



Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Indonesia is licensed under
A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

Techno Parenting: Sinergi Sekolah, Lingkungan Sosial dan Orangtua untuk Meningkatkan Mindful dalam Pengasuhan Anak

Asep Munajat¹⁾, Dadan Rahmat²⁾ Ibnu Hurri³⁾

1) Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia

E-mail: munajatasep@ummi.ac.id

2) Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia

E-mail: dadanrahmat@ummi.ac.id

3) Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia

E-mail: abanqurie@ummi.ac.id

Abstract. A common understanding between parents, schools and how to shape the social environment to educate children can determine educational success. Children's problems at school cannot be separated from parenting patterns at home and how the child's social environment is formed. Children's success at school is also supported by the parenting style that children receive in their family environment, including their social environment. Therefore, education carried out at school must be in synergy with education carried out in the family. Synergy can be built when parents are able to communicate well with the school, but with the various activities that parents have, regular meetings are difficult to hold so that a common understanding of parenting is difficult to develop, besides that with advances in technology parents are freeing their children to use digital technology, in this case Android . Parents allow their children to use Android without restrictions and considering the impacts that will arise, inappropriate use of technology can result in addiction to devices, pornography, health hazards and radiation. Techno parenting is a digital parenting program design through an Android application about how to educate children in the digital era in utilizing technology. Apart from that, Techno parenting is a strategy that can be used to build effective communication between schools and parents through digital technology to increase awareness/mindfulness in educate. Mindful parenting is a concept in parenting that emphasizes the process of parenting with full awareness (awareness). Therefore, the objectives of this research are 1) collaborating on technological advances in parenting education, 2) synergy between parents and schools in building the same perception regarding children's education, 3) developing a technology parenting model in increasing parental awareness (playfulness) in parenting, and 4) knowing The effectiveness of the techno parenting model in increasing mindfulness in parenting. The research method used is development research with stages of Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation where each stage is used to produce Techno Parenting Model products. The evaluation results show that parenting technology is effectively used in the ABA 7 Kindergarten school, Sukabumi Regency.

Keywords: *Techno Parenting, Mindful Parenting*

Abstrak. Pemahaman yang sama antara orangtua, sekolah dan bagaimana membentuk lingkungan sosial untuk mendidik anak dapat menentukan keberhasilan dari suatu pendidikan. Masalah anak di sekolah tidak bisa dilepaskan dari pola asuh di rumah dan bagaimana lingkungan sosial anak terbentuk. Sinergitas pendidikan di sekolah dengan pendidikan di dalam keluarga bisa di bangun saat orangtua mampu berkomunikasi secara baik dengan sekolah, namun dengan berbagai kesibukan yang dimiliki orangtua, menyebabkan pemahaman bersama tentang pola asuh sulit terbangun, disamping itu dengan kemajuan teknologi orangtua membebaskan anak dalam penggunaan teknologi digital dalam hal ini android, anak menggunakan android tanpa pengawasan, pembatasan-pembatasan dan mempertimbangkan dampak yang akan ditimbulkan. Techno parenting merupakan desain program parenting digital melalui aplikasi android tentang bagaimana mendidik anak di era digital dalam

memanfaatkan teknologi, selain itu Techno parenting merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk membangun komunikasi yang efektif antara sekolah dan orangtua melalui teknologi digital untuk meningkatkan kesadaran/mindful dalam mendidik. Mindful parenting merupakan konsep yang menekankan pada proses mengasuh dengan penuh kesadaran (eling). Oleh karena itu tujuan penelitian ini 1) mengkolaborasikan kemajuan teknologi dalam pendidikan parenting, 2) sinergi orangtua, sekolah dan lingkungan sosial dalam membangun persepsi yang sama mengenai pendidikan anak, 3) pengembangan model tekhno parenting dalam meningkatkan kesadaran orangtua (mainful) dalam pengasuhan, dan 4) mengetahui efektivitas model tekhno parenting dalam meningkatkan mindful dalam pengasuhan anak. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan dengan tahapan Analisis, Desain, Development, Implementasi dan Evaluasi dimana masing-masing tahapan tersebut dipergunakan untuk menghasilkan produk Model Techno Parenting. Hasil evaluasi menunjukkan tekhno parenting efektif digunakan di sekolah TK ABA 7 Kabupaten Sukabumi.

Kata Kunci: *Techno Parenting, Pola Asuh Berkesadaran*

Pendahuluan

Pernikahan menjadikan keluarga sebagai unit terkecil masyarakat (Dirgayunita, 2020). Sebagai wadah proses kehidupan, keluarga merupakan tempat paling esensial bagi perkembangan fisik, emosional, spiritual, dan sosial anak karena merupakan sumber kasih sayang, rasa aman, dan pembuktian. Selain sebagai kelompok sosial terkecil, keluarga juga terdiri dari ayah, ibu, dan keturunannya. Hubungan sosial antar anggota keluarga merupakan ikatan darah, perkawinan, atau pengangkatan anak yang relatif tetap yang dijiwai dengan rasa tanggung jawab dalam mengasuh, merawat, dan melindungi anak (Ari et al., 2021). Pola asuh orangtua merupakan landasan bagi pengembangan karakter. Dalam hal pola asuh, orangtua berupaya mendidik anaknya agar bertanggung jawab terhadap anaknya (Fadlan & Kasmadi, 2019). Pola pengasuhan juga merupakan gambaran sikap dan perilaku orangtua dan anak ketika berinteraksi dan berkomunikasi dalam kegiatan pengasuhan. Pola asuh orangtua berdampak pada perkembangan karakter seorang anak.

Keberhasilan pendidikan pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dapat dicapai apabila terbangun kerjasama antara sekolah dan orangtua. Guru dan orangtua memiliki tugas masing-masing dalam melakukan pengasuhan (Fitroh et al., 2022). Untuk mengetahui tugas masing-masing guru dan orangtua bisa saling berkomunikasi melalui kegiatan *parenting*. Dimana sekolah memiliki tugas untuk memberikan pemahaman yang cukup kepada orangtua mengenai cara pengasuhan anak yang baik agar stimulasi dapat tercapai sebagaimana mestinya (Kholisatul Nurjanah, 2017). Diperlukan komunikasi yang baik antara sekolah, orangtua siswa serta lingkungan sosial tempat siswa itu berinteraksi, tujuannya agar program sekolah bisa tersampaikan dengan baik dan orangtua dapat memahami maksud dari program yang sudah direncanakan oleh sekolah. (Permatasari et al., 2019). Oleh karena itu, komunikasi yang baik harus terus dibangun, karena sejatinya orangtua merupakan *partner* sekolah dalam mensukseskan program pendidikan, dimana anak mendapatkan pengasuhan dari lingkungan keluarga setelah di sekolah dan juga sebagai pengajar di rumah masing-masing (Ekawati & Iriani, 2020).

Satuan PAUD dapat membuat suatu kegiatan/program yang dapat membangun kesamaan persepsi tentang mengasuh anak, program tersebut mewedahi maksud sekolah dan keinginan orangtua dalam pendidikan anak. Kesamaan persepsi ini diperlukan karena keberhasilan pendidikan anak merupakan hasil dari kerjasama orangtua dan sekolah serta ekosistem lingkungan sosial yang dibentuk (Ekawati &

Iriani, 2020). Menurut (Fitroh & Oktavianingsih, 2020) menyatakan bahwa kegiatan *parenting* sangat bermanfaat dalam menyatukan persepsi antara orangtua dan sekolah tentang lingkungan sosial dan cara mengurus anak, yang nantinya tujuan dari sekolah dapat terealisasi dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Nooraeni (2017) mengenai kegiatan *parenting* menunjukkan bahwa penghambat keberhasilan program *parenting* salah satunya tidak hadirnya orangtua karena kesibukannya dan lingkungan sosial tempat anak itu berada. Oleh karena itu diperlukan suatu strategi mengatasi permasalahan dengan memanfaatkan teknologi namun tentu harus melalui pembatasan-pembatasan. Pesatnya perkembangan teknologi mempengaruhi semua ranah kehidupan manusia, tidak terkecuali dunia pendidikan (Jamun, 2018). Pengaruh yang sangat besar nampak disetiap sendi kehidupan terutama pada lingkungan sosial yang memiliki andil dalam membentuk anak, serta ketergantungan terhadap teknologi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Adanya teknologi banyak memberikan manfaat positif tidak terkecuali untuk anak (Jamun, 2018), namun tidak sedikit kehadiran teknologi memberikan banyak pengaruh negatif dalam kehidupan anak-anak (Damayanti & Gemiharto, 2019).

Perkembangan karakter pada anak usia dini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam konteks sosial, seperti pengaruh orangtua dan sekolah. Konteks sosial yang diteliti berkaitan dengan dinamika interaksi orangtua-sekolah (guru), serta interaksi siswa dengan siswa. Sekolah dikenal sebagai lembaga pendidikan formal yang menerapkan kurikulum terstruktur untuk menyelenggarakan program bimbingan dan konseling kepada anak, yang bertujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan optimal fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral-spiritual sesuai dengan kapasitas masing-masing (Arsyad, 2020). Lingkungan sosial juga dapat mempengaruhi tumbuh kembang sosial emosional anak, sehingga pengaruh teman pada anak sangat memberikan pengaruh yang cukup besar khususnya pengaruh teman pada penggunaan teknologi dalam hal ini penggunaan android. Menurut (Sahriana, 2019) pemanfaatan teknologi dalam pendidikan memiliki dampak positif bagi anak diantaranya: (1) dapat menambah pengetahuan dan jaringan teman karena lewat penggunaan teknologi anak dapat berkomunikasi secara luas; (2) mempermudah jalanya komunikasi dengan yang lain karena melalui teknologi tidak harus tatap muka secara langsung; dan (3) membantu mengembangkan kreativitas anak karena dengan memanfaatkan teknologi anak dapat memilih *konten* yang membantu menumbuhkan kreativitas.

Adapun dampak negatif penggunaan teknologi untuk anak diantaranya (1) mengganggu kesehatan, teknologi dalam hal ini *gawai* atau *televisi* mengeluarkan cahaya yang apabila dilihat terlalu lama bisa mengganggu kesehatan mata ataupun dapat menyebabkan obesitas karena akan jarang bergerak, (2) menghambat perkembangan anak karena apabila berlebihan menggunakan teknologi, kemampuan sosial anak terganggu karena sibuk dengan teknologi yang digunakan, (3) rentan terhadap kejahatan, apabila tidak di dampingi anak bisa mengakses *web* yang dimanfaatkan oleh orang yang tidak bertanggung jawab, dan (4) mempengaruhi perilaku anak karena apabila berlebihan bisa menyebabkan anak cenderung emosional. Dengan mempertimbangkan efek negatif dari teknologi, peran orangtua sangat penting. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan orangtua, antara lain: (1) memilih *fitur* yang sesuai dengan usia pada teknologi yang digunakan seperti *youtube kids*; (2) mendampingi anak menggunakan teknologi yang digunakan, orangtua mesti melihat apa saja yang di akses oleh anak; (3) menetapkan batas waktu bagi anak untuk menggunakan teknologi yang digunakan agar

tidak berlebihan misalkan tidak lebih dari satu jam saat menggunakan teknologi; (4) mencegah kecanduan teknologi seperti anak lupa waktu saat menggunakan teknologi dengan memberikan aturan; dan (5) membantu anak untuk dapat menyesuaikan dengan perkembangan zaman dan lingkungan saat ini Ferliana (2013).

Keterlibatan orangtua dalam lingkungan sosial anak untuk mengatur dan mengendalikan penggunaan teknologi oleh anak begitu penting, baik dari segi kasih sayang, motivasi ataupun tanggung jawab (Asmawati, 2021). Sehingga orangtua harus sadar akan bahaya yang terkait dengan penggunaan teknologi yang berlebihan. Salah satu dampak negatif dari adanya teknologi bagi anak adanya ketergantungan terhadap teknologi yang digunakan dan muncul candu dalam penggunaannya (Rakhmawati & Wahyu Lestari, 2020). Kecanduan teknologi yang digunakan pada anak nampak saat anak tidak bisa lepat dalam penggunaannya sehingga menimbulkan pemakaian yang berlebihan (Sisbintari & Setiawati, 2021). Penggunaan teknologi yang berlebihan bisa berdampak negatif terhadap kesehatan salah satunya pada mata yang diakibatkan cahaya yang masuk pada mata anak secara berlebihan (Abdu et al., 2021). Hasil penelitian Hudaya (Didik, 2018) bahwa pengaruh negatif lain dari penggunaan yaitu menurunnya sikap disiplin dan minat anak dalam belajar. Apabila tidak dibatasi penggunaan dapat berakibat pada kesehatan mental anak akibat kecanduan dalam penggunaannya (Wulandari & Hermiati, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (Novianti & Garzia, 2020) menyatakan bahwa anak dengan rentan usia tertentu yaitu usia 2 sampai 7 tahun tidak bisa di lepaskan dalam memanfaatkan teknologi, melainkan harus diberi pendampingan secara khusus dalam memanfaatkan teknologi yang digunakan agar dampak negatif dari teknologi tetap terhindar. Orangtua harus mendampingi anak dalam penggunaan teknologi *digital* (Nurhidayah et al., 2021). Model penggunaan yang baik sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan penggunaan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya (Sari et al., 2020). Proses pendampingan dan pengawasan serta pembatasan-pembatasan dalam penggunaan teknologi yang digunakan pada anak terdapat istilah tertentu yaitu *digital parenting*. Penelitian (Maisari & Purnama, 2019) menyatakan bahwa pemahaman *digital parenting* dimaknai sebagai cara mengasuh anak dalam mengatur pembiasaan penggunaan teknologi yang digunakan, kajian pustaka yang dilakukan oleh Purnama (Purnama, 2018) menjelaskan bahwa orangtua *milenial* perlu mengenali karakteristik generasi *alpha* agar dapat membimbing anak-anak berinteraksi secara cerdas dengan *internet*. (Irma et al., 2019) mengemukakan bahwa kesibukan orangtua membuat rendahnya kontrol terhadap anak, yang berakibat orangtua belum dapat memeriksa atau *mereview* yang di peroleh anak di sekolah.

Techno parenting merupakan konsep yang menggabungkan *parenting* dan perkembangan teknologi dengan mempertimbangkan juga lingkungan sosial anak. *Techno Parenting* hadir sebagai media komunikasi orangtua dan sekolah melalui konsep *digital class*. Orangtua bisa mengakses kapan saja dan dimana saja mengenai *parenting* yang disampaikan oleh sekolah, sehingga sekolah tidak kesulitan mengkomunikasikan mengenai pendidikan anak agar terbagun sinergitas sekolah dan orangtua. *Techno parenting* dimaknai sebagai strategi membangun hubungan baik antara sekolah dan orangtua melalui *digital class*. Orangtua bisa menerima pengetahuan, bertanya dan berkonsultasi mengenai perkembangan anak (Baharun et al., 2019). *Techno parenting* yang dirancang dimaksudkan untuk meningkatkan *mindful parenting* atau pengasuhan berkesadaran. *Mindful Parenting* merupakan bentuk pengasuhan berkesadaran (*eling*),

apabila dilakukan secara konsisten dapat menciptakan situasi positif terhadap hubungan anak dan orangtua (Sofyan, 2019). *Mindful parenting* menunjukkan sikap empati orangtua terhadap anak dan anak merasa diperhatikan sehingga kebutuhan anak akan psikologi dapat dipenuhi (Corthorn, 2018). *Techno parenting* merupakan konsep menggabungkan antara konsep *parenting* dan konsep perkembangan teknologi yang dapat dijadikan sebagai alternatif pendekatan untuk mendidik anak di era teknologi *digital* dan sinergi sekolah dan orangtua dalam mendidik anak, yang didalamnya berisi materi-materi tentang pemanfaatan dan pembatasan-pembatasan mengenai penggunaan teknologi. Kajian ini lebih mengarah pada pemanfaatan teknologi dalam pendidikan anak usia dini untuk mengkolaborasikan kemajuan teknologi dengan pendidikan anak.

Penelitian sebelumnya mengenai *parenting* mayoritas berbasis deskriptif, studi kasus dan kajian pustaka, sehingga muncul penelitian pengembangan mengenai desain *techno parenting*. Namun desain ini belum diuji efektivitasnya, untuk itu dalam penelitian ini mengambil judul “efektivitas penerapan *techno parenting* terhadap perilaku *mindful* dalam pengasuhan anak”. Penelitian yang dilaksanakan menjadi sangat penting dalam pengujian efektivitas mengenai desain baru dalam *techno parenting* sebagai desain produk untuk membantu sekolah dalam membangun sinergi dengan orangtua dalam pengasuhan anak agar desain ini dapat digunakan secara efektif di tempat lainya.

Kajian Literatur

1. Techno Parenting

Techno parenting adalah konsep menggabungkan pola asuh orangtua dengan kemajuan teknologi. Baharun et al. (2019) menyatakan *techno parenting* sebagai kerangka untuk mendidik anak cerdas di era teknologi, dengan memanfaatkan kemajuan teknologi yang membantu dalam mendidik anak, agar anak memiliki ketahanan mental spiritual di tengah perkembangan teknologi informasi yang terus berkembang, *techno parenting* sangat erat kaitannya dengan *digital parenting* dan dapat diartikan sebagai upaya untuk mengontrol dan membatasi penggunaan teknologi oleh anak serta memberikan nasehat kepada orangtua tentang cara menangani perangkat elektronik anaknya (Yusuf et al., 2020). Selain itu, proses pengawasan, pembatasan, dan pendampingan dilakukan untuk meminimalisir dampak negatif penggunaan teknologi oleh anak dan memaksimalkan dampak positifnya (Baharun et al., 2019).

Peran orangtua dalam konsep *techno parenting* antara lain: 1) berkolaborasi dengan kemajuan teknologi pendidikan *parenting*; 2) sinergi antara orangtua dan sekolah dalam membangun kesamaan persepsi tentang pendidikan anak; dan 3) mengembangkan model *techno parenting* dalam meningkatkan kesadaran orangtua (*mindful*) dalam mengasuh anak (Pratikno & Sumantri, 2020), selain itu, (Novitasari, 2019) menjelaskan bahwa bentuk pendampingan orangtua saat ini untuk penggunaan perangkat elektronik oleh anak terdiri dari (1) pemilihan konten yang sesuai dengan usia dan (2) penggunaan *fleksibilitas* dalam pemilihan *aplikasi game*. (3) Menemani anak di bawah umur selama eksplorasi dan (4) Batasi penggunaan perangkat elektronik oleh anak-anak dan dorong mereka untuk terlibat dalam aktivitas yang positif.

Aplikasi disingkat sebagai *App* merupakan perangkat lunak yang dikembangkan khusus pada *platform seluler* (Zamzami, 2020). Beberapa *platform* populer pada perangkat telepon cerdas yang tersedia adalah *android*, dan *window mobile*, *aplikasi* yang digunakan untuk memberikan edukasi dengan format hiburan dikenal sebagai *aplikasi edutainment*, tersedia untuk bermacam kelompok usia, dari anak hingga dewasa, guru juga siswa. Guru pada jenjang TK dituntut selalu terus-menerus berinovasi pada pembelajarannya. Guru dapat bereksplorasi menggunakan *aplikasi edutainment* sehingga peserta didik terangsang untuk bereksplorasi menemukan pengetahuan (Santoso, 2018).

Pola asuh cerdas (*smart parenting*) adalah proses yang melindungi dan mengatur kehidupan baru dengan menyediakan sumber daya, kasih sayang, perhatian, dan nilai-nilai yang penting. Secara umum, meskipun setiap hubungan orangtua-anak itu unik, namun dapat digambarkan sebagai rangkaian tindakan dan interaksi yang berkontribusi pada pertumbuhan anak, pola asuh sebagai serangkaian keputusan mengenai sosialisasi anak, termasuk apa yang harus dilakukan orangtua/pengasuh agar anaknya dapat bertanggung jawab dan berkontribusi pada masyarakat, apa yang dilakukan orangtua/pengasuh ketika anak menangis, marah, berbohong, dan tidak menjalankan tanggung jawabnya dengan baik (Syaifuddin & Hefniy, 2019).

Smart techno parenting memiliki efek sebagai berikut pada pembentukan karakter anak: (1) meminimalkan efek negatif teknologi, penerapan *smart techno parenting* berpotensi mengurangi dampak negatif teknologi pada anak, hal ini dapat dilihat melalui penerapan *Smart techno parenting*, yang memungkinkan anak untuk mengeksplorasi pengetahuan mereka di bawah pengawasan terbatas dan kendala waktu; (2) Mendorong perkembangan karakter positif anak, karakter seseorang dibentuk dengan menginternalisasi berbagai kebajikan yang dia yakini dan menggunakannya sebagai landasan untuk cara pandang, berpikir, menanggapi, dan bertindak, tindakan berulang dapat membentuk kepribadian seseorang; dan (3) pola asuh yang lebih baik (Syaifuddin & Hefniy, 2019).

Smart techno parenting merupakan gaya pengasuhan yang dianggap lebih disukai daripada gaya yang membatasi dan menahan anak, dalam *smart techno parenting* anak diberikan kebebasan untuk menginvestigasi rasa ingin tahunya dan kesempatan untuk mengungkapkan pendapatnya saat menetapkan aturan (berdiskusi). Faktor pembatas *smart techno parenting* terhadap Perkembangan Karakter Anak Beberapa faktor yang menghambat penerapan *Smart Techno Parenting* untuk membentuk karakter anak antara lain: Pertama, ketidaktahuan orangtua terhadap teknologi (Syaifuddin & Hefniy, 2019).

2. Mindful Parenting

Konsep *mindful parenting* merupakan pola asuh dengan penuh kesadaran, pola asuh dengan *mindful parenting* merupakan salah satu dari sekian banyak metode yang banyak dianjurkan untuk menciptakan hubungan yang baik antara orangtua dan anak (Fajriati, 2021). Pola asuh *mindful* yang dilakukan secara rutin dan berkesinambungan dapat menumbuhkan pola asuh positif dalam keluarga dengan cara membina komunikasi yang baik antara anak dan orangtua. *Mindful parenting* menunjukkan empati orangtua terhadap anak, dan anak merasa diperhatikan, memungkinkan terpenuhinya kebutuhan psikologisnya (Corthorn, 2018). Pola asuh dengan *mindfulness*

dapat mengurangi kecemasan pada anak berkebutuhan khusus atau yang membutuhkan perlakuan khusus ((Nur Sabilla, 2021).

Mindful parenting menurut (Fajriati, 2021) merupakan pengasuhan yang tidak menghakimi anak, tetapi membangun komunikasi/kehangatan yang baik dan selalu memberikan perhatian agar anak merasa diperhatikan oleh orangtuanya. Menurut (McCaffrey et al., 2017), terdapat dua dimensi *mindful parenting* yaitu: (1) *mindful* disiplin, yang berfokus pada orangtua, mencerminkan pola asuh non-reaktif, kesadaran dalam mengasuh anak, dan memusatkan perhatian pada tujuan pengasuhan, misalnya, orangtua menyadari sepenuhnya saat berinteraksi dengan anak dan menyadari bahwa interaksi tersebut penting; dan (2) *being with the child*, yang mengacu pada aspek *mindful parenting* yang fokus pada anak. Penerapan *mindful parenting* oleh orangtua pada anak dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan kepuasan orangtua, menurunkan perilaku agresif anak, meningkatkan perilaku prososial anak, membina dan memelihara kontak afektif yang paling mendasar, serta meningkatkan kualitas komunikasi verbal dan nonverbal antara orangtua dan anak. Selain bermanfaat untuk perkembangan anak, memasukkan *mindful parenting* ke dalam proses *parenting* telah menjadi metode yang direkomendasikan secara luas untuk membangun hubungan yang aman antara orangtua dan anak (Kiong, 2015).

Menurut (Benton et al., 2019) *mindful* parental sering dikaitkan dengan perilaku positif orangtua, termasuk kepekaan pada pihak ibu. Kepekaan yang tinggi dapat membantu orangtua lebih memahami dan menerima kondisi anaknya, sehingga mengurangi reaksi emosional berlebihan yang dapat berdampak negatif terhadap interaksi antara orangtua dan anak serta perilaku pengasuhan positif lainnya, seperti konsistensi orangtua dan perlakuan positif. Perawatan ini menggabungkan kehangatan dan penguatan positif ke dalam setiap interaksi orangtua-anak, membina hubungan positif antara orangtua dan anak-anak dan mempermudah orangtua untuk memberikan pendidikan yang sesuai. Orangtua yang mempraktikkan *mindful parenting* memiliki kesehatan mental yang lebih baik, karena *mindful parenting* dapat meringankan gejala kecemasan, depresi, perilaku negatif, dan kondisi psikopatologis lainnya. Selain berdampak positif bagi orangtua, *mindful parenting* berdampak pada kualitas hidup anak secara keseluruhan (Wu et al., 2019).

Orangtua memegang peranan penting dalam pengasuhan anak, sehingga dapat dikatakan sebagai pendidik pertama dan utama keluarga (Oktariani, 2022). Untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka dalam mendidik anak-anak mereka, orangtua harus terus mempelajari pengetahuan tentang pola asuh, dengan mempelajari dan menerapkan ilmu *parenting* memiliki manfaat tersendiri bagi anak, antara lain pola pengasuhan yang baik akan membentuk kepribadian anak di kemudian hari; misalnya, jika anak-anak diajari sejak kecil untuk menyimpan mainannya, mereka akan tumbuh menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab. Melalui ilmu *parenting*, orangtua akan mampu melarang anaknya tanpa membuat mereka menangis, mengenali keinginan utama anaknya, serta mengajarkan berbagai hal yang diperlukan untuk tumbuh kembangnya. Selain memahami cara mendidik anak, orangtua juga harus sadar dan bisa beradaptasi dengan perubahan zaman. Jelas, praktik pendidikan orangtua tidak dapat dibandingkan lintas era. Tujuan umum orangtua termasuk memastikan kesehatan fisik (gizi & kesehatan) dan kelangsungan hidup anak-anak, mempersiapkan anak-anak untuk menjadi orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab secara ekonomi, sosial, dan moral, dan mendorong perilaku individu yang positif.

Seseorang dapat bertanggung jawab dan bermanfaat bagi lingkungan sekitarnya dengan memanfaatkan nilai-nilai budaya, seperti cara beradaptasi, kemampuan intelektual, dan kapasitas berinteraksi sosial dengan orang lain (Oktariani, 2022). Ketika seorang anak menerima pengasuhan yang tepat, dia akan tumbuh menjadi remaja yang tangguh yang mampu bertahan dalam keadaan apa pun.

Mindful parenting pada dasarnya adalah pendekatan *mindful* dalam psikologi disebut sebagai praktik psikologi *mindfulness*. *Mindful parenting* adalah konsep pola asuh atau bimbingan yang menekankan (*eling*) pola asuh dengan penuh kesadaran. Pola asuh dengan *mindfulness* adalah salah satu dari banyak metode yang diusulkan untuk menumbuhkan hubungan orangtua-anak yang positif (Kiong, 2015). Keterampilan *mindful parenting* adalah pemahaman bagaimana menjadi orangtua yang berkesadaran (Pajar Mubarak, 2016). Menurut (de Bruin et al., 2014) *mindful parenting* dapat dipahami sebagai pemberian perhatian atau perhatian yang bertujuan dan tidak menghakimi kepada anak-anak oleh orangtua yang sadar akan tindakan mereka. Kemampuan orangtua adalah faktor yang paling penting dalam menjaga hubungan positif dengan anak-anak. Orangtua dengan keterampilan *mindful parenting* bebas dari stres pengasuhan, mampu menghargai pendapat dan tindakan anaknya, mampu menjalankan tanggung jawab sebagai orangtua, dan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan anaknya, sementara anak akan merasa dihargai, setiap masalah yang dihadapi dapat dikomunikasikan secara efektif kepada orangtua (Pajar Mubarak, 2016).

Menurut (Bluth & Wahler, 2011) keterampilan mengasuh anak yang efektif mendorong anak-anak untuk menunjukkan perilaku yang diinginkan secara positif dan konsisten, sehingga mencegah perilaku bermasalah dan memelihara lingkungan keluarga yang positif. Ada lima ciri pola asuh *mindfulness*: 1) Mendengarkan dengan penuh perhatian, yaitu kemampuan orangtua untuk mendengarkan atau memberikan perhatian kepada anaknya dengan memfokuskan pada apa yang dikatakan oleh anaknya. 2) Penerimaan diri dan penerimaan anak yang tidak menghakimi (*non-judgemental acceptance of self and child*), yaitu kemampuan orangtua untuk menerima keunikan atau keunikan anak tanpa syarat dan menerima kelebihan dan kekurangan membesarkan anak sambil masih berusaha menjadi diri mereka sendiri. Pengasuh yang sangat baik untuk anak-anak. 3) Kesadaran emosi diri dan anak (*emotional awareness of self and child*), khususnya kemampuan orangtua untuk memahami keadaan emosi dirinya dan anak serta merespon emosi tersebut secara tepat. 4) Pengaturan diri dalam pengasuhan (*self-regulation in the parent-child relationship*), yaitu kapasitas orangtua dalam memilih respon terhadap anak berdasarkan berbagai faktor. 5) Kasih sayang untuk diri sendiri dan anaknya, khususnya kapasitas orangtua untuk menghindari menyalahkan diri sendiri ketika tujuan pengasuhan tidak terpenuhi atau tidak berhasil (de Bruin et al., 2014)

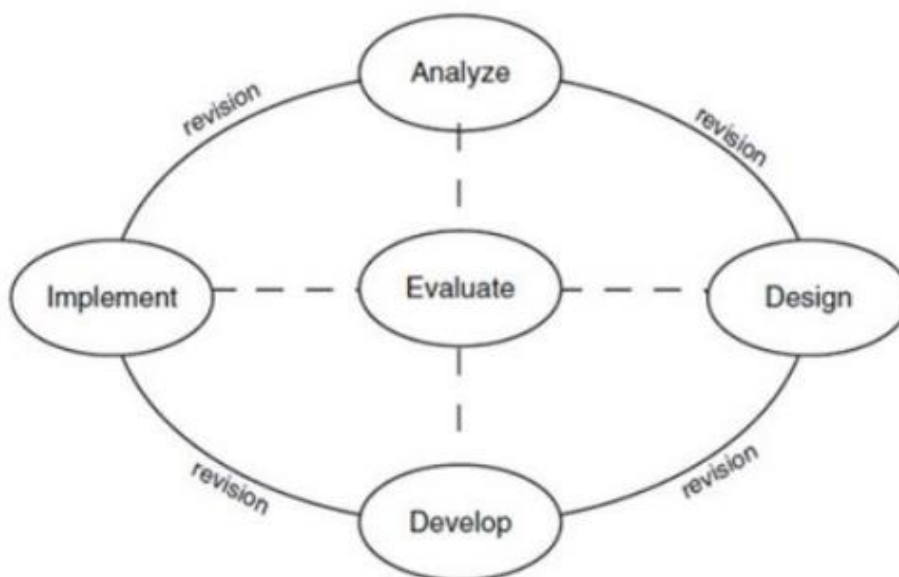
Orangtua yang menerapkan konsep *mindful parenting* diharapkan tidak memaksa anaknya untuk melakukan apa yang diinginkannya atau sesuatu yang diluar kemampuan anaknya, melainkan mengakui bahwa anak memiliki keinginannya sendiri. Selain itu, orangtua yang mempraktikkan *mindful parenting* lebih sabar atau tenang saat menghadapi perilaku anak yang tidak diinginkan. Ketika orangtua lebih sabar, perilaku anak menjadi lebih tenang, dan mereka meniru kemampuan orangtua untuk tetap tenang dalam situasi sulit. Agar anak dapat mengembangkan kecerdasan emosional (EQ). Dimana kecerdasan emosional (EQ) berfungsi sebagai dasar untuk mengenali dan memahami emosi yang tidak diinginkan pada anak. Anak yang mampu

mentolerir emosi yang tidak menyenangkan akan memiliki kepribadian yang kuat dan tidak mudah menyerah ketika mengalami kegagalan. *Mindful parenting* merupakan gaya pengasuhan di mana orangtua memberikan perhatian penuh pada saat pengasuhan, bertindak dengan baik terhadap anak dan menahan diri untuk tidak menilai negatif anak mereka selama interaksi (Gazadinda et al., 2022)

Menurut (Utami et al., 2020) *mindful parenting* memerlukan kesadaran yang terus meningkat untuk memantau kondisi diri sendiri dan lingkungan eksternal. Komponen *mindful parenting* meliputi mendengarkan anak dengan penuh perhatian, menerima sepenuhnya diri sendiri dan anak sendiri (tidak menghakimi), kesadaran emosional terhadap diri sendiri dan anak sendiri, keterampilan pengaturan diri yang sangat baik saat menerapkan pola asuh, dan cinta diri dan kasih sayang untuk anak sendiri. *Mindful parenting* dapat mengurangi stres orangtua, meningkatkan kemampuan orangtua untuk mengatur emosi, meningkatkan kesejahteraan orangtua, dan membuat gaya pengasuhan demokratis menjadi lebih mudah untuk dikembangkan. *Mindful parenting* meningkatkan keterampilan manajemen diri anak, mengurangi gejala depresi dan kecemasan pada remaja, serta memupuk hubungan yang lebih harmonis antara orangtua dan anak (Gazadinda et al., 2022)

Metode Penelitian

Penelitian dan pengembangan ini menggunakan model ADDIE dengan lima tahapan, yaitu Analysis, Design, Development, Implementation dan Evaluation (Cahyadi, 2019) sesuai dengan gambar 3.



Gambar 3. Tahapan Model ADDIE

Analisis (Analysis)

Dalam tahapan ini kegiatan utama adalah melakukan studi pendahuluan, mencakup survey lapangan dan studi kepustakaan mengenai pentingnya pengembangan techno parenting untuk meningkatkan mindful dalam pengasuhan anak beserta indikator-indikator yang akan digunakan. Studi kepustakaan didalamnya mempelajari program parenting, techno parenting dan mindful parenting. Kegiatan pada Survey lapangan

yaitu mengumpulkan data berkenaan dengan perencanaan dan observasi pelaksanaan techno parenting di PAUD, analisis kebutuhan, identifikasi permasalahan yang dijumpai dalam pelaksanaan program, dan merangkum permasalahan mengenai sinergi orangtua dan sekolah dalam mendidik anak. Hasil dari kegiatan ini adalah pemetaan variabel yang digunakan dalam penelitian, perumusan indikator dari variabel tersebut, dan instrumen pengukuran beserta rubrik penilaian dari variabel yang digunakan, seperti lembar validasi, lembar observasi, dan instrument.

Desain dan Pengembangan (Design and Development)

Kegiatan yang dilakukan pada tahapan ini diantaranya: 1) mengkaji program parenting untuk menentukan materi parenting berdasarkan fakta, konsep, prinsip dan prosedur, alokasi waktu dan indikator; 2) membuat aplikasi techno parenting; 3) merancang skenario materi program Parenting yang dibuat dalam bentuk video 4) membuat layout atau rancangan sistem dan tampilan content program techno parenting; 5) menyusun dan mengembangkan sistem serta materi parenting sesuai dengan layout yang sudah ditentukan; serta 6) memvalidasi konten produk techno parenting kepada tim ahli (Pendidikan PAUD dan ICT). Hasil kegiatan ini adalah terciptanya desai techno parenting yang sudah tervalidasi pakar dan layak digunakan pada tahapan berikutnya.

Implementasi (Implementation)

Kegiatan yang dilakukan pada tahapan implementasi yaitu penerapan techno parenting di Sekolah melalui uji coba. Uji coba akan dilaksanakan di TK Aisyiyah 7 alasan: a) TK ABA 7 sudah melaksanakan program parenting, namun masih bersifat konvensional (tatap muka secara langsung) belum menggunakan teknologi sehingga tepat untuk dijadikan subjek penelitian, b) Semua orangtua (100%) sudah menggunakan HP Android, dan c) Sekolah tersebut bersedia bekerja sama dengan peneliti untuk dilakukan uji coba produk. Uji coba menggunakan pretest-posttest one group design dengan melalui kuesioner yang disebar lewat google form, pengukuran tersebut dilakukan pada orangtua siswa untuk mengetahui perilaku mindful setelah perlakuan dan sebelum perlakuan, selanjutnya data dianalisis dengan paired sample t-Test yang merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Sampel berpasangan merupakan subjek yang sama, tapi mengalami perlakuan yang berbeda. Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian sebelum dan sesudah. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah produk desai techno parenting yang sudah memenuhi kriteria valid dan praktis digunakan dalam pembelajaran di kelas.

Evaluasi (Evaluation)

Kegiatan pada tahap ini adalah memberikan penilaian, mengukur kelebihan, dan kekurangan desai techno parenting yang telah dikembangkan. Evaluasi dilakukan berdasarkan data validasi ahli dan uji coba. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah produk desain techno parenting yang sudah memenuhi kriteria.

Hasil dan Pembasan

1. Hasil Penelitian Berdasarkan Permasalahan

Deskripsi penelitian berikut ini dikembangkan berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian.

a. Gambaran perilaku orangtua di TK ABA 7 sebelum dan sesudah penerapan program techno parenting

Setelah melalui tahap penelitian langsung di lapangan maka diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan hasil perilaku orangtua di TK ABA 7 sebelum dan sesudah penerapan program *techno parenting*. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari rata-rata skor *pretest* dan *posttest*. Berikut hasil perhitungan deskriptif statistik menggunakan SPSS 26.

Tabel 1.1 Deskriptif statistik menggunakan SPSS 26

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
	Statist ic	Statisti c	Statisti c	Statistic	Std. Error Statistic
pretest	22	63	77	68.73	.848
Posttest	22	75	88	80.14	.768

Tabel di atas menunjukkan skor *pretest* dan *Posttest* pada orangtua/wali yang menerima program *techno parenting*. Rata-rata skor *pretest* sebesar 69 dan *posttest* sebesar 80, hal tersebut dapat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara skor *pretest* dan skor *Posttest* pada orangtua/wali yang menerima program *techno parenting*. Hal ini menunjukkan bahwa program *techno parenting* efektif untuk digunakan di TK ABA 7 Sukabumi.

2. Pembahasan Hasil Penelitian

Pada bagian ini peneliti membahas dan mendeskripsikan mengenai penelitian yang dilakukan di lapangan. Diketahui bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku orangtua di TK ABA 7 sebelum dan sesudah penerapan program *techno parenting*

a. Gambaran perilaku orangtua di TK ABA 7 sebelum dan sesudah penerapan program *techno parenting*

1) Uji Normalitas Data *Pretest*

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data saat *pretest* berdistribusi normal atau tidak. Karena jumlah sampel sebanyak 22 Orangtua/wali siswa maka uji normalitas yang dipakai dalam SPSS 26.0 adalah uji *shapiro-wilk*, sebagai uji yang dapat digunakan pada data minimum sebanyak 7 sampel dan dengan data di bawah 50 sampel. Hasil pengujian normalitas data adalah sebagai berikut:

Tabel 1.2 Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
Pretest	.168	22	.108	.942	22	.214

Dari tabel 1.2 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi (Sig.) data skor *pretest* adalah 0,214 sebagai pengujiannya lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti kelas *pretest* berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Karena berasal dari populasi yang berdistribusi normal maka dilanjutkan dengan uji homogenitas.

2) Uji Normalitas Data *Posttest*

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data akhir saat *posttest* berdistribusi normal atau tidak. Karena jumlah sampel sebanyak 22 Orangtua/Wali Siswa maka uji normalitas yang dipakai dalam SPSS 26.0 adalah uji *shapiro-wilk*, sebagai uji yang dapat digunakan pada data minimum sebanyak 7 sampel dan dengan data di bawah 50 sampel. Hasil data yang sudah diolah diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1.3 Hasil uji normalitas (*posttest*)

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Posttest	.223	22	.006	.926	22	.099

Dari tabel 1.3 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi (Sig.) data akhir 0,099 sebagai pengujiannya lebih besar daripada 0,05 maka data *Posttest* berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Karena kelompok berasal dari populasi yang berdistribusi normal maka dilanjutkan dengan uji homogenitas.

3) Uji Homogenitas

Untuk mengetahui apakah data *pretest* dan *posttest* berasal dari varians yang homogen atau tidak homogen maka dilakukan uji homogenitas. Dari kedua data sudah didapatkan bahwa populasi berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji homogenitas dengan menggunakan *levene's test*, berikut hasil uji homogenitas:

Tabel 1. 5 Hasil uji homogenitas *pretest dan posttest*

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	.308	1	42	.582
	Based on Median	.095	1	42	.760
	Based on Median and with adjusted df	.095	1	41.255	.760
	Based on trimmed mean	.296	1	42	.589

Berdasarkan tabel 1.5 diperoleh hasil uji homogenitas dengan menggunakan uji *levene's* dengan signifikansi (Sig.) $\alpha = 0,05$, nilai signifikansi yang diperoleh yaitu 0,760 dan hasilnya lebih besar daripada $\alpha = 0,05$, artinya data *pretest dan posttest* mempunyai varians yang homogen. Karena kedua data *pretest dan posttest* tersebut memenuhi kriteria normalitas dan homogenitas maka selanjutnya dapat dilakukan uji perbedaan rerata.

4) Uji Perbedaan Rerata *Pretest* dan *Posttest*

Uji perbedaan rerata dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rerata data *pretest* dan *posttest*. Data sebelumnya yang diperoleh setelah uji normalitas dan uji homogenitas diketahui berdistribusi normal dan homogen, maka untuk mengetahui signifikansi rerata *pretest* dan *posttest* dilakukan uji *Compare Means Independent Sample t-Test* data *pretest* dan *posttest*

Tabel 1.6 Hasil uji perbedaan rerata *pretest* dan *posttest*

		Paired Samples Test								
		Paired Differences				95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper				
Pair 1	Pretest - Posttest	-11.409	3.972	.847	-13.170	-9.648	-13.473	21	.000	

Dapat diamati pada tabel 4.8 kriteria pengujian berdasarkan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dapat dilihat pada data *Sig (2-tailed)* memiliki hasil sebesar 0,00. Maka hal tersebut menunjukkan bahwa hasil pengujian $< 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan data *pretest* dan *posttest* orangtua/wali anak usia dini. Berdasarkan hasil analisis maka terdapat perbedaan yang signifikan data *pretest* sebelum menggunakan *techno parenting* dan data orangtua/wali anak usia dini setelah menggunakan *techno parenting*. Sejalan dengan anak (Baharun et al., 2019) yang menyatakan konsep yang efektif dalam menggabungkan antara *parenting* dan konsep perkembangan teknologi. *Techno parenting* sebagai kerangka mendidik anak secara *smart* di era teknologi, dengan memanfaatkan kemajuan teknologi yang sejatinya membantu dalam mendidik anak, agar anak memiliki ketahanan mental spiritual di tengah gencarnya teknologi informasi yang berkembang (Baharun et al., 2019). *Techno parenting* dimaknai sebagai upaya pengawasan dan pembatasan-pembatasan dalam penggunaan teknologi serta pendampingan orangtua terhadap perilaku anak dalam menggunakan *gawai* (Yusuf et al., 2020). Lebih lanjut, proses pengawasan, pembatasan, dan pendampingan tersebut dilakukan untuk mencegah dampak negatif penggunaan *gawai* pada anak dan cenderung mengoptimalkan dampak positif yang diperoleh dari *gadget* (Martínez et al., 2019). Beberapa peran orangtua dalam konsep *techno parenting* di TK ABA 7 dan 1, antara lain: 1) mengkolaborasikan kemajuan teknologi dalam pendidikan *parenting* yaitu memanfaatkan *gawai* sebagai media *parenting* di TK ABA 7, 2) memanfaatkan kemajuan teknologi yaitu lewat aplikasi *techno parenting* yang di buat di TK ABA 7 sebagi sinergi orangtua dan sekolah dalam membangun persepsi yang sama mengenai pendidikan anak, 3) pengembangan model *techno parenting* dalam meningkatkan kesadaran orangtua (*mindful*) dalam pengasuhan di TK ABA 7 (Pratikno & Sumantri, 2020). Selain itu guru dan orangtua memiliki tugas masing-masing dalam melakukan pengasuhan

(Fitroh et al., 2022). Untuk mengetahui tugas masing-masing guru dan orangtua bisa saling berkomunikasi melalui kegiatan *Parenting* seperti yang di rancang di TK ABA 7 melalui *techno parenting*. Dimana sekolah memiliki tugas untuk memberikan pemahaman yang cukup kepada orangtua mengenai cara pengasuhan anak yang baik agar stimulasi dapat tercapai sebagaimana mestinya (Kholisatul Nurjanah, 2017). Selain itu dengan adanya program *techno parenting* di ABA 7 menambah kemampuan orangtua mengenai pengasuhan positif, yang tidak lain akan berdampak pada perkembangan anak yang maksimal (Mufarrohah et al., 2021). Namun, kurangnya kuantitas atau rutinitas kegiatan *parenting* yang dilakukan oleh sekolah, tentunya dapat mempengaruhi pengetahuan orangtua pada hal yang berkaitan dengan pengasuhan (Fitroh et al., 2022). Oleh karena itu, komunikasi yang baik harus terus dibangun, karena sejatinya orangtua merupakan *partner* sekolah dalam mensukseskan program pendidikan, dimana anak mendapatkan pengasuhan dari lingkungan keluarga setelah di sekolah dan juga sebagai pengajar di rumah masing-masing (Ekawati & Iriani, 2020). Satuan PAUD dapat membuat suatu kegiatan/program yang dapat membangun kesamaan persepsi tentang mengasuh anak, program tersebut mawadahi maksud sekolah dan keinginan orangtua dalam pendidikan anak. Kesamaan persepsi ini diperlukan karena keberhasilan pendidikan anak merupakan hasil dari kerjasama orangtua dan sekolah (Ekawati & Iriani, 2020). Berdasarkan hasil penelitian di TK ABA 7 *techno parenting* efektif digunakan di lingkungan sekolah, sejalan dengan pendapat (Fitroh & Oktavianingsih, 2020) menyatakan bahwa kegiatan *parenting* sangat bermanfaat dalam menyatukan persepsi antara orangtua dan sekolah tentang mengurus anak, yang nantinya tujuan dari sekolah dapat terealisasi dengan baik.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan hasil pengolahan data, ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil tes awal menunjukkan orangtua/wali yang menerima program *techno parenting* diperoleh dari 22 Orangtua/Wali dengan rata-rata skor 69 dengan skor tertinggi 77 dan terendah 63.
2. Berdasarkan hasil tes data rata-rata skor *pretest* sebesar 69 dan *posttest* sebesar 80, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara skor *pretest* dan skor *Posttest* pada orangtua/wali yang menerima program *techno parenting*.
3. Terdapat perbedaan peningkatan perilaku orangtua dalam pemanfaatan teknologi digital pada anak usia dini di TK Aisyiyah Bustanul Athfal (ABA) 7 Sukabumi sebelum dan setelah menerapkan *techno parenting*, Hal ini menunjukkan bahwa program *techno parenting* efektif untuk digunakan di TK ABA 7 Sukabumi.

References

- Abdu, S., Saranga', J. L., Sulu, V., & Wahyuni, R. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Penurunan Ketajaman Penglihatan. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(1), 24–30. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i1.59>
- Ari, Susandi., Irmawati, Apriliana., & Ningsih, L. (2021). Peran Orangtua dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *ibriez. Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*. Vol. 6, No. 1, hal: 84-91.
- Arsyad, K. M. (2020). Pola Asuh Orang Tua pada Anak Usia Dini dalam Pembentukan Perilaku Agama dan Sosial. *Aktualita Jurnal Penelitian Sosial Dan Keagamaan*, 10(2), 66–88.
- Asmawati, L. (2021). Peran Orangtua dalam Pemanfaatan Teknologi Digital pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 82–96. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1170>
- Baharun, H., Finori, F. D., & Technology, D. (2019). *Smart Techno Parenting : Alternatif Pendidikan Anak Pada Era Teknologi*. 17(1), 52–69.
- Benton, J., Coatsworth, D., & Biringen, Z. (2019). Examining the Association Between Emotional Availability and Mindful Parenting. *Journal of Child and Family Studies*, 28(6), 1650–1663. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01384-x>
- Bluth, K., & Wahler, R. G. (2011). Parenting Preschoolers: Can Mindfulness Help? *Mindfulness*, 2(4), 282–285. <https://doi.org/10.1007/s12671-011-0071-4>
- Corthorn, C. (2018). Benefits of mindfulness for parenting in mothers of preschoolers in Chile. *Frontiers in Psychology*, 9(AUG), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01443>
- Damayanti, T., & Gemiharto, I. (2019). Kajian Dampak Negatif Aplikasi Berbagi Video Bagi Anak-Anak Di Bawah Umur Di Indonesia. *Communication*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.36080/comm.v10i1.809>
- de Bruin, E. I., Zijlstra, B. J. H., Geurtzen, N., van Zundert, R. M. P., van de Weijer-Bergsma, E., Hartman, E. E., Nieuwesteeg, A. M., Duncan, L. G., & Bögels, S. M. (2014). Mindful Parenting Assessed Further: Psychometric Properties of the Dutch Version of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IM-P). *Mindfulness*, 5(2), 200–212. <https://doi.org/10.1007/s12671-012-0168-4>
- Didik, P. (2018). Pengaruh Gadget Terhadap Sikap Disiplin Dan Minat Belajar Peserta Didik. *Research and Development Journal Of Education*, 4(2), 86–97.
- Dirgayunita, A. (2020). Pendidikan Keluarga Sakinah Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Psikologi. *Imtiyaz*, 4(02), 163–164.
- Ekawati, E. Y., & Iriani, A. (2020). Evaluasi Discrepancy Program Parenting Class dalam Rangka Meningkatkan Hubungan Masyarakat. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 117. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.525>
- Fadlan, A., & Kasmadi, N. (2019). Pola Asuh Orangtua Dalam Pembinaan Moral Anak Usia Dini. *SMART KIDS: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 37–44.
- Fajriati, R. D. (2021). *Peran Mindful Parenting terhadap Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan*. 10(2), 80–92. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v10i22021p80-92>
- Ferliana. (2013). *Proceeding Temu Ilmiah Nasional Psikologi Pendidikan Anak Usia Dini. Identifikasi Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini*. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, 1–18.
- Fitroh, S. F., & Oktavianingsih, E. (2020). Peran Parenting dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Ibu terhadap Stunting di Bangkalan Madura. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 610. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.415>
- Fitroh, S. F., Oktavianingsih, E., & Tiara, D. R. (2022). *Evaluasi Kepuasan Program Mindful Parenting dalam Pemahaman Orangtua dan Guru tentang Pengasuhan*. 6(5), 5171–5179. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2400>
- Gazadinda, R., Kencana Wulan, D., & Muzdalifah, F. (2022). Optimalisasi Mindful Parenting Dan Mindful Discipline Pada Orangtua Yang Memiliki Remaja Usia Sekolah Menengah Pertama. *Prosiding*

- Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat, 2022, 2022.*
<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm>
- Irma, C. N., Nisa, K., & Sururiyah, S. K. (2019). Keterlibatan Orangtua dalam Pendidikan Anak Usia Dini di TK Masyithoh 1 Purworejo. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 214. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.152>
- Jamun, Y. M. (2018). Dampak teknologi terhadap pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Missio. Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio*, 10(1)(1), 48–52.
- Kholisatul Nurjanah. (2017). Implementation of Parenting Program in The Integrated PAUD Yayasan Putra Putri Godean, Sleman, Special Area Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 1(1), 40–51.
- Kiong, M. (2015). *Mindful Parenting*. Kemdikbud.
- Maisari, S., & Purnama, S. (2019). Peran Digital Parenting Terhadap Perkembangan Berpikir Logis Anak Usia 5-6 Tahun Di Ra Bunayya Giwangan. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 41. <https://doi.org/10.24235/awlad.v5i1.4012>
- Martínez, I., Murgui, S., Garcia, O. F., & Garcia, F. (2019). Parenting in the digital era: Protective and risk parenting styles for traditional bullying and cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 90, 84–92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.036>
- McCaffrey, S., Reitman, D., & Black, R. (2017). Mindfulness In Parenting Questionnaire (MIPQ): Development and Validation of a Measure of Mindful Parenting. *Mindfulness*, 8(1), 232–246. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0596-7>
- Mufarrohah, Fadryana Fitroh, S., & Rizki Tiara, D. (2021). Pengaruh Program Parenting Berbasis E-Learning terhadap Literasi Orangtua tentang Sugesti Positif pada Anak. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 8(1), 36–46. <https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v8i1.10100>
- Nooraeni¹, R. (2017). Implementasi Program Parenting Dalam Menumbuhkan Perilaku Pengasuhan Positif Orangtua di PAUD Tulip Tarogong Kaler Garut. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* (Vol. 13, Issue 2).
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Penggunaan Gadget pada Anak; Tantangan Baru Orangtua Milenial. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1000. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.490>
- Novitasari, N. (2019). Strategi Pendampingan Orangtua terhadap Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 167–188. <https://doi.org/10.35896/ijecie.v3i2.77>
- Nurhidayah, I., Ramadhan, J. G., Amira, I., & Lukman, M. (2021). Peran Orangtua Dalam Pencegahan Terhadap Kejadian Adiksi Gadget Pada Anak: Literatur Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(9), 12. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Nur Sabilla, S. (2021). Mindful Parenting pada Orangtua dengan Anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH): Tinjauan Sistematis. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 195–216. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art10>
- Oktariani, O. (2022). Mindful Parenting dalam Menciptakan Kepribadian yang Tangguh pada Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 3(1), 44–49. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v3i1.144>
- Pajar Mubarak, P. (2016). Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan Mindful Parenting Orangtua Remaja. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 35–50. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1095>
- Permatasari, E., Handayani, T., & Hamzah, A. (2019). Kerjasama Orangtua dan Guru di MI Hijriyah IVPalembang Dalam Upaya Pencegahan Penyalahgunaan Smartphone. *Primary Education Journal (Pej)*, 3(1), 1–10.

- Pratikno, A. S., & Sumantri, S. (2020). Digital Parenting: Bagaimana Mencegah Kecanduan Gadget Pada Anak. *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 2(1), 107–123. <https://doi.org/10.36835/au.v2i1.301>
- Purnama, S. (2018). Al Hikmah Proceedings on Islamic Early Childhood Education: Pengasuhan Digital untuk Anak Generasi Alpha Pengasuhan Digital untuk Anak Generasi Alpha. *Al Hikmah Proceedings on Islamic Early Childhood Education*, 1, 439–502. https://www.academia.edu/download/57365843/Pengasuhan_Digital_48_Sigit_Purnama_493-502.pdf%0Ahttp://conference.staialhikmah Tuban.ac.id/index.php/ah-piece
- Rakhmawati, D., & Wahyu Lestari, F. (2020). Sosialisasi Bahaya Kecanduan Gadget Socialization the Harmful Effects of Gadgets Addiction. *Altruis: Journal of Community Services*, 1(3), 159–164.
- Sahriana, N. (2019). Pentingnya Peran Orangtua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Smart Paud*, 2(1), 60. <https://doi.org/10.36709/jspaud.v2i1.5922>
- Santoso, S. (2018). Penerapan Konsep Edutainment Dalam Pembelajaran Di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). *INOPENDAS: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 1(1). <https://doi.org/10.24176/jino.v1i1.2376>
- Sari, I. P., Wardhani, R. W. K., & Amal, A. S. (2020). Peran Orangtua Mencegah Dampak Negatif Gadget Melalui Pendekatan Komunikasi dan Psikologi. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 267–289. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.267-289>
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1562–1575. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1781>
- Sofyan, I. (2019). Mindful Parenting: Strategi Membangun Pengasuhan Positif dalam Keluarga. *Journal of Early Childhood Care and Education*, 1(2), 41. <https://doi.org/10.26555/jecce.v1i2.241>
- Syaifuddin, & Hefniy. (2019). Smart techno Parenting Dalam Membentuk Karakter Anak. *EDURELIGIA: Jurnal Pendidikan Agama Islam (Unuja.Ac.Id)*, 3(2).
- Utami, A. T., Khasanah, A. N., Mubarak, A., & Sartika, S. (2020). Mindful Parenting: Study on Parents of Preschool Children. *Proceedings of the 2nd Social and Humaniora Research Symposium (SoRes 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200225.080>
- Wulandari, D., & Hermiati, D. (2019). Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional pada Anak yang Mengalami Kecanduan Gadget. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 382–392. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.843>
- Wu, L., Buchanan, H., Zhao, Y., Wang, P., Zhan, Z., Zhao, B., & Fan, B. (2019). Translation and Validation of a Chinese Version of the Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ). *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01847>
- Yusuf, M., Witro, D., Diana, R., Santosa, T. A., Alfikri, A., Alwiyah, & Jalwis, J. (2020). Digital Parenting to Children Using The Internet. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 3(1), 1–14. <https://doi.org/10.24256/pijies.v3i1.1277>
- Zamzami, E. M. (2020). Aplikasi Edutainment Pendukung Pembelajaran Jarak Jauh TK Merujuk Standar Nasional PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 985–995. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.750>