

Psikoedukasi Pola Pengasuhan di Era Digital pada Anak

Risca Aulia¹, Katrim Alifa Putrikit²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Politik, Universitas Abdurrah, Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia²

risca.aulia@univrab.ac.id¹

Abstrak

Kata Kunci:

Psikoedukasi, Pola Pengasuhan, Era Digital.

Perkembangan teknologi di era globalisasi terjadi dengan sangat cepat. Seringkali manusia kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan kemajuan tersebut, terutama pada anak. Gadget memiliki dampak positif dan dampak negatif pada anak yang mempengaruhi proses perkembangannya. Upaya-upaya yang dapat dilakukan sebagai solusi untuk menanggulangi dampak negatif dari kemajuan teknologi adalah dengan menanamkan kesadaran kepada orang tua tentang pentingnya memahami dampak negatif kemajuan teknologi yang berkaitan dengan pola pengasuhan. Orang tua belum mempunyai aturan penggunaan gadget pada anak dan belum memahami bahaya atau dampak negatif dari gadget. Oleh karena itu, diperlukan pemberian program psikoedukasi pola pengasuhan era digital yang dapat diterapkan orang tua pada anak. Subjek pada penelitian ini sebanyak 20 orang tua di Dukuh X. Tujuan penelitian yaitu mengetahui pengaruh psikoedukasi pola pengasuhan di era digital dalam meningkatkan pengetahuan orang tua terkait aturan menggunakan gadget pada anak. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dan dianalisis menggunakan uji Freadman. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$) antara skala pretest, posttest, dan *follow up* setelah diberikannya intervensi pola pengasuhan di era digital dengan nilai chi-square hitung $>$ dari pada chi-square tabel 5,991, artinya ada perbedaan rata-rata peningkatan pengetahuan peserta pada ketiga waktu pengukuran.

Abstract

Key Word:

Psychoeducation, Parenting Patterns, Digital Era.

The development of technology in the era of globalization occurs very quickly. It is often difficult for humans to adjust to these advances, especially children. Gadgets have positive and negative impacts on children that affect their development process. Efforts that can be made as a solution to overcome the negative impact of technological advances are to instill awareness to parents about the importance of understanding the negative impact of technological advances related to parenting patterns. Parents do not have rules for the use of gadgets in children and do not understand the dangers or negative impacts of gadgets. Therefore, it is necessary to provide a psychoeducation program on digital era parenting patterns that parents can apply to their children. The subjects in this study were 20 parents in Dukuh X. The purpose of the study was to determine the effect of psychoeducation on parenting patterns in the digital era in increasing parents' knowledge regarding the rules for using gadgets in children. The research method used was quantitative method and analyzed using the Freadman test. The results of the analysis showed that there was a significant difference ($p < 0.05$) between the pretest, posttest, and follow-up scales after the intervention of parenting patterns in the digital era with a calculated chi-square value $>$ than the chi-square table of 5.991, meaning that there was a difference in the average increase in knowledge of participants at the three measurement times.

Copyright © 2025 Risca Aulia, Katrim Alifa Putrikit

This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat di era digital ini telah membawa dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia, salah satunya adalah penggunaan gadget. Menurut Derry (2003), gadget adalah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis untuk membantu pekerjaan manusia. Gadget, yang awalnya dirancang untuk mempermudah komunikasi dan memberikan akses informasi, kini telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, tidak terkecuali bagi anak-anak. Di banyak negara, termasuk Indonesia, penggunaan gadget di kalangan anak-anak semakin meluas, baik untuk keperluan pendidikan maupun hiburan. Penggunaan gadget harus diawasi dengan baik karena jika digunakan secara berlebihan dapat menimbulkan efek negatif bagi penggunanya, terutama dalam hal interaksi sosial. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, rata-rata durasi penggunaan gadget dalam sehari mencapai 2 hingga 3 jam. Aktivitas yang dominan dilakukan dengan gadget meliputi berkomunikasi, seperti mengirim pesan singkat, melakukan panggilan telepon, mengirim email, mengakses internet, menggunakan

media sosial, bermain game, dan mengunduh berbagai konten (Rosiyanti dan Muthmainnah, 2018).

Fenomena ini menimbulkan kekhawatiran, terutama terkait dampaknya terhadap kondisi psikologis anak. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak. Anak-anak yang terlalu sering terpapar layar gadget cenderung lebih sulit untuk fokus, mengalami gangguan tidur, serta memiliki kecenderungan untuk merasa cemas atau depresi. Selain itu, interaksi sosial anak juga bisa terhambat, karena lebih banyak waktu yang dihabiskan untuk berinteraksi dengan perangkat digital daripada berinteraksi langsung dengan teman sebaya atau keluarga. Penggunaan gadget secara berlebihan pada anak dapat menimbulkan dampak negatif, seperti menurunnya kemampuan konsentrasi dan meningkatnya ketergantungan anak dalam menyelesaikan tugas yang seharusnya bisa mereka lakukan secara mandiri. Selain itu, kemudahan akses internet melalui gadget membuat anak terpapar berbagai konten yang belum sesuai dengan usia mereka. Banyak anak yang mulai mengalami kecanduan gadget sehingga mengabaikan interaksi sosial di lingkungan sekitar, yang dapat berdampak pada kondisi psikologis, seperti krisis kepercayaan diri, serta memengaruhi perkembangan fisik mereka (Yumarni, 2022).

Meskipun gadget memiliki potensi positif sebagai alat pembelajaran, penggunaan yang tidak terkontrol dapat berdampak buruk pada perkembangan psikologis anak, seperti menurunnya kemampuan dalam bersosialisasi, meningkatnya tingkat stres, hingga gangguan pada kesehatan mental. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian lebih dalam mengatur penggunaan gadget pada anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan seimbang, baik secara fisik maupun psikologis. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 5-25% anak berusia 3-5 tahun yang terpapar penggunaan smartphone mengalami gangguan perkembangan. Dalam beberapa tahun terakhir, berbagai masalah perkembangan pada anak, seperti keterlambatan dalam kemampuan motorik, bahasa, dan perilaku sosial, menunjukkan peningkatan yang signifikan. Diperkirakan sekitar 9,5% hingga 14,2% anak usia 3-5 tahun mengalami masalah sosial-emosional yang berdampak negatif terhadap perkembangan mereka, termasuk kesiapan untuk memasuki dunia sekolah. Di Asia, yang merupakan benua dengan populasi terbesar di dunia, tercatat ada sekitar 1,08 miliar pengguna internet melalui smartphone (Agustina & Hermansyah, 2020).

Dalam era digital yang semakin berkembang, penggunaan gadget telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak. Gadget, seperti smartphone, tablet, dan komputer, menawarkan berbagai kemudahan dalam mengakses informasi, hiburan, serta sarana komunikasi. Namun, di balik manfaatnya, penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat membawa dampak negatif, seperti kecanduan, gangguan tidur, penurunan kemampuan sosial, serta berkurangnya interaksi langsung dengan lingkungan sekitar. Anak-anak yang menghabiskan waktu berlebihan di depan layar berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk gangguan postur tubuh, nyeri pada punggung dan leher, serta ketegangan mata (Sefianti, Hawa, & Blagov, 2023).

Pola asuh orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan bagaimana anak menggunakan gadget dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan tanpa batasan yang jelas, yang dapat menyebabkan anak lebih rentan terhadap dampak negatif penggunaan gadget. Sebaliknya, pola asuh otoriter yang terlalu ketat juga dapat menimbulkan resistensi dari anak dan meningkatkan rasa ketergantungan secara diam-diam. Pola asuh yang ideal dalam menghadapi era digital adalah pola asuh demokratis, di mana orang tua memberikan bimbingan yang seimbang, menetapkan aturan yang jelas, serta tetap memberikan ruang bagi anak untuk mengeksplorasi dunia digital dengan pengawasan yang sesuai. Pola asuh yang melibatkan penggunaan gadget dapat memberikan dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Ketergantungan orang tua pada gadget dalam mengasuh anak secara terus-menerus membuat anak menjadi sulit atau bahkan tidak mampu melepaskan diri dari penggunaan gadget. Jika orang tua mampu memahami dan menerapkan pola asuh yang positif, hal ini akan membantu mereka dalam mendidik anak serta membentuk karakter positif bagi anak di masa depan. Pengetahuan tentang pola asuh ini dapat diperoleh melalui pelatihan, selain itu juga dapat dipelajari dari berbagai sumber seperti buku, artikel di majalah, atau berdiskusi dengan sesama orang tua. Namun, banyak orang tua yang mengabaikan hal ini dengan alasan kesibukan dan kurangnya waktu untuk mendampingi anak bermain setiap hari, sehingga memilih cara yang lebih praktis dalam mengasuh anak, salah satunya dengan memberikan gadget (Aesong, 2023).

Banyak orang tua bekerja memberikan gadget sebagai pengalihan untuk anak agar orang tua bisa bekerja dengan maksimal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Santoro dan Heikal (2023), penelitian ini mengeksplorasi perilaku orang tua muda yang keduanya bekerja dalam memberikan gadget kepada anak balita. Ditemukan bahwa karena keterbatasan waktu, orang tua cenderung menggunakan gadget sebagai sarana untuk mengalihkan perhatian anak dan memberi waktu bagi mereka untuk beristirahat setelah bekerja.

Selain itu, faktor lain yang turut berpengaruh adalah tingkat literasi digital orang tua. Orang tua yang memahami risiko dan manfaat teknologi dapat lebih bijak dalam mengarahkan anak dalam penggunaan gadget. Dengan menerapkan aturan seperti pembatasan waktu penggunaan, memilih konten yang sesuai, serta mendorong aktivitas alternatif yang lebih bermanfaat, orang tua dapat membantu anak mengembangkan kebiasaan digital yang sehat. Untuk mengurangi dampak negatif dari penggunaan gadget, orang tua perlu mendidik dan membimbing anak sejak dini melalui sikap dan perilaku yang dapat dijadikan contoh. Keluarga disarankan untuk lebih memperhatikan penggunaan gadget anak di rumah dengan menetapkan batasan waktu bermain gadget. Hal ini dapat diimbangi dengan mengajak anak melakukan aktivitas menarik, seperti bermain di luar ruangan, berolahraga, bermain musik, atau bersosialisasi dengan teman sebaya (Hidayatuladkia, Kanzunnudin, Ardianti, 2021).

Mengingat masalah yang dihadapi oleh banyaknya anak terkait penggunaan gadget karena kurangnya peran orang tua, penting untuk mengimplementasikan intervensi psikoedukasi pola pengasuhan di era digital pada anak. Dengan adanya intervensi ini, diharapkan para orang tua dapat mengimplementasikan penggunaan gadget yang tepat pada anak sehingga resiko kecanduan gadget pada anak menurun.

Psikoedukasi adalah intervensi yang dapat diterapkan pada individu, keluarga, dan kelompok dengan tujuan utama mendidik peserta tentang tantangan dalam hidup, membantu mereka mengembangkan sumber dukungan sosial, dan mengembangkan keterampilan koping untuk menghadapi tantangan tersebut (Griffith, 2010). Psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman tentang suatu masalah, mengembangkan keterampilan mengelola emosi, serta memperkuat dukungan sosial. Psikoedukasi untuk orang tua terkait penggunaan gadget pada anak bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam mengelola dampak positif dan negatif dari penggunaan teknologi. Dalam konteks ini, psikoedukasi tidak hanya berfokus pada pembatasan penggunaan gadget, tetapi juga pada bagaimana orang tua dapat mendampingi anak secara efektif.

Penelitian Zakiah, Handayani, dan Rahmawati (2022) menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola pengasuhan di era digital. Salah satu contohnya adalah program psikoedukasi yang dilaksanakan di Desa Pasirtanjung, Tanjungsari, Bogor. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya pengasuhan positif dalam mendukung tumbuh kembang anak di era digital. Melalui metode seperti ceramah berbasis multimedia, diskusi, dan pemberian media edukatif seperti leaflet dan poster, orang tua diberikan pemahaman tentang penerapan pengasuhan positif yang tepat di era digital. Hasilnya, orang tua menjadi lebih sadar dan memahami pentingnya pengasuhan positif serta cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Lubis, Rosyida dan Solikhatin (2019) juga menyoroti pentingnya psikoedukasi dalam membantu orang tua memilih pola asuh yang efektif di era digital. Melalui penyuluhan yang berlangsung selama 120 menit kepada 50 orang tua dan guru di Kecamatan Sungai Pinang serta Kantor Pemberdayaan Perempuan Provinsi Kalimantan Timur, peserta diberikan pemahaman tentang pengaruh gadget pada perkembangan anak, faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan gadget, dan pemilihan pola asuh yang efektif. Setelah mengikuti penyuluhan, orang tua lebih memahami pentingnya pengawasan dan komunikasi internal keluarga untuk melindungi anak dari dampak negatif penggunaan perangkat digital.

Peran orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget berbeda sesuai dengan tingkat pendidikan anak. Pada anak usia SD atau setara, pengawasan dilakukan secara ketat, mencakup kontrol terhadap durasi penggunaan serta akses konten di gadget. Sementara itu, pada tingkat SMP atau setara, pengawasan masih dilakukan, tetapi tidak seketat saat anak berada di jenjang sekolah dasar, dengan memberi ruang lebih untuk kemandirian namun tetap dalam pengawasan yang bijak (Hidayatuladkia, Kanzunnudin, Ardianti, 2021).

Oleh karena itu, diperlukan kesadaran serta strategi pola asuh yang tepat agar penggunaan gadget dapat memberikan manfaat optimal bagi anak tanpa mengorbankan perkembangan sosial, emosional, dan kognitif mereka. Dengan demikian, orang tua berperan sebagai fasilitator yang tidak hanya membatasi, tetapi juga mengedukasi anak dalam memanfaatkan teknologi secara positif dan bertanggung jawab. Berdasarkan penjelasan-penjelasan tersebut, tujuan dari penelitian ini untuk melihat pengaruh psikoedukasi pola pengasuhan di era digital dalam meningkatkan pengetahuan orang tua terkait aturan mempergunakan gadget pada anak

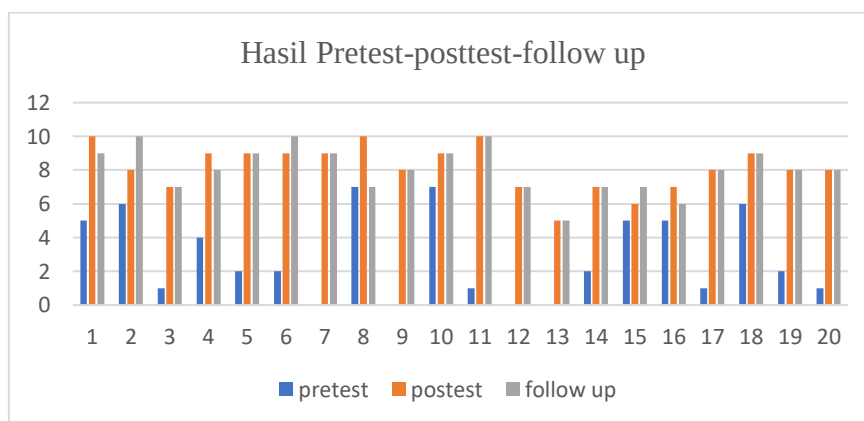
METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh program psikoedukasi pola pengasuhan di era digital dalam meningkatkan pengetahuan orang tua terkait aturan mempergunakan *gadget* pada anak. Prosedur pelaksanaan Psikoedukasi dilakukan selama 1 hari dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Teknik analisis data kuantitatif menggunakan analisis Uji Freadman yaitu mendeteksi perbedaan perlakuan pada beberapa kali percobaan pengujian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala pola pengasuhan di era digital melalui

modul yang diadaptasi dari modul *parenting* di era digital (Kemenpppa, 2017). Pengumpulan data juga dilakukan dengan *Focus Group Discussion* (FGD), observasi, skala dan wawancara sebagai asesmen awal. Hasil validitas dan reliabilitas skala menunjukkan hasil memuaskan dan memiliki nilai reliabilitas (KR-20) sebesar 0,74 ($0,74 > 0,70$). Artinya, aitem-aitem yang digunakan dapat dikatakan reliabel. Setelah dilakukan seleksi butir maka nilai reliabilitas (KR-20) meningkat menjadi 0,75. Skala pola pengasuhan di era digital diberikan kepada 20 orang tua sebagai skala pre test. Setelah itu, orang tua diberikan psikoedukasi pola pengasuhan di era digital. Pasca psikoedukasi diberikan, orang tua diberikan skala post test dan setelah 2 minggu psikoedukasi juga diberikan skala follow up.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada perubahan yang signifikan pengetahuan orang tua setelah diberikannya psikoedukasi. Berdasarkan hasil kategorisasi yang dimiliki oleh peserta, dapat diketahui bahwa sebelum diberikannya psikoedukasi skor *pretest* pada kategori rendah sebanyak 12 orang, pada kategori sedang sebanyak 6 orang dan kategori tinggi sebanyak 2 orang. Setelah diberikannya intervensi dan *posttest*, diketahui adanya perubahan skor dan kategori, yaitu kategori sedang sebanyak 2 orang dan kategori tinggi sebanyak 18 orang, setelah itu diberikan skala *follow up* dengan hasil kategori sedang sebanyak 2 orang dan kategori tinggi sebanyak 18 orang. Berikut terlihat hasil *pretest*, *posttest* dan *follow up* pengetahuan setelah diberikan psikoedukasi.



Grafik 1. Grafik Perbandingan Hasil Pretest, Posttest dan Follow Up

Dilihat dari grafik diatas terlihat perbandingan antara *pretest*, *posttest* dan *follow up* dimana garis biru adalah *pretest* dan garis orange adalah *post test* dan garis abu-abu adalah *follow up*. Dibawah ini merupakan hasil perhitungan statistic untuk melihat adakah perbedaan antara *pretest*, *posttest* dan *follow up* :

Tabel 1. Hasil perhitungan Uji Friedman

Skala	N	Chi-Square	df	Asymp. Sig
<i>Pretest – posttest – follow up</i>	20	34.636	2	0.000

Berdasarkan hasil uji analisis *Friedman*, ditemukan perbedaan pengetahuan pola pengasuhan di era digital sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai Asymp. Sig adalah sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara skala pretest, posttest, dan *follow up* setelah diberikannya intervensi pola pengasuhan di era digital. Dari tabel hasil perhitungan uji Friedman tersebut, diketahui nilai chi-square hitung sebesar 34,636. Sementara nilai Chi-square tabel adalah 5,991. Karena nilai chi-square hitung $34,636 > \text{chi-square tabel } 5,991$, artinya ada perbedaan rata-rata peningkatan pengetahuan peserta pada ketiga waktu pengukuran. Jadi dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi pola pengasuhan di era digital benar-benar dapat meningkatkan pengetahuan peserta.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berperan penting dalam meningkatkan pemahaman orang tua tentang pola asuh yang efektif di era digital. Sebelum intervensi, banyak orang tua yang cenderung menggunakan gadget sebagai alat untuk menenangkan anak atau mengalihkan perhatian, tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Azamiah, Agustiani, dan Pebriani (2023) yang menunjukkan psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai penggunaan gadget pada anak usia dini.

Setelah menerima psikoedukasi, orang tua lebih sadar akan pentingnya menetapkan aturan yang jelas mengenai durasi dan jenis konten yang dapat diakses anak. Mereka juga mulai mengadopsi pendekatan yang lebih aktif dalam mendampingi anak saat menggunakan gadget, serta mendorong kegiatan alternatif yang bersifat fisik dan sosial, seperti bermain di luar ruangan, berolahraga, atau berinteraksi dengan teman sebaya.

Selain itu, psikoedukasi membantu orang tua memahami bahwa pola asuh yang positif tidak hanya berfokus pada pengawasan, tetapi juga pada pemberian contoh perilaku yang baik, komunikasi efektif, dan dukungan emosional. Hal ini terbukti dari peningkatan signifikan dalam penerapan strategi pengasuhan yang lebih responsif dan adaptif di kalangan peserta penelitian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2022) yaitu ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman para orang tua tentang pola asuh efektif anak di Era Digital.

Materi yang disampaikan pada psikoedukasi meliputi kemajuan teknologi, perilaku anak milenial (Digital Native), pengertian gadget, data pengguna gadget, durasi anak bermain gadget, akses bermain gadget, dampak negatif gadget, dampak psikologis gadget, ciri anak yang kecanduan gadget, tips mengurangi kecanduan gadget dengan berkomunikasi dengan anak tentang gadget, membuat aturan dengan anak, keterampilan menghadapi era digital, mengajarkan sisi positif dari gadget dan tips pencegahan. Dari hasil intervensi terlihat bahwa peserta mendapatkan pengetahuan tentang pola pengasuhan di era digital, yaitu terlihat dari beberapa pernyataan-pernyataan yang telah diisi oleh peserta. Dari sebagian peserta kurang mengetahui tentang kemajuan teknologi, perilaku anak milenial (digital native), pengertian gadget, akses anak bermain gadget, dampak psikologis gadget, ciri anak yang kecanduan gadget, mengurangi kecanduan gadget dengan berkomunikasi dengan anak tentang gadget, mengajarkan sisi positif dari gadget, tips pencegahan, dan intervensi mengatasi kecanduan gadget. Namun setelah diberikannya intervensi, peserta jadi mengetahui tentang materi tersebut, dimana pada awalnya peserta banyak salah, namun setelah diberikan intervensi skor yang didapatkan peserta menjadi semakin meningkat. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa intervensi psikoedukasi dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pola asuh orang tua di era digital, sehingga dapat mendukung perkembangan anak yang lebih sehat secara fisik, emosional, dan sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis intervensi terdapat perbedaan yang signifikan sebelum diberikan intervensi dengan setelah diberikan intervensi. Sebelum intervensi, terlihat dari hasil *pretest* bahwa peserta masih kurang memahami kemajuan teknologi, perilaku anak milenial (digital native), pengertian gadget, akses anak bermain gadget, dampak psikologis gadget, ciri anak yang kecanduan gadget, mengurangi kecanduan gadget dengan berkomunikasi dengan anak tentang gadget, mengajarkan sisi positif dari gadget, tips pencegahan, dan intervensi mengatasi kecanduan gadget. Setelah diadakannya intervensi dan diberikan *posttest* dan *follow up* terlihat hasil angket pengetahuan peserta meningkat. Keterlibatan, keaktifan, ketertarikan dan antusiasme peserta dalam pemberian psikoedukasi dapat menambah pengetahuan peserta sehingga peserta dapat mengontrol pemberian gadget pada anak.

DAFTAR REFERENSI

- Aesong, I.D. (2023). Pola Pengasuhan Anak Di Tengah Maraknya Penggunaan Gadget. *Bomba Jurnal Pembangunan Daerah*. 60-72
- Agustina., Hermansyah. (2020). Study Case Control Penggunaan Smartphone Berdasarkan Karakteristik Anak Usia 3-6 Tahun di Kecamatan Peusangan Labupaten Bireuen. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*
- Andriani, R. (2022). Psikoedukasi tentang Pola Asuh Efektif Anak di Era Digital. *Khidmah.ikestmp.ac.id*. 4. (2). 602-607
- Azamiah, M.Z.K., Agustiani, H., Pebriani, L.V.(2023). Program Psikoedukasi Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 234-244
- Derry. (2023). *The Practical Use of Electronic Devices in Modern Life*. Jakarta: Tech Insight Publications.
- Griffith, J. (2010). *Psychoeducation as an Intervention for Mental Health: Enhancing Coping Strategies and Social Support*. New York: Mental Health Press.
- Hidayatuladkia, S.T., Kanzunnudin, M., Ardianti, S.D. (2021). Peran Orang tua dalam Mengontrol Penggunaan Gadget pada Anak Usia 11 Tahun. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*. 5. (3). 363-372
- Kemenpppa. (2017). *Modul Pelatihan Parenting di Era Digital*. ISBN; Jakarta
- Lubis, H., Rosyida, S., & Sholikhatin, N. (2019). Pola Asuh Efektif di Era Digital: Studi Kasus di Kecamatan Sungai Pinang, Kalimantan Timur. *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*. 1(2). 102–190.
- Rosiyanti, H., & Muthmainnah, R.H. (2018). Penggunaan Gadget sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar pada Mata Kuliah Matematika Dasar. *Fibonacci Jurnal Pendidikan Matematika dan Matematika*. 4.(1). 25-35
- Santoro, R., & Heikal, J. (2023). Perilaku Pola Asuh Pasangan Muda yang Memberikan Gadget kepada Anak Balita: Studi Etnografi pada Kedua Orang Tua Muda yang Sama-sama Bekerja. *Jurnal Media*

Akademik (JMA), 2(11).

Yumarni, F. (2022). Pengaruh Gadget terhadap Anak Usia Dini. *Jurnal Literasiologi*. 8. (2). 107-119

Zakiah, N., Handayani, S., & Rahmawati, D. (2022). Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Kesadaran Pengasuhan Anak di Era Digital pada Orang Tua di Desa Pasirtanjung, Tanjungsari, Bogor. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat*. DOI <http://dx.doi.org/10.36722/psn.v2il.1544>