

---

**Pengembangan Model Preventif Pengasuhan Digital untuk Membangun Digital Resiliensi Anak di Era Siber**

**Shinta Purwaningrum<sup>1</sup>, Selly Rahmawati<sup>2</sup>**

Universitas PGRI Yogyakarta, Indonesia<sup>1</sup>

Universitas PGRI Yogyakarta, Indonesia<sup>2</sup>

Email : [shinta@upy.ac.id](mailto:shinta@upy.ac.id)<sup>1</sup>, [selly@upy.ac.id](mailto:selly@upy.ac.id)<sup>2</sup>

**Corresponding Author:** Shinta Purwaningrum, [shinta@upy.ac.id](mailto:shinta@upy.ac.id)

**Doi:** 10.31316/edunesiajournal.v2i02.9086

---

**Informasi Artikel**

Diserahkan : September 2025

Diterima : Oktober 2025

Dipublikasikan : Desember 2025

**Abstrak**

Perkembangan teknologi digital telah menghadirkan berbagai peluang sekaligus risiko bagi anak, sehingga diperlukan pendekatan pengasuhan yang adaptif dan preventif. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model preventif pengasuhan digital guna membangun digital resiliensi anak di era siber. Penelitian menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) dengan model ADDIE, yang meliputi tahap analisis kebutuhan, perancangan, pengembangan, implementasi terbatas, dan evaluasi. Studi pendahuluan dilakukan melalui kajian literatur, wawancara, dan angket kebutuhan kepada orang tua dan praktisi pendidikan untuk mengidentifikasi pola pengasuhan digital dan tantangan yang dihadapi. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa pengasuhan digital yang diterapkan orang tua masih cenderung reaktif dan belum terstruktur, serta belum berorientasi pada penguatan keterampilan adaptif anak. Berdasarkan temuan tersebut, dikembangkan model preventif pengasuhan digital yang mencakup prinsip pengasuhan preventif, peran orang tua sebagai pendamping dan fasilitator digital, strategi komunikasi terbuka dalam keluarga, penguatan nilai dan regulasi diri anak, serta kolaborasi dengan lingkungan sekolah. Hasil validasi ahli menunjukkan bahwa model yang dikembangkan berada pada kategori layak dan relevan. Uji efektivitas terbatas menunjukkan bahwa penerapan model mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam mendampingi anak menggunakan teknologi digital, serta berkontribusi pada peningkatan digital resiliensi anak, khususnya dalam mengenali risiko daring, mengelola penggunaan gawai, dan berkomunikasi secara terbuka. Penelitian ini menyimpulkan bahwa model preventif pengasuhan digital efektif sebagai pendekatan preventif dan promotif, serta berpotensi diimplementasikan secara luas

dalam program parenting dan layanan bimbingan dan konseling berbasis keluarga.

**Kata kunci:** pengasuhan digital, digital resiliensi, anak, preventif, research and development

**Abstract**

*he rapid development of digital technology has created both opportunities and risks for children, highlighting the need for adaptive and preventive parenting approaches. This study aimed to develop a **preventive digital parenting model** to strengthen **children's digital resilience in the cyber era**. The research employed a **Research and Development (R&D)** approach using the **ADDIE model**, encompassing needs analysis, design, development, limited implementation, and evaluation stages. A preliminary study was conducted through literature review, interviews, and needs assessment questionnaires involving parents and education practitioners to identify existing digital parenting practices and challenges. The findings revealed that digital parenting practices were predominantly reactive and unstructured, with limited emphasis on strengthening children's adaptive skills. Based on these findings, a preventive digital parenting model was developed, consisting of preventive parenting principles, parents' roles as digital mentors and facilitators, open family communication strategies, reinforcement of values and self-regulation in children, and collaboration with schools. Expert validation indicated that the developed model was feasible and relevant. The results of the limited effectiveness testing demonstrated that the implementation of the model improved parents' understanding and skills in guiding children's digital use and contributed to the enhancement of children's digital resilience, particularly in recognizing online risks, managing screen time, and communicating openly about digital experiences. The study concludes that the preventive digital parenting model is effective as a preventive and promotive approach and has strong potential for broader implementation in parenting programs and family-based guidance and counseling services.*

**Keyword:** Digital parenting; digital resilience; children; preventive model; research and development

---

## Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan anak dan keluarga. Anak-anak tumbuh sebagai *digital natives* yang sejak dini terpapar internet, media sosial, dan perangkat digital sebagai bagian dari aktivitas belajar dan interaksi sosial. Meskipun teknologi digital memberikan peluang positif bagi pengembangan literasi dan kompetensi abad ke-21, lingkungan digital juga menghadirkan berbagai risiko, seperti paparan konten tidak layak, kecanduan gawai, cyberbullying, serta gangguan kesehatan mental anak (Livingstone et al., 2017; Odgers & Jensen, 2020). Berbagai laporan menunjukkan bahwa meningkatnya akses digital anak belum diimbangi dengan kesiapan keluarga dalam memberikan pendampingan yang memadai, sehingga anak masih berada pada posisi rentan terhadap risiko di ruang siber (UNICEF, 2021).

Dalam menghadapi tantangan tersebut, konsep digital resilience menjadi pendekatan kunci untuk melindungi dan memberdayakan anak di era siber. Digital resilience merujuk pada kemampuan anak untuk mengantisipasi, menghadapi, beradaptasi, dan pulih dari pengalaman negatif di lingkungan digital melalui pengelolaan emosi, pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, serta pemanfaatan teknologi secara sehat (Helsper et al., 2021; Masten & Barnes, 2018). Namun, kajian empiris menunjukkan bahwa upaya penguatan digital resilience anak masih lebih banyak difokuskan pada intervensi berbasis sekolah, sementara peran keluarga sebagai lingkungan primer belum dikembangkan secara sistematis dan berkelanjutan (Third et al., 2019).

Keluarga, khususnya orang tua, memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku digital anak melalui pola asuh yang diterapkan sehari-hari. Pola asuh digital yang tidak konsisten, minim literasi digital, dan cenderung reaktif dapat menghambat terbentuknya keterampilan adaptif anak dalam menghadapi risiko daring (Lauricella et al., 2015; Nikken & Oprea, 2018). Meskipun demikian, penelitian yang menghasilkan model preventif pengasuhan digital yang terstruktur, berbasis bukti, dan kontekstual masih terbatas, khususnya di Indonesia (Mascheroni et al., 2020). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model preventif pengasuhan digital yang dapat menjadi panduan bagi orang tua dalam membangun digital resilience anak secara sistematis, preventif, dan berkelanjutan di era siber.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) dengan tujuan mengembangkan model preventif pengasuhan digital untuk membangun digital resiliensi anak di era siber. Prosedur pengembangan model mengacu pada tahapan ADDIE, yang meliputi analisis kebutuhan melalui studi literatur dan studi pendahuluan pada orang tua serta praktisi pendidikan, perancangan model konseptual pengasuhan digital preventif, pengembangan dan validasi model oleh ahli bimbingan dan konseling serta pendidikan digital, implementasi terbatas pada kelompok sasaran, serta evaluasi untuk menilai kelayakan, kepraktisan, dan keberterimaan model. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, angket kebutuhan, lembar validasi ahli, dan angket digital resiliensi anak,

sedangkan analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif untuk menghasilkan model pengasuhan digital yang sistematis, kontekstual, dan aplikatif.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil Studi Pendahuluan**

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua telah menyadari adanya berbagai risiko yang dihadapi anak di lingkungan digital, seperti paparan konten tidak sesuai usia, penggunaan gawai berlebihan, serta interaksi daring yang tidak aman. Namun, pemahaman tersebut belum diikuti dengan penerapan pola asuh digital yang sistematis dan preventif. Pengasuhan digital yang dilakukan masih bersifat reaktif, berupa pembatasan waktu layar, pelarangan penggunaan aplikasi tertentu, atau peneguran setelah masalah terjadi. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran orang tua terhadap risiko digital dan keterampilan praktis dalam mendampingi anak secara edukatif dan berkelanjutan.

Dari perspektif bimbingan dan konseling, kondisi tersebut mengindikasikan bahwa orang tua belum sepenuhnya berperan sebagai pendamping perkembangan psikososial anak di ruang digital. Rendahnya literasi digital orang tua dan minimnya panduan pengasuhan digital yang aplikatif menyebabkan anak kurang mendapatkan pembelajaran tentang regulasi diri, pengambilan keputusan, dan pengelolaan emosi saat berinteraksi di dunia siber. Temuan ini memperkuat urgensi pengembangan model preventif pengasuhan digital yang berfokus pada penguatan kapasitas orang tua dan anak secara bersamaan.

### **Hasil Pengembangan Model Preventif Pengasuhan Digital**

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan kajian teoretis, penelitian ini berhasil mengembangkan model preventif pengasuhan digital yang terdiri atas beberapa komponen utama, yaitu prinsip pengasuhan digital preventif, peran orang tua sebagai pendamping dan fasilitator digital, strategi komunikasi terbuka dalam keluarga, penguatan nilai dan regulasi diri anak, serta kolaborasi dengan lingkungan sekolah. Model ini dirancang untuk membantu orang tua tidak hanya mengontrol penggunaan teknologi, tetapi juga membekali anak dengan keterampilan adaptif dalam menghadapi risiko digital.

Hasil validasi ahli bimbingan dan konseling serta pendidikan digital menunjukkan bahwa model yang dikembangkan dinilai layak, relevan, dan kontekstual untuk diterapkan di lingkungan keluarga. Secara konseptual, model ini sejalan dengan pendekatan preventif–promotif dalam bimbingan dan konseling yang menekankan penguatan potensi individu sebelum munculnya masalah. Secara praktis, model ini memberikan panduan langkah demi langkah yang mudah dipahami oleh orang tua, sehingga berpotensi meningkatkan kualitas pengasuhan digital dan membangun lingkungan keluarga yang suportif terhadap pengembangan digital resiliensi anak.

---

### Hasil Uji Efektivitas Model

Hasil uji efektivitas model menunjukkan adanya perubahan positif setelah penerapan model preventif pengasuhan digital. Orang tua yang mengikuti implementasi terbatas model menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai risiko digital dan strategi pendampingan anak yang lebih edukatif dan dialogis. Selain itu, orang tua juga melaporkan peningkatan konsistensi dalam menerapkan aturan penggunaan teknologi serta kualitas komunikasi dengan anak terkait aktivitas digital.

Pada sisi anak, hasil uji efektivitas menunjukkan kecenderungan peningkatan digital resiliensi, yang ditandai dengan kemampuan anak mengenali risiko daring, mengelola waktu penggunaan gawai, serta menunjukkan sikap lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan orang tua ketika menghadapi masalah di ruang digital. Temuan ini mengindikasikan bahwa model preventif pengasuhan digital tidak hanya berdampak pada perubahan perilaku orang tua, tetapi juga berkontribusi pada penguatan keterampilan adaptif anak. Dengan demikian, model yang dikembangkan terbukti efektif sebagai pendekatan preventif dalam membangun digital resiliensi anak dan berpotensi untuk diimplementasikan secara lebih luas dalam program parenting berbasis bimbingan dan konseling.

### Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengembangan model preventif pengasuhan digital merupakan pendekatan yang efektif untuk membangun digital resiliensi anak di era siber, mengingat praktik pengasuhan digital yang ada masih cenderung reaktif dan belum terstruktur. Melalui pendekatan Research and Development, penelitian ini berhasil menghasilkan model pengasuhan digital preventif yang layak, kontekstual, dan aplikatif, serta mampu memperkuat peran orang tua sebagai pendamping dan fasilitator digital. Hasil uji efektivitas menunjukkan bahwa penerapan model berdampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam mendampingi anak, sekaligus berkontribusi pada peningkatan kemampuan anak dalam mengenali risiko digital, mengelola penggunaan teknologi, dan berkomunikasi secara terbuka, sehingga model ini berpotensi diimplementasikan secara luas sebagai strategi preventif dalam layanan parenting dan bimbingan dan konseling berbasis keluarga.

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada guru BK dan Orang tua yang berpartisipasi.

### Tugas Setiap Author

Author 1 bertanggung jawab sebagai penggagas utama penelitian, meliputi perumusan masalah dan tujuan penelitian, pengembangan kerangka konseptual dan desain Research and Development, serta penyusunan model preventif pengasuhan digital. Author 1 juga berperan dalam pengumpulan dan analisis data utama, penulisan draf artikel secara keseluruhan (pendahuluan, metode, hasil, pembahasan, dan kesimpulan), serta melakukan revisi substantif berdasarkan masukan reviewer. Selain itu, Author 1 bertanggung jawab

sebagai penulis korespondensi dalam proses submit dan komunikasi dengan pengelola jurnal.

Author 2 berperan dalam mendukung proses penelitian melalui kajian literatur, penguatan landasan teori, dan penyusunan instrumen penelitian, termasuk angket dan lembar validasi ahli. Author 2 turut serta dalam proses pengumpulan data lapangan, validasi model, serta analisis data pendukung. Selain itu, Author 2 memberikan kontribusi dalam penulisan dan penyuntingan bagian hasil dan pembahasan, serta membantu memastikan konsistensi sitasi, daftar pustaka, dan kesesuaian artikel dengan pedoman penulisan jurnal.

### Daftar Pustaka

- Helsper, E. J., Schneider, L. S., van Deursen, A. J. A. M., & van Laar, E. (2021). *The youth digital skills indicator: Report on the conceptualisation and measurement of digital skills*. London School of Economics and Political Science. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj8o2fw>
- Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology, 36*, 11–17. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>
- Livingstone, S., Mascheroni, G., & Staksrud, E. (2017). European research on children's internet use: Assessing the past and anticipating the future. *New Media & Society, 19*(11), 1663–1681. <https://doi.org/10.1177/1461444816685930>
- Mascheroni, G., Ponte, C., & Jorge, A. (2020). Digital parenting: The challenges for families in the digital age. *Nordicom Review, 41*(1), 5–19. <https://doi.org/10.2478/nor-2020-0001>
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children, 5*(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Nikken, P., & Oprea, S. J. (2018). Guiding young children's digital media use: SES-differences in mediation concerns and competence. *Journal of Child and Family Studies, 27*, 1844–1857. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1018-3>
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Annual research review: Adolescent mental health in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 61*(3), 336–348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13190>
- Third, A., Bellerose, D., Dawkins, U., Keltie, E., & Pihl, K. (2019). *Children's rights in the digital age: A download from children around the world*. UNICEF Office of Global Insight and Policy.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF. <https://doi.org/10.18356/9789210052818>