, D., Amelia, P., Kunci, K., & Amelia, P. (2024). Konstruksi Pengetahuan Ibu Muda Dalam Pola Asuh Anak Di Desa Sindangsari
Corresponding Author: Penulis Koresponden: Anak merupakan cikal bakal penerus yang bisa mendobrak kemajuan atau kemunduran sebuah bangsa . Sebagai aset bangsa perlunya didikan dan . 06(2), 170–181.

- Astriana, B., Jalaludin, M., & Muliati, I. (2024). Dampak Psikologis Penggunaan Gadget Berlebihan pada Anak. *Journal of Advanced Learning Media Development*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.37396/jalmd.v1i1.1>
- Darwis, Tahir, M., & Nurbayan, S. (2022). Kendala ibu dalam menghadapi anak kecanduan gadget. *Jurnal Sinestesia*, 12(1), 201–206. <https://sinestesia.pustaka.my.id/journal/article/view/155>
- Desmariyani, E., Nofriyanti, Y., Roza, D., & Wulandari, M. (2025). Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, Kognitif dan Fisik Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 3418–3427. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i1.25692>
- Dyah, W., & Jati, P. (2021). Literasi Digital Ibu Generasi Milenial Terhadap. *Jurnal Komunikasi Global*, 10(1), 1–23.
- Jannah, K., Gupita, N., & Pusparini, D. (2023). Pola Pengasuhan Orang Tua Terhadap Penerapan Screen Time Di Masa Generasi Alpha Usia 4-6 Tahun Di Desa Rombuh Kecamatan Palengaan Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(3), 333–343. <https://doi.org/10.60132/jip.v1i3.45>
- Juita, K. A., & Vitaloka, W. (2025). Peran Orang Tua Dalam Mencegah Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini. *Kumara Cendekia*, 13(3), 323. <https://doi.org/10.20961/kc.v13i2.101106>
- Lestari, I., Erda, Sandrina, F., & Asiyah. (2025). Interaksi Pengasuhan Anak Dalam Keluarga. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2), 17–26.
- Liani, P. N., Syafrudin, U., & Nopiana. (2024). Identifikasi Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-Kanak Reva Kids Kabupaten Bandar Lampung. *Jurnal IHSAN Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 25–32. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v2i1.98>
- Maghfiroh, S., & Suryana, D. (2022). Pengaruh Mengasuh dan Mengasihi Dari Rumah Pada Ibu-ibu Muda Terhadap Kemampuan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 5(2), 205–212. <https://doi.org/10.31004/aulad.v5i2.317>
- Marlinda. (2025). Peran Pola Asuh Orang Tua Dalam Mendidik Anak Di era Digital Di Desa Kotawaringin. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education E*, 6(2), 31–45. <https://doi.org/10.32923/ijoce.v6i2.5357>
- Maulidian, M., Yudha Winata, E., Alini Manihuruk, H., & Era Sativa, F. (2025). Penguatan Literasi Digital Parenting Orang Tua Anak Usia Dini melalui Program Terstruktur. *AL-MADANI: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(2), 192–198. <https://jurnal.iaihnwpancor.ac.id/index.php/jppmDOI:https://doi.org/10.37216/almadani>
- Melynda, D. R., & Hasibuan, R. (2025). Stimulasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini Secara Fisik dan Mental. *Jurnal Mutiara Pendidikan*, 5(1), 247–258. <https://doi.org/10.29303/jmp.v5i1.8671>
- Moleong. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif*.
- Nihaya, F., Rahmawati, A., & Nurjanah, N. E. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Pada Perilaku Sosial Anak Usia 5-6 Tahun. *Kumara Cendekia*, 12(1), 85. <https://doi.org/10.20961/kc.v12i1.65867>
- Nisa, K., Maranatha, R., & Putri, S. U. (2023). Persepsi Orang Tua Yang

- Bekerja Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Usia 5- 6 Tahun. Prosiding Seminar Nasional PGPAUD UPI Kampus Purwakarta, 2(1), 123–128. <http://proceedings.upi.edu/index.php/semnaspgpauwpwk/article/view/2551>
- Nuraida, H. (2023). Jurnal Pendidikan : RISIKO GADGET BERLEBIHAN : DAMPAK NEGATIF PADA KARAKTER MENTAL DAN EMOSI ANAK Hasna Nuraida Pendidikan Guru Sekolah Dasar , Universitas Pendidikan Indonesia Visit us Jurnal Pendidikan : Seroja Anfa Mediatama Pendahuluan Dalam era tekno. Jurnal Pendidikan : SEROJA, 2(4), 387–395.
- Nurbani, R. R., & Mashudi, E. A. (2023). Ketergantungan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education, 8(2), 100–105. <https://doi.org/10.51529/ijiece.v8i2.503>
- Nurkiyah, E., Yenita, R., & Iskandar, R. (2025). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Gangguan Konsentrasi Anak dalam Penggunaan Gadget Usia 5-6 Tahun. Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP), 5(1), 105–112. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v5i1.683>
- Pebrianti, W. (2025). Tantangan Yang Dihadapi Orang Tua Serta Solusi Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Era Digital. T S A Q O F A H Jurnal Penelitian Guru Indonesia, 5(6), 6860–6872.
- Pratiwi, M. R., Hapsari, S. A., & Subhiyakto, E. R. (2022). Pola Konsumsi Generasi Millenial Dalam Mengakses Media Edukasi Parenting. 7(1).
- Rahayu Z, S. P., Tri Mutya, M. F., Rahmi, & Muliati, R. (2022). Pengaruh Gadget terhadap Tumbuh Kembang Anak pada Masa Early Childhood. Psyche 165 Journal, 15(4), 140–145. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i4.201>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, Dan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Prasekolah. Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen, 13(1), 75–86. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>
- Sari, W., Machmud, H., & Anhusadar, L. (2024). Pengawasan Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. BOCAH: Borneo Early Childhood Education and Humanity Journal, 3(2), 73–83. <https://doi.org/10.21093/bocah.v3i2.8251>
- Setyarini, D. I., Rengganis, S. G., Ardhiani, I. T., & Mas'udah, E. K. (2023). Analisis Dampak Screen Time terhadap Potensi Tantrum dan Perkembangan Anak Usia Dini. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7(2), 2496–2504. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3376>
- 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>
- Sugiyono. (2013). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.