

Program Edukasi Parenting Islami untuk Meningkatkan Kesejahteraan Emosional Anak di Era Digital

Patria Jati Kusuma¹, Wanodya Kusumastuti², Ailsa Sofia Budiman³, Alfiansyah⁴

Universitas Muhammadiyah Purworejo, Jawa Tengah, Indonesia

*email: wanodyakusumastuti@umpwr.ac.id

Submitted: April 2025

Revised: Mei 2025

Accepted: Mei 2025

ABSTRAK

Seiring berkembangnya teknologi, peran orang tua dalam mendidik dan menjaga kesejahteraan emosional anak semakin menghadapi tantangan, terutama di era digital yang dipenuhi oleh berbagai informasi dan media sosial. Fenomena ini memunculkan kekhawatiran tentang dampak negatif penggunaan teknologi terhadap perkembangan emosional anak. Oleh karena itu, program edukasi parenting islami untuk orang tua sangat penting sebagai upaya untuk membimbing mereka dalam menciptakan pola asuh yang tidak hanya berorientasi pada pendidikan akademis, tetapi juga pada kesejahteraan emosional anak, dengan tetap mempertimbangkan nilai-nilai Islam. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan kepada orang tua mengenai cara mengelola emosi anak, meningkatkan keterampilan komunikasi yang efektif, dan membangun hubungan yang harmonis dalam keluarga, dengan landasan nilai-nilai Islam. Dalam konteks ini, nilai-nilai seperti kasih sayang (rahmah), kesabaran (sabr), dan kejujuran (sidq) akan dijadikan dasar dalam mendampingi anak-anak di era digital. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu anggota PKK Ds. Sambak. Melalui edukasi yang mengintegrasikan psikologi perkembangan anak dan pendekatan praktis berbasis ajaran Islam, orang tua akan diberikan strategi untuk memitigasi dampak negatif teknologi, serta meningkatkan keterampilan dalam mendukung anak-anak untuk tumbuh dengan kesejahteraan emosional yang optimal. Program ini juga akan memanfaatkan media digital sebagai sarana edukasi, dengan memberikan akses kepada orang tua untuk berbagi pengalaman dan belajar melalui aplikasi atau platform online yang relevan. Diharapkan, program ini tidak hanya memberikan pengetahuan kepada orang tua, tetapi juga membentuk komunitas yang saling mendukung dalam menjalani peran penting mereka sebagai pendidik utama dalam keluarga.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Parenting Islami, Kesejahteraan Emosional Anak, Era Digital

ABSTRACT

As technology advances, the role of parents in educating and maintaining children's emotional well-being is increasingly facing challenges, especially in the digital era filled with various information and social media. This phenomenon raises concerns about the negative impact of technology use on children's emotional development. Therefore, an Islamic parenting education program for parents is very important as an effort to guide them in creating parenting patterns that are not only oriented towards academic education, but also towards children's emotional well-being, while still considering Islamic values. This community service program aims to provide parents with understanding and skills on how to manage children's emotions, improve effective communication skills, and build harmonious relationships within the family, based on Islamic values. In this context, values such as compassion (rahmah), patience (sabr), and honesty (sidq) will be used as the basis for accompanying children in the digital era. This activity was attended by mothers who are members of the PKK Ds. Sambak. Through education that integrates child development psychology and a practical approach based on Islamic teachings, parents will be given strategies to mitigate the negative impacts of technology, as well as improve skills in supporting children to grow with optimal emotional well-being. This program will also utilize digital media as a means of

education, by providing access to parents to share experiences and learn through relevant applications or online platforms. It is hoped that this program will not only provide knowledge to parents, but also form a community that supports each other in carrying out their important role as primary educators in the family.

Keywords: *Psychoeducation, Islamic Parenting, Children's Emotional Well-being, Digital Era*

PENDAHULUAN

Secara teoritis, pengasuhan merupakan sebuah tindakan, peran, dan komunikasi yang dilaksanakan oleh kalangan orang dewasa untuk membangun pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam konteks ini, keluarga, orang tua, masyarakat, sekolah, dan pemerintah merupakan orang dewasa yang mempunyai kepentingan dalam mengambil kebijakan terhadap anak. Akan tetapi, orang tua menjadi sistem inti yang terlibat secara langsung dalam proses pengasuhan, paling utama dan utama dalam pendidikan anak usia dini (Yuliana, 2023). Oleh karena itu, sudah seharusnya orang tua menjadi sosok sentral dalam pengasuhan anak. Anak yang mendapat pengasuhan cukup afeksi dari orang tua, akan menunjukkan perkembangan emosi dan sosial yang baik.

Orang tua perlu menanamkan perilaku prososial pada anak usia dini, seperti suka menolong, berbagi, berempati, toleran, santun, dan perilaku sosial lainnya. Perkembangan perilaku sosial merupakan aspek yang harus mendapat perhatian optimal agar anak dapat memahami lingkungannya dengan baik (Suryadi et al., 2025). Kebutuhan emosional dan sosial yang terpenuhi dengan baik akan mendukung kesejahteraan psikologis pada anak. Pengasuhan anak di era digital 5.0 memiliki tantangan tersendiri bagi orang tua dalam mendampingi dan memfasilitasi anak dalam proses tumbuh kembangnya. Kemampuan orang tua agar lebih siap dibutuhkan agar bisa mengimbangi kebutuhan anak dalam merespon cepatnya transfer informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari berbagai media/saluran komunikasi yang ada (Asmawati et al., 2024). Transfer informasi saat ini dapat diakses dengan cepat melalui gadget. Anak usia dini juga lebih cepat adaptif menggunakan gadget. Perlu adanya pengawasan orang tua untuk mengatur dan mengontrol penggunaan gadget sehingga anak tidak mengalami kecanduan (Hidayat & Maesyaroh, 2022). Hal ini karena, dampak penggunaan gadget dapat mempengaruhi gangguan kognitif, emosi, dan sosial pada anak.

Permasalahan pengasuhan anak usia dini hampir dialami oleh orang tua dengan anak usia balita. Kondisi tersebut juga terjadi pada orang tua, khususnya ibu-ibu di Desa Sambak, Kecamatan Kajoran. Dimana pengasuhan masih menjadi tugas pokok ibu, sedangkan ayah kurang memiliki peran dalam pengasuhan. Selain itu, anak balita yang kecanduan gadget cenderung menunjukkan masalah perilaku dan sosial, seperti tantrum, kurang memiliki minat dengan lingkungan sosialnya, berperilaku agresif, impulsif, dan gangguan perilaku lainnya. Perlu adanya pengasuhan kolaboratif, salah satunya keterlibatan peran ayah. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan ayah merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan anak. Pengasuhan ayah yang optimal berasosiasi signifikan dengan penurunan masalah perilaku dan perkembangan sosio-emosi pada anak (Asfari, 2022).

Pengasuhan kolaboratif ayah dan ibu dapat mengatasi gangguan perilaku pada anak sehingga meningkatkan kesehatan mental, kecerdasan emosional, dan menjadi predictor keberhasilan akademiknya. (Singh et al., 2025). Pengasuhan dengan pendekatan Islam merupakan pemeliharaan, penjagaan, dan perawatan yang lengkap karena menggunakan landasan syariah Islam dalam pengasuhan anak, sehingga anak akan mendapatkan bekal spiritual yang mampu menguatkan kesejahteraan emosional dan sosial anak (Rosita et al., 2020). Oleh karena itu, perlu diberikan edukasi parenting Islami bagi orang tua dengan mengotimalkan kolaborasi pengasuhan ayah dan ibu sehingga memberikan dampak positif terhadap perkembangan dan kesejahteraan emosional anak.

METODE PELAKSANAAN

Program edukasi parenting Islam ini dilaksanakan selama 1 bulan (2x pertemuan) dengan berkolaborasi bersama pihak PKK dan Pemdes Ds. Sambak, Kecamatan Kajoran. Pertemuan pertama pada program ini dilakukan dengan memberikan edukasi parenting dalam perspektif psikologis. Pertemuan kedua dengan memberikan edukasi parenting Islam dan peran kolaborasi pengasuhan serta implikasinya terhadap perkembangan emosional dan sosial anak. Program ini dilaksanakan pada hari Sabtu minggu 1 dan 3 dengan durasi 60 menit setiap pertemuan. Kegiatan pelatihan ini bertempat di ruang serba guna Desa Sambak, Kec. Kajoran, Kab. Magelang. Peserta yang mengikuti pelatihan ini berjumlah 70 orang ibu-ibu PKK.

Sebelum melaksanakan kegiatan, Pemdes dan PKK Desa Sambak berkolaborasi dengan tim pengabdian masyarakat UM Purworejo mengadakan kegiatan psikoedukasi ini.

Adapun metode pelaksanaan edukasi parenting Islam ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan, yaitu:

a. Sosialisasi program

Sosialisasi program dilaksanakan setelah tahap persiapan selesai yaitu dengan melakukan pertemuan bersama calon peserta (ibu-ibu PKK) yang mengikuti kelas edukasi parenting Islam. Kegiatan ini dilaksanakan dengan diawali identifikasi terkait permasalahan pengasuhan pada anak usia dini

b. Penyampaian materi

Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat berbagi tugas mengisi materi. Materi pertama terkait parenting dari perspektif psikologis disampaikan oleh Patria Jati Kusuma, M.Psi., Psikolog dan materi pada pertemuan kedua yaitu parenting Islam dan kolaborasi pengasuhan serta implikasinya dalam perkembangan dan kesejahteraan emosional anak disampaikan oleh Wanodya Kusumastuti, M.Psi., Psikolog.

c. Diskusi dan Refleksi

Setiap materi yang telah dipaparkan, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan dipandu oleh pemateri dan co-fasilitator untuk merefleksi peran pengasuhan yang telah dilakukan. Pada tahap refleksi, peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok untuk sharing terkait pola pengasuhan yang sudah dilakukan.

d. Evaluasi

Evaluasi dilakukan setelah semua tahapan terlaksana yaitu dengan meminta masukan dan *sharing* hasil kepada peserta edukasi parenting Islami di yang sudah diikuti.

e. Penyusunan laporan

Merupakan tahap akhir dari program yaitu penyusunan laporan akhir sebagai bentuk pertanggung jawaban dari program yang sudah dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang mengangkat tema “*Parenting Islami untuk Meningkatkan Kesejahteraan Emosional Anak di Era Digital*” telah dilaksanakan dalam bentuk pelatihan interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik pola asuh Islami. Peserta kegiatan adalah ibu-ibu anggota PKK yang memiliki anak usia dini.

Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai:

a. Peningkatan Pengetahuan orang tua

- Konsep dasar kesejahteraan emosional anak menurut perspektif Islam dan psikologi perkembangan,
- Pentingnya komunikasi penuh kasih sayang (rahmah) dan keteladanan akhlak dalam membentuk stabilitas emosi anak,
- Strategi pengasuhan Islami di era digital, termasuk pengawasan penggunaan gawai dan penanaman nilai tauhid melalui aktivitas harian di rumah.

b. Perubahan Sikap Positif dalam Pola Asuh

Sebagian besar peserta mulai menyadari pentingnya menjadi *role model* dalam pengendalian emosi, disiplin yang penuh kasih, serta meningkatkan kehadiran emosional (*emotional presence*) dalam mendampingi anak.

c. Penerapan Praktik Islami dalam Keseharian

Orang tua melaporkan telah mulai membiasakan:

- Membacakan doa bersama anak,
- Melibatkan anak dalam kegiatan ibadah harian,
- Mengurangi waktu penggunaan gawai dan menggantinya dengan aktivitas interaktif berbasis nilai Islam.

d. Tanggapan dan Antusiasme Peserta

Peserta mengapresiasi pendekatan yang mengintegrasikan ilmu psikologi perkembangan anak dengan prinsip-prinsip Islam. Mereka juga meminta agar program ini berkelanjutan dan ditingkatkan dalam bentuk pendampingan keluarga secara berkala.

e. **Dampak Jangka Pendek Terukur**

Dari hasil kuisioner pra dan pasca kegiatan, terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan parenting Islami sebesar 35%, dan 82% peserta merasa lebih percaya diri dalam menerapkan pola asuh yang mendukung kesehatan emosional anak.



Gambar 1. Edukasi Parenting Islam

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini terbukti efektif dalam membekali orang tua dengan pengetahuan dan keterampilan parenting Islami yang relevan dengan tantangan era digital. Implementasi nilai-nilai Islam dalam pengasuhan tidak hanya memperkuat struktur emosi anak, tetapi juga membentuk keluarga sebagai lingkungan yang mendukung tumbuh kembang jiwa yang sehat dan berakhlak. Program edukasi ini dapat menjadi program pemerintah desa yang dilaksanakan secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Asfari, H. (2022). Peran yang Terlupakan: Pengasuhan Ayah pada Keluarga dengan Anak Berkebutuhan Khusus di Indonesia. *Psyche 165 Journal*, 9623, 1–6. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i1.140>

Asmawati, W. O., Ramdoni, A., & ... (2024). Penguatan Pola Parenting Keluarga Terhadap Anak Usia Dini Untuk Pengurangan Penggunaan Gawai Bagi Orangtua Murid Dan *Community ...*, 5(1), 403–407.

<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/23477%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/download/23477/17126>

Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>

Rosita, Diananda, D., Budiana, I., Aprianif, Latifatul, K., & Al-Hilal, Y. (2020). Hadhanah (Pengasuh dan Pendidikan Anak dalam Perspektif Islam). *Repository.Penerbitwidina*, 1–23.

Singh, S. T., Kumar, S., & Singh, V. (2025). Parenting style and emotional intelligence as the predictors of academic buoyancy among the senior secondary students. *Journal of Education and Learning*, 19(1), 103–111. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v19i1.21283>

Suryadi, S., Dhieni, N., & Edwita, E. (2025). The Influence of Socio-Economic Status, Parenting Style, and Self-Control on Children's Prosocial Behavior. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 8(1), 1–19. <https://doi.org/10.25217/0020258545800>

Yuliana, E. (2023). *GHIRAH: Vol. 2 No. 1 Maret 2023 | 101*. 2(1), 101–112.



This work is licensed under [a Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
