

**PERAN POLA ASUH DIGITAL ORANG TUA DALAM HUBUNGAN ANTARA SCREEN TIME
DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI**

**Ariqah Aulia Lu'lu Al Jinan¹, Windi Zesilva Menita putri², Valensi Aliya Zahira³, Miftah
Hidayatur Rahmah⁴, Syarifah⁵**

^{1,2,3,4,5}Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo, Indonesia

Corresponden E-mail; aulariqah@gmail.com¹

Abstrak

Screen time telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak usia dini seiring pesatnya perkembangan teknologi digital, namun penggunaannya kerap tidak diimbangi dengan pendampingan orang tua yang memadai. Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara screen time, pola asuh digital orang tua, dan perkembangan anak usia dini. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan menyintesis temuan dari berbagai penelitian terdahulu yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa screen time memiliki hubungan yang kompleks terhadap perkembangan anak: penggunaan berlebihan tanpa pendampingan berkaitan dengan hambatan perkembangan bahasa, konsentrasi, interaksi sosial, regulasi emosi, dan aktivitas fisik, sementara penggunaan yang terbatas dan didampingi secara aktif justru memberikan manfaat edukatif. Pola asuh digital orang tua terbukti menjadi faktor penentu arah dampak tersebut melalui bentuk mediasi instruktif, restriktif, dan menonton bersama, yang efektivitasnya dipengaruhi oleh konsistensi penerapan, kualitas komunikasi orang tua-anak, kondisi psikologis orang tua, dan ketersediaan aktivitas non-digital. Simpulannya, penguatan kapasitas pola asuh digital orang tua serta kolaborasi dengan lembaga pendidikan menjadi kunci untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak usia dini di era digital

Kata kunci : *Screen Time, Pola Asuh Digital, Perkembangan Anak Usia Dini, Mediasi Orang Tua.*

Abstract

Screen time has become an inseparable part of early childhood life amid the rapid growth of digital technology, yet its use is often not accompanied by adequate parental guidance. This study aims to examine the relationship between screen time, parental digital mediation, and early childhood development. The method used is a literature review synthesizing findings from relevant prior studies. The results show that screen time has a complex relationship with children's development: excessive use without guidance is associated with delays in language, concentration, social interaction, emotional regulation, and physical activity, while limited use accompanied by active parental involvement can provide educational benefits. Parental digital mediation proves to be a determining factor in the direction of this impact, through instructive mediation, restrictive mediation, and social covieing, whose effectiveness depends on consistency of application, quality of parent-child communication, parents' psychological condition, and the availability of non-digital alternative activities. In conclusion, strengthening parents' capacity in digital mediation and collaboration with early childhood education institutions are key strategies to optimize children's growth and development in the digital era.

Keywords: *Screen Time, Digital Parenting, Early Childhood Development, Parental Mediation*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi anak dengan keluarga, lingkungan pendidikan, dan berbagai sumber informasi. Perangkat seperti telepon pintar, tablet, televisi, dan komputer semakin mudah diakses oleh anak usia dini sehingga aktivitas berbasis layar (screen time) menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Penggunaan perangkat digital pada anak tidak hanya berkaitan dengan aktivitas hiburan, tetapi juga semakin banyak digunakan untuk pembelajaran dan memperoleh informasi. Kondisi tersebut menjadikan

screen time sebagai isu penting dalam perkembangan anak usia dini karena pengalaman digital dapat berhubungan dengan perkembangan bahasa, kognitif, sosial-emosional, perhatian, tidur, dan aktivitas fisik anak (Aprilia & Thaib, 2023, Hamid & Tinggi, 2026, Javier et al., 2024.). Oleh karena itu, perhatian terhadap penggunaan media digital pada anak tidak cukup hanya diarahkan pada keberadaan teknologi, tetapi juga pada bagaimana, berapa lama, untuk tujuan apa, dan dalam kondisi seperti apa teknologi tersebut digunakan (Jensen et al., 2023).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media digital secara berlebihan dapat berkaitan dengan berbagai risiko perkembangan anak. Intensitas screen time yang tinggi dilaporkan berhubungan dengan perkembangan bahasa yang kurang optimal, penurunan kualitas interaksi sosial, gangguan perhatian, masalah regulasi emosi, serta berkurangnya aktivitas fisik (Lissak, 2018). Paparan layar juga dapat berkaitan dengan kualitas tidur anak, terutama ketika penggunaan media digital berlangsung secara berlebihan atau tidak disertai pengaturan yang memadai (Caroline et al., 2026). Meskipun demikian, hubungan tersebut tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai hubungan negatif yang selalu berlaku pada semua kondisi. Media digital juga dapat memberikan manfaat edukatif ketika konten yang digunakan sesuai dengan tahap perkembangan anak, durasi penggunaannya terkontrol, dan penggunaannya disertai keterlibatan orang tua (Mammen & Paulus, 2023). Dengan demikian, kualitas pengalaman digital anak menjadi aspek yang sama pentingnya dengan durasi penggunaan perangkat.

Kompleksitas hubungan tersebut menunjukkan pentingnya lingkungan keluarga, khususnya keterlibatan orang tua, dalam membentuk pengalaman digital anak. Dalam konteks ini, pola asuh digital (digital parenting) merujuk pada berbagai bentuk pendampingan, pengarahan, pengawasan, dan pengaturan yang dilakukan orang tua ketika anak menggunakan teknologi digital. Orang tua tidak hanya berperan dalam menentukan batasan waktu penggunaan perangkat, tetapi juga dalam memilih konten, mendampingi anak ketika mengakses media, memberikan penjelasan mengenai konten yang ditonton, serta memberikan contoh penggunaan teknologi yang sehat (Palenti et al., 2025). Perspektif *Parental Mediation Theory* menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua dalam penggunaan media anak dapat dilakukan melalui strategi seperti mediasi instruktif, mediasi restriktif, dan *social covieing* (Lestari et al., 2025). Strategi tersebut menunjukkan bahwa orang tua bukan sekadar pihak yang membatasi penggunaan teknologi, tetapi juga memiliki fungsi pedagogis dalam membantu anak memahami dan menggunakan media secara tepat (D et al., 2017).

Efektivitas pola asuh digital, bagaimanapun, tidak selalu sama pada setiap keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi pendampingan dipengaruhi oleh konsistensi aturan, komunikasi antara orang tua dan anak, sikap orang tua terhadap teknologi, serta kondisi pengasuhan yang dihadapi keluarga (Livingstone & Helsper, 2008). Tekanan pengasuhan dan sikap orang tua terhadap penggunaan teknologi, misalnya, dapat memengaruhi kecenderungan penggunaan perangkat digital dalam aktivitas pengasuhan sehari-hari (Chen & Yeung, 2026). Selain itu, pendampingan digital perlu diimbangi dengan penyediaan aktivitas alternatif seperti bermain di luar ruangan. Sugiyama et al. (2023) menunjukkan bahwa aktivitas luar ruang dapat menjadi faktor yang membantu memitigasi hubungan antara screen time dan luaran perkembangan saraf anak. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pola asuh digital sebaiknya dipahami sebagai pendekatan yang mencakup pembatasan, pendampingan, keteladanan, komunikasi, dan penyediaan pengalaman non-digital bagi anak (Fajria et al., 2025).

Meskipun penelitian mengenai screen time dan perkembangan anak terus berkembang, kajian yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut screen time, pola asuh digital, dan perkembangan anak usia dini masih perlu diperkuat. Sebagian penelitian lebih banyak mengkaji dampak penggunaan perangkat digital terhadap aspek perkembangan tertentu, sedangkan penelitian lainnya berfokus pada strategi orang tua dalam mengatur penggunaan media digital. Kondisi tersebut menghasilkan temuan yang beragam mengenai kapan screen time menjadi faktor risiko dan kapan media digital dapat memberikan manfaat bagi anak. Oleh karena itu, diperlukan sintesis literatur yang tidak hanya merangkum dampak screen time, tetapi juga menjelaskan bagaimana pola asuh digital orang tua berperan dalam membentuk kualitas pengalaman digital anak. Kajian semacam ini penting untuk menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang perlu diperhatikan dalam pendampingan penggunaan media digital pada anak usia dini.

Dalam perspektif pendidikan Islam, keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama bagi anak. Tanggung jawab orang tua tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan fisik dan perkembangan kognitif, tetapi juga pembentukan moral, sosial, dan karakter anak (Darojat et al., 2024). Karena itu, pendampingan penggunaan teknologi digital perlu diarahkan tidak hanya pada pengurangan risiko screen time, tetapi juga pada pembentukan kebiasaan digital yang bertanggung jawab, penggunaan teknologi secara bijaksana, serta penguatan nilai-nilai positif dalam kehidupan anak. Kolaborasi antara keluarga dan lembaga pendidikan juga menjadi penting agar anak memperoleh arahan yang konsisten dalam menggunakan teknologi digital (Handoko et al., 2026; Prahasti et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mensintesis hasil penelitian terdahulu mengenai hubungan antara screen time, pola asuh digital orang tua, dan perkembangan anak usia dini. Secara khusus, kajian ini diarahkan untuk mengidentifikasi dampak penggunaan screen time terhadap berbagai aspek perkembangan anak, menguraikan bentuk-bentuk pola asuh digital yang diterapkan orang tua, serta menganalisis bagaimana pendampingan orang tua dapat memengaruhi kualitas pengalaman digital anak. Melalui pendekatan Narrative Literature Review, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman konseptual yang lebih komprehensif serta menghasilkan implikasi bagi orang tua, pendidik, dan lembaga pendidikan anak usia dini dalam membangun penggunaan teknologi digital yang sehat, edukatif, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Narrative Literature Review (NLR) untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu mengenai screen time, pola asuh digital orang tua, dan perkembangan anak usia dini. Pendekatan kajian literatur digunakan karena penelitian berfokus pada sintesis pengetahuan yang telah tersedia dari berbagai sumber ilmiah, bukan pada pengumpulan data lapangan secara langsung (Snyder, 2019). Kajian diarahkan pada tiga fokus utama, yaitu dampak screen time terhadap perkembangan anak, bentuk dan strategi pola asuh digital orang tua, serta keterlibatan orang tua dalam penggunaan media digital anak. Kajian mengenai penggunaan media digital pada anak menunjukkan bahwa dampaknya perlu dipahami berdasarkan durasi, jenis konten, konteks penggunaan, dan keterlibatan orang tua (Muppalla et al., 2023; Javier et al., 2024).

Data penelitian berupa data sekunder yang diperoleh dari artikel jurnal ilmiah, buku, dan dokumen akademik yang relevan dengan topik penelitian. Literatur dipilih berdasarkan

kesesuaiannya dengan fokus screen time, perkembangan anak usia dini, pola asuh digital, dan parental mediation. Penelitian terdahulu mengenai perkembangan anak menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan dapat berkaitan dengan berbagai aspek perkembangan, termasuk bahasa, sosial-emosional, perhatian, dan aktivitas fisik (Handoko et al., 2024; Mariani et al., 2025). Di sisi lain, media digital juga dapat memberikan manfaat apabila digunakan secara terbatas, memiliki konten yang sesuai, dan disertai pendampingan orang tua (Widiasanti et al., 2023). Literatur mengenai parental mediation juga digunakan untuk menjelaskan bentuk pendampingan orang tua melalui strategi instructive mediation, restrictive mediation, dan social covieing (Valkenburg et al., 1999).

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan menelaah sumber pustaka yang telah dipilih sesuai dengan fokus penelitian. Informasi yang dikumpulkan meliputi identitas penelitian, fokus kajian, karakteristik penelitian, temuan utama, dan relevansinya dengan tujuan penelitian. Literatur kemudian dikelompokkan ke dalam tiga tema, yaitu dampak screen time terhadap perkembangan anak, bentuk dan praktik pola asuh digital, serta hubungan antara pendampingan orang tua dan penggunaan media digital. Pengelompokan tersebut didasarkan pada temuan bahwa kualitas pengalaman digital anak tidak hanya ditentukan oleh durasi penggunaan, tetapi juga oleh kualitas interaksi orang tua-anak dan konteks penggunaan media (Livingstone & Helsper, 2008; Brauchli et al., 2024).

Analisis data dilakukan menggunakan content analysis dengan pendekatan analisis tematik melalui tahapan reduksi data, pengelompokan tema, interpretasi, dan sintesis hasil kajian. Pada tahap reduksi, informasi yang tidak relevan dengan fokus penelitian disisihkan, sedangkan informasi yang berkaitan dengan screen time, pola asuh digital, dan perkembangan anak dipertahankan. Selanjutnya, temuan dibandingkan untuk mengidentifikasi persamaan, perbedaan, dan pola yang muncul antarsumber. Interpretasi dilakukan dengan menggunakan Parental Mediation Theory dan perspektif ekologi perkembangan untuk memahami bahwa pengalaman digital anak dipengaruhi oleh interaksi antara karakteristik anak, keluarga, media, dan lingkungan sosial (Bronfenbrenner & Morris, 2006; Livingstone & Helsper, 2008). Aktivitas non-digital, seperti bermain di luar ruangan, juga dipertimbangkan karena dapat menjadi faktor yang membantu memitigasi risiko penggunaan layar pada anak (Sugiyama et al., 2023).

Keabsahan dan konsistensi kajian dijaga dengan menerapkan fokus analisis yang sama pada seluruh literatur yang ditelaah serta membandingkan temuan dari berbagai sumber sebelum menghasilkan sintesis. Dengan demikian, kesimpulan tidak didasarkan pada satu penelitian, tetapi pada pola temuan yang muncul dari keseluruhan literatur yang relevan. Sintesis diarahkan untuk menjelaskan bagaimana screen time, pola asuh digital, dan perkembangan anak saling berkaitan serta faktor-faktor yang dapat memperkuat atau mengurangi dampak penggunaan media digital. Pendekatan ini diharapkan menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai strategi pendampingan digital yang dapat diterapkan oleh orang tua dan lembaga pendidikan anak usia dini (Ponti & Canadian Paediatric Society, 2022; Prahasti et al., 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pola asuh digital, dan perkembangan anak usia dini mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Sebagian besar penelitian berfokus pada tiga tema utama, yaitu dampak screen time terhadap perkembangan anak, bentuk-bentuk pola asuh digital yang diterapkan orang tua, serta strategi pendampingan penggunaan media digital. Berbagai

penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, maupun mixed methods sehingga memberikan perspektif yang beragam dalam memahami hubungan ketiga aspek tersebut. Berdasarkan hasil sintesis, pembahasan dalam penelitian ini dikelompokkan ke dalam tiga tema utama, yaitu dampak screen time terhadap perkembangan anak usia dini, pola asuh digital orang tua, dan hubungan keduanya

Dampak Screen Time terhadap Perkembangan Anak Usia Dini

Perkembangan teknologi digital telah menjadikan screen time sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak usia dini (Muppalla et al., 2023). Berbagai perangkat digital, seperti telepon pintar, tablet, televisi, dan komputer, tidak hanya dimanfaatkan sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran. Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa penggunaan media digital pada anak usia dini terus mengalami peningkatan seiring dengan semakin mudahnya akses terhadap teknologi (Zebar et al., 2022). Kondisi tersebut mendorong munculnya berbagai penelitian yang mengkaji pengaruh screen time terhadap aspek perkembangan anak, baik dari sisi kognitif, bahasa, sosial-emosional, maupun kesehatan fisik.

Berdasarkan sintesis berbagai penelitian, ditemukan bahwa screen time memiliki hubungan yang kompleks dengan perkembangan anak usia dini (Widianingtyas & Peristiowati, 2026). Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa durasi penggunaan media digital yang berlebihan berkaitan dengan berbagai hambatan perkembangan, seperti keterlambatan bahasa (Mariani et al., 2025), menurunnya kemampuan konsentrasi (Judijanto et al., 2024), berkurangnya interaksi sosial (Arifah et al., 2026), gangguan regulasi emosi, hingga menurunnya aktivitas fisik. Kondisi tersebut terjadi karena anak lebih banyak berinteraksi dengan perangkat digital dibandingkan dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Akibatnya, kesempatan anak untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bermain bersama teman sebaya, serta mengeksplorasi lingkungan menjadi berkurang.

Sebagaimana dirangkum pada Tabel 1, temuan ini didukung oleh penelitian Setyarini et al. (2023) dan Wulandari dan Fauziah (2024) yang menunjukkan keterkaitan antara tingginya intensitas screen time dengan penurunan kualitas interaksi sosial, bahasa, serta regulasi emosi anak (W. D. Handoko et al., 2024). Selain itu, beberapa penelitian internasional juga melaporkan bahwa paparan layar yang berlebihan dapat memengaruhi kualitas tidur, aktivitas fisik, serta kemampuan perhatian anak (Caroline et al., 2026). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan adanya kecenderungan bahwa penggunaan media digital tanpa pengawasan yang memadai berpotensi memberikan dampak negatif terhadap perkembangan anak.

Meskipun demikian, hasil kajian juga menunjukkan bahwa screen time tidak selalu memberikan pengaruh yang negatif. Beberapa penelitian menemukan bahwa media digital dapat menjadi sarana belajar yang efektif apabila digunakan secara terbatas (Wahyudi et al., 2024), menggunakan konten edukatif yang sesuai dengan tahap perkembangan anak, serta didampingi secara aktif oleh orang tua. Anak dapat memperoleh manfaat berupa peningkatan kosakata, kemampuan mengenal huruf dan angka, kreativitas, serta keterampilan memecahkan masalah melalui media pembelajaran digital yang dirancang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini (Widiasanti et al., 2023) (Rivaldy, 2025). Dengan demikian, kualitas penggunaan media digital menjadi faktor yang tidak kalah penting dibandingkan durasi penggunaannya.

Perbedaan hasil penelitian tersebut dapat dijelaskan melalui Teori Ekologi Perkembangan Bronfenbrenner yang menjelaskan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi

antara individu dengan lingkungan di sekitarnya(Ibda, 2022). Dalam konteks penggunaan media digital, keluarga merupakan lingkungan terdekat yang berperan dalam membentuk pengalaman anak ketika berinteraksi dengan teknologi(Setiaji et al., 2025). Oleh karena itu, dampak screen time tidak hanya ditentukan oleh lamanya penggunaan perangkat digital, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas konten yang diakses(Pebriani et al., 2024), frekuensi interaksi orang tua dengan anak(Wulandari, 2023), serta pola pendampingan yang diberikan selama penggunaan media digital berlangsung(Saqya & Wiatmo, 2024). Pandangan ini juga sejalan dengan Parental Mediation Theory yang menegaskan bahwa keterlibatan orang tua dalam mengarahkan penggunaan media digital mampu memengaruhi pengalaman digital anak secara positif(Agustina et al., 2024).

Berdasarkan hasil sintesis tersebut, dapat dipahami bahwa hubungan antara screen time dan perkembangan anak usia dini bersifat multidimensional. Screen time bukan merupakan penyebab tunggal yang secara langsung menentukan kualitas perkembangan anak, melainkan salah satu faktor yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan keluarga, karakteristik media digital, serta bentuk pendampingan yang diberikan oleh orang tua. Oleh karena itu, pembatasan durasi penggunaan media digital saja belum cukup untuk mengoptimalkan perkembangan anak. Orang tua juga perlu membangun pola pendampingan yang mampu mengarahkan anak menggunakan media digital secara sehat, aman, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangannya. Temuan ini menjadi dasar penting untuk membahas peran pola asuh digital orang tua sebagai faktor yang memengaruhi hubungan antara screen time dan perkembangan anak usia dini pada pembahasan berikutnya.

Tabel 1. Matriks Sintesis Penelitian tentang Screen Time dan Perkembangan Anak Usia Dini

No.	Penulis/Tahun	Fokus Penelitian	Aspek Perkembangan	Temuan Utama	Implikasi
1	Muppalla et al. (2023)	Penggunaan media digital dan dampaknya pada anak	Perkembangan umum anak	Penggunaan media digital perlu diperhatikan berdasarkan durasi dan pola penggunaannya karena dapat memengaruhi pengalaman perkembangan anak.	Orang tua perlu mengatur penggunaan perangkat dan memberikan pendampingan yang sesuai.
2	Widiasanti et al. (2023)	Penggunaan media digital untuk pembelajaran anak	Kognitif dan pembelajaran	Media digital dapat memberikan manfaat ketika digunakan untuk tujuan edukatif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.	Pemilihan konten edukatif dan pendampingan orang tua menjadi penting.
3	Sugiyama et al. (2023)	Screen time, aktivitas luar ruang, dan perkembangan anak	Perkembangan saraf	Aktivitas luar ruang dapat menjadi faktor yang membantu memitigasi hubungan antara screen time dan luaran perkembangan saraf anak.	Penggunaan layar perlu diimbangi dengan aktivitas fisik dan pengalaman di luar ruang.
4	Javier et al. (2024)	Penggunaan screen time pada anak	Perkembangan anak	Penggunaan layar pada anak perlu dipahami dalam kaitannya dengan pola penggunaan dan konteks aktivitas anak.	Pengawasan dan pengaturan penggunaan layar perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak.
5	Handoko et al. (2024)	Screen time dan perkembangan anak	Bahasa, sosial-emosional, dan perkembangan lainnya	Penggunaan screen time yang berlebihan dapat berkaitan dengan berbagai aspek perkembangan anak.	Orang tua perlu membatasi durasi sekaligus meningkatkan interaksi langsung dengan anak.

6	Judijanto et al. (2024)	Dampak penggunaan <i>screen time</i> pada anak	Perkembangan dan perilaku	Intensitas penggunaan layar perlu menjadi perhatian dalam pengasuhan anak usia dini.	Diperlukan pengaturan durasi dan pendampingan dalam penggunaan media digital.
7	Brauchli et al. (2024)	Kondisi pengasuhan dan penggunaan media digital	Sosial-emosional dan perilaku	Kondisi pengasuhan dan sikap orang tua terhadap teknologi dapat memengaruhi penggunaan media digital dalam kehidupan anak.	Pola asuh digital perlu mempertimbangkan kondisi keluarga dan konsistensi pengasuhan.
8	Mariani et al. (2025)	<i>Screen time</i> dan perkembangan anak	Perhatian dan perkembangan	Intensitas <i>screen time</i> berkaitan dengan aspek perkembangan tertentu sehingga penggunaannya perlu dikendalikan.	Orang tua perlu menerapkan batasan penggunaan dan menyediakan aktivitas alternatif.
9	Lestari et al. (2025)	Pola asuh digital orang tua	Sosial dan perilaku anak	Pendampingan orang tua menjadi bagian penting dalam mengarahkan penggunaan media digital anak.	Pola asuh digital perlu mencakup pengawasan, komunikasi, dan pembiasaan penggunaan teknologi yang sehat.
10	Caroline et al. (2026)	<i>Screen time</i> dan perkembangan anak	Tidur dan perkembangan	Penggunaan media digital secara berlebihan dapat berkaitan dengan kualitas tidur dan kondisi perkembangan anak.	Pengaturan waktu penggunaan perangkat, terutama menjelang waktu tidur, perlu diperhatikan.

Berdasarkan Tabel 1, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa hubungan antara screen time dan perkembangan anak usia dini bersifat kompleks. Sejumlah penelitian mengidentifikasi potensi risiko penggunaan layar yang berlebihan terhadap perkembangan bahasa, sosial-emosional, perhatian, tidur, dan perkembangan anak secara umum, sedangkan penelitian lainnya menunjukkan bahwa media digital juga dapat memberikan manfaat ketika digunakan untuk tujuan edukatif dan disertai pendampingan orang tua. Dengan demikian, durasi penggunaan layar bukan satu-satunya faktor yang menentukan pengalaman digital anak. Kualitas konten, konteks penggunaan, keterlibatan orang tua, serta keseimbangan dengan aktivitas non-digital merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam memahami hubungan antara screen time dan perkembangan anak.

Pola Asuh Digital Orang Tua dalam Pendampingan Anak

Saat ini manusia hidup di era digital, yang dimana sudah mengalami perkembangan teknologi yang pesat. Manusia tidak bisa hidup tanpa teknologi, teknologi adalah hal yang penting bagi manusia sehingga dampak positif dan negatifnya juga ikut menaungi dalam kehidupan manusia.(Haryati et al., 2026) Sisi negative dari teknologi sendiri yang sudah sangat berkembang yaitu tingkah laku moral anak yang cukup memprihatinkan. Oleh karena itu peran pola asuh orangtua dalam lingkungan keluarga sangat menentukan pada diri anak-anak. (Prihardini et al., 2024)

Menurunnya tingkah laku anak dan hilangnya nilai sosial dari dalam diri anak-anak, adalah sebuah momentum yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini seharusnya diimbangi dengan contoh dan pengajaran nyata oleh orang tua tua tentang budi pekerti yang luhur dan sikap sosial yang baik antar sesama.(Indriyati & Kamtini, 2025) Orang tua bertugas untuk mendampingi dan mengarahkan anak-anak dalam pemanfaatan teknologi di era digital supaya dampak negative dari pemanfaatan ini bisa terbentengi. Ini adalah satu bentuk atau pola

asuh yang bisa diterapkan oleh orang tua terhadap anak-anak di era digital seperti ini. (Falah et al., 2024)

Akibat dari perkembangan teknologi, gaya hidup masyarakat turut berubah dari berbagai segi. Anak-anak pada umumnya lebih cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan digital dibandingkan orang dewasa. Namun, demikian terdapat dampak positif dan negative bagi anak-anak. Salah satu dampak negativenya adalah kecanduan, yang dimana efek retensi hormon dopamine yang berlebihan dan mengakibatkan penurunan prefrontal cortex, dan meningkatkan prevalensi bahaya attention deficit disorder and hyperactivity. (Saman & Hidayati, 2024)

Orang tua di era digital ini, bukan hanya harus menguasai teknologi zaman sekarang namun juga perlu memiliki pengetahuan terhadap perkembangan anaknya. Orang tua diibaratkan sebagai “Oase” bagi anak, yaitu tempat anak mencurahkan isi hatinya, mencari jawab atas rasa keinginan tahunya dan model atas beragam peran di masyarakat. Pengetahuan yang luas perlu dimiliki oleh orang tua, mengingat pada setiap tahap pertumbuhan usianya anak menampilkan tingkah laku yang berbeda beda.(Aslan, 2019)

Orang tua memiliki kewajiban untuk memenuhi kebutuhan anak, mengajari, mengarahkan dan mendidik. Tanggungjawab orang tua meliputi tanggungjawab keimanan, materi, fisik, moral, akal, kejiwaan, sosial. Tanggungjawab inilah disebut pendidikan, tujuan dari pendidikan ini adalah membentuk anak-anak menjadi manusia yang sehat, cerdas, berakarakter mulia, berakhlak serta mampu menjadi generasi yang kuat dan memiliki rasa. (Darojat et al., 2024)Interkasi orang tua dan anak harus dimulai semenjak mereka masih di dalam kandungan sampai mereka dewasa, dan ini menunjukkan bahwa pola asuh antara anak dan orang tua yang meliputi kebutuhan fisik dan juga kebutuhan psikologis serta sosialisasi norma dan adat istiadat yang berlaku di lingkungan keluarga maupun masyarakat.(Nasrul, 2021)

Tabel 2. Bentuk Pola Asuh Digital dan Implikasinya terhadap Penggunaan Media Anak

<i>Bentuk Mediasi</i>	<i>Bentuk Pendampingan</i>	<i>Tujuan</i>	<i>Potensi Manfaat</i>	<i>Risiko/Keterbatasan</i>
<i>Instructive mediation</i>	Diskusi dan penjelasan konten	Meningkatkan pemahaman anak	Literasi dan pemahaman media	Membutuhkan keterlibatan aktif
<i>Restrictive mediation</i>	Aturan durasi/konten	Mengurangi paparan berlebihan	Mengontrol screen time	Terlalu ketat dapat menimbulkan resistensi
<i>Social coviewing</i>	Menonton/menggunakan media bersama	Membangun interaksi	Memperkuat komunikasi orang tua-anak	Tidak selalu disertai diskusi

Peran Pola Asuh Digital Dampak Screen Time terhadap Perkembangan Anak Usia Dini

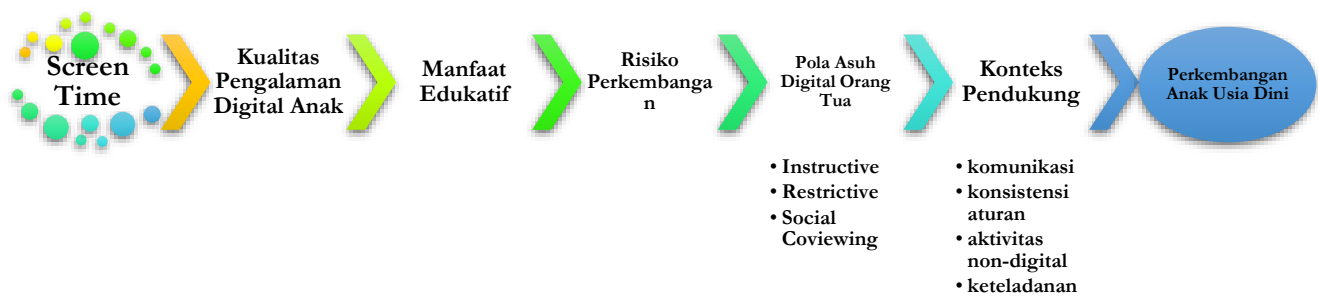
Temuan pada bagian sebelumnya menunjukkan bahwa dampak screen time terhadap perkembangan anak usia dini tidak bersifat tunggal, melainkan sangat bergantung pada konteks penggunaannya. Dalam hal ini, pola asuh digital orang tua tampil sebagai variabel penentu yang memoderasi hubungan antara intensitas screen time dan luaran perkembangan anak. Kajian klasik oleh Valkenburg, Krcmar, Peeters, dan Marseille menjadi fondasi konseptual penting dalam bidang ini, karena berhasil mengidentifikasi dan membedakan tiga bentuk utama mediasi orang tua terhadap penggunaan media, yaitu mediasi instruktif (instructive mediation), mediasi restriktif (restrictive mediation), dan menonton bersama (social coviewing)(Valkenburg et al., 1999). Ketiga bentuk mediasi tersebut selanjutnya diperkuat oleh

(NATHANSON, 1999) yang menegaskan bahwa masing-masing strategi memberikan konsekuensi berbeda terhadap perilaku dan perkembangan anak, sehingga pola asuh digital tidak dapat dipandang sebagai konsep tunggal, melainkan sebagai rangkaian strategi yang berbeda-beda efektivitasnya.

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa efektivitas masing-masing bentuk pola asuh digital tersebut tidak selalu konsisten.(Valkenburg et al., 1999) Mediasi restriktif, misalnya, umumnya berkaitan dengan penurunan durasi screen time anak, namun penerapannya yang terlalu kaku tanpa disertai komunikasi dapat mengurangi kesempatan anak untuk belajar mengelola penggunaan media secara mandiri.(NATHANSON, 1999) Sebaliknya, mediasi instruktif dan covieving yang dilakukan secara aktif memungkinkan orang tua mendampingi anak memahami dan memaknai konten yang diakses, sehingga berpotensi mengoptimalkan manfaat edukatif media digital.(Valkenburg et al., 1999) Variasi hasil penelitian mengenai bentuk mediasi mana yang paling efektif ini memperlihatkan bahwa keberhasilan pola asuh digital sangat dipengaruhi oleh konsistensi penerapan, kualitas komunikasi orang tua-anak, serta kesesuaian strategi dengan karakteristik dan usia anak.

Selain bentuk mediasi, kondisi psikologis dan kebiasaan digital orang tua turut memengaruhi penerapan pola asuh digital. Brauchli, Sticca, Edelsbrunner, von Wyl, dan Lannen menemukan bahwa tekanan pengasuhan (parenting stress) dan sikap orang tua terhadap teknologi berkontribusi terhadap kecenderungan menjadikan gawai atau media digital sebagai "pengasuh pengganti" bagi anak usia dini.(Brauchli et al., 2024) Kondisi ini memperlihatkan bahwa pola asuh digital tidak semata-mata ditentukan oleh pengetahuan orang tua mengenai risiko screen time, tetapi juga oleh kapasitas emosional dan sumber daya yang dimiliki orang tua dalam mendampingi anak sehari-hari. Dengan demikian, penguatan pola asuh digital yang efektif perlu mempertimbangkan dukungan terhadap kesejahteraan psikologis orang tua, bukan hanya edukasi teknis mengenai batasan waktu layar.

Pola asuh digital yang efektif juga tidak berdiri sendiri, melainkan perlu diintegrasikan dengan penyediaan aktivitas alternatif bagi anak. Sugiyama dkk. menunjukkan bahwa aktivitas bermain di luar ruangan berperan sebagai faktor mitigasi yang mampu memperlemah hubungan antara screen time dan luaran perkembangan saraf pada anak usia dini. (Sugiyama et al., 2023) Temuan ini menegaskan bahwa peran orang tua tidak terbatas pada pengawasan atau pembatasan penggunaan media digital semata, tetapi juga mencakup upaya aktif menyediakan dan mendorong keterlibatan anak dalam aktivitas non-digital yang mendukung perkembangan motorik dan sosial. Sejalan dengan hal tersebut, Canadian Paediatric Society (Ponti & MDCanadian Paediatric Society, 2022) merumuskan empat prinsip pendampingan digital bagi anak di bawah lima tahun, yaitu meminimalkan (minimizing), memitigasi risiko (mitigating), menggunakan media secara sadar (mindfully using), dan memberikan teladan penggunaan media yang sehat (modelling). Keempat prinsip ini memperkuat gagasan bahwa pola asuh digital merupakan pendekatan yang holistik, tidak hanya berorientasi pada pembatasan durasi, tetapi juga pada kualitas keteladanan dan pendampingan orang tua.



Gambar 1. Diagram Model Konseptual Penelitian

Implikasi Bagi Pendidikan Anak Usia Dini

Kolaborasi antara lembaga pendidikan dan orang tua merupakan pilar utama dalam membangun fondasi literasi digital anak (S. Handoko et al., 2026). Sekolah berfungsi sebagai penyedia kurikulum terstruktur dan pengetahuan teknis mengenai pemanfaatan teknologi secara sehat. Namun, pembelajaran tersebut tidak akan berjalan optimal tanpa adanya dukungan serta penyelarasan visi di lingkungan rumah. Oleh karena itu kedua belah pihak harus aktif berkomunikasi demi menciptakan ekosistem digital yang aman (Prahasti et al., 2025). Sinergi ini memastikan anak mendapatkan pemahaman yang konsisten mengenai batasan dan etika di dunia maya.

Orang tua memegang peranan krusial sebagai teladan utama dalam menerapkan pola asuh digital yang bijak. (Atmojo et al., 2022) Anak-anak cenderung meniru perilaku orang dewasa di sekitar mereka, termasuk dalam durasi interaksi dengan gawai. Saat orang tua mampu menunjukkan kendali diri yang baik, anak akan lebih mudah memahami konsep pembatasan tersebut. Pola asuh yang efektif tidak mengedepankan larangan keras, melainkan diskusi terbuka mengenai dampak positif dan negatif teknologi. (Jannah et al., 2023) Melalui pendekatan persuasif ini, anak belajar bertanggung jawab atas tindakan mereka sendiri di ruang siber.

Pengaturan waktu layar atau *screen time* yang seimbang sangat penting bagi tumbuh kembang fisik dan mental. Penggunaan digital secara berlebihan tanpa pengawasan ketat beresiko memicu gangguan konsentrasi serta obesitas pada anak. (Nopiani et al., 2026) Lembaga pendidikan dapat membantu merumuskan panduan durasi ideal yang disesuaikan dengan tahapan usia peserta didik. Sementara itu, orangtua bertugas mengawal implementasi aturan tersebut secara disiplin dan konsisten di rumah. (S. Handoko et al., 2026) Keseimbangan antara aktivitas digital dan dunia nyata akan menjaga kesehatan emosional anak tetap stabil.

Pemberian edukasi literasi digital sejak dini membekali anak dengan kemampuan menyaring informasi secara kritis. (Prahasti et al., 2025) Di tengah derasnya arus informasi, anak harus mampu membedakan antara konten bermanfaat dan konten negatif. Sekolah mengajarkan cara memvalidasi sumber berita, sedangkan orang tua memantau jenis konten yang dikonsumsi harian. Kerja sama ini meminimalkan risiko anak terpapar perundungan siber, kecanduan gim, ataupun penipuan daring. (Nopiani et al., 2026) Anak yang literat secara digital akan lebih cerdas memanfaatkan teknologi untuk mendukung proses belajarnya.

Penerapan aturan penggunaan gawai di rumah dan di sekolah memerlukan konsistensi yang terintegrasi. (Haryati et al., 2026) Ketidaksesuaian aturan antara kedua lingkungan ini hanya akan membuat anak merasa bingung dan mencari celah. Misalnya, jika sekolah membatasi gawai, rumah juga harus menyediakan aktivitas alternatif yang tidak kalah menarik.

Pertemuan berkala antara guru dan orang tua menjadi sarana penting untuk mengevaluasi perkembangan perilaku anak. (Hidayatuladkia et al., 2021) Kesamaan visi kedua pihak akan membentuk kebiasaan positif yang melekat kuat pada diri anak.

Investasi waktu dan energi dalam kolaborasi ini akan melahirkan generasi masa depan yang tangguh digital. (Untari et al., 2025) Mereka tidak hanya mahir mengoperasikan perangkat teknologi, tetapi juga bijak dalam menjaga privasi diri. Kemitraan yang erat antara keluarga dan sekolah menciptakan jaring pengaman yang kuat bagi perkembangan anak. (Munafiah & Latif, 2022) Tantangan era digital yang dinamis akan lebih mudah dihadapi melalui komunikasi yang terbuka dan suportif. Pada akhirnya, anak tumbuh menjadi pengguna teknologi yang produktif, beretika, dan bertanggung jawab.

SIMPULAN

Hubungan antara screen time dan perkembangan anak usia dini bukanlah hubungan yang bersifat tunggal atau langsung, melainkan hubungan yang arah dan kualitasnya ditentukan oleh pola asuh digital yang diterapkan orang tua di lingkungan keluarga. Penggunaan screen time yang berlangsung tanpa pendampingan cenderung menghambat perkembangan bahasa, konsentrasi, interaksi sosial, regulasi emosi, dan aktivitas fisik anak, sedangkan penggunaan yang terbatas, menggunakan konten yang sesuai tahap perkembangan, serta disertai pendampingan aktif justru membuka ruang bagi anak untuk mengembangkan kosakata, kreativitas, dan kemampuan memecahkan masalah. Peran pola asuh digital ini terwujud melalui beragam bentuk mediasi, mulai dari mediasi instruktif yang melibatkan diskusi aktif mengenai konten, mediasi restriktif yang membatasi akses dan durasi, hingga menonton bersama yang menghadirkan kedekatan tanpa selalu disertai pemaknaan konten, di mana keberhasilan masing-masing bentuk mediasi tersebut bergantung pada konsistensi penerapan, kualitas komunikasi orang tua dan anak, kondisi psikologis orang tua, serta ketersediaan aktivitas alternatif di luar layar. Dengan demikian, upaya mengoptimalkan tumbuh kembang anak usia dini di era digital tidak dapat hanya bertumpu pada pembatasan durasi penggunaan media, tetapi memerlukan penguatan kapasitas pengasuhan digital orang tua secara menyeluruh serta sinergi yang berkelanjutan antara keluarga dan lembaga pendidikan anak usia dini dalam membangun kebiasaan bermedia yang sehat bagi anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Elmanora, & Hasanah, U. (2024). Digital Citizenship : Peran Parental Mediation Dan Kualitas Lingkungan Kelas Dalam Pengembangan Siswa. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 11(2), 179–190. <https://doi.org/10.21009/JKKP.112.07>
- Aprilia, E. F., & Thaib, G. (2023). Dampak Screen Time Berlebih Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. *Urnal Ilmiah Cahaya Paud : Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 15–32. <https://doi.org/10.33387/cahayapd.v6i1.7113>
- Arifah, S., Fajariyah, D., Wijaya, A. K., Ramadhani, I., Lutfiyah, F., Hikmah, N., & Riastyadi, H. (2026). Dampak Penggunaan Gadget Berlebihan terhadap Konsentrasi Belajar di MA Al Hikmah. *Jurnal Pendidikan Dan Sastra Inggris Volume.*, 6(1), 449–461. <https://doi.org/10.55606/jupensi.v6i1.7094>
- Aslan. (2019). Peran Pola Asuh Orangtua di Era Digital. *Jurnal Studia Insania*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.18592/jsi.v7i1.2269>
- Atmojo, A. M., Sakina, R. L., & Wantini. (2022). Permasalahan Pola Asuh dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1965–1975.

<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1721>

- Brauchli, V., Sticca, F., Edelsbrunner, P., & Lannen, P. (2024). Are screen media the new pacifiers? The role of parenting stress and parental attitudes for children's screen time in early childhood. *Computers in Human Behavior*, 152. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.108057>
- Caroline, A. A., Setiyaningrum, T., & Kusumawati, I. (2026). Hubungan Screen Time Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Prasekolah Di TK Bunda Pertiwi. *Journal of Innovative and Creativity*, 6(1), 15788–15797. <https://joecy.org/index.php/joecy>
- Chen, X., & Yeung, W. J. (2026). Association between preschool children ' s media use , parental joint media engagement and prosocial behavior : A longitudinal cohort study. *BMC Public Health*, 26(561), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-26178-3>
- D, S. L. P., D, E. J. H. P., Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2017). Parental Mediation of Children ' s Internet Use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 8151(August), 581–599. <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>
- Darojat, A., Falqahi A, R., Qodariaha, A., Sukma, A., & Shofiah, N. (2024). Menjadi Orang Tua Cerdas di Era Digital: Membangun Generasi Tangguh Melalui Sosialisasi Pengasuhan Anak. *Literasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 188–195. <https://doi.org/10.58466/literasi.v4i2.1591>
- Fajria, N., Mahendra, A. S., Setiani, M. F., & Roziqi, F. (2025). Digital Parenting Meningkatkan Perkembangan Anak Yang Berkualitas. *Journal of Creative Student Research*, 3(1), 167–176. <https://doi.org/10.55606/jcsr-politama.v3i1.4748>
- Falah, A., Hanifah, H., Fatimah, I., Fatmawati, A., Ernawati, M., Ipah, I., Juniawati, W., Rohani, A., Rohayati, Fauziyah, T., Lestari, B. I., Akhadah, N., Cahyudi, Sholihin, M., & Kusumaningrum, S. (2024). Permasalahan Pola Asuh dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Etos: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(01), 34–43. <https://doi.org/10.47453/etos.v6i01.2920>
- Hamid, S. N., & Tinggi, S. (2026). Analisis Perubahan Perilaku Dan Etika Anak Usia Dini Akibat Intensitas Penggunaan Gadget Di Era Ekonomi Digital. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 4(5), 1–17. <https://doi.org/10.62281>
- Handoko, S., Susanto, & Khairudin. (2026). A Collaborative Model For Schools And Parents In Improving The Quality Of Education Through Digital-Based Student Handbook Innovation. *JKIP: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 7(3), 1426–1430. <https://doi.org/https://doi.org/10.55583/jkip.v7i3.2212>
- Handoko, W. D., Maulana, R., & Martin. (2024). Analisis Hubungan Intensitas Penggunaan Gawai (Screen Time) Dengan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini Pada Era Digital. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 13(2), 279–286. <https://doi.org/10.31571/saintek.v13i2.11124>
- Haryati, F., Harahap, S. D., & Wahyuni, A. (2026). Pola Asuh Orang Tua Yang Memberikan Screen Time Pada Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Di Kelurahan Tamiang. *Jurnal Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*, 6, 2873–2883. <https://doi.org/https://doi.org/10.47827/jer.v6i4.1928>
- 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. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jppp.v5i3.38996>
- Ibda, H. (2022). Ecology of Child Development , Family Ecology , School Ecology and Learning. *ASNA: Jurnal Kependidikan Islam Dan Keagamaan*, 4(2), 75–93.

- Indriyati, L., & Kamtini. (2025). Digital Parenting: Pola Asuh Mendidik Anak Usia 5-6 Tahun di Desa Mampang Kecamatan Kota Pinang Kabupaten Labuhanbatu Selatan. *Adiba: Journal of Education*, 4(4), 324–331. <https://doi.org/https://wikep.net/index.php/ADIBA/article/view/243>
- 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*. 1(3), 333–343. <https://doi.org/https://doi.org/10.60132/jip.v1i3.45>
- Javier, V., Isabel, A., Herrero-rol, S., Rodriguez-besteiro, S., Mart, I., Mart, A., & Tornero-aguilera, J. F. (2024). Digital Device Usage and Childhood Cognitive Development : Exploring Effects on Cognitive Abilities. *Children*, 11(1299), 1–27. <https://doi.org/10.3390/children11111299>
- Jensen, T. S., Sonne, T., Kingo, O. S., Berntsen, D., & Kr, P. (2023). Children below two years of age spontaneously recall an event with Magical Teddies. *Elsevier*, 66(February), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2023.101311>
- Judijanto, L., Sujatmiko, W., Pattiasina, P. J., & Rusdi, M. (2024). Dampak Penggunaan Teknologi Digital terhadap Perkembangan Psikososial Anak. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 2(04), 273–281.
- Lestari, S., Rahmawati, I., Astiti, D. P., & Anam, K. (2025). Digital Parenting Education : Today ' s Parenting as a Form of Digital Disaster Mitigation. *JUrnal Plakat : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 7(2), 164–175. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/plakat/index>
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study ☆. *Environmental Research*, 164(February), 149–157. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.015>
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental Mediation of Children's Internet Use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581–599. <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>
- Mammen, M., & Paulus, M. (2023). The communicative nature of moral development: A theoretical framework on the emergence of moral reasoning in social interactions. *Cognitive Development*, 66(May), 101336. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2023.101336>
- Mariani, L., Depalina, S., Studi, P., Islam, P., Usia, A., Tinggi, S., Islam, A., & Natal, N. M. (2025). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Keterlambatan Bicara Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Dan Kewarganegaraan*, 2(3), 150–160. <https://doi.org/10.61132/paud.v2i3.529>
- Munafiah, N., & Latif, M. A. (2022). Peran Orang tua pada Kegiatan Screen time Anak Usia Dini. *Proceedings of The 6th Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, 23–28.
- Muppalla, S. K., Vuppalapati, S., Pulliahgaru, A. R., & Sreenivasulu, H. (2023). Effects of Excessive Screen Time on Child Development : An Updated Review and Strategies for Management. *Cureus*, 15(6), 1–5. <https://doi.org/10.7759/cureus.40608>
- Nasrul. (2021). Pola Asuh Orang Tua di Era Digital Terhadap Anak Milenial. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(5), 521. <https://doi.org/https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/21586>
- NATHANSON, A. I. (1999). Identifying and Explaining the Relationship Between Parental Mediation and Children's Aggression. *Sage Journal*, 26(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/009365099026002002>

- Nopiani, R., Djaali, N. A., & Praha, B. S. (2026). Hubungan Pengetahuan Ibu dan Pola Asuh dengan Durasi Penggunaan Gadget Anak Usia 3–6 Tahun. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 1380–1388. <https://doi.org/10.37985/murhum.v7i1.1726>
- Palenti, C. D., Lestari, D. I., Febrianti, F., Fibiyanoro, F., Nonformal, P., & Bengkulu, U. (2025). Digital Parenting: Parenting Strategies In The Digital. *JACOM: Journal of Community Empowerment*, 3(1), 19–30.
- Pebriani, M., Darmiyanti, A., & Media, S. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Perkembangan Anak Usia Dini dan Tinjauan dari Psikologi Perkembangan. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(3), 1–9. <https://doi.org/10.47134/paud.v1i3.556>
- Ponti, M., & MDCanadian Paediatric Society, D. H. T. F. (2022). Screen time and preschool children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & Child Health*, 28(3), 184–192. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/pch/pxac125>
- Prahasti, M., Sundari, N., & Mashudi, E. A. (2025). Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Literasi Digital Anak Usia Dini : Studi pada TK di Jakarta Timur. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(5), 1801–1816. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.7285>
- Prihardini, I., Sahrani, R., & Dewi, F. I. R. (2024). Psikoedukasi Digital Parenting: Pola Asuh Baru Menyiapkan Anak untuk Era Digital. *PUSAKO: Jurnal Psikologi*, 3(1), 17–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/pusako.v3i2.94>
- Rivaldy, M. (2025). Pemanfaatan Media Sosial sebagai Sarana Pendukung Pembelajaran Siswa. *Journal of Multidisciplinary Research*, 1(1), 1–15.
- Saman, A. M., & Hidayati, D. (2024). Pola Asuh Orang Tua Dalam Mendidik Anak Generasi Alpha di Era Transformasi Digital. *Jurnal Basicedu*, 8(5), 3581–3590. <https://doi.org/https://jbasic.org/index.php/basicedu>
- Saqa, U. A., & Wiatmo, K. S. (2024). Media Sosial Membentuk Tumbuh Kembang Anak di Indonesia. *CONVERSE: Journal Communication Science*, 1(2), 80–88.
- Setiaji, A., Saefullah, I. A., & Nusantara, U. I. (2025). Jurnal Edukasi dan Literasi Pendidikan Jurnal Edukasi dan Literasi Pendidikan. *Jurnal Edukasi Dan Literasi Pendidikan*, 6(3), 167–173. <https://ejournals.com/ojs/index.php/jelp>
- Sugiyama, M., Tsuchiya, K. J., Okubo, Y., Rahman, M. S., Uchiyama, S., Harada, T., Iwabuchi, T., Okumura, A., Nakayasu, C., Amma, Y., Suzuki, H., Takahashi, N., Kinsella-Kammerer, B., Nomura, Y., Itoh, H., & Nishimura, T. (2023). Outdoor Play as a Mitigating Factor in the Association Between Screen Time for Young Children and Neurodevelopmental Outcomes. *JAMA Pediatrics*, 177(3), 303–310. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.5356>
- Untari, D. T., Satria, B., Khasanah, F. N., & Sukreni, T. (2025). Keluarga Digital Cerdas : Kolaborasi Orang Tua dan Sekolah dalam Literasi Digital Anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 1345–1352. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1587>
- Valkenburg, P. M., Krcmar, M., Peeters, A., & Retired. (1999). Developing a scale to assess three styles of television mediation: “Instructive mediation,” “restrictive mediation,” and “social coviewing.” *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 43(1), 52–66. <https://doi.org/10.1080/08838159909364474>
- Wahyudi, D., Ahmad, T., Saputra, A., Abidin, M. Z., & Makassar, U. N. (2024). DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP PENDIDIKAN DI. *Jurnal Kajian Ilmiah Interdisipliner*, 8(6), 148–152.
- Widianingtyas, S. I., & Peristiwati, Y. (2026). Hubungan Screen Time dengan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia 1 – 5 Tahun pada Tiga Tempat Penitipan Anak di Sidoarjo.

Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan, 9(1), 54–61.
<https://doi.org/10.56467/jptk.v8i2....>

- Widiasanti, I., Ramadhan, N. A., Alfarizi, M., & Fairus, A. N. (2023). Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Pemanfaatan Sarana Multimedia dan Media Internet sebagai Alat Pembelajaran yang Efektif. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(3), 1365–1375. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/index%0APemanfaatan>
- Wulandari, R. A. (2023). Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP SIKAP SOSIAL SISWA. *Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial e-ISSN:*, 2(3), 312–322. <https://doi.org/10.18860/dsjpips.v2i3.3453>
- Zebar, A., Sari, P., Sembiring, U., Pgpaud, P. S., & Battuta, U. (2022). Efektivitas Penggunaan Media Digital Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini. *Jurnal Ekonomi Pendidikan*, 10(2), 11–21. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/qe/index%0AEfektivitas>