



Digital Parenting dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Oktariani Oktariani¹ Lodiana Ayu² Fenty Zahara Nasution³

Psikologi, Universitas Potensi Utama, Indonesia^{1,2,3}

Correspondensi: oktariani1610@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan teknologi bisa berdampak baik maupun buruk. Di satu sisi, teknologi bisa membantu anak-anak belajar lebih baik, tapi di sisi lain, penggunaannya bisa menyebabkan masalah pada kesehatan emosional dan sosial anak. Dalam situasi ini, peran orang tua sangat penting agar teknologi digunakan dengan cara yang tepat dan bijak. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur review, penelitian ini mempelajari berbagai sumber yang membahas peran teknologi digital dan digital parenting dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Artikel yang dipilih dan dianalisis, dengan rentang waktu dari tahun 2022 hingga 2025, yang berasal dari jurnal-jurnal yang telah terakreditasi SINTA. Penelitian ini menemukan bahwa penggunaa teknologi memberikan manfaat dalam membantu pertumbuhan anak di berbagai aspek, misalnya membantu anak memahami perilaku baik dan buruk, melatih kemampuan kognitif anak usia dini, dan juga memiliki dampak positif pada perkembangan motorik. Pendampingan dan keterlibatan orang dewasa sangat penting dalam penggunaan media, agar anak tetap terawasi dan diberi panduan saat menggunakan media digital.

Kata kunci : *Digital Parenting* ; Perkembangan kognitif

PENDAHULUAN

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), ditemukan bahwa anak-anak merupakan bagian besar dari ekosistem digital di Indonesia, yaitu 48% pengguna internet di Indonesia adalah anak di bawah 18 tahun, 80% di antaranya mengakses internet setiap hari, dengan durasi rata-rata mencapai 7 jam, 35,57% anak usia dini sudah mampu mengakses internet (Nurhanisah, 2026). Berdasarkan data ini, menunjukkan bahwa anak tidak hanya menjadi pengguna, tetapi juga kelompok yang rentan terhadap berbagai risiko di dunia digital.

Menurut Yusuf et al (2020 sebagaimana di kutip dalam Fajria et al., 2025), teknologi bisa berdampak baik maupun buruk. Di satu sisi, teknologi bisa membantu anak-anak belajar lebih baik, tapi di sisi lain, penggunaannya bisa menyebabkan masalah pada kesehatan emosional dan sosial anak. Dalam situasi ini, peran orang tua sangat penting agar teknologi digunakan dengan cara yang tepat dan bijak.

Dalam era pengasuhan terkini, konsep *digital parenting* muncul sebagai solusi baru dan dianggap sebagai salah satu strategi penting dalam pengasuhan. *Digital parenting* adalah cara mengasuh anak dengan melibatkan orang tua secara aktif dalam memperhatikan dan mendampingi anak ketika menggunakan perangkat digital. *Digital parenting* berarti peran orang tua dalam membimbing, mengawasi, dan membantu anak-anak menggunakan teknologi digital secara bijak dan bertanggung jawab. Di masa kini yang serba digital, anak-anak semakin sering menggunakan berbagai alat teknologi dan juga mengunjungi berbagai situs *online*, seperti *handphone*, tablet, komputer, serta media sosial. Oleh karena itu, orangtua perlu memahami cara mengasuh anak dalam era digital agar bisa mendampingi anak dengan baik sesuai dengan perkembangan zaman (Mascheroni et al., 2018 sebagaimana di kutip dalam Masfufah, 2024). Peran orang tua sangat penting dan sesuai dengan apa yang di

katakan Livingstone et al.(2017 sebagaimana di kutip dalam Masfufah, 2024) bahwa orang tua berperan dalam memaksimalkan kemampuan dan mengurangi risiko anak dalam menggunakan teknologi digital.

Orang tua perlu berperan aktif dalam membimbing, memberi arahan, dan mengawasi cara anak menggunakan perangkat digital. Dengan membuat aturan yang jelas, memilih materi yang bermanfaat, memberi contoh yang baik, serta menjaga keseimbangan antara dunia maya dan kegiatan di dunia nyata, orang tua memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan digital yang aman serta mendukung pertumbuhan anak secara baik, baik dalam aspek moral, emosional, maupun perkembangan kognitif pada anak.

Diketahui jumlah anak-anak yang mengalami keterlambatan perkembangan secara umum mencapai sekitar 10% di seluruh dunia. Data mengenai gangguan perkembangan anak seperti keterlambatan motorik, kemampuan berbahasa, perilaku, autisme, dan hiperaktif, berada dalam rentang 12-16% di Amerika Serikat, 24% di Thailand, 22% di Argentina, serta 13-18% di Indonesia. Berdasarkan data dari Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), diperkirakan sekitar 5-10% anak mengalami keterlambatan perkembangan, sedangkan sekitar 1-3% balita mengalami keterlambatan dalam tumbuh kembang (Sunita, 2018 sebagaimana di kutip dalam Norkhalisa et al., 2025). Anak-anak yang berada dalam masa "*golden age*" namun tidak menjalani skrining sebanyak 70%, sedangkan 70 hingga 80% anak mengalami kecanduan *gadget*, hal ini dapat menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan bahasa terutama kemampuan berbicara pada anak (Umiyah, Irwanto dan Purnomo, 2019 sebagaimana di kutip dalam Norkhalisa et al., 2025).

Fenomena ini menimbulkan tantangan yang signifikan, anak-anak lebih mungkin terpapar pada konten yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Lebih jauh lagi, penggunaan perangkat digital yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti postur tubuh yang tidak baik dan berbagai masalah lainnya. penglihatan dan tidak aktif berinteraksi dengan lingkungan juga dapat memengaruhi perkembangan sosial dan kognitif pada anak usia dini.

METODOLOGI

Metode penelitian yang digunakandalam penelitian ini adalah metode kualitatif dan metode yang digunakan adalah *literatur review*, yaitu metode kepustakaan. Menggunakan cara dengan membaca dan memeriksa sumber dari beberapa artikel dan jurnal yang membahas dampak teknologi digital terhadap pertumbuhan kemampuan kognitif anak usia dini dan berbagai manuskrip publikasi terkait dengan topik penelitian sehingga menghasilkan sebuah artikel mengacu pada topik tertentu. Kata kunci yang digunakan dalam memilih artikel adalah *Digital Parenting* dan Perkembangan Kognitif. Artikel yang digunakan adalah artikel yang di mulai dari tahun 2022 sampai dengan 2025. Bahasa artikel yang digunakan adalah bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang sudah di lakukan ditemukan bahwa bahwa penerapan *digital parenting* oleh orang tua pada anak usia dini secara tepat dapat memberikan dampak positif pada perkembangan kognitif anak usia dini . Memilih konten pendidikan secara aktif, membatasi waktu layar, serta didampingi orang tua dapat meningkatkan kemampuan berbahasa, kreativitas, dan pemahaman tentang konsep dasar.

Tabel Hasil Penelusuran

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Partisipan	Desain Dan Metode Pengambilan Data	Hasil Penelitian
Febriyanti Aulia Maulida, Raden Racmy Diana	<i>Digital Parenting In Stimulating Early Childhood Cognitive Development</i> (2026)	-	<i>Literature review</i>	Temuan menunjukkan bahwa <i>parenting digital</i> yang efektif melibatkan komunikasi aktif, menetapkan batasan yang jelas dalam penggunaan perangkat digital, memilih konten pendidikan yang sesuai dengan usia anak, serta memberikan bimbingan melalui pendekatan mediasi terbatas, menonton

				bersama, dan mediasi aktif. Strategi-strategi ini terbukti meningkatkan stimulasi kognitif sekaligus mengurangi risiko yang mungkin timbul dari penggunaan teknologi digital. Oleh karena itu, pendidikan berbasis digital menjadi pendekatan penting dalam mendukung perkembangan kognitif anak usia dini serta membantu anak-anak beradaptasi secara positif dengan era digital.
Deswina Putri Setiawan, Jafrantri Indra Utomo, Ati Kusmawati	Pengaruh Teknologi Digital terhadap Perkembangan Kognitif pada Anak Usia Dini (2025)	-	Pendekatan kualitatif deskriptif	Orang tua perlu terus mengawasi dan membimbing anak-anak anak. Untuk menghindari dampak buruk dari teknologi digital, orang tua harus mengajarkan anak-anak anak cara menggunakannya
Ernida Afriani, Yon Amrizal, Eka Putri	Peran Media Digital Dalam Parenting Ibu Milenial Untuk Menstimulasi Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Di SPS Baitul Haq Kota Bekasi (2025)	-	Metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa media digital, terutama <i>YouTube</i> , dimanfaatkan sebagai sarana edukatif untuk mengenalkan huruf, angka, warna, serta cerita islami yang mendukung kemampuan berpikir, bahasa, dan kreativitas anak. Namun, penggunaan tanpa pendampingan menimbulkan risiko menurunnya fokus anak. Oleh karena itu, peran orang tua dalam memilih konten, membatasi durasi, dan meningkatkan literasi digital sangat penting agar manfaat media digital dapat dioptimalkan serta dampak negatifnya diminimalkan

Shofura Afifah Shibgohtullah, Wulan Furrie	Strategi Komunikasi Digital Parenting dalam Membentuk Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Kasus Kolaborasi Guru dan Orang Tua SDIT Prestasi Cendekia Tambun Utara) (2024)	Orang tua dan guru	Pendekatan kualitatif : Studi Kasus	Strategi komunikasi digital parenting memiliki dampak positif terhadap perkembangan kognitif anak, terutama ketika orang tua dan guru bekerja sama. Strategi ini mencakup hubungan aktif orang tua, pemodelan perilaku oleh guru dan orang tua, kontrol lingkungan digital di rumah, integrasi teknologi sebagai alat pembelajaran, dan pendekatan teknologi konsisten oleh guru dan orang tua. Hambatan yang ditemukan meliputi kesulitan dalam pengaturan waktu penggunaan gadget, seleksi konten positif yang sesuai usia, pemahaman orang tua tentang privasi dan keamanan digital, keterbatasan infrastruktur dan sumber daya pendidikan, serta kurangnya konsistensi antara rumah dan sekolah.
--	--	--------------------	-------------------------------------	--

Pendampingan orang tua terhadap anaknya dalam hal penggunaan digital atau disebut sebagai pengasuhan digital atau dikenal dengan konsep digital parenting. Di era digital, perangkat digital dapat bisa memberikan dampak positif dan negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. *Gadget* dapat memberikan manfaat positif karena membantu anak-anak memperluas pengetahuan dan mempersiapkan anak untuk beradaptasi dengan era digital yang semakin berkembang pesat. Perangkat elektronik dapat digunakan sebagai media belajar bagi anak-anak, sehingga dampak positif dari penggunaan perangkat tersebut dapat membantu perkembangan kemampuan berpikir atau kognitif dan kecerdasan anak. Secara tidak langsung, perangkat teknologi dapat membantu perkembangan kognitif pada masa balita (Afifah Shibgohtullah & Furrie, 2024 sebagaimana di kutip dalam Maulida & Diana, 2026). Selain itu, penggunaan gadget bisa membantu anak-anak dalam mengembangkan kreativitas dan kecerdasan anak melalui aplikasi seperti menggambar, melukis, dan menulis (Ayu Dwi Anada, 2025 sebagaimana di kutip dalam Maulida & Diana, 2026).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ananda et al.(2025 sebagaimana di kutip dalam (Maulida & Diana, 2026), dampak negatif dari penggunaan gadget dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak, terlihat dari kemampuan anak yang menurun dalam fokus atau konsentrasi saat belajar atau dalam proses pembelajaran. Anak-anak cenderung menjadi ketergantungan pada perangkat *gadget*, hal ini mempengaruhi kemampuan anak untuk memperhatikan atau berkonsentrasi saat belajar. Penggunaan *gadget* secara tidak teratur dapat mempengaruhi perkembangan kognitif anak usia dini secara negatif.

Kata *cognition*, mempunyai arti mengetahui, adalah asal dari kata kognitif. Kognitif Merujuk pada proses mengumpulkan, mengatur, dan menerapkan pengetahuan (Neiser , sebagaimana di kutip dalam Setiawan et al., 2025). Lebih lanjut, kognitif juga bisa berarti mengenai kemampuan berpikir, yaitu kemampuan untuk memperoleh pengetahuan baru, memahami lingkungan sekitar, mengingat informasi, serta mampu menyelesaikan masalah sederhana.(Pudjiati & Masykouri, 2011 sebagaimana di kutip dalam Setiawan et al., 2025).Dalam konsep tersebut, kemampuan anak memahami sesuatu disebut sebagai perkembangan kognitif. Memahami berarti memiliki kemampuan untuk mengerti esensi, arti, atau kegunaan sesuatu dan mempunyai

pemahaman yang lengkap mengenai hal tersebut. Namun, segala sesuatu yang berhubungan atau terlibat dengan pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman disebut kognitif dalam kosa kata bahasa Indonesia yang luas. Selanjutnya, istilah "kognitif" mulai digunakan secara luas, yang mencakup berbagai proses mental seperti tujuan, pemahaman, keyakinan, pemikiran, pengolahan informasi, dan penyelesaian masalah.

Salah satu dampak positif penggunaan teknologi pada anak usia dini adalah mematangkan keterampilan motorik halus, dengan keterampilan motorik yang halus anak dapat ditingkatkan dengan menggunakan perangkat digital. Ini termasuk bagaimana anak mengembangkan kemampuan koordinasi mata dan tangan saat berinteraksi dengan layar sentuh. Sementara dampak negatifnya adalah anak usia dini mungkin kurang bermain jika menghabiskan terlalu banyak waktu di depan layar, sehingga perkembangan motorik terutama motorik kasar menjadi terhambat yang mana ini akan mempengaruhi perkembangan kemampuan kognitif anak usia dini (Setiawan et al., 2025).

Walau penggunaan teknologi digital oleh anak-anak usia dini tidak bisa dihindari, tetapi teknologi digital harus digunakan dengan bijak agar bisa membantu tumbuh kembang anak, dengan bimbingan, pengawasan, dan arahan yang tepat dari lingkungan sekitar termasuk pengawasan dari orang tua. Penting orang tua juga memiliki pengetahuan tentang literasi digital. Literasi digital dalam konteks anak usia dini berarti anak memahami, mengerti, dan bisa menggunakan media digital yang ada di sekitar mereka untuk mencari informasi, belajar, bermain, atau menghibur diri secara positif. Semua aktivitas ini dilakukan dengan bantuan dan bimbingan orang dewasa di sekitar mereka, seperti yang dikatakan oleh Trimuliana (2022 sebagaimana di kutip dalam Mauluddia & Yulindrasari, 2024).

Dengan memahami literasi digital maka orang tua diharapkan dapat menerapkan *digital parenting*. Menurut Odgers (2019 sebagaimana di kutip dalam Modecki et al., 2022), perilaku orang tua dalam mendigitalisasi pengasuhan anak-anak sangat beragam dan rumit, seperti memantau penggunaan teknologi yang digunakan anak, memberikan aturan, menerapkan sanksi, memberikan pendidikan dan menggunakan keterampilan digital, mengelola pendidikan *online*, serta memanfaatkan peluang di dunia maya.

Secara khusus dalam menjalankan parenting di dunia digital (*digital parenting*) perlu disesuaikan lagi dengan tahap perkembangan dan pertumbuhan anak (Dyna, 2018 sebagaimana di kutip dalam Fajria et al., 2025)), diantaranya:

- a. Bayi usia 0 sampai 2 tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting dan sangat besar, terutama perkembangan kognitifnya.

Anak-anak rentan terhadap dampak negatif layar, sehingga orang tua perlu menghindarkan anak dari paparan layar dan mengalihkan perhatian anak dengan berbagai mainan yang dapat merangsang perkembangan gerak fisiknya serta pengembangan indra-indranya sehingga kemampuan kognitifnya berkembang dengan baik. Selain itu, orang tua juga bisa memutar musik yang tidak ada suaranya di pagi hari dan sebelum beristirahat.

- b. Balita + (3-7 tahun) . Pada usia ini, orang tua harus memperhatikan anak dengan baik dan penuh.

Sikap tubuh saat menggunakan gawai sebaiknya posisi mata sejajar dengan layar, tidak melengkung ke depan, berada di tempat yang terang, dan suara yang lembut (tidak terlalu keras). Selain itu, orang tua harus ikut menemani dan menentukan jadwal batasan penggunaan gawai anak, maksimal 2 jam setiap harinya. Orang tua juga perlu memastikan anak memiliki keseimbangan antara bermain dan menggunakan gawai. Saat mengakses konten, sebaiknya pilih yang menyenangkan dan hindari konten yang menyedihkan atau memicu konflik. Pada usia ini, anak belum boleh memiliki ponsel atau gawai pribadi, serta tidak diperbolehkan memiliki akun media sosial atau email. Namun, orang tua bisa mengajarkan anak cara menggunakan gawai, seperti menyalakan dan mematikan perangkat, menelepon, mengirim pesan, dan memotret.

Teori perkembangan kognitif Jean Piaget menyatakan bahwa masa bayi dan balita berada dalam tahap awal. Tahap praoperasional adalah masa di mana anak-anak mulai menggunakan simbol dan bahasa untuk memahami dunia di sekitar mereka. Pada tahap ini, agar kemampuan berpikir anak berkembang secara optimal, diperlukan rangsangan dari orang dewasa, terutama orang tua. Orang tua yang responsif dan aktif berbicara dengan anak serta memberikan permainan edukatif dapat memperkaya pengalaman kognitif anak. Vygotsky juga menekankan pentingnya peran sosial dan interaksi, di mana orang tua dapat menjadi pusat dari zona perkembangan *proximal* anak. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua secara aktif akan mempercepat perkembangan kognitif pada masa kanak-kanak (Supriadi, 2020 sebagaimana di kutip dalam (Maulida & Diana, 2026)).

Dalam konteks perkembangan teknologi saat ini, partisipasi orang tua dapat dilakukan melalui pengasuhan *digital parenting*, yaitu cara di mana orang tua membimbing, mengarahkan, dan mengiringi anak-anak dalam menggunakan perangkat digital. Dengan *digital parenting*, orang tua tidak hanya berperan sebagai pengawas tetapi juga sebagai penyelesaikan pembelajaran digital, yang mendorong kemampuan berpikir anak-anak.

KESIMPULAN

Digital parenting diterapkan untuk memastikan anak-anak terutama anak usia dini menggunakan teknologi dengan aman dan tepat. Strategi orang tua dalam menggunakan digital secara efektif dapat membantu anak usia dini mendapat manfaat positif dari perangkat digital dalam era digital saat ini. Berbagai penelitian terdahulu macam menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital, jika diawasi dan didampingi dengan baik, dapat membantu pengembangan kemampuan kognitif, meningkatkan kreativitas, serta memperluas akses anak-anak terhadap berbagai sumber belajar yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, E., Amrizal, Y., & Putri, E. (2025). Peran Media Digital Dalam Parenting Ibu Milenial Untuk Menstimulasi Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Di SPS Baitul Haq Kota Bekasi. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(3), 26967–26972. <https://joecy.org/index.php/joecy/article/view/3978/3358>
- Fajria, N., Mahendra, A. S., Setiani, M. F., & Roziqi, F. (2025). Digital Parenting Meningkatkan Perkembangan Anak Yang Berkualitas. *Journal of Creative Student Research*, 2022. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/jcsr/article/view/4748>
- Masfufah, U. (2024). Memahami Pengasuhan Digital : Faktor Pendukung , dan Tantangan bagi Orang Tua. *Jurnal Flourishing*, 4(8), 339–346. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i82024p339-346>
- Maulida, F. A., & Diana, R. R. (2026). DIGITAL PARENTING IN STIMULATING EARLY CHILDHOOD COGNITIVE DEVELOPMENT. *Islamic EduKids: Journal of Early Childhood Education*, 8.
- Mauluddia, Y., & Yulindrasari, H. (2024). Peran Literasi Digital dalam Mendukung Perkembangan Anak Usia Dini melalui Pemanfaatan Teknologi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(5), 1209–1220. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i5.6166>
- Modecki, K. L., Goldberg, R. E., Wisniewski, P., & Orben, A. (2022). *What Is Digital Parenting ? A Systematic Review of Past Measurement and Blueprint for the Future*. <https://doi.org/10.1177/17456916211072458>
- Norkhalisa, Evy, N., Syafwani, M., & Anggeriyane, E. (2025). Hubungan Digital Parenting dengan Perkembangan Bahasa dan Sosial Prasekolah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 13. <https://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis/article/view/320>
- Nurhanisah, Y. (2026). *Orang Tua Tak Sendiri , Negara Hadir Lindungi Anak di Dunia Digital*. Indonesia Baik.Id. <https://indonesiabaik.id/infografis/orang-tua-tak-sendiri-negara-hadir-lindungi-anak-di-dunia-digital>
- Setiawan, D. P., Utomo, J. I., Kusmawati, A., Studi, P., Kesejahteraan, I., & Jakarta, U. M. (2025). *Pengaruh Teknologi Digital terhadap Perkembangan Kognitif pada Anak Usia Dini*. 2(September).
- Shibgohtullah, S. A., & Furrie, W. (2024). Strategi Komunikasi Digital Parenting dalam Membentuk Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Kasus Kolaborasi Guru dan Orang Tua SDIT Prestasi Cendekia Tambun Utara). *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 11611–11624. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/14229/9680>