

Membangun Generasi TANGGUH: Pengenalan *Digital Resilience Framework* bagi Orang Tua PAUD untuk Membangun Ketahanan Anak di Era Digital

Wildan Jazuli¹, Zaenuddin²

Universitas Mitra Bangsa^{1,2}

E-mail : wildanjazuli@umiba.ac.id¹, zaenuddin@umiba.ac.id²

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dan pembelajaran anak usia dini. Anak usia 3–6 tahun tumbuh sebagai generasi digital yang memiliki akses terhadap perangkat digital sejak dini. Kondisi ini menghadirkan berbagai peluang sekaligus risiko, seperti paparan konten yang tidak sesuai usia, peningkatan durasi penggunaan gawai, dan menurunnya kualitas interaksi sosial. Orang tua memiliki peran penting dalam membangun ketahanan digital anak melalui pengasuhan yang adaptif dan pendampingan yang tepat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman orang tua PAUD mengenai konsep *digital resilience* melalui pengenalan Framework TANGGUH sebagai panduan praktis pengasuhan digital. Kegiatan dilaksanakan di Kantor Kecamatan Setiabudi dengan metode ceramah interaktif, diskusi, simulasi kasus, dan refleksi bersama. Materi yang disampaikan meliputi realitas digital anak, konsep ketahanan digital, perubahan peran orang tua dari *gatekeeper* menjadi *mentor*, serta implementasi enam langkah Framework TANGGUH. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya pendampingan digital dan penerapan aturan penggunaan gawai yang sehat di lingkungan keluarga. Peserta juga menunjukkan komitmen untuk menerapkan *family media plan*, membangun komunikasi terbuka dengan anak, serta memperkuat sinergi antara keluarga dan satuan PAUD. Kegiatan ini diharapkan menjadi model edukasi berkelanjutan dalam membangun ketahanan digital anak usia dini.

Kata kunci: *Digital Resilience, PAUD, Ketahanan Digital, Literasi Digital, Framework TANGGUH*

Abstract

The rapid development of digital technology has transformed interaction and learning patterns among young children. Children aged 3–6 years are growing up as digital natives with early access to digital devices. This condition presents both opportunities and risks, including exposure to inappropriate content, increased screen time, and reduced social interaction. Parents play a crucial role in fostering children's digital resilience through adaptive parenting and proper guidance. This community service program aimed to improve parents' understanding of digital resilience through the introduction of the TANGGUH Framework as a practical digital parenting guide. The activity was conducted at the Setiabudi District Office using interactive lectures, discussions, case simulations, and reflective sessions.

The materials covered children's digital realities, digital resilience concepts, the transformation of parental roles from gatekeepers to mentors, and the implementation of the six steps of the TANGGUH Framework. The results indicated an increase in participants' understanding of the importance of digital guidance and healthy media use rules within families. Participants also demonstrated commitment to implementing family media plans, fostering open communication with children, and strengthening collaboration between families and early childhood education institutions. This program is expected to serve as a sustainable educational model for building digital resilience among young children.

Keyword: *Digital Resilience, Early Childhood Education, Digital Literacy, TANGGUH Framework*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dan pembelajaran anak usia dini. Anak-anak usia 3–6 tahun kini tumbuh sebagai generasi digital yang memiliki akses terhadap perangkat digital sejak usia dini (UNICEF, 2017). Penggunaan media digital dapat memberikan manfaat bagi perkembangan anak apabila disertai pendampingan yang tepat, namun juga berpotensi menimbulkan risiko seperti paparan konten yang tidak sesuai usia, peningkatan durasi layar, dan berkurangnya interaksi sosial (Radesky et al., 2015).

American Academy of Pediatrics (2016) menegaskan bahwa penggunaan media digital pada anak usia dini perlu diimbangi dengan keterlibatan aktif orang tua untuk mendukung perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. Oleh karena itu, pendekatan pengasuhan digital tidak lagi berfokus pada pembatasan penggunaan gawai semata, tetapi juga pada penguatan kemampuan anak dalam menghadapi risiko digital.

Konsep *digital resilience* mengacu pada kemampuan individu untuk mengenali, mengelola, dan pulih dari pengalaman negatif di lingkungan digital (UK Council for Internet Safety [UKCIS], 2020). Ketahanan digital menjadi kompetensi penting yang perlu dikembangkan sejak usia dini melalui dukungan keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial (Stoilova et al., 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aturan penggunaan gawai yang terlalu kaku tanpa komunikasi yang terbuka cenderung kurang efektif dalam membangun perilaku digital yang sehat pada anak (Blum-Ross & Livingstone, 2018). Sebaliknya, orang tua perlu

bertransformasi dari peran sebagai *gatekeeper* menjadi *mentor* yang mendampingi anak dalam mengeksplorasi dunia digital secara aman dan bertanggung jawab (Livingstone et al., 2021).

Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan pengelola PAUD di Kecamatan Setiabudi, ditemukan bahwa sebagian besar orang tua belum memiliki pedoman yang jelas dalam mendampingi penggunaan gawai pada anak. Orang tua cenderung menerapkan pembatasan penggunaan gawai secara sepihak tanpa disertai komunikasi terbuka dan pendampingan aktif. Kondisi ini mendorong perlunya kegiatan edukasi mengenai ketahanan digital melalui Framework TANGGUH.

2. METODE

Materi edukasi yang diberikan dalam kegiatan pengabdian disusun berdasarkan konsep literasi digital keluarga yang dikembangkan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia dan Siberkreasi (2021), panduan pendampingan penggunaan teknologi digital pada anak usia dini dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia (2021), serta kerangka ketahanan digital yang dikembangkan oleh UKCIS (2020).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kantor Kecamatan Setiabudi dengan sasaran orang tua peserta didik PAUD.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang terdiri atas empat tahapan, yaitu:

1. Persiapan, meliputi koordinasi dengan pihak kecamatan dan pengelola PAUD, penyusunan materi, serta penyusunan instrumen evaluasi.
2. Pelaksanaan edukasi, berupa penyampaian materi menggunakan media presentasi yang mencakup:
 - Realitas digital anak usia dini;
 - Konsep *digital resilience*;
 - Tiga pilar ketahanan digital;
 - Perubahan peran orang tua dari *gatekeeper* menjadi *mentor*;
 - Framework TANGGUH.
3. Diskusi dan simulasi kasus, dengan membahas beberapa situasi yang sering dihadapi orang tua, seperti munculnya iklan digital secara tiba-tiba, tantrum saat waktu penggunaan gawai berakhir, dan perilaku meniru konten negatif.

4. Evaluasi dan refleksi, melalui sesi tanya jawab, pengisian lembar umpan balik, dan penyusunan rencana tindak lanjut oleh peserta.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

No	Tahapan	Kegiatan	Luaran
1	Persiapan	Koordinasi dan penyusunan materi	Modul dan instrumen evaluasi
2	Pelaksanaan	Penyampaian materi	Peningkatan pemahaman peserta
3	Simulasi	Analisis studi kasus	Keterampilan pengasuhan digital
4	Evaluasi	Refleksi dan umpan balik	Rencana tindak lanjut

3. HASIL PEMBAHASAN

Penyampaian materi mengenai Framework TANGGUH menekankan pentingnya keterlibatan aktif orang tua dalam penggunaan media digital oleh anak. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi American Academy of Pediatrics (2024) melalui konsep *Family Media Plan*, yaitu penyusunan aturan penggunaan media digital yang disepakati bersama dalam keluarga.

Selama sesi diskusi, peserta menyampaikan bahwa tantangan utama yang dihadapi adalah kesulitan membatasi durasi penggunaan gawai dan kurangnya waktu untuk mendampingi anak. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Stoilova et al. (2021) yang menunjukkan bahwa orang tua sering mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan manfaat dan risiko penggunaan teknologi digital pada anak.

Framework TANGGUH mendorong orang tua untuk membangun komunikasi terbuka, menetapkan aturan bersama, dan menyediakan alternatif aktivitas non-digital. Pendekatan ini sesuai dengan rekomendasi OECD (2021) yang menekankan pentingnya penguatan kapasitas anak dalam menghadapi berbagai risiko digital melalui dukungan lingkungan terdekat.

Kolaborasi antara keluarga dan satuan PAUD juga menjadi aspek penting dalam membangun ketahanan digital anak. UNICEF (2021) menegaskan bahwa perlindungan anak di

era digital memerlukan keterlibatan berbagai pihak, termasuk keluarga, sekolah, pemerintah, dan masyarakat.

Kegiatan pengabdian berlangsung secara interaktif dengan partisipasi aktif peserta.

Gambar 1. Penyampaian materi Framework TANGGUH kepada orang tua PAUD di Kantor Kecamatan Setiabudi



Materi utama yang disampaikan adalah Framework TANGGUH yang terdiri atas enam langkah praktis, yaitu:

- T (Terlibat Aktif): mendampingi anak saat menggunakan perangkat digital.
- A (Ajak Bicara): membangun komunikasi melalui pertanyaan terbuka.
- N (Netralkan Emosi): merespons kesalahan anak dengan tenang.
- G (Gunakan Aturan Bersama): menyusun *family media plan*.
- U (Upaya Kolaboratif): menyelaraskan aturan rumah dan sekolah.
- H (Hadirkan Alternatif): menyediakan aktivitas non-digital yang menarik.

Selama sesi diskusi, peserta menyampaikan berbagai tantangan, seperti kesulitan membatasi durasi penggunaan gawai, kekhawatiran terhadap konten yang diakses anak, serta kurangnya waktu untuk mendampingi anak.

Melalui simulasi kasus, peserta memperoleh pengalaman praktis dalam menerapkan prinsip-prinsip Framework TANGGUH. Orang tua diajak memahami bahwa hubungan yang kuat dan komunikasi terbuka merupakan bentuk perlindungan utama bagi anak dalam menghadapi risiko digital.

Selain itu, peserta menyusun komitmen keluarga berupa pembentukan zona bebas gawai, penerapan batas waktu penggunaan perangkat digital, serta peningkatan aktivitas bersama keluarga tanpa perangkat digital.

Kegiatan ini juga mendorong terbentuknya sinergi antara keluarga dan satuan PAUD melalui kesepahaman mengenai aturan penggunaan gawai dan penguatan literasi digital.

4. SIMPULAN

Penerapan Framework TANGGUH dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kantor Kecamatan Setiabudi menunjukkan bahwa penguatan ketahanan digital anak perlu dilakukan melalui pendekatan kolaboratif yang melibatkan keluarga dan satuan PAUD. Pendampingan aktif, komunikasi terbuka, dan penyusunan aturan penggunaan media digital secara bersama terbukti menjadi strategi yang lebih efektif dibandingkan pembatasan penggunaan gawai secara sepihak (American Academy of Pediatrics, 2016; Blum-Ross & Livingstone, 2018)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kantor Kecamatan Setiabudi berhasil meningkatkan pemahaman orang tua PAUD mengenai pentingnya ketahanan digital anak di era digital.

Pemberian materi melalui Framework TANGGUH membantu orang tua memahami bahwa pengasuhan digital tidak hanya berfokus pada pembatasan penggunaan gawai, tetapi juga pada pendampingan aktif, komunikasi terbuka, dan kolaborasi antara keluarga dengan sekolah.

Framework TANGGUH dapat menjadi panduan praktis bagi orang tua dalam membangun kebiasaan digital yang sehat dan menciptakan lingkungan digital yang aman bagi anak usia dini.

5. SARAN

Kegiatan edukasi mengenai ketahanan digital perlu dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam program parenting PAUD.

Pihak sekolah dan pemerintah daerah diharapkan dapat memperkuat kolaborasi dengan orang tua melalui penyediaan program literasi digital keluarga, penyusunan kebijakan penggunaan gawai yang konsisten, serta pengembangan komunitas belajar bagi orang tua.

6. DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- American Academy of Pediatrics. (2024). Family Media Plan. <https://www.healthychildren.org/English/media/Pages/default.aspx>
- Blum-Ross, A., & Livingstone, S. (2018). The trouble with “screen time” rules. In G. Mascheroni, C. Ponte, & A. Jorge (Eds.), *Digital Parenting: The Challenges for Families in the Digital Age* (pp. 179–187). Nordicom.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia & Siberkreasi. (2021). *Modul Literasi Digital: Cakap Bermedia Digital*. Jakarta: Kominfo.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2021). *Buku Saku Orang Tua: Pendampingan Penggunaan Teknologi Digital pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat PAUD.
- Livingstone, S., Carr, J., & Byrne, J. (2015). *One in three: Internet governance and children’s rights*. Florence: UNICEF Office of Research–Innocenti.
- Livingstone, S., Stoilova, M., & Kelly, A. (2021). *The class: Living and learning in the digital age*. New York: New York University Press.
- OECD. (2021). *Children in the digital environment: Revised typology of risks*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9b8f222e-en>

Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1–3. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2251>

Stoilova, M., Livingstone, S., & Kardefelt-Winther, D. (2021). *Digital parenting: Research, recommendations and future directions*. Florence: UNICEF Office of Research–Innocenti.

UK Council for Internet Safety. (2020). *Digital Resilience Framework*. London: UKCIS. <https://www.gov.uk/government/publications/digital-resilience-framework>

UNICEF. (2017). *The State of the World's Children 2017: Children in a Digital World*. New York: UNICEF.

UNICEF. (2021). *Policy guidance on AI for children*. New York: UNICEF.