



PENGARUH EDUKASI PARENTING TERHADAP SIKAP ORANG TUA MEMBATASI GADGET: STUDI PRA-EKSPERIMENTAL ONE GROUP PRETEST-POSTTEST

¹⁾ Lisha Susiana Ningsi, ²⁾ Fatma Nadia, ³⁾ Lisvirose⁴⁾ Wira Ekdeni Alfa

Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah
Jl. Parit Indah No 38 Pekanbaru – Riau - Indonesia

E-mail : ¹⁾ lishasusiana@gmail.com, ²⁾ fatma.nadia@gmail.com,

³⁾ lisviarose@gmail.com, ⁴⁾ wiraekdeniaifa15@gmail.com

Kata Kunci:

Parenting, Sikap, Gawai

ABSTRAK

Peningkatan penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun berpotensi berdampak negatif terhadap perkembangan, sehingga diperlukan peran orang tua dalam pengawasan dan pembatasan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran. Penelitian menggunakan desain pra-eksperimental one group pretest–posttest dengan 30 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala Likert, dan analisis data menggunakan uji paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor sikap orang tua secara signifikan setelah edukasi parenting ($p = 0,000 < 0,05$). Edukasi parenting berpengaruh signifikan dalam meningkatkan sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak dan direkomendasikan sebagai upaya preventif di fasilitas kesehatan (*mean difference* -17.164).

Keywords:

Parenting, Attitude, Gadget

Info Artikel

Tanggal dikirim: 14 Januari 2026

Tanggal direvisi: 18 Januari 2026

Tanggal diterima: 31 Januari 2026

DOI

Artikel:10.58794/jubidav5i1.1970

ABSTRACT

The increasing use of gadgets among children aged 5–10 years may negatively affect their development, highlighting the need for parental supervision and appropriate limitations. This study aimed to analyze the effect of parenting education on parents' attitudes toward limiting gadget use among children aged 5–10 years in the working area of Pekan Heran Community Health Center. A pre-experimental one-group pretest–posttest design was employed involving 30 parents. Data were collected using a Likert-scale attitude questionnaire and analyzed using a paired sample *t*-test. The results showed a significant increase in parents' attitude scores after the parenting education intervention ($p = 0.000 < 0.05$). Parenting education significantly improves parents' attitudes toward limiting gadget use in school-aged children and is recommended as a preventive intervention in healthcare facilities (*mean difference* -17.164).

PENDAHULUAN

Peningkatan penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun merupakan fenomena yang semakin berkembang seiring dengan pesatnya kemajuan teknologi digital. Gadget seperti smartphone dan tablet kini tidak hanya digunakan oleh orang dewasa, tetapi juga telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak-anak, baik sebagai sarana hiburan, komunikasi, maupun pembelajaran. Meskipun penggunaan gadget dapat memberikan manfaat apabila digunakan secara tepat dan terkontrol, penggunaan yang berlebihan dan tanpa pengawasan berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa paparan



gadget yang berlebihan pada anak usia sekolah dapat memengaruhi perkembangan fisik, kognitif, bahasa, serta sosial emosional, seperti gangguan konsentrasi, menurunnya interaksi sosial, masalah perilaku, dan kecenderungan adiksi digital [1].

Anak usia 5–10 tahun berada pada fase perkembangan penting yang membutuhkan stimulasi optimal melalui aktivitas fisik, interaksi sosial langsung, dan bimbingan orang dewasa. Pada tahap ini, anak mulai membentuk kebiasaan, nilai, serta pola perilaku yang akan berpengaruh hingga masa remaja dan dewasa. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat mengurangi waktu anak untuk beraktivitas fisik, bermain dengan teman sebaya, serta berinteraksi dengan anggota keluarga. Kondisi ini apabila dibiarkan berlarut-larut dikhawatirkan dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional anak serta menurunkan kualitas hubungan antara anak dan orang tua. Dalam konteks tersebut, peran orang tua menjadi faktor kunci dalam mengarahkan dan membatasi penggunaan gadget pada anak. Orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam menetapkan aturan, memberikan pengawasan, serta menjadi teladan dalam penggunaan teknologi yang sehat. Pembatasan penggunaan gadget yang efektif memerlukan pemahaman yang baik mengenai risiko penggunaan gadget berlebihan serta strategi pengasuhan yang sesuai dengan usia dan kebutuhan anak. Namun, pada kenyataannya tidak semua orang tua memiliki pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan sikap yang memadai untuk menerapkan pembatasan tersebut secara konsisten [2][3]. Oleh karena itu, edukasi parenting menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua. Edukasi ini dapat berupa penyuluhan, diskusi, atau pelatihan yang bertujuan memberikan pemahaman tentang durasi penggunaan gadget yang ideal, pemilihan konten yang sesuai usia, serta alternatif aktivitas positif bagi anak. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi parenting mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap orang tua terhadap penggunaan gadget pada anak dan membantu mereka dalam menerapkan aturan yang konsisten [4]. Sikap merupakan komponen penting dalam teori perubahan perilaku yang mencerminkan kecenderungan individu untuk merespons suatu objek atau situasi secara positif atau negatif. Sikap yang positif terhadap pembatasan penggunaan gadget akan memengaruhi kesiapan orang tua dalam menerapkan aturan dan pengawasan secara konsisten. Berbeda dengan pengetahuan yang bersifat kognitif dan perilaku yang bersifat tindakan nyata, sikap berada pada posisi antara keduanya dan berperan sebagai faktor predisposisi yang mendasari terbentuknya perilaku. Oleh karena itu, perubahan sikap dianggap sebagai indikator awal yang penting dalam menilai efektivitas suatu intervensi edukatif, termasuk edukasi parenting.

Celah riset (research gap) dalam penelitian ini terletak pada masih terbatasnya penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia sekolah. Sebagian besar studi sebelumnya menilai keberhasilan intervensi melalui peningkatan pengetahuan atau perubahan perilaku orang tua, tanpa mengkaji secara mendalam perubahan sikap sebagai dasar terbentuknya perilaku pengasuhan yang berkelanjutan. Selain itu, penelitian dengan desain pra-eksperimental one group pretest–posttest yang berfokus pada variabel sikap masih jarang dilakukan, khususnya pada konteks layanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas.

Pemilihan variabel sikap dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan bahwa sikap mencerminkan kesiapan internal orang tua untuk menerima dan menerapkan pembatasan penggunaan gadget pada anak. Sikap yang positif diharapkan dapat mendorong orang tua untuk lebih konsisten dalam menetapkan aturan, mengawasi penggunaan gadget, serta mencari alternatif aktivitas yang lebih sehat bagi anak. Dengan demikian, pengukuran sikap dianggap lebih relevan untuk menilai dampak awal dari edukasi parenting sebelum perubahan perilaku yang nyata dapat diamati.



Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada tahun 2025 di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran melalui metode wawancara singkat dan observasi terhadap orang tua yang memiliki anak usia 5–10 tahun, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar anak telah menggunakan gadget lebih dari dua jam per hari. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa masih banyak orang tua yang belum menerapkan aturan pembatasan penggunaan gadget secara konsisten dan cenderung memberikan gadget sebagai sarana hiburan utama anak, terutama ketika orang tua sibuk dengan aktivitas lain. Beberapa orang tua menyatakan kekhawatiran terhadap dampak gadget, namun merasa kesulitan dalam menerapkan pembatasan karena kurangnya pengetahuan dan strategi pengasuhan yang tepat [5].

Temuan survei pendahuluan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran orang tua mengenai potensi risiko penggunaan gadget dan sikap mereka dalam menerapkan pembatasan secara nyata. Kondisi ini mengindikasikan perlunya intervensi edukasi parenting yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan sikap positif orang tua terhadap pembatasan penggunaan gadget pada anak.

Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran strategis dalam upaya promotif dan preventif, termasuk dalam memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pengasuhan anak. Program edukasi parenting yang terstruktur dan berbasis kebutuhan masyarakat diharapkan dapat menjadi salah satu upaya preventif untuk mencegah dampak negatif penggunaan gadget berlebihan pada anak usia sekolah.

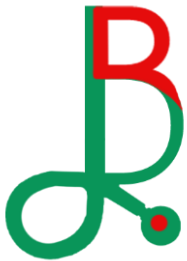
Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan intervensi edukasi parenting serta menjadi dasar bagi penyusunan program promotif dan preventif di fasilitas kesehatan guna mendukung tumbuh kembang anak yang optimal di era digital.

TINJAUAN PUSTAKA

Orang tua adalah komponen keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu dan merupakan hasil dari sebuah perkawinan yang sah yang dapat membentuk sebuah keluarga. Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat [6].

Setiap orang tua, baik ayah maupun ibu, memiliki tugas dan peran yang saling melengkapi dalam keluarga. Ayah berperan sebagai pemimpin keluarga, pencari nafkah, pendidik, pelindung, pemberi rasa aman, serta pengambil keputusan, sekaligus sebagai anggota masyarakat dan kelompok sosial [7]. Sementara itu, ibu berperan sebagai pengelola rumah tangga, pengasuh dan pendidik anak, pelindung, anggota masyarakat, serta dapat menjadi pencari nafkah tambahan bagi keluarga. Secara umum, orang tua memiliki tanggung jawab untuk melahirkan, mengasuh, membesarkan, membimbing anak menuju kedewasaan, menanamkan nilai dan norma yang berlaku, mengembangkan potensi anak, serta memberikan teladan dengan penuh tanggung jawab dan kasih sayang, karena setiap anak dengan bakat dan kecenderungannya merupakan anugerah yang sangat berharga [8].

Fungsi pokok orang tua terhadap anak meliputi asih, asuh, dan asah, yaitu memberikan kasih sayang dan rasa aman, memenuhi kebutuhan pemeliharaan serta kesehatan anak, dan memenuhi kebutuhan pendidikan agar anak tumbuh menjadi pribadi yang sehat, mandiri, dan berkembang



optimal. Selain itu, orang tua juga memiliki fungsi religius dalam menanamkan nilai keagamaan, fungsi edukatif sebagai pendidik pertama dan utama bagi anak, fungsi protektif untuk melindungi anak dari perilaku yang tidak diharapkan, fungsi sosialisasi dalam mempersiapkan anak menjadi anggota masyarakat yang baik, serta fungsi ekonomis melalui pemenuhan dan pengelolaan kebutuhan keluarga yang memengaruhi masa depan anak [9].

Anak adalah seorang yang dilahirkan dari perkawinan antara seorang perempuan dengan seorang laki-laki meskipun tidak melakukan pernikahan tetap dikatakan anak. Anak yaitu manusia muda dalam umur, muda dalam jiwa dan perjalanan hidupnya karena mudah terpengaruh dengan keadaan sekitarnya. Selama di tubuhnya masih berjalan proses pertumbuhan dan perkembangan, anak masih dikatakan sebagai anak dan baru menjadi dewasa ketika proses pertumbuhan dan perkembangan itu selesai jadi batas umur anak-anak adalah sama dengan permulaan menjadi dewasa yaitu 18 tahun untuk wanita dan 21 tahun untuk laki-laki [10].

Tahap perkembangan dan pertumbuhan anak berlangsung melalui beberapa fase, yaitu periode prakelahiran (prenatal), masa bayi, masa awal anak-anak, masa pertengahan dan akhir anak-anak, hingga remaja. Perkembangan anak usia dini (0–6 tahun) ditandai dengan kepekaan tinggi terhadap lingkungan, keterampilan, detail, serta penggunaan tangan dan kaki sebagai sarana eksplorasi, sementara pada usia 3–6 tahun anak mulai mudah dipengaruhi, berkembang secara bahasa, dan siap memasuki pendidikan formal. Selanjutnya, pada usia 6–12 tahun atau masa kanak-kanak akhir, anak mengalami perkembangan kognitif dan sosial yang lebih matang sebagai persiapan menuju masa remaja.

Gadget merupakan perangkat teknologi modern yang dirancang untuk memudahkan aktivitas manusia agar lebih praktis dan efisien, seperti smartphone, laptop, tablet, dan iPad, yang dilengkapi berbagai aplikasi serta akses informasi luas. Kehadiran gadget menjadi simbol kemajuan teknologi yang memberikan kemudahan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam komunikasi dan akses informasi.

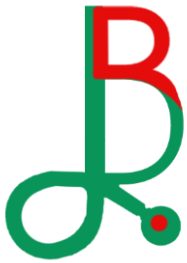
Penggunaan gadget dapat memberikan dampak positif apabila dimanfaatkan secara bijak. Gadget mempermudah interaksi sosial melalui media sosial, memperpendek jarak dan waktu dalam berkomunikasi jarak jauh, serta membantu anak dalam mengakses informasi pendidikan dan berkomunikasi dengan guru terkait pelajaran atau tugas sekolah.

Namun, penggunaan gadget yang berlebihan pada anak juga menimbulkan dampak negatif. Anak cenderung menghabiskan lebih banyak waktu bermain gadget dibandingkan belajar, menjadi kurang peduli terhadap lingkungan sekitar, serta berisiko mengalami kecanduan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan perkembangan sosialnya.

Selain itu, gadget memungkinkan anak mengakses konten yang tidak sesuai usia, seperti pornografi dan kekerasan, serta berpotensi memicu perilaku negatif di media sosial, seperti penggunaan bahasa kasar dan perundungan. Penggunaan gadget yang berlebihan juga membuat anak kurang aktif secara fisik sehingga dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial dan motoriknya [11].

Edukasi parenting merupakan proses pemberian pengetahuan, keterampilan, dan dukungan kepada orang tua agar mampu menjalankan pengasuhan secara efektif sesuai tahap perkembangan anak. Edukasi ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan sikap orang tua dalam menerapkan pola asuh yang positif, terutama dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital [12].

Keberhasilan edukasi parenting dipengaruhi oleh metode yang digunakan, media edukasi, serta faktor penyuluh, sasaran, dan proses pelaksanaan. Media edukasi berfungsi menarik minat,



mempermudah penyampaian informasi, dan meningkatkan pemahaman sasaran, sedangkan faktor pendidikan, sosial, dan lingkungan sasaran turut menentukan efektivitas perubahan perilaku yang diharapkan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest–posttest. Desain ini dipilih untuk mengetahui pengaruh edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun dengan membandingkan skor sikap sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Pada desain ini, seluruh responden diberikan pengukuran awal (pretest), kemudian diberikan intervensi edukasi parenting, dan selanjutnya dilakukan pengukuran ulang (posttest) menggunakan instrumen yang sama.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia 5–10 tahun dan berada di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi orang tua yang memiliki anak usia 5–10 tahun, bersedia menjadi responden, dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan edukasi parenting. Kriteria eksklusi meliputi orang tua yang tidak hadir secara lengkap pada saat pretest, intervensi, atau posttest. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak. Kuesioner disusun dalam bentuk skala Likert dengan beberapa pernyataan yang mencerminkan sikap orang tua terhadap pembatasan durasi, pengawasan penggunaan, serta aturan penggunaan gadget pada anak. Setiap item pernyataan memiliki pilihan jawaban dengan skor tertentu, sehingga data yang dihasilkan berupa skor numerik.

Uji validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan sebelum digunakan dalam penelitian. Uji validitas dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk menilai keterkaitan antara skor setiap item dengan skor total. Item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai koefisien korelasi lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha untuk menilai konsistensi internal kuesioner, dengan kriteria reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,70$.

Intervensi yang diberikan berupa edukasi parenting yang disampaikan kepada responden melalui metode penyuluhan terstruktur. Materi edukasi meliputi pengertian dan dampak penggunaan gadget berlebihan pada anak, peran orang tua dalam pengawasan penggunaan gadget, serta strategi pembatasan penggunaan gadget yang efektif dan sesuai dengan usia anak. Edukasi diberikan dalam satu sesi dengan durasi yang telah ditentukan dan menggunakan media pendukung untuk memudahkan pemahaman responden.

Pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap, yaitu sebelum dan sesudah intervensi edukasi parenting. Pada tahap pretest, responden diminta mengisi kuesioner sikap untuk mengetahui sikap awal orang tua. Setelah itu, responden diberikan edukasi parenting, dan selanjutnya dilakukan pengukuran posttest untuk mengetahui perubahan sikap setelah intervensi.

Data yang diperoleh berupa skor numerik sikap orang tua sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor sikap, serta analisis bivariat untuk mengetahui perbedaan skor sikap sebelum dan sesudah edukasi parenting. Karena data berbentuk skor numerik dan berasal dari pengukuran berpasangan



(pretest–posttest) pada kelompok yang sama, analisis bivariat menggunakan uji paired sample t-test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etik penelitian. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti memperoleh izin dari pihak Puskesmas Pekan Heran. Setiap responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, serta manfaat penelitian, dan diminta untuk menandatangani lembar informed consent sebagai tanda persetujuan berpartisipasi. Kerahasiaan identitas responden dijaga dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup jenis kelamin, usia, dan pendidikan terakhir. Data dikumpulkan dari 30 responden yang merupakan orang tua anak usia 5–10 tahun di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran.

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	3	10
Perempuan	27	90
Total	30	100

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Kelompok Usia (Tahun)	Jumlah (n)	Persentase (%)
27–30	9	30
31–34	11	36.7
35–38	10	33.3
Total	30	100

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Jumlah (n)	Persentase (%)
SMA	21	70
D3	5	16.7
S1	4	13.3
Total	30	100

Tabel 4. Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Parenting

Variabel	Rata-rata	SD	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Sebelum Edukasi	68.3	3.9	62	75
Sesudah Edukasi	86.1	4.2	79	93

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Shapiro wilk

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
Skor Sebelum Edukasi	0.577	Data berdistribusi normal
Skor Sesudah Edukasi	0.684	Data berdistribusi normal



Karena nilai $p > 0.05$, maka data berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan dengan uji t berpasangan (*paired t-test*).

Tabel 6. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	Mean	t-hitung	df	Sig. (p)	Keterangan
Sebelum –	-	-	2	0.000	Signi-fikan
Sesudah	17.16	106.47	9		
Edukasi	4	9			

Karena $p < 0.05$, maka terdapat pengaruh signifikan edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun.

PEMBAHASAN

Puskesmas Pekan Heran merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang berada di Kecamatan Rengat Barat, Kabupaten Indragiri Hulu, Provinsi Riau. Puskesmas ini memiliki wilayah kerja yang cukup luas dengan karakteristik masyarakat yang beragam, terdiri dari berbagai latar belakang sosial, ekonomi, dan pendidikan. Sebagai pusat pelayanan kesehatan masyarakat, Puskesmas Pekan Heran tidak hanya berfokus pada pelayanan kuratif, tetapi juga menjalankan program promotif dan preventif, salah satunya melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dan edukasi bagi orang tua mengenai pola asuh anak atau parenting. Kegiatan edukasi parenting di puskesmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua dalam mendampingi tumbuh kembang anak, termasuk dalam menghadapi tantangan penggunaan gadget di era digital. Lingkungan masyarakat yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan dan gotong royong menjadi faktor pendukung terlaksananya kegiatan edukasi secara efektif dan partisipatif.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 27 orang (90%), sedangkan laki-laki hanya berjumlah 3 orang (10%). Dominasi responden perempuan menunjukkan bahwa peran ibu masih menjadi pihak yang paling aktif dalam pengasuhan anak dan lebih banyak terlibat dalam kegiatan edukasi parenting di Puskesmas Pekan Heran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [13] yang menyatakan bahwa mayoritas peserta kegiatan edukasi parenting adalah ibu, karena ibu memiliki tanggung jawab lebih besar dalam mengasuh dan mengawasi anak, termasuk dalam mengatur penggunaan gadget sehari-hari. Hasil serupa juga ditemukan oleh Fitriani dkk. (2021) yang menyebutkan bahwa ibu lebih banyak terlibat dalam kegiatan edukatif dibanding ayah, karena waktu ibu bersama anak lebih banyak di rumah. Dengan demikian, tingginya partisipasi perempuan dalam penelitian ini mencerminkan bahwa ibu memiliki peranan penting sebagai sasaran utama dalam program edukasi parenting untuk membentuk sikap positif terhadap pengendalian penggunaan gadget pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada pada rentang usia 31–34 tahun sebanyak 11 orang (36,7%), diikuti kelompok usia 35–38 tahun sebanyak 10 orang (33,3%), dan usia 27–30 tahun sebanyak 9 orang (30%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori usia dewasa awal hingga dewasa madya, yaitu kelompok usia yang umumnya memiliki anak usia sekolah dasar dan sedang aktif dalam proses pengasuhan. Kelompok usia ini dinilai memiliki tingkat kepedulian yang tinggi terhadap perkembangan anak, termasuk dalam mengontrol penggunaan gadget. Temuan ini sejalan dengan penelitian Herlina (2021) yang menyebutkan bahwa orang tua pada rentang usia 30–40 tahun cenderung lebih terbuka terhadap informasi baru dan aktif mengikuti program edukasi terkait parenting. Hasil serupa juga diperoleh



dalam penelitian Rahmayanti (2020) yang menjelaskan bahwa usia dewasa awal merupakan fase paling produktif dalam menjalankan peran sebagai orang tua, karena pada masa ini individu telah memiliki kematangan emosional dan kognitif untuk menerapkan pola asuh yang lebih bijak. Dengan demikian, usia responden yang didominasi oleh kelompok dewasa awal mendukung efektivitas pelaksanaan edukasi parenting dalam membentuk sikap positif terhadap pembatasan penggunaan gadget pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, diikuti oleh pedagang, pegawai swasta, dan tenaga kesehatan seperti bidan dan perawat. Dominasi responden dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga menunjukkan bahwa mereka memiliki waktu lebih banyak untuk berinteraksi langsung dengan anak di rumah, sehingga lebih berperan dalam mengawasi dan mengatur penggunaan gadget anak. Kondisi ini mendukung keterlibatan aktif ibu rumah tangga dalam kegiatan edukasi parenting yang diselenggarakan di Puskesmas Pekan Heran. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan [14] yang menyatakan bahwa ibu rumah tangga lebih berperan dalam pengasuhan anak dibandingkan ibu bekerja, karena memiliki waktu luang yang lebih banyak untuk memantau perilaku anak. Hal serupa juga diungkapkan oleh [15] bahwa pekerjaan orang tua berpengaruh terhadap penerapan pola asuh, di mana orang tua yang tidak bekerja di luar rumah cenderung memiliki kontrol yang lebih tinggi terhadap aktivitas anak termasuk penggunaan gadget. Dengan demikian, pekerjaan responden dalam penelitian ini berkontribusi terhadap tingkat perhatian dan sikap positif mereka setelah diberikan edukasi parenting.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terjadi peningkatan skor sikap orang tua setelah diberikan edukasi parenting. Sebelum intervensi, rata-rata skor sikap orang tua berada pada kategori cukup dengan nilai rata-rata sekitar 68,3, sedangkan setelah edukasi parenting meningkat menjadi 86,1 yang termasuk dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi parenting berpengaruh positif terhadap perubahan sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun. Edukasi yang diberikan membantu meningkatkan pemahaman orang tua tentang dampak negatif penggunaan gadget berlebihan serta strategi pengawasan yang efektif. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sari (2021) yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada sikap orang tua setelah diberikan penyuluhan tentang manajemen penggunaan gadget anak, dengan nilai $p < 0,05$. Demikian pula penelitian oleh Fitriyani dan Rahma (2020) menemukan bahwa intervensi edukasi parenting mampu meningkatkan kesadaran dan keterlibatan orang tua dalam membatasi screen time anak. Dengan demikian, peningkatan skor sikap dalam penelitian ini memperkuat bukti bahwa edukasi parenting merupakan metode efektif untuk menumbuhkan sikap positif dan tanggung jawab orang tua terhadap penggunaan gadget anak.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditampilkan pada tabel, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) untuk skor sikap sebelum edukasi parenting sebesar 0,577 dan skor sikap sesudah edukasi sebesar 0,684. Kedua nilai tersebut lebih besar dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal baik sebelum maupun sesudah diberikan edukasi parenting. Hasil ini menunjukkan bahwa sebaran data pada kedua variabel memenuhi asumsi normalitas yang menjadi salah satu syarat untuk melakukan uji statistik parametrik *paired sample t-test*. Distribusi data yang normal mengindikasikan bahwa responden memberikan variasi jawaban yang relatif merata dan tidak terdapat penyimpangan ekstrem pada skor sikap. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nurlaila (2020) yang juga mendapatkan hasil uji normalitas $> 0,05$ pada penelitian mengenai efektivitas penyuluhan parenting terhadap perilaku pengasuhan anak. Dengan demikian, data dalam penelitian ini layak digunakan untuk analisis lanjutan dengan metode parametrik guna menguji pengaruh



edukasi parenting terhadap sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *paired sample t-test*, diperoleh nilai mean difference sebesar -17,164, yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sikap orang tua setelah diberikan edukasi parenting sebesar 17,164 poin dibandingkan sebelum diberikan edukasi. Nilai negatif pada *mean difference* menandakan bahwa skor setelah intervensi lebih tinggi daripada sebelum intervensi. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi parenting memiliki pengaruh positif terhadap perubahan sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun. Edukasi parenting memberikan kesempatan kepada orang tua untuk memahami dampak penggunaan gadget berlebihan serta strategi pengawasan yang efektif sesuai usia perkembangan anak. Hal ini sejalan dengan teori Lawrence Green (1980) dalam model *Precede-Proceed*, yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku dipengaruhi oleh faktor predisposisi seperti pengetahuan dan sikap, yang dapat ditingkatkan melalui intervensi edukatif.

Hasil analisis juga menunjukkan nilai t-hitung sebesar -106,479 dengan derajat kebebasan (df) = 29 dan nilai signifikansi (p) = 0,000 ($< 0,05$). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sikap orang tua sebelum dan sesudah edukasi parenting, sehingga hipotesis penelitian diterima. Dengan kata lain, edukasi parenting terbukti efektif dalam mengubah sikap orang tua menjadi lebih positif terhadap pengawasan penggunaan gadget anak. Hasil ini juga mendukung teori Notoatmodjo (2012) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berfungsi untuk meningkatkan kemampuan individu melalui proses pembelajaran sehingga terjadi perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku ke arah yang lebih sehat. Dalam konteks penelitian ini, edukasi parenting berperan sebagai bentuk pendidikan kesehatan keluarga yang mampu meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab orang tua terhadap perilaku digital anak. Besarnya peningkatan sikap orang tua setelah intervensi dapat dijelaskan melalui beberapa faktor. Pertama, materi edukasi parenting yang diberikan secara terstruktur berfokus langsung pada permasalahan yang dihadapi orang tua sehari-hari, seperti dampak negatif penggunaan gadget berlebihan, tanda-tanda ketergantungan gadget pada anak, serta strategi praktis pembatasan penggunaan gadget sesuai usia. Materi yang relevan dan kontekstual cenderung lebih mudah dipahami dan diterima oleh orang tua, sehingga mampu membentuk sikap yang lebih positif. Kedua, metode penyampaian edukasi yang bersifat interaktif memungkinkan orang tua untuk merefleksikan pengalaman pribadi mereka dalam mendampingi anak, sehingga meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran mereka dalam mengontrol penggunaan gadget.

Selain faktor intervensi, karakteristik responden juga diduga berperan dalam besarnya peningkatan sikap yang terjadi. Usia orang tua yang berada pada rentang usia produktif umumnya memiliki kemampuan kognitif yang baik untuk menerima informasi baru serta lebih terbuka terhadap perubahan pola pengasuhan. Tingkat pendidikan orang tua juga berpotensi memengaruhi sikap, di mana orang tua dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah memahami materi edukasi dan mengaitkannya dengan dampak jangka panjang terhadap perkembangan anak. Faktor peran dalam keluarga, khususnya peran ibu sebagai pengasuh utama, turut memengaruhi perubahan sikap. Ibu umumnya memiliki intensitas interaksi yang lebih tinggi dengan anak, sehingga lebih merasakan langsung dampak penggunaan gadget dan lebih responsif terhadap intervensi edukasi parenting.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya oleh Fitriyani dan Rahma (2020) yang menunjukkan peningkatan signifikan pada sikap orang tua setelah pelatihan parenting digital, serta penelitian Sari (2021) yang menemukan bahwa penyuluhan tentang bahaya penggunaan gadget berdampak signifikan terhadap peningkatan pengawasan orang tua. Selain itu, teori Bandura



(1986) tentang *Social Learning Theory* turut memperkuat hasil penelitian ini, di mana perubahan sikap dan perilaku dapat terjadi melalui proses observasi, pembelajaran sosial, dan internalisasi nilai dari lingkungan edukatif. Dalam hal ini, kegiatan edukasi parenting memberikan contoh, pengetahuan, serta dukungan sosial yang membantu orang tua meniru dan menerapkan perilaku pengasuhan yang lebih bijak. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa edukasi parenting tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat sikap positif dan keterampilan praktis orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak di era digital. Implikasi praktis dari hasil penelitian ini sangat relevan bagi pelaksanaan program promotif dan preventif di Puskesmas. Edukasi parenting mengenai penggunaan gadget pada anak dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin puskesmas, seperti kelas ibu, posyandu, atau penyuluhan kesehatan keluarga. Dengan adanya peningkatan sikap orang tua, diharapkan puskesmas dapat berperan lebih aktif dalam mencegah dampak negatif penggunaan gadget berlebihan pada anak usia sekolah. Selain itu, tenaga kesehatan dapat menggunakan modul edukasi parenting sebagai media standar dalam memberikan konseling kepada orang tua.

Meskipun menunjukkan hasil yang signifikan, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain pra-eksperimental tanpa kelompok kontrol menyebabkan peneliti tidak dapat sepenuhnya memastikan bahwa perubahan sikap yang terjadi hanya disebabkan oleh intervensi edukasi parenting, karena masih memungkinkan adanya pengaruh faktor lain di luar penelitian. Jumlah sampel yang relatif kecil dan hanya melibatkan satu wilayah kerja puskesmas juga membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Selain itu, pengukuran sikap dilakukan dalam jangka waktu yang relatif singkat setelah intervensi, sehingga belum dapat menggambarkan keberlanjutan perubahan sikap dalam jangka panjang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa edukasi parenting berpengaruh signifikan dan efektif dalam meningkatkan sikap orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak usia 5–10 tahun di wilayah kerja Puskesmas Pekan Heran. Edukasi parenting mampu meningkatkan kesadaran dan kesiapan orang tua dalam menerapkan pengaturan penggunaan gadget yang lebih tepat dan konsisten. Oleh karena itu, edukasi parenting direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam program kesehatan ibu dan anak (KIA) atau kelas parenting rutin di Puskesmas sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung tumbuh kembang anak.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] I. F. Rachmat dan S. Hartati, “Literasi Digital Orang Tua Anak Usia Dini,” *JJB*, vol. 7, no. 2, hlm. 1–21, Feb 2020, doi: 10.32534/jjb.v7i2.1344.
- [2] L. Marinda, “Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar,” *AN*, vol. 13, no. 1, hlm. 116–152, Apr 2020, doi: 10.35719/annisa.v13i1.26.
- [3] D. A. S. Jasmidalis, O. Purnamasari, dan L. Zuhaini, “Edukasi Gadget Ramah Anak Usia Dini bagi Orang Tua,” *murhum*, vol. 4, no. 1, hlm. 1–10, Jan 2023, doi: 10.37985/murhum.v4i1.149.
- [4] F. Oktaviyati, D. Faridawati, I. W. Siswanti, R. Fransisco, dan R. Handayani, “Analisis Dampak Radiasi Gadget Terhadap Perkembangan Motorik Dan Kognitif Anak,” vol. 7, no. 01, 2023.
- [5] M. J. Isdiyantoro, “Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Penggunaan Gadget Di Ra Masyithoh Xv Pangenjuritengah,” vol. 6, no. 1, 2023.
- [6] I. Puspito, “Pentingnya Peran Orang Tua Mendidik Anak,” 2022.



- [7] F. Hidayati dan D. V. S. Kaloeti, “Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak”.
- [8] A. Mardhiah, “Peran Ibu Dalam Penguatan Karakter Anak di Masa Pandemi COVID 19,” vol. 3, no. 1.
- [9] C. Ramdani, U. Miftahudin, dan A. Latif, “Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter”.
- [10] C. Marhayani, A. Rindiani, W. H. Sukrisno, dan H. Thamrin, “Analisa Yuridis Tentang Definisi Anak Dalam Hukum Positif di Indonesia,” vol. 02, 2024.
- [11] U. Khasanah, S. Anwar, Y. Sofiani, dan N. Kurwiyah, “Edukasi Masyarakat Dalam Peningkatan Pencegahan dan Perawatan Hipertensi dan Dm Desa Kaliasin Kecamatan Sukamulya Kabupaten Tangerang”.
- [12] L. Sofiana, “Edukasi Pencegahan Hipertensi Menuju Lansia Sehat di Dusun Tegaltan dan, Desa Banguntapan, Bantul,” *dinamisia*, vol. 4, no. 3, hlm. 504–508, Jul 2020, doi: 10.31849/dinamisia.v4i3.3867.
- [13] N. I. Haerunisya, W. P. Zzahrani, A. S. Sari, dan Z. A. Windarti, “Sosialisasi Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak SD Negeri Maguwoharjo 1,” *GIAT*, vol. 2, no. 1, hlm. 69–77, Mei 2023, doi: 10.24002/giat.v2i1.7232.
- [14] M. Munir An-Nabawi, “Pengawasan Ibu Dalam Menangani Kecanduan Gadget Pada Kanak-Kanak Awal,” *Liwaul Dakwah*, vol. 12, no. 2, hlm. 98–112, Des 2022, doi: 10.47766/liwauldakwah.v12i2.1247.
- [15] N. Baiti, “Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak,” *JEA*, vol. 6, no. 1, hlm. 44, Jul 2020, doi: 10.18592/jea.v6i1.3590.