

Peran Digital Parenting Terhadap Regulasi Emosi Anak 5-6 Tahun

Fitri Junianti¹, Suyadi², Rohinah³, Nadia Futhira⁴

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta ⁽¹²³⁾

DOI: [10.31004/aulad.v9i3.1647](https://doi.org/10.31004/aulad.v9i3.1647)

✉ Corresponding author:
(fitrijunianti09@gmail.com)

Abstrak

Regulasi emosi merupakan kemampuan penting bagi anak usia dini yang perlu didukung melalui digital parenting di tengah meningkatnya penggunaan media digital. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran digital parenting terhadap regulasi emosi anak usia 5–6 tahun. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus pada satu keluarga di Cipayung, Jakarta Timur. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) pengawasan dilakukan melalui pembatasan durasi, pemantauan konten, dan pendampingan langsung, (2) konten digital memengaruhi emosi dan perilaku anak, (3) media digital dimanfaatkan untuk mengajarkan pengenalan dan pengelolaan emosi; (4) pendampingan digital memperkuat komunikasi emosional orang tua dan anak, (5) gawai digunakan sebagai alat penenang dengan manfaat dan risiko ketergantungan, (6) konsistensi aturan dan keterbatasan waktu menjadi hambatan digital parenting dan (7) digital parenting yang efektif berkontribusi pada penurunan tantrum, peningkatan kemampuan mengungkapkan perasaan, serta perkembangan regulasi emosi anak.

Kata Kunci: *Digital Parenting, Regulasi Emosi, Anak Usia 5–6 Tahun*

Abstract

Emotional regulation is an essential ability in early childhood that needs to be supported through digital parenting amid the increasing use of digital media. This study aims to analyze the role of digital parenting in the emotional regulation of children aged 5–6 years. The study employed a qualitative approach with a case study design involving one family in Cipayung, East Jakarta. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, and were analyzed using the Miles and Huberman interactive model. The findings revealed that (1) parental supervision was carried out through screen-time limits, content monitoring, and direct assistance; (2) digital content influenced children's emotions and behavior; (3) digital media were used to teach emotional recognition and management; (4) digital assistance strengthened emotional communication between parents and children; (5) gadgets were used as a calming tool with both benefits and risks of dependency; (6) consistency in rules and limited time were major challenges in implementing digital parenting; and (7) effective digital parenting contributed to reduced tantrums, improved emotional expression, and better emotional regulation in children.

Keywords: *Digital Parenting, Emotional Regulation, Children Aged 5–6 Years*

Article Info

Copyright (c) 2026 Fitri Junianti, et al.

Received 22 May 2026, Accepted 9 September 2026, Published 21 September 2026

1. PENDAHULUAN

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi (Harahap et al., 2026; Karsela & Sit, 2025). Kemampuan ini menjadi bagian penting dari perkembangan sosial-emosional anak karena membantu anak mengendalikan respons emosional ketika menghadapi berbagai pengalaman dalam kehidupan sehari-hari (Auriza et al., 2025). Dalam teori psikososial, Erikson menjelaskan bahwa pada tahap *Initiative versus Guilt* (3–6 tahun), anak mulai menunjukkan inisiatif dalam berbagai aktivitas, mengembangkan kemampuan mengambil keputusan, berinteraksi dengan lingkungan, serta belajar mengendalikan perilaku dan emosinya (Fikriyyah et al., 2022). Keberhasilan pada tahap ini membantu anak membangun rasa percaya diri, tanggung jawab, dan kemampuan mengelola emosi secara positif (Fatah et al., 2025). Sebaliknya, kurangnya kesempatan untuk mengembangkan inisiatif dapat menimbulkan rasa bersalah, keraguan diri, dan kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara tepat.

Kemampuan regulasi emosi yang baik memberikan dampak positif terhadap perkembangan anak. Anak yang mampu meregulasi emosinya cenderung lebih mudah menjalin hubungan sosial, bekerja sama dengan teman sebaya, mematuhi aturan, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif (Drupadi & Syafrudin, 2019). Sebaliknya, rendahnya kemampuan regulasi emosi dapat menyebabkan anak mudah marah, tantrum, sulit mengendalikan diri, kurang mampu beradaptasi, dan mengalami hambatan dalam interaksi sosial maupun kegiatan belajar (Nur'Afiah et al., 2025). Dengan demikian, regulasi emosi menjadi salah satu aspek penting yang mendukung keberhasilan perkembangan emosi pada anak 4-5 tahun.

Perkembangan regulasi emosi anak saat ini menghadapi tantangan baru seiring meningkatnya penggunaan teknologi digital yang menyebabkan anak usia dini menjadi bagian dari kelompok pengguna teknologi digital (Purnamasari & Verano, 2024). Kehadiran berbagai perangkat digital dalam mengakses internet telah menjadikan teknologi sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari anak, yang mengakibatkan anak kesulitan dalam mengendalikan emosinya. Anak cenderung mudah marah, menangis berlebihan, tantrum, serta mengalami kesulitan beradaptasi ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya. Sehingga diperlukan pendampingan yang tepat agar penggunaannya dapat mendukung perkembangan anak secara optimal (Ahmad et al., 2024). Permasalahan tersebut berkaitan erat dengan peran orang tua dalam mendampingi penggunaan teknologi digital oleh anak. Orang tua tidak hanya berperan sebagai penyedia akses teknologi, tetapi juga sebagai fasilitator, pembimbing, dan pendamping yang mengarahkan anak dalam memanfaatkan media digital secara aman dan sesuai tahap perkembangannya (Yunita et al., 2025). Karena pada usia 4-5 tahun anak masih belum memiliki kemampuan untuk mengontrol penggunaan media digital secara mandiri sehingga memerlukan arahan dan pengawasan dari orang tua (Juliana Sipahutar, 2023). Dalam konteks ini, kualitas pendampingan orang tua berpotensi memengaruhi perkembangan regulasi emosi anak.

Pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital dikenal dengan istilah digital parenting. Digital parenting merupakan strategi pengasuhan yang dilakukan orang tua melalui pengawasan, pendampingan, komunikasi, dan pemberian aturan terkait penggunaan media digital oleh anak (Setiasih & Subur, 2022). Digital parenting tidak hanya berfokus pada pembatasan waktu penggunaan gawai, tetapi juga mencakup keterlibatan aktif orang tua dalam memilih konten yang sesuai serta membangun kebiasaan penggunaan teknologi yang sehat (Astuti et al., 2022). Penerapan digital parenting memiliki berbagai keunggulan, seperti mengurangi risiko kecanduan gadget, meningkatkan kualitas interaksi orang tua dan anak, membantu anak menggunakan teknologi secara bertanggung jawab, serta mendukung perkembangan sosial-emosional anak (Khoirani et al., 2025).

Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa penggunaan media digital pada anak usia 5–6 tahun semakin tinggi, namun belum diimbangi dengan penerapan digital parenting yang optimal. Banyak orang tua masih memberikan akses gawai tanpa batasan waktu yang jelas, pengawasan konten, dan pendampingan yang memadai, sementara sebagian lainnya menerapkan aturan yang tidak konsisten. Kondisi ini menyebabkan anak lebih rentan mengalami ledakan emosi saat penggunaan gawai dihentikan, kesulitan mengendalikan diri, serta ketergantungan pada aktivitas digital. Fenomena

tersebut menunjukkan adanya permasalahan dalam praktik digital parenting yang berpotensi memengaruhi kemampuan regulasi emosi anak, sehingga perlu dikaji lebih mendalam.

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang tidak terkontrol dapat memengaruhi perkembangan sosial-emosional anak. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Nisa et al., 2026) ditemukan bahwa overstimulasi digital berpengaruh terhadap regulasi emosi dan interaksi sosial anak usia dini. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Kamilla et al., 2025) ditemukan bahwa kecanduan gadget menyebabkan anak lebih mudah tantrum dan mengalami kesulitan mengendalikan emosi. Hal ini juga serupa yang dilakukan oleh (Lestari et al., 2024) juga menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berkaitan dengan rendahnya kemampuan regulasi emosi anak. Sementara itu, pentingnya pendampingan orang tua dalam pemanfaatan teknologi digital agar tidak menghambat perkembangan anak (Rejeki et al., 2025). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, sebagian besar penelitian berfokus pada dampak penggunaan gadget, kecanduan gadget, dan overstimulasi digital terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Penelitian lain juga menekankan pentingnya pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital. Namun, masih terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana praktik digital parenting berperan dalam mendukung regulasi emosi anak usia dini, khususnya pada anak usia 4–5 tahun dalam konteks penggunaan teknologi digital di lingkungan keluarga. Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran digital parenting terhadap regulasi emosi anak usia 4–5 tahun dalam konteks penggunaan teknologi digital di lingkungan keluarga.

2. METODE

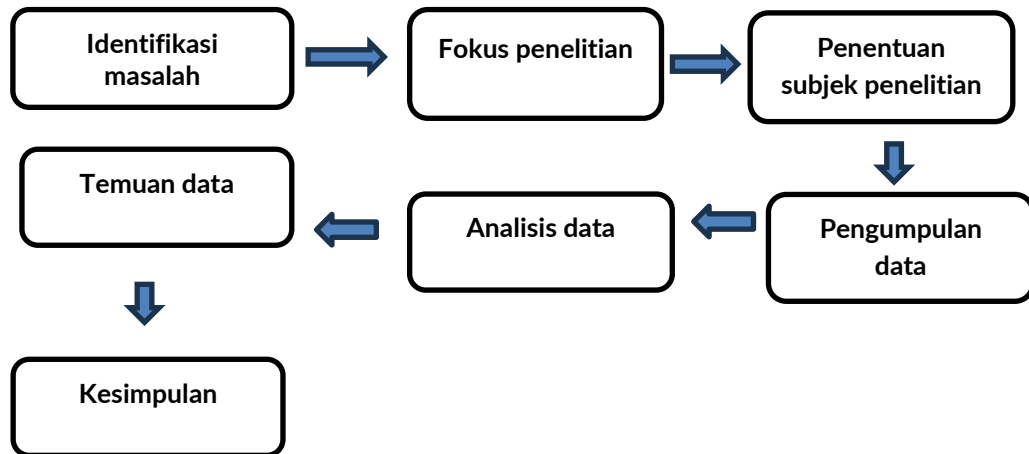
Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam praktik digital parenting dalam konteks keluarga serta dampaknya terhadap regulasi emosi anak usia 4–5 tahun secara alami dan kontekstual. Sementara itu, jenis studi kasus digunakan karena penelitian ini berfokus pada satu keluarga yang menerapkan digital parenting dalam kehidupan sehari-hari, sehingga memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran yang mendalam dan komprehensif mengenai fenomena yang diteliti. Penelitian ini dilaksanakan di Cipayung, Jakarta Timur pada April–Mei 2026. Subjek dalam penelitian ini adalah satu keluarga yang memiliki anak usia 4–5 tahun yang menerapkan praktik digital parenting dalam pengasuhan sehari-hari.

Data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil observasi dan wawancara mendalam dengan ayah dan ibu sebagai pengasuh utama mengenai praktik digital parenting dan regulasi emosi anak. Data sekunder diperoleh melalui dokumentasi berupa catatan aturan penggunaan teknologi berupa gawai, foto aktivitas anak saat menggunakan perangkat digital, serta dokumen pendukung lain yang relevan. Seluruh data tersebut digunakan untuk menggambarkan secara utuh bagaimana digital parenting diterapkan dan bagaimana pengaruhnya terhadap regulasi emosi anak usia dini.

Metode pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi (Lexy J. Moleong, 2018). Observasi dilakukan secara partisipatif untuk mengamati interaksi anak dengan orang tua saat menggunakan perangkat digital serta respons emosional anak dalam aktivitas sehari-hari. Wawancara mendalam dilakukan kepada ayah dan ibu untuk menggali pengalaman, strategi, serta pemahaman mereka dalam menerapkan digital parenting. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan bukti pendukung seperti aturan penggunaan gawai, catatan aktivitas anak, dan foto kegiatan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Noormala et al., 2024). Reduksi data dilakukan dengan memilah data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk deskripsi naratif untuk menggambarkan pola digital parenting dan regulasi emosi anak secara sistematis. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan dengan menghubungkan seluruh data yang telah dianalisis untuk menjawab fokus penelitian mengenai peran digital parenting terhadap regulasi emosi anak usia 5–6 tahun. Alur penelitian dimulai dari identifikasi masalah terkait regulasi emosi anak di era digital, kemudian dilanjutkan dengan penentuan fokus penelitian yaitu peran digital parenting. Setelah itu, peneliti menentukan subjek penelitian yaitu satu keluarga di

Cipayung, Jakarta Timur yang memiliki anak usia 4- 5 tahun. Tahap selanjutnya adalah pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman hingga diperoleh kesimpulan mengenai peran digital parenting terhadap regulasi emosi anak usia dini. Secara sederhana dapat dilihat pada gambar 1 alur penelitian di bawah ini.



Gambar 1. Alur Penelitian

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran digital parenting terhadap regulasi emosi anak umur 4-5 Tahun tercermin melalui berbagai praktik pengasuhan digital yang diterapkan oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, ditemukan tujuh tema utama yang menggambarkan hubungan antara digital parenting dan regulasi emosi anak, yaitu pola pengawasan orang tua dalam penggunaan media digital, dampak konten digital terhadap emosi anak, strategi orang tua mengajarkan regulasi emosi melalui interaksi digital, pengaruh digital parenting terhadap pola komunikasi emosional orang tua dan anak, penggunaan gawai sebagai alat manajemen emosi, tantangan dalam penerapan digital parenting, serta dampak penerapan digital parenting terhadap kemampuan regulasi emosi anak. Secara umum, temuan penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam mengawasi, mendampingi, dan mengarahkan penggunaan media digital berkontribusi positif terhadap kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi. Adapun uraian masing-masing tema disajikan sebagai berikut.

Pola Pengawasan Orang Tua dalam Penggunaan Media Digital

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, ditemukan bahwa pengawasan penggunaan media digital dilakukan melalui beberapa strategi, yaitu pembatasan durasi penggunaan gawai selama 30 menit, pemantauan terhadap konten yang diakses anak, serta pendampingan langsung ketika anak menggunakan perangkat digital. Dalam praktiknya, ayah berperan melakukan pengecekan secara berkala terhadap video dan aplikasi yang digunakan anak untuk memastikan bahwa konten yang diakses sesuai dengan usia dan tahap perkembangannya. Sementara itu, ibu lebih banyak terlibat dalam mendampingi anak saat menonton atau menggunakan gawai, sehingga dapat memberikan arahan dan penjelasan apabila ditemukan konten yang kurang sesuai. Hasil observasi menunjukkan bahwa kedua orang tua secara konsisten menerapkan aturan penggunaan gawai dengan membatasi waktu penggunaan serta mengingatkan anak ketika durasi yang telah ditentukan berakhir. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah: "Pernah sekali saya tidak pernah mengecek gawai yang digunakan oleh anak saya, saya melihat banyak video atau iklan yang tidak sesuai dengan umurnya, jadi sejak itu saya selalu

mengecek film atau video yang di tonton bahkan aplikasi seperti game yang dimainkan baru saya mengizinkan untuk memegang gawai tetapi tidak boleh lama ada batas waktunya."

Ibu : karena saya hanya ibu rumah tangga, sehingga Ketika anak memainkan gawai saya selalu ada disampingnya melihat apa saja yang di tonton dan juga game yang dimainkan, pernah beberapa kali Ketika saya duduk disampingnya padahal video yang di tonton itu video anak-anak tetapi terdapat jeda iklan yang menurut saya itu tidak layak untuk ditonton oleh anak yang umur 4-5 tahun

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengawasan penggunaan media digital salah satu bentuk digital parenting yang berperan dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak usia dini. Melalui pembatasan durasi penggunaan gawai, pemantauan konten, dan pendampingan langsung, orang tua menciptakan lingkungan digital yang lebih aman dan terarah bagi anak. Keterlibatan aktif orang tua selama anak menggunakan perangkat digital membantu anak menggunakan teknologi secara lebih sehat dan sesuai dengan tahap perkembangannya (Lafton et al., 2024). Selain itu, pengawasan yang dilakukan secara konsisten juga dapat meminimalkan risiko paparan konten yang tidak sesuai serta memperkuat interaksi antara orang tua dan anak selama proses penggunaan media digital.

Dampak Konten Digital terhadap Emosi Anak

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa Ayah dan ibu menyadari adanya perubahan emosi pada anak setelah mengakses jenis konten tertentu. Ayah mengungkapkan bahwa tontonan dengan suara bising cenderung membuat anak lebih mudah tersulut emosi, sedangkan ibu menjelaskan bahwa anak sering menirukan adegan pertengkaran dari kartun yang ditontonnya, di mana anak terlihat sangat bersemangat saat menonton tetapi menunjukkan kemarahan ketika gawai diambil, serta kerap menirukan dialog dari video yang ia lihat. Hal ini juga menunjukkan bahwa jenis konten yang dikonsumsi anak memiliki pengaruh langsung terhadap ekspresi emosinya maupun perilaku sehari-hari. Respons anak yang berubah mulai dari meningkatnya antusiasme hingga ledakan emosi saat penggunaan gawai dihentikan menunjukkan sensitivitas anak terhadap stimulus visual dan audio dari tontonan digital. Pengamatan terhadap kebiasaan anak menirukan dialog atau adegan tertentu juga mengindikasikan bahwa anak menyerap dan mereplikasi perilaku yang ia lihat secara spontan. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah: " setelah saya perhatikan memang benar, jika dampak dari digital berupa gawai ini sangat mempengaruhi emosi anak, saya melihat anak ini Ketika menonton video yang suka marah dan melempar mainan, dia juga seperti itu Ketika dia marah dia juga melakukan hal yang sama suka melempar mainan, Ketika dikasih tau langsung nangis dan pergi ke kamar". (Wawancara Ayah, April 2026

Ibu:" dia sering menirukan apa yang dilihat dari kartun yang ditontonnya. Kalau ada adegan bertengkar, kadang dia meniru cara bicaranya. Saat sedang asyik menonton, anak juga terlihat sangat semangat, tetapi ketika gawainya diminta atau waktunya sudah habis, dia bisa marah bahkan menangis." (Wawancara Ibu, April 2026).

Temuan ini menunjukkan bahwa jenis konten digital berpengaruh terhadap ekspresi emosi dan perilaku anak. Konten dengan stimulus audio-visual yang kuat dapat memicu respons emosional yang lebih intens, sementara adegan konflik mendorong anak untuk meniru perilaku yang diamatinya. Hal ini sejalan dengan teori belajar sosial yang menjelaskan bahwa anak cenderung meniru model perilaku yang mereka lihat di media (Tsang & Wong, 2025). Selain itu, pengaturan konten media lebih penting dari pada sekadar pembatasan durasi, karena paparan konten agresif dapat berkaitan dengan peningkatan perilaku eksternal dan penurunan kompetensi sosial-emosional anak (Nurfadilla et al., 2025). Dalam konteks ini anak harus tetap dalam pengawasan orang tua supaya dapat meminimalkan risiko gangguan emosi akibat penggunaan media digital yang tidak terarah.

Strategi Orang Tua Mengajarkan Regulasi Emosi melalui Interaksi Digital

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa orang tua memanfaatkan media digital sebagai alat bantu edukatif dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak. Ayah dan ibu menggunakan video animasi yang berfokus pada pengenalan emosi, salah satunya video “belajar mengenal emosi”. Dalam praktiknya, orang tua memutar video tersebut kepada anak, kemudian mengajak anak untuk mengidentifikasi emosi yang muncul pada tokoh dalam video serta membimbing anak untuk mengenali perasaannya sendiri. Selain itu, orang tua memberikan arahan dengan menghubungkan situasi dalam video dengan pengalaman anak sehari-hari. Ketika anak mulai menunjukkan tanda-tanda tantrum, orang tua membimbing anak melakukan teknik pernapasan sederhana, yaitu menarik napas dalam dan menghembuskannya secara perlahan dan juga mengajarkan anak mengontrol emosinya dengan mengalihkan perhatian anak ke hal lain. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah:” setelah saya melihat perubahan yang sangat berpengaruh dalam menggunakan gawai, jadi saya ketika ada di rumah dan melihat anak saya lagi menonton jadi saya mengganti video tersebut dengan video yang lebih berguna seperti video nusa dan rara, yang terdapat banyak pelajaran didalamnya ketika marah harus mengucapkan istigfar dan sabar.”(Wawancara Ayah, April 2026).

Ibu:” Kalau ada situasi di video yang mirip dengan pengalaman anak, saya mencoba menghubungkannya dengan kejadian sehari-hari. Misalnya saat di film ada yang marah karena mainannya diambil, saya bertanya apakah dia pernah merasakan hal yang sama dan bagaimana perasaannya saat itu.”

Praktik ini menunjukkan bahwa orang tua tidak hanya berperan sebagai pengawas, tetapi juga sebagai fasilitator yang memanfaatkan teknologi untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Penggunaan konten digital yang terarah seperti video edukatif mengenai emosi dan musik relaksasi mencerminkan upaya aktif orang tua dalam memberikan stimulasi positif yang membantu anak mengenali, menamai, dan mengelola emosinya (Iskandar et al., 2021). Keterpaduan temuan dari wawancara dan observasi menunjukkan bahwa orang tua tidak hanya memberikan akses gawai kepada anak, tetapi memanfaatkannya sebagai media untuk pembelajaran emosional. Praktik ini mencerminkan bentuk digital parenting yang konstruktif, di mana teknologi digunakan secara terarah untuk membantu anak mengenali emosi dasar serta melatih kemampuan menenangkan diri melalui stimulasi visual dan auditori yang sesuai.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa media digital tidak hanya digunakan sebagai sarana hiburan, tetapi juga dimanfaatkan secara langsung dalam proses pendampingan anak untuk mengenali dan mengelola emosi. Aktivitas seperti mengajak anak mengidentifikasi emosi tokoh dalam video, menghubungkannya dengan pengalaman pribadi, serta membimbing anak melakukan teknik pernapasan menunjukkan adanya keterlibatan aktif orang tua dalam mengarahkan respons emosi anak melalui interaksi digital sehari-hari.

Pengaruh Digital Parenting terhadap Pola Komunikasi Emosional Orang Tua dan Anak

Hasil wawancara menunjukkan bahwa interaksi yang terjadi selama pendampingan digital tidak hanya berfungsi sebagai kontrol penggunaan gawai, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun komunikasi emosional antara orang tua dan anak. Keterlibatan ibu yang lebih intens dalam menanyakan perasaan anak memperlihatkan peran aktifnya dalam mendorong anak mengekspresikan emosi dan memahami pengalaman menonton mereka. Sementara itu, meskipun ayah memiliki keterbatasan waktu, bentuk komunikasi singkat yang ia lakukan tetap berkontribusi pada pemahaman anak terhadap konten yang dikonsumsi. Keselarasan antara data wawancara dan observasi tersebut mengindikasikan bahwa pendampingan digital dapat memperkuat hubungan emosional serta meningkatkan kemampuan anak dalam mengenali dan mengungkapkan perasaan.

Secara keseluruhan, praktik komunikasi yang muncul dalam konteks pendampingan digital ini mencerminkan dinamika interaksi keluarga yang mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Dialog yang dibangun, baik mengenai isi tontonan maupun perasaan setelah menonton, memberikan ruang bagi anak untuk memproses pengalaman digitalnya secara lebih reflektif. Pendekatan ini tidak

hanya membantu anak memahami makna di balik tayangan, tetapi juga menumbuhkan kemampuan verbal dalam mengekspresikan emosi. Dengan demikian, pendampingan digital yang disertai komunikasi aktif berfungsi sebagai mekanisme penting dalam memperkuat kualitas hubungan orang tua anak serta mendukung perkembangan regulasi emosi pada anak usia dini. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah: "Meskipun saya tidak selalu mendampingi karena bekerja, saya tetap berusaha bertanya tentang video yang ditonton. Biasanya saya bertanya cerita videonya tentang apa sedang melakukan apa. Dengan cara itu saya bisa mengetahui apa yang ditonton anak sekaligus mengajaknya berkomunikasi." (Wawancara Ayah, April 2026).

Ibu: "Kalau anak terlihat kesal atau marah setelah menonton, saya mencoba mengajaknya berbicara pelan-pelan. Saya tanyakan kenapa dia marah dan membantu menjelaskan perasaannya supaya anak bisa mengungkapkan apa yang dirasakan dengan kata-kata." (Wawancara Ibu, April 2026).

Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketika pendampingan dilakukan secara aktif, digital parenting dapat menjadi sarana yang mempererat interaksi emosional antara orang tua dan anak (Balqis & Kulzum, 2025). Dalam praktiknya, ibu terlihat lebih dominan membangun percakapan yang mendorong anak untuk menceritakan perasaannya, sehingga anak lebih terbantu dalam belajar mengungkapkan emosi secara lisan. Sementara itu, perbedaan tingkat keterlibatan antara ayah dan ibu menjadi hal yang penting untuk diperhatikan, karena dapat memengaruhi seberapa konsisten komunikasi emosional terbentuk di dalam keluarga.

Penggunaan Gawai sebagai Alat Manajemen Emosi: Manfaat dan Risiko

Hasil wawancara menunjukkan bahwa orang tua menggunakan gawai sebagai cara untuk menenangkan anak ketika anak menunjukkan perilaku menangis atau rewel, terutama pada saat orang tua sedang memiliki kesibukan dan tidak dapat mendampingi anak secara langsung. Dalam situasi tersebut, ayah memberikan izin kepada anak untuk bermain game pada gawai agar anak menjadi lebih tenang, sedangkan ibu memberikan gawai ketika anak menangis dengan tujuan untuk menghentikan tangisan dan mengalihkan perhatian anak. Selain itu, orang tua menyadari bahwa penggunaan gawai dalam kondisi tersebut dapat membantu meredakan emosi anak dengan cepat, sehingga menjadi solusi praktis dalam situasi tertentu. Namun, orang tua juga mengungkapkan kekhawatiran bahwa penggunaan gawai yang terlalu sering berpotensi membuat anak terbiasa menggunakan gawai sebagai cara utama untuk menenangkan diri. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa pada beberapa kesempatan, ibu mencoba memberikan alternatif lain seperti mengajak anak bermain balok atau permainan konstruktif ketika situasi memungkinkan, meskipun anak tidak selalu langsung meninggalkan gawai. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah: "Menurut saya gawai memang cukup membantu untuk menenangkan anak dalam kondisi tertentu. Namun, saya juga khawatir kalau terlalu sering diberikan, anak akan terbiasa meminta gawai setiap kali merasa kesal atau bosan." (Wawancara ayah, Mei 2026).

Ibu: "Ketika anak menangis atau mulai marah, terkadang saya memberikan gawai agar perhatiannya beralih dan emosinya lebih cepat reda, tetapi saya juga takut jika dia selalu bergantung pada gawai untuk menenangkan diri. Karena itu, kalau situasinya memungkinkan, saya mencoba mengajak anak bermain." (Wawancara ibu, Mei 2026).

Temuan ini mencerminkan posisi dilematis yang dihadapi orang tua gawai memang dapat menjadi solusi cepat untuk meredakan emosi anak, tetapi penggunaan yang terlalu sering berisiko membuat anak bergantung pada stimulasi digital sebagai cara utama untuk menenangkan diri, upaya orang tua menyediakan kegiatan *non-digital* menunjukkan adanya pemahaman bahwa anak membutuhkan variasi strategi pengelolaan emosi yang lebih sehat dan lebih berkelanjutan, pilihan memberikan alternatif seperti permainan konstruktif tidak hanya mengurangi ketergantungan pada

gawai, tetapi juga membantu anak belajar mengalihkan perhatian, menenangkan diri, dan mengelola emosi melalui aktivitas fisik dan *eksploratif* (Ramadani et al., 2021). Dinamika ini memperlihatkan bahwa kemampuan orang tua dalam menyeimbangkan penggunaan gawai dan aktivitas *non-digital* sangat berpengaruh terhadap perkembangan regulasi emosi anak. Ketika gawai digunakan secara selektif dan disertai dengan alternatif yang mendukung perkembangan, anak lebih berpeluang mengembangkan keterampilan mengendalikan emosi tanpa selalu bergantung pada teknologi (Sarini et al., 2024). Dengan demikian, peran orang tua dalam memilih strategi penenang yang adaptif menjadi komponen penting dalam praktik digital parenting yang bijaksana.

Tantangan dan Hambatan dalam Penerapan Digital Parenting

Hasil wawancara menunjukkan bahwa menjaga konsistensi dalam menerapkan aturan penggunaan gawai menjadi tantangan utama bagi orang tua. Ayah mengungkapkan bahwa anak sering kali meminta tambahan waktu penggunaan gawai meskipun batas waktu yang telah disepakati telah berakhir. Kondisi tersebut terkadang memunculkan negosiasi bahkan penolakan dari anak sehingga menuntut orang tua untuk tetap tegas dalam menerapkan aturan yang telah ditetapkan. Sementara itu, ibu menjelaskan bahwa keterbatasan waktu akibat pekerjaan domestik sering kali menghambat proses pendampingan digital secara optimal. Pada situasi tertentu, ibu tidak dapat selalu mendampingi atau memantau aktivitas digital anak karena harus menyelesaikan pekerjaan rumah tangga secara bersamaan. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan.

Ayah: "Kadang yang membuat sulit adalah ketika anak melihat teman atau sepupunya bermain gawai lebih lama. dia kemudian membandingkan dan meminta perlakuan yang sama, sehingga saya harus menjelaskan kembali jika ingin main gawai harus mengikuti aturan yang ada di rumah." (Wawancara Ayah, mei 2026).

Ibu: "Saya berusaha selalu mendampingi dia saat menggunakan gawai, tetapi tidak selalu bisa dilakukan karena harus mengerjakan pekerjaan rumah. Ada kalanya saya sedang memasak atau membereskan rumah sehingga pengawasan tidak bisa dilakukan secara terus-menerus." (Wawancara Ibu, mei 2026).

Temuan ini memperlihatkan bahwa keberhasilan digital parenting tidak hanya ditentukan oleh niat dan aturan yang dibuat dalam keluarga, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti tekanan sosial dari lingkungan sekitar, pola aktivitas harian orang tua, serta tuntutan pekerjaan, kehadiran sepupu atau anggota keluarga lain yang menggunakan gawai memberikan model perilaku yang kemudian ditiru oleh anak, sehingga meningkatkan dorongan anak untuk meminta perangkat (Riyana & Pratiwi, 2021). Situasi ini menambah beban bagi orang tua dalam menjaga konsistensi, karena aturan yang telah ditetapkan bisa terganggu oleh dinamika sosial di sekitar anak.

Selain itu, keterbatasan waktu orang tua baik karena pekerjaan maupun urusan rumah tangga membuat pengawasan dan pendampingan tidak dapat dilakukan secara berkesinambungan. Ketidakteraturan ini berpotensi melemahkan efektivitas aturan digital parenting yang telah ditetapkan, sehingga anak lebih mudah menunjukkan perilaku menuntut atau bargaining untuk mendapatkan gawai (Anjani, 2025). Dalam jangka panjang, ketidakstabilan penerapan aturan dapat menurunkan disiplin anak terhadap batasan *screen time* dan memengaruhi kemampuan anak dalam mengatur emosi saat permintaannya ditolak. Dengan demikian, tantangan digital parenting tidak hanya berada pada tataran regulasi *internal* keluarga, tetapi juga pada bagaimana orang tua menavigasi pengaruh sosial dan tekanan waktu yang mereka hadapi. Upaya memperkuat konsistensi memerlukan strategi yang tidak hanya berfokus pada pengaturan gawai, tetapi juga mencakup komunikasi dalam keluarga besar, manajemen waktu orang tua, serta penciptaan alternatif kegiatan yang dapat mengurangi ketergantungan anak pada perangkat digital.

Dampak Penerapan Digital Parenting yang Efektif terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Anak

Berdasarkan hasil Wawancara mengindikasikan bahwa kedua orang tua melihat adanya kemajuan dalam kemampuan anak mengelola emosinya, seperti mulai dapat menerima aturan berhenti menonton serta lebih cepat kembali tenang setelah menangis atau marah. Hasil observasi

mendukung hal tersebut anak terlihat semakin terbiasa berhenti ketika alarm berbunyi, mampu mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata, dan intensitas tantrum berangsur menurun, penerapan digital parenting yang terstruktur meliputi pendampingan langsung, pengaturan durasi layar, dan pemilihan konten edukatif memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak. Walaupun tantrum belum sepenuhnya hilang, penurunan frekuensinya mengindikasikan adanya perkembangan emosi yang lebih adaptif. Keselarasan antara pernyataan orang tua dan data observasi menunjukkan bahwa intervensi orang tua melalui digital parenting berfungsi sebagai stimulus yang memperkuat pembelajaran emosi anak. Pendampingan yang konsisten membantu anak memahami konteks penggunaan gawai, sedangkan pembatasan waktu secara teratur meningkatkan kemampuan anak mengenali batas dan menunda keinginan. Kebiasaan menggunakan konten edukatif tentang emosi juga memainkan peran penting dalam memperluas kosakata emosional anak, sehingga ia dapat mengekspresikan perasaannya dengan lebih tepat. Berikut kutipan hasil wawancara dengan informan

Ayah: "setelah saya rutin juga medampingi dan membuat aturan yang ada, *sekarang dia sudah lebih bisa menerima ketika waktu menonton selesai, walaupun memang masih merasa kecewa, tetapi tidak langsung marah seperti sebelumnya. Anak juga mulai bisa mengatakan apa yang dirasakannya sehingga kami lebih mudah memahami kebutuhannya.*" (Wawancara ayah, mei 2026).

Ibu: "Dulu sering menangis dan marah ketika gawainya diminta berhenti, tetapi sekarang sudah jauh lebih tenang. Mulai terbiasa dengan aturan yang ada dan bisa mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata, misalnya mengatakan sedang sedih atau kesal. Menurut saya, pendampingan saat menggunakan gawai, pembatasan waktu, dan penggunaan video edukatif tentang emosi membantu anak belajar mengenali serta mengendalikan emosinya dengan lebih baik." (Wawancara ibu, mei)

Penurunan tantrum mencerminkan bahwa anak mulai berkembang dari respons emosional yang impulsif menuju pola regulasi diri yang lebih terkelola (Fadila et al., 2025). Proses ini tidak terjadi secara instan, tetapi merupakan hasil akumulasi dari interaksi yang berulang antara aturan, pendampingan, dan pengalaman emosional yang dipandu, selain itu, perubahan perilaku seperti berhenti saat timer berbunyi menunjukkan bahwa anak mulai memahami struktur rutinitas, yang merupakan fondasi penting dalam pembentukan disiplin diri (Aprianti & Vitaloka, 2025). Dengan demikian, digital parenting tidak hanya berfungsi sebagai kontrol penggunaan gawai, tetapi juga sebagai strategi yang dapat memperkuat perkembangan sosial-emosional anak apabila diterapkan secara konsisten dan diarahkan pada tujuan edukatif.

Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian ini hanya melibatkan subjek dalam jumlah terbatas sehingga temuan yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan secara luas pada seluruh konteks keluarga dengan karakteristik yang berbeda. Kedua, data penelitian bergantung pada hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang bersifat kontekstual sehingga sangat dipengaruhi oleh situasi pada saat penelitian berlangsung. Selain itu, penelitian ini lebih berfokus pada praktik digital parenting dalam konteks rumah tangga tanpa membandingkan dengan variasi pola pengasuhan di lingkungan yang lebih luas seperti sekolah atau lingkungan sosial lainnya. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji digital parenting dalam cakupan yang lebih luas serta menggunakan pendekatan yang berbeda agar memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa digital parenting memainkan peran penting dalam mendukung regulasi emosi anak usia dini melalui perpaduan pengawasan ketat, pendampingan interaktif, dan penggunaan media edukatif digital yang terarah. Orang tua secara konsisten menerapkan pembatasan waktu penggunaan perangkat digital sekitar 30 menit per hari serta aktif mengawasi konten yang diakses anak. Praktik mediasi positif seperti berdiskusi mengenai isi tayangan dan mengajarkan penamaan emosi berhasil meningkatkan kosakata emosional dan kemampuan verbal

anak dalam mengenali serta mengekspresikan perasaan secara tepat. Interaksi suportif ini menguatkan internalisasi keterampilan *self-regulation* anak, terlihat pada penurunan frekuensi tantrum dan peningkatan kemampuan anak menghadapi frustrasi dengan cara adaptif. Pendampingan digital yang melibatkan komunikasi emosional aktif terutama dari ibu juga berkontribusi pada perkembangan regulasi emosi yang sehat.

Namun, penelitian ini juga menyoroti tantangan yang dihadapi orang tua, seperti pengaruh negatif dari dinamika keluarga besar, peran sepupu atau teman yang memengaruhi perilaku anak dalam penggunaan gawai, dan keterbatasan waktu pendampingan yang menghambat konsistensi aturan. Penggunaan gawai sebagai alat penenang berpotensi menimbulkan ketergantungan layar yang menghambat pengembangan mekanisme penenangan non-digital. Oleh karena itu, digital parenting harus memperhatikan aspek ekosistem sosial keluarga dan pendekatan yang melibatkan komunikasi lintas anggota keluarga serta kerjasama dengan institusi pendidikan untuk memperkuat efek positifnya.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih kepada keluarga yang telah memberikan izin untuk saya lakukan penelitian serta dukungan dan semangat yang diberikan. Selain itu, saya mengapresiasi kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan bantuan dana sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

6. REFERENSI

- Ahmad, S. M., Nurhayat, S., & Kartika, P. (2024). Literasi digital pada anak usia dini: Urgensi peran orang tua dalam menyikapi interaksi anak dengan teknologi digital. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(1), 47–65. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v5i1.11611>
- Anjani, R. (2025). Literature review: Dampak teknologi digital terhadap regulasi emosi anak usia dini dan peran pengawasan orang tua. *Kumarottama: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1–21. <https://doi.org/10.53977/kumarottama.v4i2.2090>
- Aprianti, W. P., & Vitaloka, W. (2025). Mengurai kekacauan emosional: Analisis mendalam cara orang tua untuk menghadapi tantrum pada anak usia dini. *Generasi Emas*, 8(1), 78–89. [https://doi.org/10.25299/ge.2025.vol8\(1\).21175](https://doi.org/10.25299/ge.2025.vol8(1).21175)
- Astuti, R., Munastiwi, E., Muqowim, & Qadafi, M. (2022). Digital parenting: Utilizing technology to instill Islamic education values in young children. *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam*, 17(2), 365–378. <https://doi.org/10.19105/tjpi.v17i2.7468>
- Auriza, M., Muthmainah, & Syamsudin, A. (2025). Emotion regulation in children aged 5–6 years. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 13(1), 67–79. <https://doi.org/10.23887/paud.v13i1.87003>
- Balqis, R. R., & Kulzum, P. M. M. (2025). Technoference dalam pola asuh : Implikasinya terhadap interaksi emosional orang tua dan anak di era digital. *Auladuna (Jurnal Pendidikan Dasar Islam)*, 12(2), 143–152. <https://doi.org/10.24252/auladuna.v12i2a3.2025>
- Drupadi, R., & Syafrudin, U. (2019). Hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial anak usia dini. *Aulad : Journal on Early Childhood*, 2(3), 91–97. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i3.41>
- Fadila, S. N., Shandya, R. A., Arumjati, H., & Nuriyah, S. A. (2025). Strategi guru dalam membantu anak temper tantrum dalam mengelola emosi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(3), 21391–21398..
- Fatah, N. A., Shanie, A., Muhajirin, M., Fatikah, E. Y. U., Damayanti, L., & Lutfiyah, N. (2025). Analisis peran orang tua dalam pembentukan regulasi emosi anak usia dini. *Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 3(4), 140–149. <https://doi.org/10.61116/jkip.v3i4.827>
- Fikriyyah, H. F., Nurwati, R. N., & Santoso, M. B. (2022). Dampak pola asuh otoriter terhadap perkembangan psikososial anak usia prasekolah. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 3(1), 11–17. <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.39660>
- Harahap, Z. I., Munawwarah, & Andriansyah. (2026). Gambaran pola asuh Gen Z terhadap regulasi emosi anak usia 2-3 tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 9(1), 123–134. <https://doi.org/10.31004/aulad.v9i1.1552>
- Iskandar, B., Syaodih, E., & Mariyana, R. (2021). Pendampingan orang tua terhadap anak usia dini dalam menggunakan media digital. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 4192–4201. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2781>

- Juliana Sipahutar, R. (2023). Faktor yang mempengaruhi pengembangan literasi digital pada anak usia dini di Indonesia. *Jurnal Usia Dini*, 9(1), 35–51. <https://doi.org/10.24114/jud.v9i1.47817>
- Kamilla, K. N., Putri, A. A. P., & Azainil. (2025). Dampak kecanduan gadget pada kemampuan regulasi emosi anak usia 4 – 5 tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 878–888. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i2.1173>
- Karsela, & Sit, M. (2025). Peningkatan kemampuan mengelola emosi melalui penilaian diri berbasis gambar. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 952–958. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i2.1328>
- Khoirani, A. N., Muthmainah, & Prayitno. (2025). Studi awal pengembangan modul digital parenting dalam mencegah kecanduan gadget anak usia 5-6 tahun. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 1100–1110. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1379>
- Lafton, T., Wilhelmsen, J. E. B., & Holmarsdottir, H. B. (2024). Parental mediation and children's digital well-being in family life in Norway. *Journal of Children and Media*, 18(2), 198–215. <https://doi.org/10.1080/17482798.2023.2299956>
- Lestari, J. I., Kusumawati, Y. D., Attaqiya, I. A., Maharani, A. P., Permata, D. C., & Indrawati, D. (2024). Tinjauan literatur tentang pengaruh gadget terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 2, 306–312. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i02.45398>
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*.
- Nisa, K., Ismayiah, N., & Azizah, N. (2026). Overstimulasi digital pada anak usia dini : Kajian literatur atas parenting , regulasi emosi dan interaksi sosial. *JIEEC (Journal of Islamic Education for Early Childhood)*, 8(2), 1–11. <https://doi.org/10.30587/jieec.v8i1.11518>
- Noormala, Nurjannah, Sarifah, I., & Hapidin. (2024). Implementasi penyelenggaraan perpustakaan di PAUD dalam membangun literasi membaca anak di era Society 5.0. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 778–790. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.658>
- Nur'Afiah, A.-Z., Mirawati, & AM, M. A. (2025). Efektivitas metode Tucker Turtle dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. *Kumarottama: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 16–32. <https://doi.org/10.53977/kumarottama.v5i1.2366>
- Nurfadilla, A., Wardhan, R. R. D. K., & Asmawati, L. (2025). Pengaruh konten negatif di media sosial terhadap perilaku agresif anak usia 4-5 tahun. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 8(6), 5859–5866. <https://doi.org/10.54371/jlrip.v8i6.8177>
- Purnamasari, E., & Verano, D. A. (2024). Pemanfaatan dunia internet dalam metode pembelajaran berbasis digital bagi anak usia dini di era globalisasi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(4), 4141–4149. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i4.25383>
- Ramadani, F., Khodijah, S., Rizki, C. A., & Hasanuddin, M. (2021). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *JUPAUD*, 1(01), 46–55. <https://doi.org/10.56872/elathfal.v1i01.273>
- Rejeki, A. S., Rani, I. M., Nazla, Nurhayati, & Syamsiah. (2025). Pengembangan literasi digital untuk anak usia dini melalui media interaktif. *Jurnal Hasil Penelitian dan Pengkajian Ilmiah Eksakta*, 2(8), 305–316. <https://doi.org/10.62335/cendekia.v2i11.2038>
- Riyana, L., & Pratiwi, P. H. (2021). Digital parenting pada anak usia dini di Kampung Cyber. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 10(1), 1–24. <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/societas/article/view/17146>
- Sarini, Purwati, N. H., Apriliawati, A., & Lismayanti, D. (2024). The relationship between parental mediation, family functioning, and parental digital literacy with children's gadget use. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 14(02), 63–72. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v14i02.3484>
- Setiasih, A., & Subur. (2022). Islamic parenting sebagai pendidikan keluarga: Konsep pendidikan anak usia 0 tahun sampai 12 tahun sesuai metode Nabi SAW. *Jurnal Kependidikan*, 7(2), 19–27. <https://doi.org/10.24090/jk.v12i2.10546>
- Tsang, G., & Wong, W. K. (2025). The impact of digital parenting on the social behavior of children aged 7–12 years. *Acta Psychologia*, 4(2), 82–90. <https://doi.org/10.35335/psychologia.v4i2.85>
- Yunita, W., Dewi, S. R., Sipayung, R. D. P., & Natasa, J. (2025). Pentingnya peran orang tua mendampingi anak usia dini dalam penggunaan gadget. *Jacom: Journal of Community Empowerment*, 3(1), 60–67. <https://doi.org/10.33369/jacom.v3i1.38868>