



OPEN ACCESS JOURNALS

Contents lists available at <https://jurnal.yoii.ac.id>

## Dharma Publika: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Online ISSN 3025-8154

Journal homepage: <http://jurnal.yoii.ac.id/index.php/dharmapublika>



### Mendidik Anak dengan Aman dan Bahagia di Era Digital 4.0

Hema Dayita<sup>1\*</sup>, Wahyu Aulizalsini Alurmei<sup>2</sup>, Ratna Suminar<sup>3</sup>, Neng Siti Komariah<sup>4</sup>

Universitas Bhayangkara, Bekasi, Indonesia <sup>2</sup> A, Indonesia

#### INFO ARTIKEL

Diterima: 10 Desember 2024; Direvisi: 23 Desember 2024; Disetujui: 23 Desember 2024

#### KEYWORDS

Parenting Patterns,  
Digital Era 4.0,  
Psychoeducation of Elementary  
School Age Children

#### ABSTRACT

*This community service activity aims to provide psychoeducation to parents of SD Negeri Cibubur 03 Pagi students so that they can educate their children safely and happily in the digital era. Psychoeducation is carried out through interactive methods which include lectures, discussions, and filling in the "Parenting Scale Measurement" scale. The material provided includes family security and functioning, child development tasks, challenges of the digital era, and effective parenting strategies. Through this activity, it is hoped that parents can understand the importance of creating an environment that supports children's physical and psychological health. Apart from that, they are also expected to be able to improve their adaptability in facing the challenges of the digital era and implement positive parenting patterns. In this way, children can grow into healthy, happy and qualified individuals, ready to face the dynamics of the digital era 4.0.*

#### KATA KUNCI

Pola Asuh Orang Tua;  
Era Digital 4.0;  
Psikoedukasi Anak Usia  
Sekolah Dasar

#### ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan psikoedukasi kepada orang tua murid SD Negeri Cibubur 03 Pagi agar mereka dapat mendidik anak secara aman dan bahagia di era digital. Psikoedukasi dilakukan melalui metode interaktif yang mencakup ceramah, diskusi, dan pengisian skala "Parenting Scale Measurement." Materi yang diberikan meliputi keamanan dan keberfungsian keluarga, tugas perkembangan anak, tantangan era digital, serta strategi pola asuh yang efektif. Melalui kegiatan ini, diharapkan orang tua dapat memahami pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan fisik dan psikologis anak. Selain itu, mereka juga diharapkan mampu meningkatkan kemampuan adaptasi dalam menghadapi tantangan era digital serta menerapkan pola asuh positif. Dengan demikian, anak-anak dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan berkualitas, siap menghadapi dinamika era digital 4.0.

### PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di era digital 4.0 telah membawa dunia menuju batas-batas yang semakin kabur. Era ini ditandai dengan kemajuan teknologi yang luar biasa cepat, sejalan dengan tuntutan zaman. Teknologi kini menjadi tulang punggung berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan, budaya sosial, ekonomi, dan politik (Saputra et al., 2024). Penggunaan teknologi mutakhir mempermudah akses informasi dan menyediakan solusi atas berbagai tantangan manusia. Salah satu dampak signifikan dari revolusi ini terlihat pada cara manusia berkomunikasi, yang menjadi indikator utama kemajuan teknologi. Transformasi ini berdampak pada perubahan pola pikir, gaya hidup, dan cara manusia berinteraksi satu sama lain. Teknologi digital juga memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas kehidupan keluarga. Salah satu kelompok yang sangat terpengaruh oleh kehadiran teknologi adalah anak-anak. Banyak anak-anak yang kini tumbuh besar dengan teknologi canggih di tangan mereka, seperti gadget yang seolah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari (Chusna, 2017). Kondisi ini mencerminkan bagaimana teknologi telah menjadi bagian integral dalam membentuk pengalaman mereka, baik

#### \* Corresponding Author:

Cecep Taufiek Lazuardi Sumirat, ✉ [hema.dayita@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:hema.dayita@dsn.ubharajaya.ac.id)  
Universitas Bhayangkara, Bekasi, Indonesia



dalam aspek pembelajaran maupun hiburan. Namun, fenomena ini juga menuntut perhatian lebih dalam penggunaan teknologi secara bijak agar memberikan manfaat optimal tanpa mengorbankan aspek lain dari perkembangan anak.

Anak-anak merupakan aset berharga bangsa yang harus dijaga dan dilindungi dengan baik. Sebagai generasi penerus, mereka akan menghadapi berbagai tantangan di masa depan yang membutuhkan persiapan matang. Anak-anak memiliki hak untuk bebas dari diskriminasi serta hak untuk berpartisipasi, sehingga dapat merasa aman baik secara fisik maupun psikologis. Oleh karena itu, penting untuk memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk memperoleh pendidikan yang layak, bimbingan yang memadai, dan dukungan yang diperlukan agar mereka mampu membangun serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Peran orang tua menjadi kunci utama dalam mendukung tumbuh kembang anak (Pahlevi & Utomo, 2022). Sebagai lingkungan pertama dan terpenting dalam kehidupan seorang anak, orang tua memiliki tanggung jawab besar untuk memberikan pendidikan dan nilai-nilai yang akan membentuk karakter anak. Selain itu, orang tua juga perlu memahami dinamika dunia digital di era 4.0 yang membawa berbagai pengaruh terhadap kehidupan anak-anak mereka (Anisah, 2017). Teknologi digital dapat memberikan manfaat besar bagi perkembangan anak, seperti akses informasi dan pembelajaran, namun juga menghadirkan risiko yang harus diantisipasi. Dengan memahami dan mengelola pengaruh dunia digital, orang tua dapat menciptakan lingkungan yang kondusif bagi anak-anak untuk tumbuh menjadi individu yang tangguh, berintegritas, dan siap menghadapi masa depan. Melalui peran aktif orang tua, anak-anak dapat memperoleh perlindungan, arahan, dan kesempatan yang mendukung perjalanan hidup mereka menuju keberhasilan. Era digital 4.0 merupakan respons terhadap kebutuhan yang muncul dari revolusi industri 4.0, di mana manusia dan teknologi bekerja sama untuk menciptakan peluang baru melalui pendekatan yang inovatif dan kreatif. Kolaborasi ini memungkinkan terciptanya solusi yang lebih efektif dalam menghadapi tantangan zaman. Sebagaimana dinyatakan oleh Fisk, visi pendidikan dalam keluarga seharusnya tidak hanya berfokus pada mengajarkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan, tetapi juga pada membimbing anak untuk menemukan sumber daya yang dapat membantu mereka mempelajari keterampilan dan pengetahuan tersebut secara mandiri. Revolusi industri 4.0 sendiri adalah tren yang mengintegrasikan teknologi otomatisasi dengan teknologi siber, menciptakan ekosistem yang memungkinkan proses dan sistem berjalan lebih efisien. Di era ini, anak-anak memiliki akses yang semakin mudah dan luas terhadap teknologi dan informasi melalui internet. Meskipun akses ini membuka berbagai peluang bagi anak untuk belajar dan berkembang, situasi ini juga membawa tantangan besar bagi orang tua. Salah satu tantangan tersebut adalah bagaimana mengontrol penggunaan teknologi oleh anak-anak agar tetap bermanfaat serta melindungi mereka dari ancaman yang muncul, seperti kejahatan siber. Dalam konteks ini, peran orang tua menjadi sangat penting untuk memastikan bahwa teknologi digunakan secara bijak, tidak hanya sebagai alat belajar tetapi juga sebagai sarana yang mendukung tumbuh kembang anak secara positif. Pendekatan yang seimbang antara pengawasan dan pembimbingan akan membantu anak memanfaatkan teknologi secara optimal tanpa mengorbankan aspek keselamatan mereka.

Psikologi memiliki peran strategis dalam menghadapi tantangan era digital 4.0, terutama dalam membantu individu mengatasi dampak psikososial yang timbul dari revolusi digital ini. Para psikolog dituntut untuk memiliki kesiapan yang komprehensif, meliputi aspek fisik, emosional, spiritual, intelektual, dan sosial, agar dapat memberikan layanan yang relevan dan efektif. Selain itu, psikolog memegang tanggung jawab besar dalam merancang dan menerapkan intervensi yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikososial masyarakat, membantu mereka beradaptasi dengan perubahan, serta mengatasi stres atau tekanan yang mungkin muncul. Kesehatan mental dan ketahanan psikologis menjadi modal penting bagi psikolog untuk menjalankan tugas ini secara optimal, sehingga mereka mampu memberikan dukungan yang berarti. Dalam konteks yang lebih luas, konsep keamanan manusia (*human security*) juga sangat relevan, yang bertujuan menciptakan perlindungan mendasar terhadap ancaman yang dapat membahayakan, mencederai, menimbulkan rasa takut, atau mengganggu kenyamanan (Sande, 2021). Keamanan ini mencakup perlindungan fisik maupun psikologis, yang memastikan individu merasa aman dan nyaman dalam menjalani kehidupannya. Dalam psikologi, rasa aman tersebut dikenal sebagai *psychological security*, yaitu

kondisi di mana seseorang dapat memenuhi kebutuhan dasarnya, merasa terlindungi, dan mampu memelihara dirinya dengan baik di tengah masyarakat yang dinamis. Melalui pendekatan ini, psikologi berperan dalam membangun fondasi kesejahteraan yang kokoh bagi individu dan komunitas di era digital (Watie & Mulyana, 2023).

Keluarga memegang peran krusial dalam menjaga keamanan dan kebahagiaan anak, karena keluarga adalah fondasi utama yang mendukung perkembangan mereka secara holistik (Utomo et al., 2022). Orang tua bertanggung jawab dalam menciptakan generasi berkualitas melalui perawatan, perlindungan, dan pendidikan yang berkesinambungan. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan anak, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Konsep family well-being menggambarkan hubungan saling keterkaitan antara kesejahteraan orang tua, anak, dan keluarga secara keseluruhan, di mana keluarga seharusnya menjadi tempat paling aman bagi anak untuk tumbuh dan berkembang secara positif (Nuryanti & Rahmawati, 2022). Penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara anak yang dibesarkan dengan penuh cinta dan perhatian dibandingkan dengan anak yang hanya bertahan hidup dalam kondisi yang kurang mendukung. Bagi anak usia sekolah dasar, merasa aman dan didukung adalah hal yang esensial untuk mengoptimalkan potensi mereka. Anak-anak berkembang secara maksimal ketika mereka menjalani tahapan perkembangan sesuai tugas perkembangan yang semestinya. Pada rentang usia 6-12 tahun, anak-anak di sekolah dasar mengalami perkembangan pesat dalam berbagai aspek, termasuk motorik, bahasa, emosi, dan social (Saputra, 2017). Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk menyediakan lingkungan yang mendukung, sehingga anak dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan kompeten dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Pesatnya perkembangan teknologi dan sosial di era digital 4.0 membawa banyak perubahan dalam kehidupan anak, yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat mereka tumbuh. Lingkungan yang stabil dan mendukung berperan penting dalam menjaga kesehatan mental dan emosional anak, sedangkan lingkungan yang penuh konflik dapat menimbulkan berbagai tantangan yang berdampak negatif. Konflik tersebut dapat berupa diskriminasi, kesenjangan sosial, hingga kejahatan siber yang semakin marak. Tantangan-tantangan ini sering kali membuat anak mengalami kesulitan dalam menjalin pertemanan, mengelola emosi secara sehat, dan mempertahankan keseimbangan psikologis (Daniswara & Faristiana, 2023). Menyediakan lingkungan yang stabil dan aman bagi anak menjadi tanggung jawab besar bagi orang tua dan pendidik, terutama karena di era digital ini, lingkungan anak tidak lagi terbatas pada sekolah dan keluarga saja, tetapi juga mencakup dunia maya yang berkembang pesat tanpa batas. Teknologi yang terus maju menambah kompleksitas dalam membimbing anak agar tetap terlindungi dari pengaruh negatif, sekaligus memanfaatkan teknologi untuk pertumbuhan mereka secara positif. Orang tua dan pendidik harus beradaptasi dengan perubahan ini dan mengambil langkah-langkah proaktif untuk mengelola pengaruh lingkungan sosial digital terhadap anak. Hal ini membutuhkan perhatian, komitmen, dan pemahaman mendalam tentang cara menciptakan keseimbangan antara manfaat teknologi dengan perlindungan anak dari ancaman digital yang mungkin terjadi (Tekege, 2017).

Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku anak, karena mereka adalah pendidik pertama dan utama dalam kehidupan anak. Diharapkan, orang tua dapat membimbing dan mendidik anak-anak mereka menjadi individu yang berkarakter baik, berakhlak mulia, dan siap menghadapi tantangan masa depan. Setiap anak berhak mendapatkan pendidikan yang layak dan berkualitas untuk meningkatkan kualitas hidup mereka di masa depan. Dalam menjalankan peran ini, orang tua perlu memberikan perhatian yang penuh kepada anak, memastikan kebutuhan emosional dan intelektual mereka terpenuhi (Jannah & Umam, 2021). Selain itu, menjalin komunikasi dua arah yang efektif menjadi kunci untuk memahami perasaan, kebutuhan, dan aspirasi anak, sehingga tercipta hubungan yang harmonis dan mendukung perkembangan mereka secara optimal. Dengan pola asuh yang baik, orang tua dapat memberikan fondasi yang kuat bagi anak untuk tumbuh menjadi individu yang tangguh dan bertanggung jawab.

Paparan di atas menegaskan pentingnya mendidik anak dengan pendekatan yang aman dan membahagiakan, khususnya di era digital 4.0 yang penuh tantangan dan peluang. Oleh karena itu, pengabdian ini bertujuan untuk

memberikan psikoedukasi kepada orang tua murid Sekolah Dasar Negeri Cibubur 03 Pagi, yang berlokasi di Jl. Cibubur I Rt. 03/01, Jakarta Timur, Indonesia. Sekolah dasar ini memiliki total 725 peserta didik berusia 7-12 tahun, usia yang merupakan tahap perkembangan pesat dalam berbagai aspek, termasuk fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Dengan jumlah peserta didik yang cukup besar, penting bagi para orang tua untuk memahami dan menerapkan pola asuh yang tepat guna mendukung perkembangan anak secara optimal. Psikoedukasi ini dirancang untuk memperdalam pemahaman orang tua tentang peran strategis mereka dalam kehidupan anak, termasuk bagaimana menciptakan lingkungan yang kondusif untuk tumbuh kembang di tengah arus digitalisasi yang terus berkembang. Orang tua diajak untuk lebih peka terhadap kebutuhan anak, baik dari segi emosional maupun sosial, sehingga mampu memberikan pendampingan yang sesuai dengan dinamika era digital. Melalui pendekatan ini, diharapkan orang tua dapat meningkatkan keterampilan mereka dalam mendukung anak-anak menjadi individu yang berdaya saing, berakhlak mulia, dan tangguh menghadapi perubahan zaman.

Dari penjelasan berikut, perkembangan teknologi di era digital 4.0 menghadirkan peluang dan tantangan dalam kehidupan, terutama bagi anak-anak. Teknologi mempermudah akses informasi, namun membutuhkan pengawasan agar penggunaannya bijak. Orang tua berperan penting mendidik anak dengan pola asuh tepat untuk mendukung tumbuh kembang optimal. Selain memastikan kebutuhan fisik, emosional, dan intelektual terpenuhi, orang tua harus memahami dampak digitalisasi. Pendekatan seimbang ini membantu anak menjadi individu tangguh, berakhlak mulia, dan siap menghadapi masa depan.

## METODE

Metode penelitian dalam kegiatan pengabdian ini akan dilaksanakan pada tanggal 12 Oktober 2024 di SD Negeri 03 Cibubur Pagi, dengan peserta yang terdiri dari para orang tua siswa di sekolah tersebut. Kegiatan ini menggunakan pendekatan psikoedukasi yang bertujuan memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada orang tua mengenai cara mendidik anak dengan pendekatan yang tepat di era digital 4.0. Psikoedukasi sebagai metode intervensi bertujuan untuk meningkatkan pemahaman individu atau kelompok terkait masalah signifikan dalam kehidupan, serta mengembangkan dukungan sosial yang diperlukan untuk mengahadapinya (Hastuti & Sahrani, 2018).

Pada tahap pertama, kegiatan dimulai dengan pemberian materi psikoedukasi melalui ceramah yang menyajikan informasi terkait cara mendidik anak dengan penuh kasih sayang di tengah perkembangan teknologi digital yang pesat. Dalam sesi ini, orang tua akan diberikan wawasan tentang tantangan yang dihadapi anak-anak dalam berinteraksi dengan dunia digital, serta bagaimana orang tua dapat mendampingi dan memberikan arahan yang sesuai dengan perkembangan zaman. Materi ini juga mencakup pentingnya keseimbangan antara penggunaan teknologi dan interaksi sosial di kehidupan anak-anak, guna menciptakan lingkungan yang sehat dan mendukung pertumbuhan mereka. Selanjutnya, pada tahap kedua, para peserta akan diminta untuk mengisi "Parenting Scale Measurement" yang telah disiapkan untuk mengukur sejauh mana pemahaman dan praktik orang tua dalam mendidik anak. Skala ini bertujuan untuk membantu orang tua merefleksikan gaya pengasuhan yang mereka terapkan dan memperoleh gambaran mengenai aspek-aspek yang masih dapat diperbaiki untuk meningkatkan kualitas pola asuh. Setelah pengisian skala, sesi terakhir akan diisi dengan sesi tanya jawab, yang memberikan kesempatan bagi orang tua untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman terkait tantangan pengasuhan di era digital ini. Melalui interaksi ini, diharapkan para orang tua dapat memperoleh pemahaman lebih mendalam tentang cara-cara efektif mendidik anak, serta bagaimana memanfaatkan teknologi secara bijak dalam mendukung perkembangan anak-anak mereka.

Pelaksanaan kegiatan ini dirancang untuk berlangsung secara interaktif dan dialogis, dengan tujuan agar peserta dapat memahami pentingnya mendidik anak secara aman dan bahagia di tengah pesatnya perkembangan teknologi di era digital 4.0 (Kinanah, 2022). Melalui pendekatan yang komunikatif, diharapkan orang tua dapat memperoleh pemahaman yang lebih dalam mengenai tantangan pengasuhan anak dalam konteks digital, serta strategi untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak dengan aman. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk memberikan data yang akurat mengenai pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua peserta didik, melalui pengisian skala yang akan digunakan oleh tim peneliti untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai kebiasaan pengasuhan di

kalangan orang tua. Kontribusi mitra dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PMK) ini sangat penting, karena peserta yang berasal dari instansi mitra diharapkan dapat hadir dan berpartisipasi secara aktif dalam seluruh rangkaian sesi psikoedukasi yang diselenggarakan. Kehadiran dan partisipasi peserta sangat menentukan keberhasilan kegiatan ini, karena mereka akan memperoleh pengetahuan yang bermanfaat untuk diterapkan dalam pola pengasuhan anak di rumah. Dengan kontribusi ini, kegiatan PMK ini diharapkan dapat memberikan dampak yang positif, baik bagi orang tua dalam meningkatkan pemahaman mereka tentang pengasuhan di era digital, maupun bagi tim peneliti dalam mengumpulkan data yang relevan dan bermanfaat untuk pengembangan penelitian lebih lanjut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua yang mengadopsi pendekatan pengasuhan berbasis pemahaman digital yang sehat cenderung menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung perkembangan anak di era digital 4.0. Peserta yang menerima materi psikoedukasi tentang pengasuhan di era digital menunjukkan peningkatan pemahaman terkait pentingnya batasan penggunaan teknologi dan strategi untuk menjaga kesejahteraan emosional serta keamanan anak, serta lebih mampu mengadaptasi pengasuhan yang sesuai dengan tantangan digital saat ini.

### 1. Keamanan keluarga

Keamanan yang dimaksud dalam konteks ini merujuk pada perasaan anak yang terbebas dari ancaman yang dapat berdampak buruk pada kesejahteraan fisik maupun psikologis mereka. Ancaman seperti kelaparan, penyakit, atau penindasan adalah faktor yang dapat merusak rasa aman dan membahayakan perkembangan anak. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua untuk menciptakan lingkungan yang melindungi anak-anak mereka dari berbagai ancaman tersebut (Ulfah, 2020). Keamanan bukan hanya mencakup perlindungan fisik, tetapi juga mencakup perlindungan emosional yang memungkinkan anak merasa dihargai, dicintai, dan dihormati. Dalam tahap perkembangan anak usia dini, terutama bagi siswa sekolah dasar, rasa aman menjadi kebutuhan dasar yang sangat penting untuk menciptakan fondasi yang kuat bagi perkembangan mereka. Ketika kebutuhan akan rasa aman ini dipenuhi, anak-anak dapat merasa bebas dari ketakutan dan kecemasan yang dapat menghalangi mereka untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.

Selain itu, setiap manusia, termasuk anak-anak, memiliki berbagai kebutuhan dasar yang harus dipenuhi agar mereka dapat berkembang dengan baik. Kebutuhan rasa aman adalah salah satu dari kebutuhan tersebut yang harus diperhatikan dengan serius oleh orang tua dan lingkungan sekitarnya (Utomo & Alawiyah, 2022). Orang tua memegang peran sentral dalam memenuhi kebutuhan ini, dengan memastikan bahwa anak-anak mereka terlindung dari bahaya baik yang dapat terjadi di dalam rumah maupun di luar rumah. Perlindungan ini tidak hanya melibatkan aspek fisik, tetapi juga meliputi perlindungan psikologis, seperti menciptakan hubungan yang penuh kasih sayang, perhatian, dan pemahaman (Judi & Gurvinder, 2024). Ketika anak merasa aman dan terlindungi, mereka dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih tenang dan percaya diri, yang pada gilirannya mendukung perkembangan kognitif, emosional, dan sosial mereka. Menjaga keselamatan dan kesejahteraan anak secara menyeluruh adalah cara yang efektif untuk memastikan bahwa mereka dapat tumbuh dalam lingkungan yang sehat dan positif, yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan potensi diri mereka secara maksimal.





Gambar 1. Narasumber memberikan materi kepada peserta seminar

## 2. Keberfungsian keluarga

Keberfungsian keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang aman dan bahagia bagi anak-anak. Orang tua, sebagai anggota utama dalam keluarga, memikul tanggung jawab besar dalam membimbing dan mendidik anak agar dapat tumbuh menjadi individu yang berkualitas. Salah satu aspek yang paling mendasar dalam proses ini adalah peran keluarga dalam memberikan rasa aman dan penuh kasih sayang kepada anak (Setiardi & Mubarak, 2017). Ketika anak dibesarkan dalam suasana yang penuh cinta dan perhatian, mereka akan merasa dihargai dan terlindungi. Hal ini sangat penting untuk menciptakan hubungan yang sehat antara anak dan orang tua, serta membangun dasar bagi perkembangan emosional dan psikologis yang stabil. Dalam keluarga yang memberikan kasih sayang secara konsisten, anak cenderung mengembangkan gaya keterikatan yang aman, di mana mereka merasa nyaman untuk menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain di luar keluarga. Dengan demikian, peran keluarga dalam menciptakan iklim kasih sayang ini sangat menentukan keberhasilan perkembangan anak secara keseluruhan.

Sebaliknya, keluarga yang membesarkan anak dalam kondisi yang lebih berfokus pada bertahan hidup atau mengatasi kesulitan hidup, tanpa cukup memberikan perhatian pada kebutuhan emosional anak, dapat menyebabkan masalah jangka panjang bagi perkembangan anak. Anak-anak yang tumbuh dalam kondisi ini mungkin menghadapi kesulitan dalam membangun keterikatan yang aman, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain. Selain itu, ketidakstabilan emosional yang dialami oleh anak-anak dalam keluarga yang penuh tekanan dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan mental di kemudian hari. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik anak, tetapi juga memberikan perhatian yang cukup terhadap kebutuhan emosional mereka. Mendidik dan merawat anak dalam suasana penuh cinta dan perhatian akan membekali mereka dengan landasan yang kuat untuk mengatasi tantangan kehidupan dan mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang sehat di masa depan.



Gambar 2. Peserta Seminar Antusias Mengikuti Pelatihan

### 3. Tugas perkembangan anak

Keberfungsian keluarga dalam mendukung perkembangan anak di usia sekolah dasar sangat penting, terutama pada usia 7 hingga 12 tahun, yang termasuk dalam tahap perkembangan akhir masa kanak-kanak. Pada usia ini, anak-anak menghadapi berbagai tugas perkembangan yang krusial untuk menunjang kematangan fisik, sosial, dan kognitif mereka. Salah satu aspek yang paling menonjol adalah kemampuan anak untuk belajar keterampilan fisik yang mendukung aktivitas bermain, seperti pengembangan koordinasi motorik halus dan kasar (Hadinata, 2021). Pertumbuhan otot dan tulang anak pada tahap ini berlangsung dengan cepat, sehingga mereka sangat membutuhkan kesempatan untuk beraktivitas fisik dan bermain guna mendukung perkembangan tubuh mereka secara optimal. Keluarga memiliki peran penting dalam menyediakan lingkungan yang mendukung kegiatan fisik ini, baik melalui fasilitas di rumah maupun dengan mendorong anak untuk terlibat dalam berbagai kegiatan luar ruangan.

Selain aspek fisik, pada usia ini anak-anak juga mulai belajar untuk bergaul dengan teman sebaya, yang merupakan bagian penting dari perkembangan sosial mereka. Sekolah menjadi arena utama bagi anak untuk mengembangkan keterampilan sosial dengan berinteraksi dan bekerja sama dengan teman-teman sebayanya. Keluarga, sebagai pendukung pertama dalam kehidupan anak, perlu memastikan bahwa anak memiliki modal sosial yang cukup untuk berinteraksi dengan orang lain di luar lingkup keluarga. Hal ini penting untuk membantu anak membangun hubungan yang sehat dengan teman-teman sebaya dan memahami nilai-nilai kerjasama, empati, serta komunikasi yang baik. Di sisi lain, anak usia sekolah dasar juga mulai mengembangkan keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung, yang merupakan landasan bagi perkembangan kognitif mereka. Pada tahap ini, perkembangan kognitif dan biologis anak sudah cukup matang, memungkinkan mereka untuk belajar hal-hal baru secara lebih terstruktur dan sistematis. Keluarga dan sekolah perlu bekerja sama untuk memastikan bahwa anak-anak memperoleh pengalaman belajar yang memadai dalam bidang ini agar dapat mengembangkan potensi intelektual mereka secara maksimal.



Gambar 3. Narasumber Memberikan Penjelasan Materi Anak dan Tugas Perkembangannya

#### 4. Masalah yang dihadapi anak

Pada tahap psikologis anak usia sekolah dasar, yaitu antara 7 hingga 12 tahun, anak-anak memasuki masa perkembangan yang krusial. Di usia ini, mereka mulai menghadapi berbagai tantangan yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Salah satu masalah yang sering dialami adalah kesulitan dalam menjalin dan mempertahankan pertemanan. Proses membangun hubungan sosial yang sehat dengan teman sebaya memerlukan keterampilan interpersonal yang tidak selalu mudah dipahami oleh anak-anak (Setiana & Eliasa, 2024). Mereka terkadang kesulitan untuk beradaptasi dengan dinamika sosial yang ada, seperti cara berkomunikasi yang efektif atau cara mengatasi konflik dengan teman-teman mereka. Hal ini bisa mempengaruhi kepercayaan diri dan perkembangan sosial anak, sehingga penting bagi orang tua dan pendidik untuk memberikan dukungan dalam membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial yang baik.

Selain itu, anak-anak juga sering menghadapi kesulitan dalam berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, baik itu di sekolah atau di luar sekolah. Keterampilan bekerja sama dalam kelompok sangat penting untuk membangun rasa solidaritas dan meningkatkan kemampuan komunikasi serta kolaborasi. Namun, beberapa anak merasa cemas atau tidak nyaman dalam situasi tersebut, baik karena rasa tidak percaya diri atau ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan aturan kelompok. Hal ini bisa memengaruhi interaksi mereka dengan teman sebaya dan menghambat kemampuan mereka untuk berkolaborasi. Masalah lainnya yang semakin muncul di era digital ini adalah kesulitan anak dalam mengontrol penggunaan gawai (Wulandari & Fauziah, 2024). Penggunaan perangkat digital yang berlebihan bisa menimbulkan kecanduan, yang berdampak negatif pada perkembangan otak anak, terutama dalam aspek konsentrasi dan pembentukan kebiasaan yang sehat. Kecanduan gawai juga dapat mengurangi waktu yang seharusnya digunakan untuk aktivitas fisik, belajar, atau bersosialisasi dengan teman-teman. Oleh karena itu, pengawasan dan pembimbingan yang tepat dari orang tua dan guru sangat diperlukan untuk membantu anak-anak mengelola waktu penggunaan gawai dengan bijak, sehingga mereka dapat menjalani perkembangan yang sehat dan seimbang.

#### 5. Tantangan orang tua di era digital 4.0

Tantangan orang tua di era digital 4.0 semakin kompleks, terutama dalam menjaga lingkungan yang stabil dan aman bagi anak-anak. Kemajuan teknologi yang terus berkembang pesat dan tanpa batas menciptakan dinamika baru yang memengaruhi cara anak-anak berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Di tengah pesatnya perkembangan dunia digital, orang tua harus mampu menyeimbangkan kebebasan anak untuk mengeksplorasi dunia



maya dengan tanggung jawab yang sesuai (Handoko & Christi, 2024). Salah satu tantangan utama bagi orang tua adalah memastikan bahwa anak-anak dapat menggunakan media sosial dengan bijak dan memiliki kesadaran terhadap batasan waktu dan dampak psikologis yang bisa timbul dari penggunaan berlebihan. Orang tua perlu memberikan pemahaman kepada anak mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara aktivitas online dan offline, serta mengajarkan mereka untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka di dunia maya. Dalam hal ini, orang tua bukan hanya sebagai pengawas, tetapi juga sebagai pembimbing yang memberikan arah dan nilai-nilai yang tepat.

Selain itu, orang tua juga memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan fisik dan psikologis anak. Kesehatan fisik anak, yang meliputi pemberian makanan bergizi dan cukup tidur, adalah aspek yang tak terpisahkan dalam mendukung tumbuh kembang mereka. Orang tua harus memastikan bahwa anak-anak mereka mendapatkan nutrisi yang tepat agar tubuh mereka tumbuh dengan baik (Daulay et al., 2023). Namun, tidak kalah pentingnya adalah menjaga kesehatan psikologis anak, yang berperan besar dalam pembentukan karakter dan kepribadian mereka saat dewasa. Kesehatan mental yang baik akan membantu anak mengelola stres, menghadapi tantangan hidup, dan berinteraksi dengan orang lain secara sehat. Semua ini dipengaruhi oleh lingkungan tempat anak berkembang, termasuk interaksi dengan keluarga, teman, dan masyarakat sekitar. Oleh karena itu, orang tua harus aktif menciptakan lingkungan yang positif, mendukung perkembangan fisik dan psikologis anak agar mereka dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, berdaya, dan siap menghadapi dunia digital yang terus berkembang.



Gambar 4. Narasumber Bahagia Dengan Selesainya Pelatihan

#### 6. Hal-hal yang diperhatikan orang tua

Peran orang tua sangat signifikan dalam membentuk perilaku anak. Sebagai figur utama dalam kehidupan anak, orang tua bertanggung jawab untuk menyediakan pendidikan yang layak dan berkualitas agar anak dapat berkembang dengan baik dan mencapai taraf hidup yang lebih baik. Pendidikan yang baik tidak hanya terbatas pada aspek akademis, tetapi juga mencakup pengajaran nilai-nilai moral dan sosial (Khusniyah, 2018). Oleh karena itu, orang tua harus memberikan perhatian penuh kepada anak-anak mereka, memastikan bahwa mereka merasa didukung dan dihargai. Salah satu kunci dalam membangun hubungan yang sehat antara orang tua dan anak adalah komunikasi yang terbuka dan dua arah. Orang tua harus mampu mendengarkan keluhan dan aspirasi anak, serta menyampaikan pendapat atau nasihat dengan cara yang membangun dan penuh kasih sayang. Dengan cara ini, anak akan merasa lebih dihargai dan mampu mengekspresikan diri mereka secara lebih sehat dan terbuka.

Selain itu, orang tua juga berperan penting dalam mengajarkan anak cara yang sehat untuk mengekspresikan emosi mereka. Dalam proses tumbuh kembangnya, anak-anak sering menghadapi beragam emosi yang perlu diarahkan dengan baik. Orang tua harus menjadi contoh yang baik dalam mengelola emosi, sehingga anak dapat meniru cara-cara yang positif dalam menghadapi stres atau kekecewaan (Prahastiwi, 2023). Selain itu, pengajaran

mengenai konsistensi dan komitmen juga sangat penting. Salah satunya adalah dengan menetapkan aturan yang jelas dan konsisten mengenai penggunaan gawai, seperti waktu dan durasi yang wajar. Pengaturan ini tidak hanya membantu anak untuk belajar disiplin, tetapi juga membangun rasa tanggung jawab dan menghargai waktu. Dengan cara ini, orang tua dapat membantu anak-anak mereka mengembangkan karakter yang kuat, menghargai aturan, serta menghormati batasan, yang semuanya merupakan fondasi penting dalam perkembangan pribadi dan sosial anak.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengasuhan berbasis pemahaman digital yang sehat memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak di era digital 4.0. Materi psikoedukasi yang diberikan kepada orang tua meningkatkan kesadaran mereka tentang pentingnya menjaga keseimbangan penggunaan teknologi, memberikan perlindungan fisik dan emosional, serta memastikan kesehatan mental anak. Keamanan keluarga dan keberfungsian keluarga menjadi pilar utama dalam menciptakan rasa aman dan mendukung tugas perkembangan anak. Selain itu, tantangan orang tua di era digital, seperti mengawasi penggunaan teknologi, menjaga kesehatan fisik dan mental anak, serta membimbing mereka menghadapi dinamika sosial, memerlukan pendekatan yang strategis dan berkesinambungan.

Sebagai saran, orang tua diharapkan dapat terus memperdalam pemahaman tentang pengasuhan yang adaptif terhadap tantangan era digital melalui pelatihan atau literasi digital. Sekolah dan komunitas juga dapat berperan aktif dalam menyediakan program edukasi yang mendukung pengasuhan dan kesehatan anak. Dengan kolaborasi yang kuat antara keluarga, sekolah, dan masyarakat, anak-anak dapat berkembang secara optimal, memiliki keseimbangan dalam penggunaan teknologi, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

## REFERENSI

- Anisah, A. S. (2017). Pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap pembentukan karakter anak. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 5(1), 70-84.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2), 315-330.
- Daniswara, R. A., & Faristiana, A. R. (2023). Transformasi Peran Dan Dinamika Keluarga Di Era Digital Menjaga Keluarga Dalam Revolusi Industri 4.0 Tantangan Dalam Perubahan Sosial. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 2(2), 29-43.
- Daulay, L. S., Mardianto, M., & Nasution, M. I. P. (2023). Literasi Sehat Untuk Menjaga Kesehatan Mental Anak di Era Digital. *Jurnal Raudhab*, 11(1).
- Hadinata, S. (2021). Implementasi Pembelajaran Al-Qur'an Dengan Metode Ummi terhadap Kemampuan Membaca Al-Qur'an Bagi Anak Usia 7-13 Tahun. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam dan Isu-Isu Sosial*, 19(1), 60-79.
- Handoko, Y., & Christi, A. (2024). Tantangan Orang Tua Sebagai Pendidik Menurut Ulangan 6: 1-9 Dalam Mendidik Iman Anak Dalam Era Digital 4.0. *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan*, 8(1).
- Hastuti, R., & Sahrani, R. (2018). Psikoedukasi strategi mengelola kelas bagi guru di Sekolah Dasar. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2).
- Jannah, N., & Umam, K. (2021). Peran Orang Tua dalam Pendidikan Karakter Berbasis Keluarga di Masa Pandemi Covid-19. *FALASIFA: Jurnal Studi Keislaman*, 12(1), 95-115.
- Judi, F., & Gurvinder, S. (2024). Creating Safe Environments for Children to Play and Learn. *Childhood education*, doi: 10.1080/00094056.2024.2330299.
- Khusniyah, N. L. (2018). Peran orang tua sebagai pembentuk emosional sosial anak. *Qanwam*, 12(1), 87-101.
- Kinanah, N. (2022). *Relevansi Pola Asuh Orang Tua dalam Mendidik Anak perspektif buku Modern Islamic parenting Karya Dr. Hasan Syamsi dengan Pola Asuh orang tua dalam mendidik anak di era digital* (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Madura).
- Nuryanti, S., & Rahmawati, I. (2022). Seberapa Kuat Keluargaku? Kajian Peran Family Strength Terhadap Subjective Well-Being Kampung Lampion Malang Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Talenta*, 11(2), 5-14.

- Pahlevi, R., & Utomo, P. (2022). Orang Tua, Anak dan Pola Asuh: Studi Kasus tentang Pola layanan dan Bimbingan Keluarga terhadap Pembentukan Karakter Anak. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utama Gender dan Anak*, 4(1), 91-102. <http://dx.doi.org/10.29300/hawapsga.v4i1.6888>
- Prahastiwi, E. D. (2023). Peran Pendidikan Orang Tua Dalam Membentuk Karakter Dan Motivasi Belajar Anak Sd. *Al-Muaddib: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 5(2), 321-329.
- Sande, J. P. (2021). Aspek Human Security dalam Pembatasan Masuknya Orang Asing ke Indonesia karena Pandemi Covid-19. *Indonesian Perspective*, 6(2), 142-165.
- Saputra, D. T. S., Aryasatya, M. N., Faja, R. D., & Fuadin, A. (2024). Revolusi Digital: Peran Teknologi Elektro Dalam Mengubah Cara Kita Hidup dan Bekerja. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(4).
- Saputra, T. (2017). Pendidikan Karakter Pada Anak Usia 6–12 Tahun. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(03), 242-255.
- Setiana, S., & Eliasa, E. I. (2024). Karakteristik Perkembangan Fisik, Kognitif, Emosi Sosial, dan Moral Pada Anak Usia Sekolah Dasar (7-12 Tahun). *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(6), 127-138.
- Setiardi, D., & Mubarok, H. (2017). Keluarga sebagai sumber pendidikan karakter bagi anak. *Tarbawi: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2).
- Tekege, M. (2017). Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi dalam pembelajaran SMA YPPGI Nabire. *Jurnal Teknologi Dan Rekayasa*, 2(1), 40-52.
- Ulfah, M. (2020). *Digital Parenting: Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak-anak dari Bahaya Digital?*. Edu Publisher.
- Utomo, P., & Alawiyah, I. (2022). Family-Based Character Education: The Role of Parenting as the Basic of Character Education for Elementary Children. *Journal of Primary Education (JPE)*, 2(1), 1-9. <http://dx.doi.org/10.29300/jpe.v2i1.6976>
- Utomo, P., Prayogi, F., & Pahlevi, R. (2022). Bimbingan dan Konseling Keluarga: Pola Asuh Orang Tua dan Implikasinya terhadap Penanaman Nilai-Nilai Karakter pada Anak. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(1), 35-50. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v5i1.11170>
- Watie, M. S., & Mulyana, O. P. (2023). The Relationship between Psychological Safety and Commitment Organizational in Teacher. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 413-425.
- Wulandari, H., & Fauziah, J. (2024). Pengaruh Waktu Penggunaan Layar (Screentime) Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Pada Anak Usia Dini: Menelusuri Dampak Era Digital. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(16), 407-412.