

Strategi Orang Tua dalam Menghadapi Tantangan Gawai Anak: Studi Deskriptif untuk Layanan BK

Anggia Evitarini¹, Kodariyah², Burju Ruth³

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Pengetahuan Sosial,
 Universitas Indraprasta PGRI, Indonesia
 evitarinianggia@gmail.com¹

Article History:

Received: 20 April 2025

Revised: 3 Juni 2025

Accepted: 8 Agustus 2025

Published: 12 Agustus 2025

Abstrak

Penggunaan gawai secara intensif oleh anak-anak menimbulkan tantangan baru dalam pola pengasuhan modern. Orang tua dituntut untuk memiliki strategi pengelolaan yang tidak hanya membatasi, tetapi juga mengarahkan anak terhadap pemanfaatan gawai secara sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi orang tua dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai anak serta mengkaji relevansinya dalam pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling (BK) keluarga. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan melibatkan 20 responden yang terdiri atas ibu, ayah, dan wali dari anak usia sekolah dasar hingga awal remaja. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tertutup berbasis skala Likert, mencakup empat aspek utama: pola penggunaan gawai, dampak penggunaan, pandangan orang tua, dan strategi pengelolaan gawai. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan perangkat lunak JASP versi 0.19.3. Hasil menunjukkan bahwa strategi pengelolaan gawai memperoleh skor rata-rata tertinggi (23.75), disusul pandangan orang tua (18.50), dampak penggunaan (18.35), dan pola penggunaan gawai (15.30). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar orang tua telah memiliki tindakan nyata dalam mengelola penggunaan gawai anak, meskipun masih terdapat variasi dalam persepsi dan efektivitas pelaksanaan. Penelitian ini merekomendasikan perlunya intervensi layanan BK keluarga yang menekankan sinergi antara kesadaran orang tua, strategi pengasuhan digital, dan pembentukan lingkungan pendukung dalam keluarga.

Kata Kunci: strategi orang tua, penggunaan gawai, pengasuhan digital, konseling keluarga

How to cite:

Anggi, A. E., Kodariyah, & Ruth, B. (2025). Strategi Orang Tua dalam Menghadapi Tantangan Gawai Anak: Studi Deskriptif untuk Layanan BK: Strategi Orang Tua dalam Menghadapi Tantangan Gawai Anak: Studi Deskriptif untuk Layanan BK. *Journal Of Education Research and Inovative*, 1(2), 55–61.
<https://doi.org/10.64624/jeri.v1i2.56>

Abstract

The intensive use of gadgets among children has created new challenges in modern parenting patterns. Parents are required to have management strategies that not only impose limitations but also guide children toward healthy and constructive gadget use. This study aims to describe parents' strategies in facing the challenges of children's gadget use and to examine its relevance in the development of family-based guidance and counseling (BK) services. This research employed a quantitative descriptive approach involving 20 respondents, consisting of mothers, fathers, and guardians of children at the elementary to early adolescence levels. The instrument used was a closed-ended Likert-scale questionnaire covering four main aspects: gadget usage patterns, perceived impacts, parental perceptions, and management strategies. Data were analyzed using descriptive statistics with the assistance of JASP version 0.19.3. The results indicated that gadget management strategies scored the highest mean (23.75), followed by parental perceptions (18.50), perceived impacts (18.35), and gadget usage patterns (15.30). These findings suggest that most parents have implemented concrete strategies in managing their children's gadget use, although variation still exists in perceptions and effectiveness. The study recommends the development of family counseling interventions that emphasize the integration of parental awareness, digital parenting strategies, and the creation of a supportive family environment.

Keywords: parental strategy, gadget use, digital parenting, family counseling



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © Year, Author(s).

PENDAHULUAN

Di era digital saat ini, penggunaan gawai telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk pada anak usia dini (Siregar & Yaswinda, 2022). Anak-anak bahkan menunjukkan kemampuan yang luar biasa dalam mengoperasikan berbagai fitur teknologi, membuat sebagian orang tua merasa bangga karena anak-anak mereka dianggap cerdas dan mudah mendapatkan informasi melalui internet. Namun demikian, fenomena ini menimbulkan pertanyaan penting: apakah penggunaan gawai secara intensif oleh anak usia dini merupakan hal yang bermanfaat atau justru menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan mereka?

Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gawai dapat memberikan pengaruh terhadap aspek perkembangan kognitif, sosio-emosional, dan fisik anak (Mashrah, 2017; Mardiana & Prasetyo, 2021). Di sisi kognitif, permainan berbasis digital seperti puzzle, alat musik, dan aplikasi mewarnai dapat menstimulasi kemampuan berpikir anak. Asmarani et al. (2023) menemukan bahwa permainan puzzle memiliki dampak positif terhadap emosi, kognisi, dan kemampuan motorik halus anak. Hal ini sejalan dengan temuan Hamidah dan Purnamasari (2018) yang menyatakan bahwa penggunaan gawai secara tepat dapat meningkatkan kreativitas dan kemampuan problem solving anak. Selain itu, gawai juga menjadi media edukatif yang memperkaya kosakata, menstimulasi minat, serta mendorong kemampuan imitasi gerakan dan lagu (Siregar & Yaswinda, 2022; Fauziah et al., 2023).

Namun demikian, pengaruh positif tersebut tidak terlepas dari risiko yang mengiringinya. Gawai memiliki potensi besar dalam membentuk pola interaksi sosial anak. Penggunaan gawai yang berlebihan mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi secara langsung, sehingga dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial dan emosional. Anak cenderung menarik diri, menjadi pemalu, atau menunjukkan perilaku agresif ketika akses terhadap gawai dibatasi (Utami & Mahfud, 2022). Bahkan dalam beberapa kasus, anak-anak lebih memilih bermain gawai dibanding mematuhi orang tua (Miranti & Putri, 2021).

Dampak negatif lainnya termasuk gangguan tidur, pudarnya kreativitas, peningkatan risiko cyberbullying, hingga penurunan konsentrasi belajar akibat kecanduan games (Harsela & Qalbi, 2020; Romadhon et al., 2024). Anak yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung kehilangan kesempatan untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik dan sosial yang esensial bagi tumbuh kembangnya (Nugraha & Lestari, 2019; Putra & Kurniawati, 2020). Bahkan, penelitian oleh Sandi dan Ramadhan (2022) menunjukkan bahwa anak yang sudah terpapar gawai sebelum usia 3 tahun memiliki risiko lebih tinggi mengalami keterlambatan bahasa dan komunikasi.

Menyadari kompleksitas dampak tersebut, peran orang tua menjadi sangat krusial dalam mengelola penggunaan gawai oleh anak. Orang tua perlu memiliki strategi yang tepat, tidak hanya dalam membatasi durasi, tetapi juga dalam membangun komunikasi dan kontrol yang sehat (Indrawati & Wibowo, 2021). Selain kontrol orang tua, faktor dukungan sosial dan penanaman orientasi tujuan juga terbukti berperan penting dalam membentuk perilaku positif dan motivasi anak (Hesta et al., 2025). Sayangnya, banyak orang tua yang belum memahami pendekatan pengasuhan digital secara utuh (Fitriyani et al., 2022), sehingga respons terhadap penggunaan gawai anak sering kali bersifat reaktif, bukan strategis.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas dampak penggunaan gawai pada anak, kajian yang secara khusus menggambarkan strategi konkret yang dilakukan oleh berbagai peran pengasuh ibu, ayah, dan wali dalam menghadapi tantangan ini, masih relatif terbatas. Kesenjangan ini menjadi penting untuk diisi dalam konteks layanan Bimbingan dan Konseling, terutama sebagai dasar pengembangan program psikoedukatif yang berbasis data empiris.

Dalam praktik Bimbingan dan Konseling, diperlukan pendekatan yang tidak hanya bersifat reaktif terhadap permasalahan, tetapi juga proaktif dan holistik dalam memahami kebutuhan individu, lingkungan, serta dinamika perkembangan mereka. Pendekatan seperti ini sejalan dengan temuan Apriyanti dan Gutara (2025) yang menekankan pentingnya strategi holistik berbasis integrasi penilaian potensi dan pengembangan kemampuan dalam memberikan layanan BK yang lebih bermakna dan kontekstual.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan persepsi dan strategi orang tua dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai pada anak, sebagai kontribusi awal dalam merancang layanan Bimbingan dan Konseling Keluarga yang responsif terhadap isu digital parenting dan pengasuhan berbasis pemahaman menyeluruh atas kondisi anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif eksplanatori, yang bertujuan untuk menggambarkan strategi orang tua dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai pada anak. Desain ini dipilih karena sesuai untuk mengeksplorasi fenomena aktual yang terjadi dalam konteks keluarga dan pengasuhan digital, serta menyajikan gambaran faktual mengenai persepsi dan tindakan orang tua dalam merespons kecenderungan penggunaan gawai secara berlebihan oleh anak.

Subjek dalam penelitian ini adalah orang tua yang terdiri atas tiga kategori, yaitu ibu, ayah, dan wali, yang memiliki anak usia sekolah dasar hingga awal remaja. Sebanyak 20 responden diperoleh melalui teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi: (1) merupakan pengasuh aktif yang mendampingi anak sehari-hari, dan (2) bersedia berpartisipasi secara sukarela. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup berbasis skala Likert yang mencakup empat aspek utama, yaitu: pola penggunaan gawai (PPG), dampak penggunaan gawai (DPG), pandangan orang tua (POT), dan strategi pengelolaan gawai (SPG). Setiap aspek terdiri atas sejumlah item yang disusun berdasarkan telaah literatur praktis dan diskusi dengan ahli dalam bidang parenting dan konseling keluarga.

Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui formulir elektronik guna memudahkan distribusi dan menjangkau responden secara lebih luas. Responden diberikan petunjuk pengisian yang jelas, dan sistem pengisian dikendalikan agar tidak terjadi pengisian ganda melalui identifikasi email dan pengaturan akses tunggal. Proses pengumpulan berlangsung selama dua minggu. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan pendekatan statistik deskriptif untuk menghitung nilai rata-rata, standar deviasi, minimum, dan maksimum dari setiap aspek. Selain itu, distribusi data divisualisasikan dalam bentuk histogram untuk melihat pola persebaran skor responden. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.19.3 (JASP Team, 2025), yang mendukung replikasi data dan pengolahan visual berbasis GUI. Analisis tidak melibatkan uji hipotesis maupun inferensi statistik, mengingat sifat penelitian yang bersifat eksploratif pada tataran deskriptif awal.

Sebelum digunakan, instrumen penelitian telah melalui uji coba terbatas untuk memastikan kejelasan redaksi item dan konsistensi pemahaman responden, meskipun belum dilakukan validasi formal karena fokus utama terletak pada eksplorasi awal fenomena. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi pijakan awal dalam pengembangan program psikoedukatif di layanan Bimbingan dan Konseling Keluarga, khususnya dalam merespons isu adiksi gawai dan pengasuhan digital yang adaptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis menunjukkan bahwa dari empat aspek yang diteliti—pola penggunaan gawai (PPG), dampak penggunaan gawai (DPG), pandangan orang tua (POT), dan strategi pengelolaan gawai (SPG)—aspek strategi pengelolaan menempati posisi tertinggi dengan rata-rata persentase 79%, diikuti oleh pola penggunaan sebesar 77%, pandangan orang tua 74%, dan dampak penggunaan gawai 73%. Secara keseluruhan, rerata persentase dari seluruh aspek adalah 76%. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum, orang tua memiliki keterlibatan yang cukup tinggi dalam mengelola penggunaan gawai anak. Rincian hasil ini disajikan pada Tabel 1.

Aspek yang Diukur	Rata-rata (%)
Pola Penggunaan Gawai	77%
Dampak Penggunaan Gawai	73%
Pandangan Orang Tua	74%
Strategi Pengelolaan Gawai	79%
Rata-rata Keseluruhan	76%

(Sumber: Data primer, diolah oleh peneliti)

Tabel 1. Rata-rata Persentase Tiap Aspek Penggunaan Gawai Anak

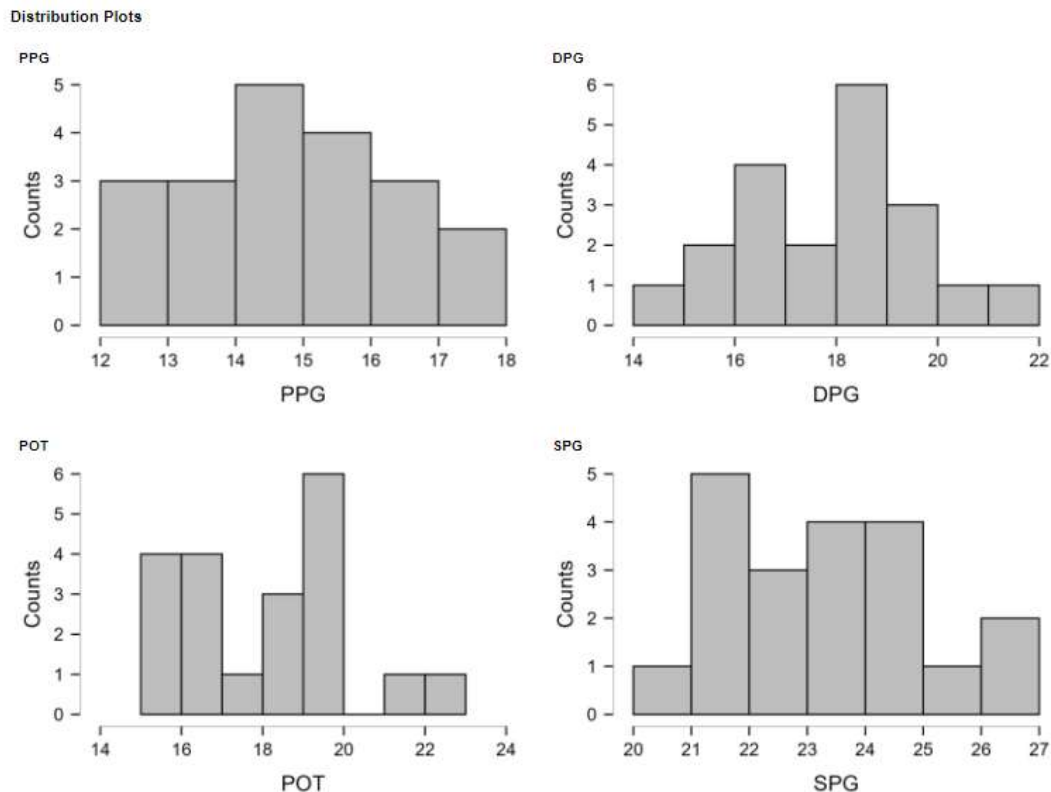
Analisis statistik deskriptif terhadap skor mentah juga dilakukan untuk mengetahui karakteristik persebaran data dari masing-masing variabel. Hasilnya menunjukkan bahwa strategi pengelolaan gawai (SPG) memiliki mean 23.75 dari maksimum 27, sedangkan aspek lain berada di kisaran 15.30 hingga 18.50. Nilai standar deviasi tertinggi terdapat pada aspek pandangan orang tua ($SD = 2.21$), sedangkan terendah pada aspek pola penggunaan ($SD = 1.66$), sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 2.

Descriptive Statistics				
	PPG	DPG	POT	SPG
Valid	20	20	20	20
Missing	0	0	0	0
Mean	15.300	18.350	18.500	23.750
Std. Deviation	1.658	1.899	2.212	1.832
Minimum	12.000	14.000	15.000	20.000
Maximum	18.000	22.000	23.000	27.000
Sum	306.000	367.000	370.000	475.000

(Sumber: Data primer, diolah oleh peneliti, JASP)

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skor Total per Aspek Penggunaan Gawai

Selain itu, distribusi skor tiap aspek ditampilkan dalam bentuk histogram pada Gambar 1. Distribusi variabel PPG dan SPG tampak cenderung merata (simetris), sedangkan POT menunjukkan distribusi negatif skew, dan DPG sedikit condong ke arah positif skewness.



Gambar 1. Distribusi Skor Responden pada Variabel PPG, DPG, POT, dan SPG

Pembahasan

Temuan ini menegaskan bahwa sebagian besar orang tua telah memiliki strategi nyata dan terukur dalam mengelola penggunaan gawai pada anak. Hal ini tercermin dari tingginya nilai rata-rata pada aspek SPG baik dalam bentuk persentase (79%) maupun skor total (23.75 dari maksimum 27). Strategi ini mencakup pembatasan durasi, seleksi konten, hingga komunikasi dua arah antara orang tua dan anak. Temuan ini mendukung hasil studi sebelumnya oleh Miranti dan Putri (2021) yang menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua berpengaruh signifikan terhadap regulasi digital anak.

Namun demikian, aspek dampak penggunaan gawai menunjukkan nilai rata-rata paling rendah (73%) dengan sebaran skor yang lebar, menunjukkan bahwa efektivitas strategi pengelolaan belum sepenuhnya menekan dampak negatif gawai. Hal ini sejalan dengan temuan Harsela dan Qalbi (2020) bahwa anak-anak tetap berisiko mengalami penurunan konsentrasi dan gejala kecanduan meskipun orang tua sudah menerapkan batasan.

Menariknya, aspek pandangan orang tua (POT) meskipun rata-rata skornya cukup tinggi, menunjukkan nilai standar deviasi tertinggi. Ini menandakan bahwa kesadaran dan sikap terhadap peran orang tua dalam pengasuhan digital masih sangat bervariasi. Beberapa orang tua menunjukkan kesadaran tinggi, sementara yang lain tampaknya masih permisif atau minim kontrol. Temuan ini memperkuat pentingnya edukasi mengenai parenting digital sebagai bagian dari layanan Bimbingan dan Konseling Keluarga.

Sebagaimana ditegaskan oleh Apriyanti dan Gutara (2025), strategi konseling berbasis keluarga perlu mengintegrasikan pendekatan holistik dan kontekstual yang menggabungkan pemetaan potensi dan penguatan peran pengasuh. Pendekatan semacam ini memungkinkan

intervensi yang bukan hanya bersifat informatif, tetapi juga transformasional dalam mengubah pola pikir dan perilaku orang tua.

Kaitannya dengan temuan Hesta et al. (2025), dukungan emosional dan orientasi tujuan keluarga berperan penting dalam mendorong anak untuk membangun perilaku digital yang sehat. Oleh karena itu, hasil penelitian ini merekomendasikan agar program BK keluarga tidak hanya fokus pada kontrol penggunaan gawai, tetapi juga membangun ekosistem sosial yang mendukung, di mana pandangan, strategi, dan kedekatan emosional antara orang tua dan anak dapat berjalan secara sinergis.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua, baik ibu, ayah, maupun wali, memiliki tingkat keterlibatan yang cukup tinggi dalam menghadapi tantangan penggunaan gawai pada anak. Aspek strategi pengelolaan gawai menempati posisi tertinggi dibandingkan aspek lainnya, mengindikasikan bahwa mayoritas responden telah menerapkan tindakan konkret seperti pembatasan durasi, pemilihan konten, dan pengawasan penggunaan gawai anak. Meski demikian, masih terdapat variasi yang signifikan dalam pandangan orang tua terhadap penggunaan gawai, yang menunjukkan bahwa tidak semua responden memiliki kesadaran dan sikap reflektif yang sama. Selain itu, dampak penggunaan gawai masih dirasakan oleh sebagian anak, yang menandakan bahwa efektivitas strategi pengelolaan belum sepenuhnya optimal.

Temuan ini memberikan implikasi penting bagi layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam pengembangan program psikoedukatif berbasis keluarga yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membangun kapasitas orang tua sebagai fasilitator utama dalam pengasuhan digital. Aplikasi praktis dari penelitian ini dapat diwujudkan dalam bentuk modul pelatihan, kelas parenting digital, atau konseling keluarga yang menekankan sinergi antara kesadaran, tindakan, dan dukungan emosional orang tua terhadap anak. Ke depan, penelitian serupa dapat dikembangkan dengan jumlah responden yang lebih besar serta pendekatan campuran (mixed-method) untuk menggali lebih dalam aspek kualitatif dari strategi pengasuhan yang diterapkan dalam menghadapi era digital.

REFERENSI

- Apriyanti, Y., & Gutara, M. Y. (2025). Strategi holistik bimbingan konseling untuk penempatan dan penyaluran optimal dalam karier melalui integrasi pendekatan penilaian potensi dan pengembangan kemampuan. *Journal of Psychology and Education Counseling (JPEC)*, 1(1), 37–42. <https://doi.org/10.64624/jpec.v1i1.10>
- Asmarani, M., Putri, A. F., & Indrawati, I. (2023). Pengaruh permainan puzzle terhadap perkembangan motorik halus anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 45–54. <https://doi.org/10.21009/JPUD.123.05>
- Fauziah, N., Hidayah, N., & Gunawan, H. (2023). Gadget sebagai media pembelajaran anak usia dini: Dampak dan peran orang tua. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 112–122. <https://doi.org/10.31227/osf.io/j43fn>
- Fitriyani, N., Kurniawan, A. A., & Anggraeni, D. (2022). Digital parenting dan pengaruhnya terhadap perilaku penggunaan gawai anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2102–2111. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1742>
- Hamidah, H., & Purnamasari, D. (2018). Efektivitas penggunaan media gadget terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Golden Age*, 2(2), 77–88. <https://doi.org/10.29408/gold.v2i2.781>

- Harsela, N., & Qalbi, M. (2020). Dampak kecanduan gadget terhadap konsentrasi belajar anak usia sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 105–113. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jppk/article/view/11064>
- Hesta, O. Y., Gutara, M. Y., Kiranida, O., & Rizanty, R. (2025). Pengaruh dukungan teman sebaya dan orientasi tujuan terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII SMP As-Syarifah Jonggol. *Journal of Psychology and Education Counseling (JPEC)*, 1(1). <https://doi.org/10.64624/jpec.v1i1.9>
- Indrawati, M. S., & Wibowo, M. E. (2021). Peran orang tua dalam membentuk literasi digital anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 7(1), 51–58. <https://doi.org/10.24815/pa.v7i1.21474>
- Mardiana, H., & Prasetyo, H. (2021). Pengaruh intensitas penggunaan gawai terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Jurnal PAUD Teratai*, 10(2), 87–95. <https://doi.org/10.31004/teratai.v10i2.123>
- Mashrah, F. (2017). Pengaruh penggunaan gawai terhadap perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 2(1), 33–44. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/paud/article/view/9123>
- Miranti, I., & Putri, E. A. (2021). Dampak penggunaan gadget terhadap perilaku sosial anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1728–1737. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.878>
- Mustikasari, N. A. (2023). Peran bimbingan dan konseling keluarga dalam mengatasi kecanduan gawai pada anak. *Jurnal Konseling Keluarga*, 2(1), 59–68. <https://doi.org/10.1234/jkk.v2i1.2023>
- Nugraha, R. A., & Lestari, T. (2019). Pengaruh durasi penggunaan gawai terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 65–74. <https://doi.org/10.21009/jpaud.v8i2.1432>
- Putra, F. R., & Kurniawati, E. (2020). Analisis penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal PAUD*, 11(1), 34–42. <https://doi.org/10.23969/paud.v11i1.2289>
- Romadhon, A., Fikri, M. H., & Rohana, A. (2024). Penggunaan gadget berlebihan dan dampaknya terhadap perkembangan belajar anak usia dini. *Jurnal Psikologi Anak*, 9(1), 14–23. <https://doi.org/10.20473/jpa.v9i1.2024>
- Sandi, R., & Ramadhan, B. (2022). Pengaruh usia awal penggunaan gawai terhadap keterlambatan bicara anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 113–121. <https://doi.org/10.1234/jpaud.v6i2.2022>
- Siregar, R. L., & Yaswinda, Y. (2022). Perilaku penggunaan gadget dan pengaruhnya terhadap perkembangan anak usia dini. *Jurnal PAUD*, 10(1), 23–32. <https://doi.org/10.21009/jpaud.10i1.03>
- Utami, W. D., & Mahfud, I. (2022). Hubungan durasi penggunaan gadget dengan keterampilan sosial anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 89–98. <https://doi.org/10.23887/paud.v7i2.48214>