

## **Parenting Efektif di Era Digital: Peningkatan Kapasitas Orang Tua dalam Mendidik Generasi Z dan Alpha Melalui Seminar Interaktif**

**Maya Rahadian Septiningtyas**  
*Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia*

Received : 18 Desember 2025, Revised : 24 Desember 2025, Published : 20 Januari 2026

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Maya Rahadian Septiningtyas

E-mail: [maya.septningtyas@uksw.edu](mailto:maya.septningtyas@uksw.edu)

### **Abstrak**

*Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan literasi digital orang tua, pemahaman karakteristik generasi digital, keterampilan komunikasi positif, serta penerapan disiplin positif dalam pengasuhan. Kegiatan dilaksanakan di Pusat Pengembangan Anak (PPA) IO0969 Samuel melalui seminar dan workshop interaktif yang melibatkan 201 orang tua. Strategi pelaksanaan mencakup penyampaian materi, diskusi kelompok, dan simulasi, sementara evaluasi dilakukan melalui diskusi reflektif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman karakteristik Generasi Z dan Alpha, kemampuan mengatur screen time, serta keterampilan komunikasi dan disiplin positif. Kegiatan ini juga memperkuat kolaborasi antara lembaga dan orang tua agar pembinaan anak selaras dan berkelanjutan. Kesimpulannya, edukasi parenting di era digital efektif meningkatkan kapasitas orang tua dalam mendampingi anak, mengurangi risiko dampak negatif teknologi, serta mendukung perkembangan holistik anak dari aspek kognitif, sosial-emosional, dan spiritual. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif yang terstruktur bagi orang tua dalam menghadapi tantangan zaman digital untuk menciptakan lingkungan tumbuh kembang anak yang sehat.*

**Kata kunci-** literasi digital, parenting, generasi Z, generasi alpha, disiplin positif

### **Abstract**

*This community service aims to enhance parental digital literacy, understanding of digital generation characteristics, positive communication skills, and the implementation of positive discipline. The program was conducted at the IO0969 Samuel Child Development Center through interactive seminars and workshops involving 201 parents. The implementation strategy included material presentation, group discussions, and simulations, while evaluation was performed through reflective discussions. The results show a significant improvement in parents' ability to manage screen time and digital content, as well as enhanced positive communication skills. Furthermore, this activity strengthened the collaboration between the institution and parents, ensuring aligned child development. In conclusion, parenting education in the digital era effectively increases parental capacity in mentoring Generation Z and Alpha, reduces the risks of negative technological impacts, and supports holistic development across cognitive, socio-emotional, and spiritual aspects. These findings suggest that structured educational interventions are essential for parents to navigate the challenges of digital-age parenting and to foster a healthy technological environment for children.*

**Keywords** - digital literacy, parenting, generation Z, generation alpha, positive discipline

**How To Cite :** Septiningtyas, M. R. (2026). Parenting Efektif di Era Digital: Peningkatan Kapasitas Orang Tua dalam Mendidik Generasi Z dan Alpha Melalui Seminar Interaktif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3031 - 3036. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.931>

**Copyright** ©2026 Maya Rahadian Septiningtyas

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



## **PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi digital yang masif dalam beberapa dekade terakhir telah merevolusi lanskap kehidupan manusia, termasuk transformasi pada pola tumbuh kembang, interaksi sosial, serta proses pedagogis anak. Generasi Z (kelahiran 1997–2012) dan Generasi Alpha (kelahiran 2013 ke atas) diklasifikasikan sebagai *digital natives*, yaitu kelompok yang sejak usia dini telah berinteraksi secara natural dengan perangkat digital dan internet (Prensky, 2001). Khusus bagi Generasi Alpha, mereka diprediksi akan menjadi kelompok yang paling bergantung pada teknologi dalam sejarah manusia (Ziatdinov & Cilliers, 2021). Kondisi ini menuntut adanya strategi pengasuhan (*parenting*) yang adaptif, reflektif, dan kontekstual dengan dinamika zaman (Syarif et al., 2022). Tantangan utama bagi orang tua saat ini bukan lagi sekadar membatasi akses, melainkan melakukan mediasi aktif agar anak mampu memilah informasi secara kritis (Livingstone & Helsper, 2008).

Meskipun menawarkan peluang kreativitas, paparan teknologi tanpa pengawasan yang memadai dapat mengganggu aspek kognitif, emosional, dan sosial anak (SpringerLink, 2020). Studi menunjukkan bahwa penggunaan gawai yang eksklusif pada usia dini berkorelasi dengan risiko keterlambatan bicara, gangguan regulasi emosi, serta kesulitan konsentrasi (Ramelan et al., 2025). Lebih jauh lagi, ancaman *cyberbullying* dan paparan konten radikal menjadi risiko nyata bagi kesehatan mental anak jika tidak dideteksi sejak dini (Patchin & Hinduja, 2012). Di Indonesia, fenomena ini diperumit dengan rendahnya literasi digital di lingkungan keluarga yang seharusnya menjadi benteng pertama bagi anak (Mubarok & Nisa, 2021).

Kesenjangan generasi (*generation gap*) sering kali membuat orang tua menggunakan pola asuh konvensional yang kurang efektif untuk menjawab tantangan era digital. Rendahnya literasi digital orang tua terbukti menyulitkan pemantauan penggunaan gawai, yang berdampak pada peningkatan perilaku penggunaan media yang tidak sehat pada anak (Prasetya, 2022; Rusmini et al., 2025). Tantangan ini juga dirasakan di Pusat Pengembangan Anak (PPA) IO0969 Samuel. Meskipun anak-anak menerima pembinaan spiritual dan moral rutin, keberhasilan pembinaan tersebut dapat terhambat tanpa keterlibatan aktif orang tua yang memahami dinamika digital. Tanpa sinergi antara nilai institusi dan pola asuh di rumah, pembinaan karakter anak menjadi tidak optimal. Oleh karena itu, kegiatan seminar dan workshop ini dirancang untuk membekali 200 orang tua dengan strategi praktis agar mampu mendampingi anak secara bertanggung jawab dan selaras dengan nilai spiritualitas.

Tantangan ini menjadi lebih kompleks pada institusi pendidikan informal berbasis komunitas, seperti Pusat Pengembangan Anak (PPA) IO0969 Samuel di lingkungan Gereja Sidang Jemaat Allah Setugur. Meskipun anak-anak menerima pembinaan spiritual, moral, dan sosial secara rutin, keberhasilan pembinaan holistik tersebut dapat terhambat tanpa keterlibatan aktif orang tua yang memahami dinamika era digital. Tanpa sinergi antara nilai-nilai yang diajarkan di institusi dengan pola asuh di rumah, pembinaan karakter anak menjadi tidak optimal. Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui seminar dan workshop interaktif dipandang sebagai solusi strategis. Kegiatan ini dirancang untuk membekali 200 orang tua anak binaan PPA dengan literasi dan strategi praktis agar mampu mendampingi anak secara bertanggung jawab dan selaras dengan nilai spiritualitas. Melalui intervensi ini, diharapkan terjadi penguatan kapasitas orang tua yang berkontribusi nyata pada pembangunan karakter, spiritualitas, dan kesehatan mental anak di komunitas gereja secara berkelanjutan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 8 Desember 2025 yang bertempat di Pusat Pengembangan Anak (PPA) IO0969 Samuel – Gereja Sidang Jemaat Allah Setugur. Kegiatan ini melibatkan dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Kristen Satya Wacana sebagai fasilitator dan narasumber. Metode pelaksanaan dirancang menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif yang menempatkan orang tua sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Secara sistematis, metode pelaksanaan dibagi menjadi empat tahapan utama:

### **1. Analisis Kebutuhan (*Need Assessment*)**

Tahap awal kegiatan dilakukan melalui diskusi dan koordinasi dengan pengurus PPA untuk mengidentifikasi kebutuhan dan permasalahan utama yang dihadapi orang tua dalam pengasuhan anak di era digital. Hasil analisis kebutuhan menunjukkan beberapa permasalahan utama, yaitu rendahnya literasi digital orang tua, penggunaan gawai anak yang belum terkontrol, serta

- keterbatasan keterampilan komunikasi dan penerapan disiplin positif dalam keluarga. Temuan ini menjadi dasar perancangan materi dan strategi pelaksanaan kegiatan pengabdian.
2. Perancangan Materi  
Materi kegiatan dirancang secara kontekstual berdasarkan hasil analisis kebutuhan orang tua dan karakteristik anak binaan PPA. Materi yang disusun meliputi: (1) karakteristik perkembangan Generasi Z dan Generasi Alpha, (2) peluang dan risiko penggunaan teknologi digital bagi anak, (3) strategi pengaturan *screen time* yang sehat, (4) pengawasan dan pemilihan konten digital yang sesuai usia, (5) pengembangan komunikasi efektif dan empatik dalam keluarga, serta (6) penerapan disiplin positif dalam pengasuhan anak. Materi disajikan dengan mengintegrasikan konsep teoretis dan contoh kasus yang relevan dengan kehidupan sehari-hari orang tua.
  3. Pelaksanaan Seminar dan Workshop  
Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui seminar dan workshop interaktif yang mengombinasikan pemaparan materi, diskusi kelompok, sesi tanya jawab, simulasi teknik komunikasi efektif untuk memperkuat hubungan dalam keluarga, serta implementasi prinsip-prinsip penerapan disiplin positif. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan peserta dan membantu orang tua tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mempraktikkan keterampilan pengasuhan yang diperoleh selama kegiatan.
  4. Evaluasi  
Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan diskusi reflektif pada akhir sesi kegiatan. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman peserta terhadap materi, persepsi manfaat kegiatan, serta kesiapan orang tua dalam menerapkan strategi pengasuhan yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini melibatkan 201 orang tua dan berhasil mendorong transformasi paradigma pengasuhan, terutama dalam memandang peran teknologi. Melalui kegiatan ini, orang tua mulai memahami bahwa bagi generasi digital, teknologi tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai medium pembentukan identitas sosial. Pemahaman ini mendorong pergeseran dari pola asuh konvensional-restriktif menuju pola asuh otoritatif yang adaptif. Literasi digital orang tua menjadi fondasi penting untuk memitigasi risiko kecanduan gawai dan *cyberbullying* (Anjani & Indonesia, 2025; Ariwijaya, 2025). Penting untuk ditekankan bahwa literasi digital bukan sekadar keterampilan teknis, melainkan pengembangan sikap etis dan kritis agar anak tidak hanya menjadi konsumen pasif, tetapi juga pengguna teknologi yang bertanggung jawab (Ng, 2012; Subrahmanyam & Greenfield, 2008).

Peningkatan pemahaman orang tua terhadap karakteristik Generasi Z dan Alpha berperan penting dalam mereduksi kesenjangan antargenerasi (*generation gap*) dalam praktik pengasuhan. Sebelum kegiatan, konflik antara orang tua dan anak binaan PPA umumnya dipicu oleh penerapan pola asuh konvensional-restriktif yang menekankan pelarangan penggunaan teknologi tanpa penjelasan yang kontekstual. Melalui kegiatan ini, orang tua mulai memahami bahwa bagi generasi digital, teknologi tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai medium pembelajaran dan pembentukan identitas sosial. Pemahaman ini mendorong pergeseran menuju pola asuh otoritatif yang adaptif terhadap konteks digital, di mana orang tua berperan sebagai pendamping dan mentor dalam penggunaan teknologi.

Temuan ini sejalan dengan kajian *systematic literature review* yang menegaskan bahwa literasi digital orang tua merupakan fondasi penting dalam praktik *digital parenting* yang efektif, serta berfungsi sebagai faktor protektif dalam memitigasi risiko kecanduan gawai dan *cyberbullying* pada anak (Anjani & Indonesia, 2025; Ariwijaya, 2025). Literasi digital dalam keluarga bukan hanya tentang keterampilan teknis menggunakan gawai, tetapi juga tentang pengembangan sikap etis dan kritis dalam ruang siber (Ng, 2012). Hal ini krusial agar anak tidak hanya menjadi konsumen pasif, tetapi juga pengguna teknologi yang bertanggung jawab (Subrahmanyam & Greenfield, 2008).



Gambar 1. Paparan Materi

Efektivitas pengelolaan *screen time* dalam pengabdian ini tidak semata-mata ditentukan oleh penggunaan aplikasi *parental control*, tetapi terutama oleh penerapan disiplin positif sebagai fondasi utama dalam membangun regulasi diri (*self-regulation*) anak di era digital. Disiplin positif dipahami bukan sebagai bentuk kontrol yang bersifat represif, melainkan sebagai proses pendampingan yang menekankan pemberian batasan yang jelas, konsisten, dan disertai penjelasan yang rasional serta empatik. Melalui pendekatan ini, orang tua tidak hanya mengatur perilaku anak, tetapi juga membantu anak memahami alasan di balik setiap aturan penggunaan teknologi.

Salah satu aspek kunci dalam pengabdian ini adalah pengelolaan *screen time* melalui penerapan disiplin positif. Disiplin positif dipahami bukan sebagai kontrol represif, melainkan proses pendampingan dengan batasan yang jelas, konsisten, dan empatik. Ketika aturan disusun secara partisipatif, anak cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi. Pendekatan berbasis kehangatan dan konsistensi ini terbukti berkontribusi signifikan terhadap regulasi emosi anak (Sholihah et al., 2025; Zubaidah et al., 2025). Lebih lanjut, penggunaan disiplin positif selaras dengan prinsip pengembangan karakter yang menekankan hubungan saling menghargai (Nelsen, 2006). Dalam jangka panjang, metode ini lebih efektif membangun kontrol diri anak dibandingkan dengan hukuman fisik atau verbal (Greeley, 2018).



Gambar 2. Sesi Diskusi

Hasil pengabdian ini juga menunjukkan bahwa tantangan pengasuhan di era digital tidak dapat diselesaikan secara parsial pada level keluarga semata. Kesenambungan antara nilai moral spiritual di PPA Samuel dengan praktik pengasuhan di rumah membentuk ekosistem pembinaan holistik. Kolaborasi ini merupakan strategi sistematis dalam membangun ketahanan keluarga (*family resilience*) menghadapi perubahan teknologi (Saleha et al., 2024). Penguatan kapasitas orang tua melalui workshop parenting memastikan bahwa nilai-nilai yang ditanamkan di lingkungan institusi tetap terinternalisasi dalam praktik pengasuhan di rumah. Sebagaimana ditegaskan oleh Walsh (2016), resiliensi keluarga sangat bergantung pada dukungan sistem sosial di sekitar mereka. Sinergi antara nilai spiritual di gereja dan pola asuh di rumah menciptakan lingkungan yang koheren bagi pertumbuhan moral anak di era digital.



**Gambar 3.** Sesi Tanya Jawab

Dengan demikian, penekanan pada penerapan disiplin positif dalam kegiatan pengabdian ini menjadi elemen kunci yang menjembatani peningkatan literasi digital orang tua dengan perubahan perilaku anak. Disiplin positif tidak hanya berfungsi sebagai strategi pengendalian penggunaan teknologi, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter yang berkelanjutan dalam membentuk generasi digital yang bertanggung jawab, reflektif, dan adaptif terhadap perkembangan zaman. Melalui pendekatan partisipatif dan berbasis kebutuhan, kegiatan pengabdian ini berkontribusi dalam memperkuat kapasitas orang tua, kualitas relasi keluarga, serta sinergi antara keluarga dan PPA dalam mendukung perkembangan anak secara holistik di era digital.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di PPA IO0969 Samuel – GSJA Setugur menunjukkan bahwa pendekatan parenting berbasis partisipatif efektif dalam meningkatkan kapasitas orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak Generasi Z dan Alpha di era digital. Melalui kegiatan ini, terjadi transformasi paradigma pengasuhan dari pola asuh konvensional-restriktif menuju pola asuh otoritatif yang adaptif terhadap konteks digital. Peningkatan literasi digital orang tua terbukti berperan penting sebagai fondasi praktik *digital parenting* yang sehat, khususnya dalam memahami fungsi teknologi tidak hanya sebagai sumber hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran dan pembentukan identitas sosial anak.

Temuan utama pengabdian ini menegaskan bahwa penerapan disiplin positif menjadi elemen kunci dalam pengelolaan *screen time* dan pembentukan regulasi diri anak di era digital. Disiplin positif yang diterapkan melalui pemberian batasan yang jelas, konsisten, dan disertai komunikasi empatik mendorong kepatuhan anak secara lebih konstruktif serta memperkuat kualitas relasi emosional antara orang tua dan anak. Pendekatan ini sekaligus menggeser peran orang tua dari sekadar pengendali penggunaan teknologi menjadi pendamping dan mentor dalam pengalaman belajar digital anak. Selain itu, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengasuhan digital tidak dapat dilakukan secara parsial di tingkat keluarga, melainkan membutuhkan sinergi yang berkelanjutan antara orang tua dan institusi pembinaan anak. Keselarasan nilai moral dan spiritual yang ditanamkan di PPA dengan praktik pengasuhan di rumah membentuk ekosistem pendidikan yang holistik dan berkontribusi pada penguatan ketahanan keluarga dan anak dalam menghadapi dinamika ruang digital.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar orang tua menerapkan disiplin positif secara konsisten dalam pengasuhan digital melalui dialog terbuka dan penyusunan aturan penggunaan teknologi secara partisipatif. Institusi pembinaan anak perlu mengembangkan program parenting yang berkelanjutan dengan fokus pada penguatan literasi digital, komunikasi empatik, dan pendampingan orang tua. Selain itu, model pengabdian berbasis workshop reflektif ini dapat direplikasi pada komunitas lain dengan karakteristik serupa, serta dikembangkan lebih lanjut melalui pendampingan lanjutan dan pengukuran dampak yang lebih terstruktur guna memastikan keberlanjutan dan efektivitas program.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pusat Pengembangan Anak (PPA) IO0969 Samuel – GSJA Setugur atas dukungan penuh selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh orang tua yang berpartisipasi aktif, sehingga kegiatan

dapat berlangsung lancar dan memberikan hasil yang signifikan. Penulis juga mengapresiasi dukungan dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Kristen Satya Wacana yang telah memfasilitasi penulisan dan publikasi artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, R., & Indonesia, U. P. (2025). *Literature Review: Dampak Teknologi Digital terhadap Regulasi Emosi Anak Usia Dini dan Peran Pengawasan Orang Tua*. 04(02), 1–21.
- Ariwijaya, I. (2025). *Jurnal Ilmu Kesehatan: Medinara Literature Review: Dampak Kedekatan Orang Tua terhadap Kesehatan Mental dan Sosial Anak di Era Digital*. 1(1), 39–48.
- Greeley, P. (2018). *Positive Discipline and Its Impact on Childhood Development*. Academic Press. (Baru)
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581-599.
- Mubarok, M. S., & Nisa, A. T. (2021). Strategi Digital Parenting di Era Generasi Alpha. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 24-35.
- Nelsen, J. (2006). *Positive Discipline*. Ballantine Books.
- Ng, W. (2012). Can we teach digital literacy? The role of digital literacy in learning and teaching. *Education and Information Technologies*, 17(4), 441-458.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2012). *Cyberbullying Prevention and Response: Ways to Family, School, and Community*. Routledge.
- Prasetya, D. (2022). Literasi Digital Orang Tua dalam Memantau Penggunaan Gawai pada Anak. *Jurnal Komunikasi*, 3(1).
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Ramelan, H., Saragih, K., Martha, D., Novera, W. R., Husna, A., & Ulmi, E. K. (2025). *Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Ke terlambatan Bicara Anak Generasi Alpha*. 9(June), 1646–1658. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.7026>
- Rusmini, S., Kep, S., Kep, M., & Belakang, A. L. (2025). *BAB II Dampak Gadget Terhadap Perkembangan Emosi Dan Sosial Anak*. 1(April), 19–41.
- Saleha, N., Widiasih, R., Pramukti, I., & Dhamayanti, M. (2024). *Strategi Pengasuhan untuk meningkatkan Resiliensi Online pada Anak: Studi Kualitatif Persepsi Ibu*. 116–125.
- Sholihah, R., Diyanti, W., Siddik, I. A., & Amalia, N. N. (2025). *Pola Asuh Orang Tua Milenial dan Generasi Z di Era Digital serta Dampaknya terhadap Kesehatan Mental dan Prestasi Akademik Anak: Sebuah Studi Deskriptif Kualitatif*. 9(2019), 33041–33048.
- SpringerLink, D. (2020). Impact of digital technology exposure on cognitive and emotional development of children. *Developmental Psychology Review*.
- Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children*, 119-142.
- Syarif, D. F. T., Fatchurahman, M., & Karyanti, K. (2022). Pelatihan Self Healing Untuk Mengurangi Burnout Konselor Sekolah. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(1), 178–188. <https://doi.org/10.29407/ja.v6i1.16804>
- Walsh, F. (2016). *Strengthening Family Resilience*. Guilford Publications.
- Ziatdinov, R., & Cilliers, J. (2021). Generation Alpha: Concepts, Characteristics and Development. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 25-32.
- Zubaidah, Z., Rahmayanty, D., Finanjani, S., Setiawati, Y., & Aryanto, R. (2025). Concept of parenting in the digital era. *International Research-Based Education Journal*. <https://journal2.um.ac.id/index.php/irbej/article/view/46928>