



Naskah dikirim: 20/03/2026 – Selesai revisi: 17/05/2026 – Disetujui: 25/07/2026 – Diterbitkan: 1/08/2026

Psikoedukasi Parenting Berbasis Disiplin Positif untuk Meningkatkan Kompetensi Pengasuhan Orang Tua dalam Penggunaan Gadget di TK Surya Marta Yogyakarta

Titik Mulat Widyastuti¹, Herdi Handoko², Darsono³, Yulian Agus Suminar⁴

^{1,2}Pendidikan Guru Paud, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Yogyakarta

³Pendidikan Sejarah, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Yogyakarta

⁴Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Yogyakarta

E-mail: ¹titik@upy.ac.id, ²herdi@upy.ac.id, ³darsono@upy.ac.id, ⁴yulian@upy.ac.id

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah membawa dampak signifikan terhadap kehidupan anak usia dini, salah satunya adalah meningkatnya intensitas penggunaan permainan digital yang berpotensi menimbulkan kecanduan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi parenting berbasis disiplin positif untuk meningkatkan kompetensi pengasuhan orangtua dalam penggunaan gadget, merupakan metode untuk memberikan pemahaman kepada orang tua mendidik anak dalam penggunaan gadget dengan pendekatan yang membangun, tanpa kekerasan fisik atau verbal. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pendekatan edukatif, dengan mengintegrasikan metode psikoedukasi, ceramah, diskusi kelompok, Empat tahapan dalam kegiatan pengabdian dan setiap siklusnya terdiri dari: Perencanaan, pelaksanaan, observasi dan evaluasi (refleksi). Hasil dari pelaksanaan program menunjukkan, bahwa psikoedukasi parenting berbasis disiplin positif: a). Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi b). Mengubah sikap pengasuhan menjadi lebih positif dan empatik c). Meningkatkan keterampilan praktis dalam mengelola perilaku anak d). Memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan anak.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Disiplin Positif, Kompetensi Pengasuhan, Gadget

Abstract

The development of digital technology has had a significant impact on the lives of early childhood, one of which is the increasing intensity of digital game use that has the potential to lead to addiction. This community service program aims to provide parenting psychoeducation based on positive discipline to improve parental competence in gadget use.



This method is a method to provide parents with an understanding of how to educate children about gadget use with a constructive approach, without physical or verbal violence. The method used in this community service activity is an educational approach, integrating psychoeducation, lectures, and group discussions. The community service activity consists of four stages, each cycle consisting of: planning, implementation, observation, and evaluation (reflection). The results of the program implementation indicate that parenting psychoeducation based on positive discipline: a). Increases parental knowledge and understanding in implementing psychoeducational results b). Changes parenting attitudes to be more positive and empathetic c). Improves practical skills in managing children's behavior d). Strengthens the emotional bond between parents and children. of future legal professionals with integrity and sustainable legal awareness.

Keywords: *Psychoeducation, Positive Discipline, Parenting Competence, Gadgets*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital pada era globalisasi telah membawa perubahan besar dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam pola pengasuhan anak usia dini. Tantangan bagi orang tua meliputi pengawasan anak di dunia digital dan menjaga keseimbangan. (Mawardah et al., 2023). Gadget seperti smartphone, tablet, dan perangkat digital lainnya kini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari anak. Anak usia dini bahkan dikenal sebagai generasi digital native karena sejak lahir telah hidup berdampingan dengan teknologi digital. Penggunaan gadget pada anak usia dini dapat memberikan manfaat edukatif apabila digunakan secara tepat, seperti membantu stimulasi bahasa, pengembangan kognitif, serta media pembelajaran interaktif. Namun demikian, penggunaan gadget yang berlebihan dan tanpa pengawasan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan anak. Kemajuan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dan aktivitas bermain anak usia dini. Permainan digital kini menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak, baik melalui gawai pribadi maupun milik orang tua. Meskipun permainan digital memiliki potensi edukatif, penggunaan yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan kemampuan sosial, gangguan konsentrasi, serta risiko kecanduan game sejak usia dini. Menurut Chassiakos dalam (Safitri, 2021) berdasarkan data survei oleh perusahaan AVG di AS menyatakan bahwa 92% anak memiliki akun aktif secara online di usia 2 tahun. Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Zaini dalam (Safitri, 2021) penggunaan teknologi berbasis digital berupa gadget pada anak usia 4-6 tahun (TK) mencapai tinggi sebesar 94%. Dari hasil penelitian tersebut terbukti bahwa tingginya level penggunaan gadget pada anak usia dini. Data Badan Pusat Statistik (2024) mencatat bahwa 39,7% anak usia dini di Indonesia telah menggunakan telepon seluler, dan portal Indonesia.go.id (2023) menyebutkan bahwa 70% anak Indonesia sudah aktif mengakses internet. Meski demikian, hasil survei UNICEF dan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2022) menunjukkan bahwa sekitar 60% orang tua belum memiliki kemampuan memadai untuk mengawasi aktivitas digital anak. Anak usia

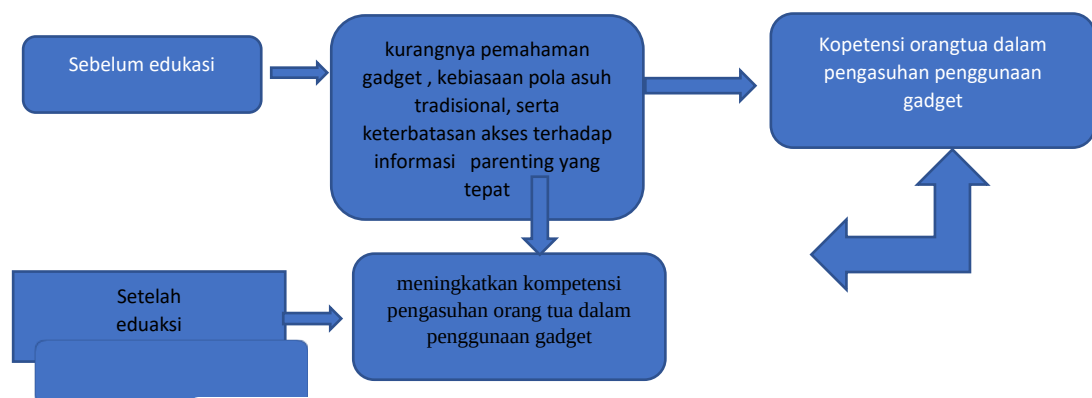
dini merupakan individu yang berada pada masa golden age, yaitu periode perkembangan yang sangat menentukan pembentukan karakter, perilaku, dan kemampuan sosial emosional anak di masa depan. Dari hasil penelitian tersebut terbukti bahwa tingginya level penggunaan gadget pada anak usia dini. Sehingga penting bagi orang tua untuk melakukan pengawasan pendampingan pada anak dalam menggunakan teknologi digital (Wati et al., 2022). Hampir semua dimensi kehidupan sudah terpengaruh adanya teknologi, tidak terkecuali dengan kehidupan anak. Anak di era sekarang sudah mengenal teknologi sejak usia dini, maka dari itu dapat dikatakan sebagai anak digital (Azizah & Baqi, n.d.).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa program psikoedukasi parenting mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua dalam pengasuhan. Dalam konteks pendidikan keluarga, permasalahan tersebut menunjukkan masih rendahnya kompetensi pengasuhan orang tua dalam mengelola penggunaan gadget pada anak usia dini. Namun demikian, implementasi disiplin positif di lingkungan keluarga, khususnya pada orang tua anak usia dini di TK Surya Marta Yogyakarta, masih menghadapi berbagai tantangan, seperti kurangnya pemahaman, kebiasaan pola asuh tradisional, serta keterbatasan akses terhadap informasi parenting yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan program pengabdian masyarakat berupa psikoedukasi parenting berbasis disiplin positif untuk penggunaan gadget yang sistematis dan kontekstual. Kegiatan pengabdian ini akan dilaksanakan di Taman keselamatan dan edukasi lalu lintas Giwangan Yogyakarta. Psikoedukasi menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kompetensi pengasuhan orang tua. Psikoedukasi merupakan intervensi yang bertujuan memberikan pemahaman, keterampilan, dan strategi praktis kepada individu agar mampu menghadapi permasalahan secara adaptif (Lukens & McFarlane, 2004). Menurut Aini et al (2022), dari hasil pengabdian yang telah dilakukan bahwa psikoedukasi parenting dapat membantu orang tua untuk memahami pentingnya peran mereka dalam mengasuh anak, mengenali dan mengatasi tantangan yang dihadapi dalam penggunaan teknologi komunikasi, serta mengembangkan strategi yang efektif dalam memanfaatkan teknologi tersebut untuk mendukung pengasuhan yang berkualitas. Sedangkan menurut Aisha & Aska (2023), kegiatan pengabdian dengan psikoedukasi parenting membantu orang tua jadi lebih paham mengenai pentingnya mengasuh dengan cara meregulasi emosi secara positif dalam merespons anak tanpa adanya kekerasan (Mawardah et al., 2023). Gadget tidak akan masuk ke dunia anak tanpa “pintu” yang dibuka oleh orang tua. Karena itulah, orang tua memiliki peran menentukan yang dalam sangat mengatur penggunaan gadget pada anak. Selain mengontrol, orang tua juga perlu mendampingi dan mengedukasi anak supaya teknologi digunakan secara cerdas dan bertanggung jawab (Bawono et al., 2026). Menurut Hurlock dalam (Ummah, Silvi Aqidatul, 2020), sikap orangtua yang positif akan memberikan dampak yang positif dan baik terhadap perilaku anak. Tetapi sebaliknya jika sikap orangtua yang kurang memberikan sikap acuh pada anak maka anak akan cenderung tidak bertanggungjawab serta memiliki perilaku yang kurang baik (Wati et al., 2022). Disiplin positif adalah strategi manajemen perilaku yang berfokus pada penguatan perilaku positif, pemberian konsekuensi yang logis, serta komunikasi yang efektif,

bukan hukuman fisik atau ancaman. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa disiplin positif dapat meningkatkan kepercayaan diri, kemandirian, dan tanggung jawab anak, serta membangun hubungan yang lebih sehat antara pendidik atau orang tua dengan anak. Disiplin positif tidak hanya berorientasi pada pengendalian perilaku, tetapi juga membantu anak dalam mengembangkan keterampilan sosial-emosional secara berkelanjutan dalam lingkungan sehari-hari (Zahra, 2025). Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut, pengabdian dengan judul “Psikoedukasi Parenting Berbasis Disiplin Positif untuk Meningkatkan Kompetensi Pengasuhan Orang Tua dalam Penggunaan Gadget” menjadi penting dan relevan untuk dilakukan. Pengabdian dengan psikoedukasi ini memiliki urgensi dalam meningkatkan kompetensi pengasuhan orang tua di era digital, mencegah perilaku adiksi gadget pada anak, meningkatkan kualitas interaksi keluarga, serta mendukung perkembangan sosial emosional dan karakter anak usia dini secara optimal. Selain itu, hasil pengabdian diharapkan dapat menjadi referensi bagi lembaga PAUD, pendidik, dan orang tua dalam mengembangkan pola pengasuhan yang adaptif terhadap tantangan perkembangan teknologi saat ini.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Tanggal 8 Mei 2026 di KB TK Surya Marta Yogyakarta dengan lokasi pengabdian di Taman keselamatan dan edukasi lalu lintas Giwangan Yogyakarta. Mitra dalam kegiatan ini adalah Guru-guru dan Orangtua Siswa. Pendampingan dalam kegiatan ini adalah Dosen PG PAUD UPY yang terdiri dari bapak Herdi Handoko, Titik Mulat Widyastuti, Darsono, Yulian Agus Suminar. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kompetensi pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini, mengembangkan ketrampilan pengasuhan yang efektif dan non kekerasan, meningkatkan kompetensi orangtua dalam membangun komunikasi dengan anak, mendorong perubahan pola asuh menuju praktik yang lebih adaptif dan konstruktif. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pendekatan partisipatif dan edukatif, dengan mengintegrasikan metode psikoedukasi, ceramah, diskusi kelompok. Subyek dan lokasi pengabdian masyarakat adalah orangtua wali murid siswa dan guru-guru TK Surya Marta Yogyakarta, dengan Lokasi tempat Taman keselamatan dan edukasi lalu lintas Giwangan Yogyakarta. Berikut alur rencana kegiatan masyarakat sbb:



Gambar 1. Bagan Rencana Kegiatan Pengabdian

Tahapan-tahapan dalam pelaksanaan pengabdian:

- a. Tahap Persiapan yang terdiri dari Koordinasi dengan pihak sekolah, identifikasi kebutuhan (need assessment) melalui observasi dan wawancara, penyusunan instrumen evaluasi (pre-test dan post-test).
- b. Tahap pelaksanaan, Kegiatan psikoedukasi dilakukan dalam beberapa sesi, meliputi: Penyampaian materi yang terdiri dari: pengertian gadget dan karakteristik anak usia dini ,manfaat penggunaan gadget bagi perkembangan anak, dampak negatif penggunaan gadget berlebihan, faktor penyebab anak mengalami ketergantungan gadget, prinsip penggunaan gadget yang sehat sesuai rekomendasi perkembangan anak, strategi pengasuhan digital (digital parenting) sebagai upaya pencegahan dampak negatif gadget, Pengertian disiplin positif, prinsip-prinsip disiplin positif AUD, bentuk implementasi disiplin positif, strategi penerapan disiplin positif AUD, dampak disiplin positif.
- c. Tahap Pengamatan atau Observasi: Pada tahap observasi atau pengamatan pengabdian mencatat proses berlangsungnya psikoedukasi dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dibuat termasuk mencatat kejadian selama psikoedukasi berlangsung. Selanjutnya ditahapan akhir psikoedukasi peserta diberikan test tertulis untuk mengetahui kemampuan orangtua dalam memahami pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget dan keaktifan orangtua dalam mengikuti psikoedukasi. Setelah data hasil pengamatan dan hasil test terkumpul dilakukan pemeriksaan, pengolahan data dan analisis data sebagai hahan menarik kesimpulan bagaimana kemampuan orang tua dalam memahami pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget dan keaktifan orangtua dalam mengikuti psikoedukasi.
- d. Tahap evaluasi: Pada tahap evaluasi dan refleksi tindakan pengabdian melakukan penilaian dan kajian dan proses psikoedukasi dari hasil pengamatan pelatihan siklus 1, perubahan dari hasil pelatihan pada orangtua dalam psikoedukasi kompetensi orangtua dalam memahami pelaksanaan psikoedukasi disiplin positif kemampuan orangtua dalam memahami pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini. Hasil nilai dari kemampuan orangtua dalam pengasuhan penggunaan gadget. Selanjutnya pengabdian membandingkan hasil pengamatan pelaksanaan psikoedukasi disiplin positif kemampuan orangtua dalam memahami pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini. Apakah setelah mengikuti dapat menaikkan kompetensi orangtua dalam pengasuhan anak usia dini. Pada pelaksanaannya tiap siklus misalnya pada siklus pertama ternyata belum berhasil berarti kegiatan psikoedukasi belum efektif meningkatkan kemampuan orangtua tentang disiplin positif kemampuan orangtua dalam memahami pengasuhan orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini.

Hasil dari siklus pertama ini menjadi masukan bagi pelaksanaan siklus kedua terdiri dari hasil perulangan ke empat langkah yang ada pada siklus pertama. Hal ini terjadi karena dimungkinkan setelah siklus pertama, pengabdian menemukan masalah baru atau masalah lama yang belum tuntas, sehingga perlu

dipecahkan melalui siklus selanjutnya. Dengan demikian, berdasarkan hasil tindakan atau pada siklus pertama peneliti kembali melakukan pada siklus kedua. Selanjutnya, instrumen evaluasi berupa pre-test dan post-test disusun untuk mengukur tingkat pengetahuan dan pemahaman orang tua sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Tahap refleksi tindakan dilakukan sebagai upaya meninjau kembali keseluruhan proses kegiatan untuk mengetahui keberhasilan program maupun kendala yang dihadapi selama pelaksanaan.

- e. Tahap Analisis Data: Analisis kuantitatif deskriptif (perbandingan skor pre-test dan post-test), Analisis kualitatif dari hasil diskusi dan refleksi peserta. Indikator keberhasilan tindakan: bisa dilihat dari proses dan hasil yang dicapai dari pelatihan ini yaitu 1) Hasil tindakan apabila guru aktif mengikuti pelatihan 2) Hasil tindakan pelatihan (jika 100% guru-guru memahami implementasi psikoedukasi AUD dalam kategori baik dan sangat baik.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 8 Mei 2026 di Taman keselamatan dan edukasi lalu lintas Giwangan Yogyakarta, dengan memberikan materi pengetahuan tentang: pengertian *gadget* dan karakteristik anak usia dini, strategi pengasuhan digital (*digital parenting*) sebagai upaya pencegahan dampak negatif *gadget*. karakteristik anak usia dini, faktor penyebab anak mengalami ketergantungan *gadget*, prinsip penggunaan *gadget* yang sehat sesuai rekomendasi perkembangan anak, strategi pengasuhan digital (*digital parenting*) sebagai upaya pencegahan dampak negatif *gadget*, Pengertian disiplin positif, prinsip-prinsip disiplin positif AUD, bentuk implementasi disiplin positif, strategi penerapan disiplin positif AUD, dampak disiplin positif. Sebelum memberikan psikoedukasi tim pengabdian melakukan pre test kepada 40 orangtua wali murid terkait pengetahuan tentang disiplin positif dan penggunaan *gadget*. Dengan memberikan 10 pertanyaan untuk mengukur pemahaman orang tua tentang disiplin positif dan implementasi penggunaan *gadget*.



Gambar 2. Pengisian Kuesioner Pretest disiplin positif dan pengetahuan gadget Sebelum tindakan

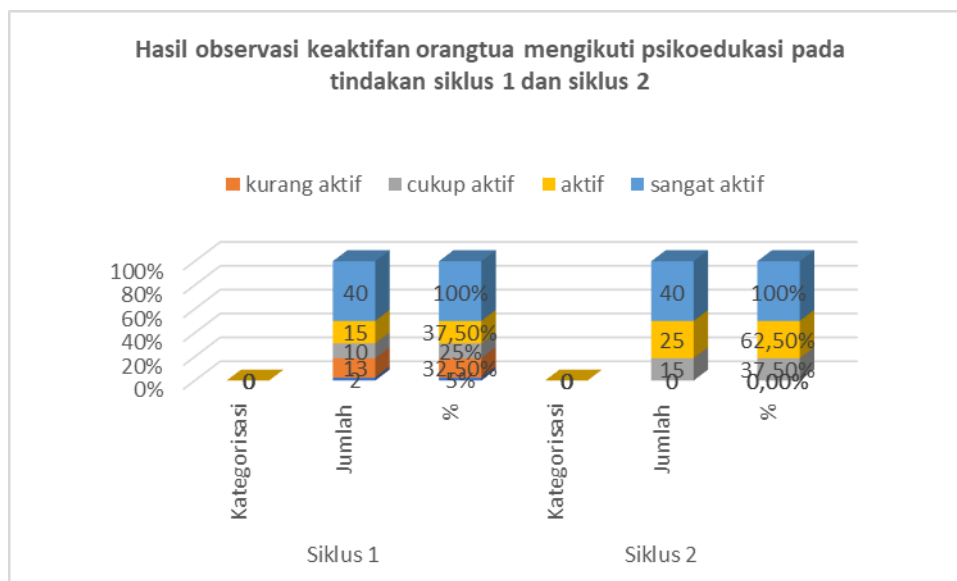


Gambar 3. Pemberian materi tentang pengetahuan disiplin positif dan pengetahuan gadget, pemberian post test setelah tindakan

Hasil pengabdian pada sajian data atau diskripsi hasil pengabdian siklus 1 perencanaan siklus 1, kegiatan pengabdian direncanakan sebagai berikut: Pengamatan psikoedukasi pengetahuan disiplin positif dan pengetahuan gadget serta keaktifan orangtua dalam mengikuti psikoedukasi pada siklus 1 selama mengikuti pelatihan dilakukan dengan memperhatikan aspek-aspek sebagai berikut: a). Tingkat perhatian orangtua pada kegiatan psikoedukasi. b). keberanian mengemukakan pendapat selama mengikuti psikoedukasi. c). keberanian mengajukan pertanyaan. d). keberanian menjawab pertanyaan e). kemampuan mempraktekkan IT i). ketuntasan menyelesaikan tugas.

Tabel 1. Hasil observasi keaktifan orangtua mengikuti psikoedukasi pada tindakan siklus 1 dan siklus 2

Siklus 1			Siklus 2		
Kategorisasi	Jumlah	%	Kategorisasi	Jumlah	%
Kurang aktif	2	5%	Kurang aktif	0	0,00%
Cukup aktif	13	32,50%	Cukup aktif	0	0,00%
Aktif	10	25%	Aktif	15	37,50%
Sangat aktif	15	37,50%	Sangat aktif	25	62,50%
	40	100%		40	100%

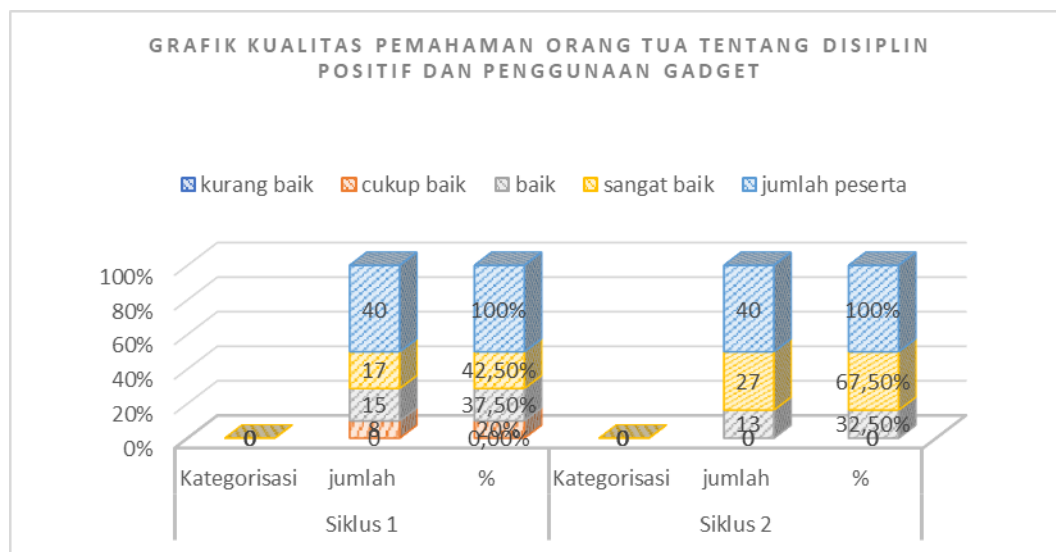


Gambar 4. Grafik keaktifan orangtua dalam mengikuti psikoedukasi parenting

Berdasarkan hasil observasi keaktifan orangtua pada tabel 1 tindakan siklus 1 dapat diketahui bahwa sebagian orangtua sudah tergolong sangat aktif sebanyak 37,50 dan aktif sebanyak 25%. Namun masih terdapat 32,50% yang tergolong cukup aktif dan 5 % kurang aktif dalam mengikuti psikoedukasi. Sehingga kriteria pencapaian keberhasilan yaitu minimal 80% peserta dapat mengikut kegiatan psikoedukasi secara aktif dan sangat aktif. Hasil siklus 2 diketahui mengalami peningkatan bahwa sebanyak 62,50% orangtua tergolong sangat aktif dan aktif sebanyak 37,50% dalam mengikuti psikoedukasi., sedangkan yang cukup aktif dan kurang aktif sudah tidak ada. Dalam kriteria pencapaian keberhasilan yaitu 80% peserta mengikuti kegiatan psikoedukasi secara aktif dan sangat aktif , namun siklus 2 keaktifan orangtua sudah mencapai 100% (aktif dan sangat aktif). Sehingga penilaian sudah memenuhi kriteria keberhasilan dalam pelaksanaan psikoedukasi pada orangtua. Selanjutnya rekap kategorisasi penilaian kualitas pemahaman guru dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi kompetensi pengasuhan orangtua dalam penggunaan gadget anak usia dini pada siklus 2.

Tabel 2. Daftar rekap kategori penilaian kualitas pemahaman orang tua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi

Siklus 1			Siklus 2		
Kategorisasi	jumlah	%	Kategorisasi	jumlah	%
Kurang baik	7	17,50%	Kurang baik	0	0
Cukup baik	13	32,50%	Cukup baik	0	0
Baik	15	37,50%	Baik	13	32,50%
Sangat baik	5	12,50%	Sangat baik	27	67,50%



Gambar 5. Grafik Pemahaman orangtua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi

Tabel 2 rekap kategorisasi penilaian kualitas pemahaman orangtua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi pada siklus 1 kategori kurang baik sebanyak 17,50% , cukup baik sebanyak 32,50% sedangkan kategori baik 37,50% dan sangat baik 12,50. Dalam kriteria pencapaian keberhasilan yaitu minimal 80% peserta dapat mengimplementasikan hasil psikoedukasi. Pada siklus 2 bahwa penilaian kualitas pemahaman orangtua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi orangtua pada anak usia dini hasilnya meningkat sebanyak 32,50% kategori baik dan 67,50% kategori sangat baik kesimpulan dari siklus ke 2 bahwa rekap kategori penilaian kualitas orangtua sudah memenuhi kriteria yaitu 100 % peserta sudah mencapai baik dan sangat baik. Kenaikan ini menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua dalam mengimplementasikan hasil psikoedukasi tentang mengenai disiplin positif, penggunaan *gadget* pada anak usia dini. Hasil observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa peserta aktif dalam sesi diskusi dan *sharing* pengalaman pengasuhan.

Banyak orang tua mengungkapkan bahwa anak sering menunjukkan perilaku tantrum ketika penggunaan *gadget* dibatasi, sulit fokus belajar, kurang tertarik bermain dengan teman sebaya, serta lebih sering meniru perilaku dari tayangan digital. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol dapat memengaruhi perkembangan perilaku dan interaksi sosial anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan kognitif Jean Piaget yang menyatakan bahwa anak usia dini belajar secara optimal melalui pengalaman konkret, bermain, dan interaksi langsung dengan lingkungan sekitarnya. Ketergantungan pada *gadget* dapat mengurangi kesempatan anak untuk mengeksplorasi lingkungan nyata yang penting bagi perkembangan kognitif dan sosialnya. Pada sesi penyampaian materi mengenai manfaat dan dampak penggunaan *gadget*, peserta mulai memahami bahwa *gadget* tidak sepenuhnya memberikan dampak negatif apabila digunakan secara tepat dan terarah.

Gadget dapat menjadi media pembelajaran interaktif yang membantu perkembangan bahasa, kreativitas, dan kemampuan kognitif anak apabila didampingi oleh orang tua dan menggunakan konten yang sesuai usia. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang memiliki kebiasaan bermain gadget lebih dari 1 jam setiap hari mengalami degradasi perkembangan sosial dengan aktivitas gadget yang tinggi akan menjadi apatis terhadap lingkungan, tingkat agresif juga akan meningkat (Novianti & Garzia, 2020). Hasil ini memperkuat pandangan Lev Vygotsky bahwa perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial dan pendampingan orang dewasa dalam proses belajar. Dalam kegiatan simulasi dan *role play*, peserta dilatih menerapkan komunikasi efektif dan teknik memberikan konsekuensi logis tanpa hukuman. Pada awalnya, sebagian besar peserta masih menggunakan pola pengasuhan otoriter, seperti membentak, mengancam, atau langsung mengambil *gadget* secara paksa ketika anak sulit diatur.

Setelah mendapatkan pelatihan disiplin positif, peserta mulai memahami pentingnya komunikasi empatik, pemberian pilihan, serta konsistensi aturan dalam mendampingi penggunaan *gadget* pada anak. Orang tua juga mulai mampu menerapkan konsekuensi logis yang mendidik tanpa kekerasan verbal maupun fisik. Perubahan sikap pengasuhan peserta menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap kemampuan orang tua dalam mengelola perilaku anak. Ketika orang tua memberikan contoh penggunaan gadget yang bijak, membangun komunikasi positif, dan menunjukkan kontrol diri dalam penggunaan media digital, anak cenderung meniru perilaku tersebut. Hal ini sejalan dengan teori belajar Albert Bandura bahwa proses belajar tidak hanya diperoleh melalui pengalaman langsung (*direct experience*), tetapi juga melalui proses observasi, peniruan (*modeling*), dan penguatan (*reinforcement*) terhadap perilaku yang diamati. (Trismayanti et al., 2026).

Hasil pendampingan dan monitoring penerapan di rumah menunjukkan adanya perubahan perilaku pengasuhan pada sebagian besar peserta. Orang tua mulai menerapkan aturan penggunaan gadget di rumah, seperti pembatasan waktu penggunaan, larangan penggunaan gadget saat makan dan sebelum tidur, serta peningkatan aktivitas bermain bersama anak. Beberapa orang tua juga mulai menyediakan aktivitas alternatif seperti membaca buku cerita, bermain edukatif, dan kegiatan motorik untuk mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget. Dari aspek refleksi kegiatan, peserta menyampaikan bahwa materi tentang *digital parenting* sangat membantu mereka memahami pentingnya peran orang tua dalam mendampingi anak di era digital. Peserta menyadari bahwa pengawasan penggunaan gadget tidak cukup dilakukan melalui larangan, tetapi membutuhkan keterlibatan emosional, komunikasi yang hangat, dan keteladanan dari orang tua. Temuan ini sejalan dengan teori ekologi perkembangan Urie Bronfenbrenner yang menjelaskan bahwa keluarga merupakan lingkungan utama yang memengaruhi perkembangan anak, termasuk dalam pembentukan perilaku penggunaan media digital.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa kendala yang ditemukan selama pelaksanaan program. Sebagian orang tua mengaku masih mengalami kesulitan membatasi penggunaan gadget karena tuntutan pekerjaan,

kurangnya waktu mendampingi anak, dan pengaruh lingkungan yang membuat anak mudah terpapar media digital. Selain itu, kebiasaan penggunaan gadget yang sudah terbentuk pada anak memerlukan proses yang bertahap untuk diubah. Oleh karena itu, diperlukan program pendampingan lanjutan dan penguatan literasi digital bagi orang tua agar penerapan disiplin positif dalam penggunaan gadget dapat dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa psikoedukasi parenting berbasis disiplin positif efektif dalam meningkatkan kompetensi pengasuhan orang tua terkait penggunaan gadget pada anak usia dini. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan orang tua, tetapi juga membantu membangun keterampilan komunikasi, pengendalian emosi, serta strategi pengasuhan digital yang lebih positif dan edukatif dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Orang tua juga belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai batasan durasi penggunaan gadget sesuai tahap perkembangan anak serta dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap perkembangan sosial-emosional dan perilaku anak. Setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi, peserta mulai memahami pentingnya pendampingan, pengawasan konten, pembatasan *screen time*, serta penerapan pola pengasuhan disiplin positif dalam penggunaan gadget pada anak.

Simpulan dan Rekomendasi

Simpulan

Kegiatan Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa psikoedukasi parenting berbasis disiplin positif efektif dalam meningkatkan kompetensi pengasuhan orang tua terkait penggunaan gadget pada anak usia dini. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan orang tua, tetapi juga membantu membangun keterampilan komunikasi, pengendalian emosi, serta strategi pengasuhan digital yang lebih positif dan edukatif dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Dalam memberikan pengasuhan, orang tua memberikan perhatian, menetapkan aturan, menerapkan disiplin, memberikan penghargaan, memberlakukan hukuman, dan merespons keinginan anak (Jalal et al., 2024).

Rekomendasi

Hendaknya orangtua memberikan pendampingan kepada anak-anak nya dalam penggunaan gadgaet, orangtua mulai menerapkan aturan yang jelas kepada anak dalam durasi waktu penggunaan gadget.

Daftar Pustaka

- Azizah, N., & Baqi, S. Al. (n.d.). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Anak Usia Dini di Era Digital. 03(01), 1-12.
- Bawono, Y., Zahro, D. L., Azam, A. N., Ubaydila, R. W., Aulia, D. T., Rahmawati, D., & Fitriani, S. S. (2026). Optimalisasi Parenting Style dalam Mengatasi Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini: Psikoedukasi Berbasis Teori Ekologi. 22(April).

- Jalal, N. M., Surisman, D. A., Rembon, D. C., & Anisah, N. (2024). Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Parenting Skill pada Orangtua Anak Binaan Rumah Zakat. 3(3), 138-143.
- Mawardah, M., Purnamasari, S. D., Panjaitan, F., & Fadilah, A. (2023). Psikoedukasi Positive Parenting untuk Meningkatkan Kualitas Pengasuhan Orangtua dalam Menggunakan Teknologi Informasi. 5(2).
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini; Tantangan Baru Orang Tua Milenial Abstrak. 4(2), 1000-1010. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.490>
- Trismayanti, E., Rismayanti, A., Rahmawati, E., Pangandaran, A. F., Pangandaran, A. F., Al, S., & Pangandaran, F. (2026). Penerapan Teori Sosial Kognitif Bandura dalam Pembelajaran Anak Usia Dini Melalui Observasi dan Peniruan Perilaku Positif Edu Happiness : 05(1), 70-79.
- Wati, T. P., Naimah, N., Karimullah, S. S., & ... (2022). Consistency of Balinese family education in forming a love of culture from an early childhood. Devotion: Journal of...<https://devotion.greenvest.co.id/index.php/dev/article/download/221/489>
- Zahra, A. A. (2025). Disiplin Positif dalam Meningkatkan Regulasi Emosi dan Perilaku Sosial Anak : Studi Kualitatif pada Pendidikan Anak Usia Dini di Kabupaten Magelang. 9(3), 905-920. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i3.6909>