

## **PENYULUHAN EDUKASI PENGATURAN SCREEN TIME DAN FILTER KONTEN DIGITAL PADA KELUARGA DI POSYANDU BUNDO KANDUANG**

**Resti Puspita Nurza<sup>1</sup>, Tessa<sup>2</sup>, Muhammad Dzhabi<sup>3</sup>, Rabby Nazli<sup>4</sup>, Agus Nur Khomarudin<sup>5\*</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi Teknologi Rekayasa Komputer, Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh

Jalan Raya Negara KM. 7 Tanjung Pati Kode Pos 26271

Kecamatan Harau, Kabupaten Lima Puluh Kota- Sumatera Barat

e-mail: <sup>1</sup>[restipuspitanurza@gmail.com](mailto:restipuspitanurza@gmail.com), <sup>2</sup>[tessaajha2@gmail.com](mailto:tessaajha2@gmail.com), <sup>3</sup>[nawawizahabi@gmail.com](mailto:nawawizahabi@gmail.com),  
<sup>4</sup>[rabbynazli@gmail.com](mailto:rabbynazli@gmail.com), <sup>5\*</sup>[agusnurkhumarudin@gmail.com](mailto:agusnurkhumarudin@gmail.com)

### **Abstrak**

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola asuh keluarga, terutama terkait penggunaan perangkat digital oleh anak usia dini. Salah satu masalah utama yang dapat memengaruhi perkembangan anak adalah kurangnya literasi digital, ketidaktahuan orang tua tentang batasan screen time, dan ketidakmampuan untuk mengawasi konten digital. Hasil identifikasi yang dilakukan di Posyandu Bundo Kandung di Kecamatan Harau, Sumatera Barat, menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum memahami bahaya yang ditimbulkan oleh paparan perangkat digital yang tidak terkontrol. Untuk mengatasi hal ini, penyuluhan dan pendampingan diberikan untuk mengatur waktu menonton TV dan menghilangkan konten digital dari keluarga. Metode klasik digunakan dengan materi interaktif dan diskusi kelompok kecil. Ini dilengkapi dengan penggunaan fitur pengendalian parental. 85% orang tua menyadari pentingnya pembatasan waktu layar dan penggunaan kontrol orang tua pada perangkat digital, menurut hasil kegiatan. Selain itu, evaluasi kegiatan menerima skor rata-rata 3,49 dalam kategori "Sangat Baik", yang menunjukkan bahwa kegiatan memiliki tingkat kepuasan yang tinggi dan sangat efektif. Kesimpulannya, kegiatan edukasi ini secara efektif meningkatkan literasi digital keluarga dan kesadaran orang tua untuk membuat lingkungan digital yang sehat dan ramah anak.

**Kata kunci:** literasi digital, screen time, parental control, keluarga, anak usia dini

### **1. PENDAHULUAN**

Kemajuan teknologi digital saat ini telah memberikan pengaruh besar terhadap kehidupan keluarga, terutama dalam aspek pola pengasuhan anak. Berbagai perangkat digital seperti *smartphone*, *tablet*, dan televisi sudah sangat mudah dijangkau, bahkan oleh anak-anak di usia dini. Di Indonesia, tingkat penetrasi penggunaan internet dan perangkat seluler terus meningkat dan telah merambah berbagai lapisan masyarakat tanpa memandang usia maupun latar belakang sosial ekonomi [1]. Situasi ini menimbulkan kekhawatiran akan dampak negatif yang dapat muncul akibat penggunaan gawai yang tidak terkontrol di lingkungan keluarga.

Paparan terhadap layar digital atau *screen time* yang berlebihan pada anak-anak dapat memicu berbagai gangguan dalam aspek perkembangan mereka. Hasil penelitian dari Nurhayati, dkk tahun 2023 menunjukkan bahwa anak yang terpapar layar secara berlebihan cenderung mengalami penurunan tingkat konsentrasi, hambatan dalam perkembangan bahasa, serta peningkatan risiko gangguan psikologis [2]. Selain itu, minimnya pengawasan orang tua terhadap penggunaan perangkat digital turut meningkatkan kemungkinan anak mengakses konten yang tidak sesuai [3]. Kondisi tersebut semakin diperburuk dengan rendahnya tingkat literasi digital di kalangan masyarakat, khususnya dalam keluarga yang memiliki anak usia dini.

Lembaga kesehatan internasional seperti *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* (AACAP) telah mengeluarkan pedoman terkait penggunaan perangkat digital pada anak. Anak-anak berusia 2 hingga 5 tahun disarankan untuk tidak menggunakan perangkat

digital lebih dari satu jam per hari, sedangkan anak di bawah usia 2 tahun dianjurkan untuk tidak terpapar perangkat digital sama sekali [4]. Namun, kenyataannya masih banyak orang tua di Indonesia yang belum memahami atau bahkan belum menerapkan rekomendasi tersebut dalam pola asuh mereka. Rendahnya pengetahuan tentang pentingnya pengaturan *screen time* serta pemanfaatan fitur *parental control* menjadi faktor utama yang memperparah situasi ini.

Berdasarkan hasil identifikasi awal yang dilakukan di Posyandu Bundo Kandung, Jorong Koto Tangah, Kecamatan Harau, Sumatra Barat, diketahui bahwa sebagian besar orang tua memberikan akses kepada anak untuk menggunakan perangkat digital sebagai sarana hiburan tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa literasi digital dalam keluarga di wilayah tersebut masih tergolong rendah, terutama terkait dengan pengawasan konten dan pengaturan waktu penggunaan gawai. Padahal, penelitian Hanna Nurul Husna, dkk tahun 2023 membuktikan bahwa edukasi mengenai *screen time* yang disertai pendampingan intensif dapat meningkatkan kesadaran keluarga dalam mengelola penggunaan teknologi digital di lingkungan rumah [5]. Oleh sebab itu, diperlukan intervensi edukatif yang terstruktur guna meningkatkan kemampuan literasi digital keluarga secara langsung di tingkat masyarakat.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dirancang sebagai solusi untuk memberikan edukasi tentang pentingnya pengaturan *screen time*, penggunaan *parental control*, serta pengawasan terhadap konten digital dalam lingkungan keluarga. Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam menciptakan lingkungan digital yang lebih sehat, aman, dan ramah anak. Melalui kegiatan ini, diharapkan orang tua mampu membatasi durasi penggunaan perangkat digital oleh anak sesuai anjuran kesehatan, menyaring konten yang dapat diakses anak, serta mengoptimalkan pemanfaatan fitur teknologi untuk mendukung proses tumbuh kembang anak secara optimal. Peningkatan literasi digital keluarga diyakini akan memperkuat ketahanan keluarga dalam menghadapi tantangan di era perkembangan teknologi yang semakin pesat.

## **2. METODE PENGABDIAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan dan pendampingan [6]. Kedua metode tersebut dipilih karena dianggap mampu memberikan pemahaman yang komprehensif sekaligus memberikan ruang bagi masyarakat untuk menyampaikan permasalahan yang mereka hadapi secara langsung. Penyuluhan berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan, sedangkan pendampingan memungkinkan adanya proses pemberdayaan yang lebih mendalam. Dengan kombinasi dua metode ini, kegiatan tidak hanya fokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku dan praktik di tingkat keluarga.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan dua pendekatan utama, yaitu pendekatan klasikal dan pendekatan diskusi. Pendekatan klasikal diterapkan pada saat sesi penyuluhan untuk memberikan pengetahuan kepada peserta secara menyeluruh dan terstruktur mengenai pentingnya pengaturan waktu penggunaan perangkat digital (*screen time*). Materi yang disampaikan mencakup dampak jangka pendek dan jangka panjang dari penggunaan gawai berlebihan pada anak, pengaruh konten digital terhadap perkembangan emosional dan sosial, serta strategi pengawasan yang dapat diterapkan oleh orang tua. Dalam sesi ini, peserta diberikan contoh kasus nyata yang sering terjadi di lingkungan keluarga modern, termasuk bagaimana anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka dengan perangkat digital, serta konsekuensi yang mungkin timbul apabila tidak ada kontrol dari pihak keluarga.

Sementara itu, pendekatan diskusi diterapkan dalam sesi pendampingan melalui kelompok kecil. Pendekatan individual ini dirancang agar masyarakat dapat menggali dan mengungkapkan permasalahan yang mereka alami secara langsung, khususnya terkait pola pengasuhan digital di rumah. Fasilitator memberikan ruang bagi peserta untuk saling bertukar pengalaman, menganalisis permasalahan bersama, serta mengidentifikasi solusi yang paling

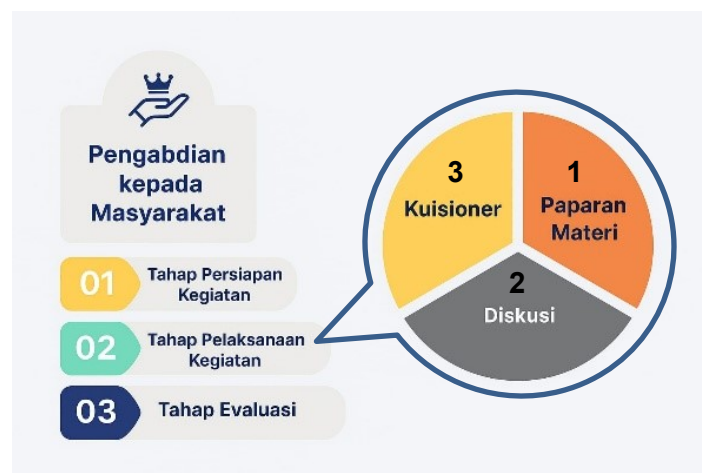
sesuai dengan kondisi keluarga masing-masing. Dalam proses ini, peserta juga diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik pembatasan screen time, seperti penyusunan jadwal harian anak, pemilihan konten yang sesuai usia, dan penguatan komunikasi antara orang tua dan anak.

Kegiatan pendampingan ini menasar warga Jorong Koto Tengah, Kenagarian Lubuak Batingkok [7], yang pada umumnya telah mulai menghadapi tantangan dalam mengelola penggunaan perangkat digital di lingkungan keluarga. Wilayah ini dipilih karena sebagian besar masyarakatnya telah memiliki akses ke perangkat digital, namun pengetahuan mengenai pengawasan dan manajemen screen time masih terbatas. Melalui interaksi langsung dengan masyarakat, tim pengabdian dapat memahami konteks sosial yang melatarbelakangi permasalahan tersebut, seperti intensitas penggunaan gawai oleh anak-anak, kurangnya kontrol orang tua, serta minimnya informasi mengenai risiko paparan konten digital yang tidak sesuai.

Dengan demikian, pelaksanaan pengabdian melalui kombinasi penyuluhan dan pendampingan diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh kepada masyarakat, serta mendorong terbentuknya pola pengasuhan digital yang lebih sehat dan terarah. Kegiatan ini juga menjadi sarana bagi masyarakat untuk membangun komitmen bersama dalam menciptakan lingkungan keluarga yang lebih aman dan kondusif bagi perkembangan anak.

### **Tahapan Pengabdian**

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) secara keseluruhan dapat dilihat melalui diagram/gambar 1 berikut:



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan PkM

Gambar 1 menggambarkan beberapa langkah yang dilakukan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM), yang terdiri dari: 1). **Tahap Persiapan**, mencakup berbagai kegiatan penting, seperti menentukan lokasi dan sasaran penyuluhan, menyiapkan alat dan bahan, mengajukan izin penggunaan tempat kegiatan, mengelola administrasi, termasuk surat tugas dari lembaga pelaksana PkM, dan membuat materi penyuluhan [8]. 2). **Tahap Pelaksanaan**, yang dibagi menjadi tiga sesi utama, yaitu: a) Penyampaian materi melalui presentasi atau penyuluhan; b) Pendampingan dan diskusi dalam kelompok kecil bersama peserta kegiatan, yang terdiri dari orang-orang dari masyarakat setempat dan orang-orang yang; c) terlibat dalam kegiatan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menemukan masalah yang dihadapi masyarakat dan menemukan solusi bersama; d) Pengisian kuesioner oleh peserta yang disediakan pelaksana PkM [9]. 3). **Tahap Evaluasi**, dilakukan untuk mengumpulkan umpan balik tentang

pelaksanaan kegiatan PkM. Evaluasi ini berguna untuk menilai efektivitas kegiatan dan mengumpulkan saran dan masukan untuk memperbaiki pelaksanaan kegiatan PkM di masa mendatang.

### **Sasaran dan Tujuan kegiatan Pengabdian**

Kegiatan PkM ini ditujukan kepada masyarakat Jorong Koto Tengah, Kenagarian Lubuak Batingkok, terutama para orang tua. Tujuan utama kegiatan ini adalah sebagai berikut: 1) Meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya peran mereka dalam membimbing dan melindungi anak dari dampak negatif *screen time* dan paparan konten digital; 2) Meningkatkan kesadaran orang tua tentang potensi risiko dan bahaya yang dapat ditimbulkan akibat *screen time* dan paparan konten digital; dan 3) memberikan dukungan kepada orang tua untuk berdiskusi tentang masalah mereka dan menemukan solusi bersama untuk mengatasi dampak negatif dari paparan konten digital.

## **2. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Pelaksanaan PkM**

Kegiatan PKM yang dilaksanakan oleh kelompok dengan judul penyuluhan “ **Edukasi Penganturan Sreen Time dan Filter Konten pada Keluarga**” di Posyandu Bundo Kanduang, Jr. Koto Tengah, Kengarian Lubuak Batingkok, Kecamatan Harau, Kabupaten Lima Puluh Kota, Provinsi Sumatra Barat. Yang dilaksanakan selama 3 bulan dengan 3 tahap, yaitu: tahap perencanaan atau persiapan, tahap pelaksana kegiatan, tahap evaluasi kegiatan Pkm.

#### **1) Tahapan Persiapan**

Tahapan ini diawali dengan menyiapkan seluruh kebutuhan yang diperlukan untuk pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Persiapan tersebut mencakup penetapan lokasi dan sasaran penyuluhan, pelaksanaan survei lapangan, serta pengajuan izin secara formal kepada pihak-pihak terkait, seperti Wali Nagari, Kepala Jorong, dan Kader Posyandu di wilayah yang dituju. Berdasarkan hasil survei, dipilihlah Posyandu Bundo Kanduang sebagai lokasi pelaksanaan kegiatan.

Untuk mendukung legalitas selama kegiatan berlangsung, tim pelaksana juga mengurus surat tugas dari institusi/kampus. Selain itu, dilakukan diskusi internal antaranggota kelompok guna membagi tugas serta merancang langkah-langkah teknis dalam pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya tim pelaksana PkM mempersiapkan materi penyuluhan yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran, yaitu keluarga dengan anak usia dini. Materi tersebut mencakup informasi mengenai dampak negatif *screen time*, cara penyaringan konten digital, serta pemanfaatan fitur kontrol orang tua pada perangkat elektronik. Di samping itu, tim juga menyiapkan berbagai perlengkapan dan media pendukung seperti laptop, proyektor, pengeras suara, video edukatif, kuesioner evaluasi, serta konsumsi bagi peserta. Seluruh rangkaian kegiatan pada tahap persiapan ini dilaksanakan secara sistematis agar pelaksanaan penyuluhan nantinya berjalan efektif, tepat sasaran, dan sesuai dengan tujuan yang telah dirancang.

#### **2) Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pkm**

Tahap pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pengantaran langsung mahasiswa oleh dosen pembimbing ke lokasi kegiatan, yaitu Posyandu Bundo Kanduang. Kehadiran dosen pembimbing ini merupakan bentuk dukungan akademik sekaligus menjadi sarana pengenalan resmi tim pelaksana kepada pihak Posyandu dan masyarakat setempat. Kegiatan diawali dengan sesi pembukaan yang secara resmi dibuka oleh Wali Nagari, kemudian dilanjutkan dengan sambutan dari kader Posyandu serta perwakilan tim mahasiswa dari Program Studi D4-Teknologi Rekayasa Komputer, Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh.



Setelah pembukaan, kegiatan inti dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan kepada peserta yang mayoritas merupakan ibu rumah tangga. Penyampaian dilakukan secara interaktif melalui metode ceramah dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan komunikatif agar mudah dipahami oleh seluruh peserta. Sebagai media pendukung visual, tim menayangkan video edukatif singkat yang menjelaskan dampak screen time terhadap perkembangan anak, serta memberikan informasi mengenai cara bijak mengatur penggunaan gawai dalam keluarga. Setelah sesi pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab untuk menggali pengalaman, pandangan, serta permasalahan yang dihadapi peserta terkait penggunaan perangkat digital di rumah.

Selanjutnya, tim melakukan demonstrasi langsung mengenai cara penggunaan fitur *parental control* dan pengaturan *screen time* pada perangkat digital seperti smartphone dan tablet. Peserta dipandu secara bertahap agar dapat memahami dan mempraktikkannya secara mandiri. Sebagai bagian dari evaluasi kegiatan, tim juga membagikan kuesioner dalam bentuk cetak kepada peserta. Kuesioner ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan serta untuk memperoleh masukan terhadap jalannya kegiatan penyuluhan.

Seluruh kegiatan dilaksanakan secara partisipatif, edukatif, dan sistematis, sehingga diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya pengawasan penggunaan gawai pada anak usia dini. Berikut adalah dokumentasi kegiatan PkM di Posyandu Bundo Kandang Jr. Koto Tengah, Kengarian Lubuak Batingkok digambarkan pada gambar 2:



Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat



Gambar 3. Dokumentasi Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

### 3) Tahapan Evaluasi Kegiatan PkM

Tahap evaluasi dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui tingkat keberhasilan dan efektivitas kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan di Posyandu Bundo Kandang. Evaluasi ini dilakukan melalui penyebaran angket kepada para pihak yang terlibat dan hadir dalam kegiatan, yaitu Wali Nagari, bidan desa, kader Posyandu, serta peserta umum yang mayoritas merupakan ibu rumah tangga.

Instrumen evaluasi berupa angket dengan skala Likert 1–4 yang terdiri dari 10 butir pernyataan penilaian, mencakup aspek penyampaian materi, kejelasan isi, partisipasi tim, keterlibatan peserta, kebermanfaatan, hingga keberlanjutan kegiatan. Skala penilaian terdiri dari: 1 = Kurang; 2 = Cukup; 3 = Baik; dan 4 = Sangat Baik. Sebanyak 15 responden mengisi angket ini. Hasil dari pengolahan data ditampilkan pada Tabel berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Kuesioner Evaluasi Kegiatan Pkm

No	Indikator Penilaian	Skor Rata-Rata (1-4)	Kategori
1.	Cara pemateri menyampaikan materi menarik dan inovatif	3,47	Sangat Baik
2.	Materi PkM disajikan jelas dan mudah dipahami	3,40	Sangat Baik
3.	Waktu penyampaian materi sudah sesuai	3,30	Baik
4.	Peserta berminat mengikuti kegiatan serupa di masa mendatang	3,60	Sangat Baik
5.	Tim pelaksana memberikan pelayanan sesuai dengan kebutuhan peserta	3,47	Sangat Baik
6.	Kegiatan dapat dilakukan secara berkelanjutan	3,43	Baik
7.	Pertanyaan/masalah ditanggapi dengan baik oleh pemateri/tim	3,57	Sangat Baik
8.	Peserta merasakan manfaat langsung dari kegiatan	3,50	Sangat Baik
9.	Peserta secara umum merasa puas terhadap kegiatan	3,53	Sangat Baik
10.	Kegiatan sesuai dengan harapan peserta	3,50	Sangat Baik
<b>Rata-Rata Keseluruhan</b>		<b>3,49</b>	<b>Sangat Baik</b>

Analisis Hasil Evaluasi, Berdasarkan hasil rekapitulasi angket dari 15 responden, diperoleh rata-rata skor keseluruhan sebesar 3,46, yang berada pada kategori “Sangat Baik”. Seluruh indikator memperoleh nilai di atas 3,20, yang menunjukkan bahwa peserta menilai pelaksanaan kegiatan PkM sangat positif, baik dari aspek penyampaian materi, manfaat kegiatan, hingga interaksi dengan tim pelaksana.

Indikator dengan skor tertinggi adalah minat peserta mengikuti kegiatan serupa di masa mendatang (3,60) dan penanganan pertanyaan/keluhan oleh tim PkM (3,60), yang menandakan keterlibatan aktif peserta dan keberhasilan komunikasi dua arah dalam kegiatan ini. Sementara itu, skor terendah terdapat pada indikator “kegiatan berkelanjutan” (3,27), yang menunjukkan perlunya tindak lanjut agar kegiatan serupa dapat terus dilakukan secara rutin atau berkala di lingkungan Posyandu. Selanjutnya dijelaskan terkait dengan saran dan masukan dari peserta penyuluhan sebagaimana pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Rekapitulasi Saran dan Masukan dari Responden

No	Saran/Masukan Responden
1.	Kegiatan mahasiswa ke depan sebaiknya dilaksanakan di tempat yang lebih luas dan representatif, seperti aula kantor Wali Nagari.
2.	Ilmu dan materi yang disampaikan sebaiknya disebarluaskan ke masyarakat luas melalui kegiatan penyuluhan lanjutan.
3.	Materi penyuluhan perlu ditingkatkan agar lebih lengkap dan disampaikan dengan cara yang mudah dipahami oleh seluruh audiens.

### **Pembahasan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah memberikan kontribusi positif dalam bentuk “**edukasi pengaturan screen time dan filter konten digital pada keluarga**”, terutama kepada para orang tua yang menjadi peserta di Posyandu Bundo Kandung. Tujuan utama dari penyuluhan ini adalah meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya peran orang tua dalam mendampingi anak saat menggunakan perangkat digital, baik dalam hal durasi maupun isi konten yang diakses.

Berdasarkan hasil kegiatan, diketahui bahwa banyak peserta belum memahami batasan waktu penggunaan gawai yang sesuai anjuran, seperti yang direkomendasikan WHO yaitu maksimal satu jam per hari untuk anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Didien Ika Setyarini, dkk tahun 2023 [10], yang menyatakan bahwa penggunaan perangkat digital secara berlebihan dapat memicu keterlambatan dalam perkembangan bahasa, gangguan fokus, dan perubahan perilaku pada anak-anak. Melalui kegiatan penyuluhan ini, para orang tua mulai menyadari pentingnya menetapkan aturan waktu penggunaan perangkat digital di rumah.

Selain dari sisi waktu, konten yang dikonsumsi anak juga menjadi perhatian penting. Sebagian besar peserta belum mengetahui keberadaan fitur *parental control* dan belum memanfaatkan aplikasi khusus anak seperti *YouTube Kids*. Dalam penyuluhan ini, para peserta dibekali informasi serta praktik penggunaan fitur penyaringan konten agar dapat melindungi anak dari akses terhadap materi yang tidak sesuai dengan usianya. Hal ini diperkuat oleh penelitian Lulu Mukarromah, dkk tahun 2023 [11], yang menyatakan bahwa edukasi mengenai filter konten digital mendorong peningkatan peran aktif orang tua dalam melakukan pengawasan.

Interaksi selama sesi penyuluhan berlangsung cukup intensif, ditandai dengan keterlibatan peserta dalam berbagi pengalaman maupun pertanyaan seputar pengasuhan digital. Pendekatan partisipatif ini sejalan dengan pandangan Tri Arum Pandan Sari, dkk tahun 2024 [12], yang menyebutkan bahwa keterlibatan orang tua secara aktif saat anak mengakses media digital berdampak positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Banyak peserta mulai

menerapkan pendampingan langsung, seperti menonton bersama atau mendiskusikan konten yang telah diakses anak.

Di sisi lain, strategi pola asuh juga memengaruhi keberhasilan pengaturan *screen time*. Pola asuh demokratis yang menggabungkan kontrol dengan komunikasi terbuka lebih efektif dalam mengatur penggunaan gawai dibandingkan pola asuh permisif atau otoriter. Temuan ini tercermin dari respons peserta Posyandu yang mulai tertarik menerapkan pola asuh tersebut di lingkungan keluarga [13]. *Digital parenting* bukan hanya tentang membatasi *screen time*, tetapi juga menciptakan lingkungan digital yang sehat di rumah. Edukasi orang tua mengenai strategi *digital parenting* sangat penting agar mereka mampu menjadi pendamping yang bijak bagi anak-anak dalam penggunaan teknologi secara aman dan bermanfaat [10].

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi pengaturan *screen time* dan *filter* konten digital pada keluarga di Posyandu Bundo Kandung ini telah memberikan pemahaman baru kepada masyarakat, khususnya para orang tua, tentang pentingnya keterlibatan aktif dalam membentuk kebiasaan digital anak. Diharapkan edukasi ini dapat terus ditindaklanjuti secara mandiri oleh keluarga dalam kehidupan sehari-hari, guna menciptakan lingkungan digital yang aman dan mendukung perkembangan anak secara optimal.

### 3. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan di Posyandu Bundo Kandung dengan tema edukasi pengaturan *screen time* dan *filter* konten digital pada keluarga berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya orang tua, mengenai pentingnya membatasi penggunaan perangkat digital oleh anak-anak. Berdasarkan hasil evaluasi, mayoritas peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam hal mengatur waktu layar, menggunakan fitur kontrol parental, dan menyaring konten digital. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa metode klasik dapat meningkatkan literasi digital keluarga melalui pelatihan dan diskusi kelompok kecil. Hasil kuesioner menunjukkan tingkat kepuasan peserta berada dalam kategori “Sangat Baik”, dengan rata-rata skor 3,49. Namun, untuk memastikan bahwa manfaat yang dihasilkan oleh kegiatan terus dirasakan oleh masyarakat dalam jangka panjang, elemen keberlanjutan perlu ditingkatkan. Kelebihan dari aktivitas ini adalah materinya yang interaktif dan mudah dipahami dan kemampuan untuk menggunakan fitur pengaturan gawai secara langsung. Namun, keterbatasannya terletak pada fasilitas tempat yang kurang memadai dan kebutuhan akan materi yang lebih komprehensif untuk menjangkau seluruh lapisan masyarakat. Agar dapat dilaksanakan secara rutin di daerah lain, kegiatan ini dapat dikembangkan lebih jauh dengan bekerja sama dengan lembaga terkait.

### 4. SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, disarankan agar kegiatan edukasi mengenai pengaturan *screen time* dan *filter* konten digital pada keluarga dapat dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan, sehingga peningkatan literasi digital masyarakat dapat terus terjaga. Agar suasana lebih kondusif dan peserta merasa nyaman, kegiatan selanjutnya sebaiknya dilakukan di tempat yang lebih luas dan representatif, seperti aula nagari atau balai pertemuan. Selain itu, materi penyuluhan harus diperluas dengan menambahkan konten yang lebih luas dan disampaikan dengan cara yang lebih variatif dan mudah dipahami oleh semua orang. Diharapkan juga kolaborasi dengan pemerintah daerah, kader Posyandu, dan tokoh masyarakat setempat untuk meningkatkan akses ke pendidikan dan menerapkan pengasuhan digital yang sehat di rumah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Posyandu Bundo Kandung, Wali Nagari Lubuak Batingkok, Kepala Jorong Koto Tengah, serta seluruh kader Posyandu dan masyarakat yang telah memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Terima



kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing dan pihak Politeknik Pertanian Negeri Payakumbuh yang telah memfasilitasi dan memberikan arahan selama kegiatan berlangsung. Dukungan, partisipasi aktif, dan kerja sama semua pihak sangat berperan dalam kelancaran serta keberhasilan penyuluhan edukasi pengaturan *screen time* dan *filter* konten digital pada keluarga ini. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat nyata dan dapat berlanjut di masa mendatang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. I. Khan and L. Dwiyantri, "Persepsi Orangtua tentang Penggunaan Smartphone untuk Anak Usia Dini," *PINUS J. Penelit. Inov. Pembelajaran*, vol. 8, no. 1, pp. 98–107, 2022, doi: 10.29407/pn.v8i1.18872.
- [2] N. Nurhayati, P. H. Pebriana, R. Ananda, and S. Sumianto, "Analisis Dampak Penggunaan Handphone Terhadap Interaksi Sosial Siswa Sekolah Dasar," *J. Pendidik. DASAR PERKHAUSA J. Penelit. Pendidik. Dasar*, vol. 9, no. 2, pp. 328–336, 2023, doi: 10.31932/jpdp.v9i2.2253.
- [3] D. A. Feryando, A. P. E. Wibowo, A. Darmawan, S. Triwijaya, and S. Sunardi, "Edukasi Dini Penggunaan Smartphone Yang Baik Pada Anak-Anak," *JMM (Jurnal Masy. Mandiri)*, vol. 6, no. 2, p. 1102, 2022, doi: 10.31764/jmm.v6i2.7004.
- [4] Rahmahwidyaningrum, "Dampak Screen Time Berlebih Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Di Posyandu Balita Tunas Mekar Dusun Monggang," *ABDIMAS Madani*, vol. 5, no. 1, pp. 48–54, 2023, doi: 10.36569/abdimas.v5i1.133.
- [5] H. N. Husna, T. Izzadlillah, G. A. Wardani, A. Pratama, A. A. Rahma, and M. Y. Micola, "Edukasi Screen Time pada Anak di Masyarakat Kota Tasikmalaya," *Nuansa Akad. J. Pembang. Masy.*, vol. 8, no. 2 SE-Articles, pp. 475–484, Aug. 2023, doi: 10.47200/jnajpm.v8i2.1829.
- [6] A. N. Khomarudin, R. Novita, and R. Aulia, "Penyuluhan dan Pendampingan kepada Guru dan Siswa MDTA Tentang Arif dan Bijak dalam Penggunaan Smartphone," no. 1, pp. 46–56, 2023.
- [7] A. N. Khomarudin, R. Novita, R. Aulia, and E. E. Putri, "Workshop E-Learning kepada Guru TK dan SD Excellent Bukittinggi Sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Profesional Dan Digital," *J. Indones. Soc. Soc.*, vol. 1, no. 2, pp. 54–59, 2023, doi: 10.59435/jiss.v1i2.81.
- [8] Agus Nur Khomarudin, Romy Aulia, Rina Novita, Indra Laksmiana, and J. Jamaluddin, "Implementasi Ubiquitous Computing Berbentuk Aplikasi Buku Tamu di SMK N 3 Payakumbuh sebagai Dukungan terhadap Komitmen SMK Berinovasi," *PakMas J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 2 SE-Articles, pp. 477–484, Nov. 2024, doi: 10.54259/pakmas.v4i2.3225.
- [9] A. N. Khomarudin *et al.*, "Penyuluhan Internet Sehat tentang Bahaya Phising dan Dampak Negatifnya bagi Siswa SMK N 4 Payakumbuh," *Interak. J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 16–22, 2025.
- [10] D. I. Setyarini, S. G. Rengganis, I. T. Ardhiani, and E. K. Mas'udah, "Analisis Dampak Screen Time terhadap Potensi Tantrum dan Perkembangan Anak Usia Dini," *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 7, no. 2, pp. 2496–2504, 2023, doi: 10.31004/obsesi.v7i2.3376.
- [11] L. Mukarromah, M. Musayyadah, and N. Gupita, "Efektivitas Penggunaan Aplikasi Screen Time-Parental Control dalam Penggunaan Gadget Pada Siswa Kelompok B di Ra Raudlatul Muhtadiin," *Tinta Emas J. Pendidik. Islam Anak Usia Dini*, vol. 2, no. 2 SE-Articles, Nov. 2023, doi: <https://doi.org/10.35878/tintaemas.v2i2.881>.
- [12] T. A. P. Sari, N. Novitawati, and S. Sulaiman, "Pengaruh Interaksi Orang Tua: Screen Time terhadap Kemampuan Sosial Emosional dan Berbicara Anak Taman Kanak-Kanak," *J. Educ. Res.*, vol. 5, no. 3 SE-Articles, pp. 3525–3535, Aug. 2024, doi: 10.37985/jer.v5i3.1420.

- [13] K. Jannah, N. Gupita, and D. Pusparini, "Pola Pengasuhan Orang Tua Terhadap Penerapan Screen Time Di Masa Generasi Alpha Usia 4-6 Tahun Di Desa Rombuh Kecamatan Palengaan Kabupaten Pamekasan," *J. Inov. Pendidik.*, vol. 1, no. 3, pp. 333–343, 2023, doi: 10.60132/jip.v1i3.45.