

Hubungan Pola Asuh Orang Tua di Era Digital dengan Risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas pada Anak Prasekolah

Syalfatih Dinda Berliani¹, Ibnu Fajar²

^{1, 2}Poltekkes Kemenkes Malang

Email: berlianidinda01@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pola asuh orang tua di era digital dengan risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak prasekolah di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang. Munculnya kecenderungan gangguan perilaku berupa kesulitan konsentrasi dan hiperaktivitas pada anak usia dini menjadi isu kesehatan mental yang semakin mengkhawatirkan bagi praktisi kesehatan maupun pendidikan. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 48 anak usia 3–6 tahun yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner ACTRS (Abbreviated Conners' Teacher Rating Scale) dalam buku SDIDTK dan kuesioner pola asuh orang tua di era digital berdasarkan *Parental Mediation Theory*. Analisis data menggunakan Uji Korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua di era digital dengan risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak prasekolah dengan nilai $p \text{ value} = 0,00 < 0,05$. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara pola asuh orang tua di era digital dengan risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak prasekolah.

Kata kunci: Pola Asuh, GPPH, Anak Prasekolah

Abstract

This study aimed to analyze the relationship between parenting patterns in the digital era and the risk of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) among preschool children at POS PAUD Nurul Huda, Malang City. The increasing tendency of behavioral disorders characterized by difficulty concentrating and hyperactivity in early childhood has become a mental health issue of growing concern for both health and education practitioners. This study employed an observational analytic method with a cross-sectional approach. The sample consisted of 48 children aged 3–6 years selected using a total sampling technique. Data were collected using the ACTRS (Abbreviated Conners' Teacher Rating Scale) questionnaire from the SDIDTK handbook and a parenting pattern questionnaire in the digital era based on Parental Mediation Theory. Data analysis was conducted using the Spearman Rank Correlation Test. The results showed a significant relationship between parenting patterns in the digital era and the risk of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) among preschool children, with a $p \text{ value} = 0.00 < 0.05$. In conclusion, there is a relationship between parenting patterns in the digital era and the risk of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) among preschool children.

Keywords: Theory of Parenting Styles, ADHD, Preschool Children

1. PENDAHULUAN

Munculnya kecenderungan gangguan perilaku berupa kesulitan konsentrasi dan hiperaktivitas pada anak usia dini telah menjadi isu kesehatan mental yang semakin mengkhawatirkan bagi praktisi kesehatan maupun pendidikan (WHO, 2019). Sejalan dengan hal tersebut, fenomena ini dikenal sebagai risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) atau disebut sebagai *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*,

merupakan gangguan *neurodevelopmental* yang ditandai oleh gejala persisten berupa kesulitan memfokuskan perhatian, *Hiperaktivitas*, dan *impulsivitas* (Wasenius *et al.*, 2018). Kondisi ini menjadi semakin penting untuk diperhatikan menurut Kaimudin *et al.*, pada tahun 2020, karena fase usia prasekolah (3-6 tahun) merupakan periode krusial bagi perkembangan otak, dimana fungsi eksekutif, seperti kemampuan fokus, kontrol perilaku, dan ingatan sedang berkembang secara optimal

Oleh karena itu, masalah ini semakin meluas seiring dengan tingginya paparan layar pada anak usia dini. Secara global, prevalensi GPPH diperkirakan mencapai 5,6%–7,6%, sementara *Centers for Disease Control and Prevention* melaporkan bahwa 11,4% anak usia 3-17 tahun di Amerika Serikat telah didiagnosis GPPH (CDC, 2022). Data tersebut menunjukkan bahwa sekitar 6,4 juta (11% dari total populasi) anak usia sekolah di Amerika Serikat mengalami Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. Sementara di Arab Saudi, angka kejadian GPPH mencapai 13% dari total penduduk. Di Indonesia sendiri, prevalensi GPPH di Padang adalah 8%, Manado 11,5%, dan Semarang 19,6%. Sedangkan berdasarkan penelitian terdahulu di Kota Malang didapatkan hasil 14,6% anak prasekolah di salah satu TK menunjukkan potensi GPPH (Kurniawati, 2023). Hasil tersebut sejalan dengan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di POS PAUD Nurul Huda didapatkan hasil 28,5% atau berkisar 4 dari 14 siswa-siswi di POS PAUD Nurul Huda berisiko mengalami Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH). Temuan ini mengindikasikan perlunya perhatian mendalam dan langkah preventif yang mendesak di lokasi penelitian tersebut.

Di era digital, penggunaan *gadget* pada anak semakin marak. Menurut survei Komisi Perlindungan Anak Indonesia, lebih dari 71,3% anak usia sekolah memiliki *gadget* dan memainkannya dalam porsi yang cukup lama dalam sehari. Secara spesifik, sebanyak 58,25% anak usia 5-6 tahun telah memiliki *gadget* dan sebanyak 51,19% yang telah mengakses internet di usia tersebut (Komdigi, 2025). Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa perkembangan masalah ini dapat ditelusuri secara kronologis sejak masa pandemi *COVID-19*, dimana pembatasan aktivitas fisik meningkatkan *screen time* anak secara drastis hingga 70,2% (WHO, 2019). Hal ini semakin kompleks ketika *gadget* bukan lagi sekadar mainan atau alat hiburan, melainkan bertransformasi menjadi medium utama untuk edukasi jarak jauh, komunikasi sosial, dan hiburan. Di saat yang sama, tekanan pada orang tua juga meningkat secara eksponensial. Banyak orang tua yang harus bekerja dari rumah sambil mengurus anak-anak, atau menghadapi peningkatan beban pekerjaan akibat kondisi ekonomi yang tidak menentu. Waktu dan energi untuk memberikan stimulasi berkualitas kepada anak menjadi terbatas. Dalam kondisi ini, *gadget* dengan mudah menjadi "alat pengasuhan praktis" yang murah, cepat, dan efektif untuk menenangkan anak atau mengalihkan perhatian mereka, sering kali tanpa aturan atau pengawasan yang jelas.

Dalam konteks ini, pola asuh orang tua mengacu pada bagaimana orang tua dalam mendidik anaknya sebagai aktualisasi tanggung jawabnya sebagai orang tua yang diwujudkan secara langsung maupun tidak langsung (Ardi *et al.*, 2025). Namun, tantangan-tantangan baru yang muncul di era digital, seperti perlindungan anak dari kekerasan daring dan eksploitasi seksual online, menjadi perhatian serius bagi para pemangku kebijakan dan masyarakat luas. Memasuki periode 2024-2025, tantangan semakin kompleks dengan hadirnya tren konten video pendek berdurasi di bawah 30 detik serta algoritma kecerdasan buatan (*AI*) yang dirancang untuk memicu adiksi digital dan merusak rentang perhatian anak (AAP, 2022). Perkembangan ini menunjukkan bahwa minimnya edukasi mengenai pola asuh digital menyebabkan anak terpapar konten yang tidak sesuai, durasi layar yang berlebihan, serta kurangnya interaksi langsung antara orang tua dan anak. Akhirnya, siklus ini menciptakan sebuah paradoks: orang tua yang khawatir akan perkembangan anaknya justru mungkin secara tidak sengaja memperkuat faktor risiko melalui penggunaan *gadget* yang tidak terarah.

Dalam upaya mengatasi masalah ini, berbagai lembaga internasional telah memberikan rekomendasi terkait pengelolaan penggunaan media digital pada anak. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan agar *screen time* anak prasekolah dibatasi maksimum satu jam per hari, disertai aktivitas fisik yang memadai (WHO, 2019). Selain itu, *American Academy of Pediatrics* (AAP) juga menekankan pentingnya keterlibatan aktif orang tua dalam bentuk pendampingan, dialog terkait konten, pembatasan penggunaan perangkat, serta pemantauan akses digital (AAP, 2020). Setiawati (2022) dalam “Konteks Pola Asuh Orang Tua di Era Digital” menyatakan berbagai strategi, seperti *active mediation*, *restrictive mediation*, *co-use*, *monitoring*, dan *technical mediation* efektif untuk mengurangi dampak negatif penggunaan *gadget*. Program edukasi *digital parenting* juga terbukti mampu meningkatkan keterampilan orang tua dalam mengelola media digital sehingga menurunkan risiko munculnya GPPH pada anak.

Dengan demikian, urgensi penelitian ini muncul dari tiga celah kritis yang bersifat mendesak. Pertama, meskipun paparan *gadget* pada anak pra sekolah di Indonesia tergolong tinggi, pemahaman orang tua tentang strategi mediasi digital yang efektif masih sangat minim banyak yang hanya membatasi waktu tanpa memperhatikan kualitas interaksi (*active mediation*) atau jenis konten. Kedua, intervensi dini terhadap GPPH paling efektif dilakukan pada usia pra sekolah, namun skrining dan edukasi pengasuhan digital belum terintegrasi dalam layanan kesehatan atau pendidikan anak usia dini di tingkat mikro (AAP, 2019). Disisi lain, hingga kini belum ada studi kuantitatif di Indonesia yang secara komprehensif menguji hubungan kelima bentuk mediasi digital dengan risiko GPPH pada populasi umum anak usia 3-6 tahun (Putri *et al.*, 2021). Kondisi ini mengindikasikan bahwa tanpa data empiris seperti ini, program edukasi orang tua dan kebijakan sekolah berisiko tidak tepat sasaran, sehingga risiko GPPH akan terus meningkat secara diam-diam.

Meskipun banyak penelitian telah membahas hubungan antara penggunaan *gadget* dan risiko GPPH, sebagian besar studi belum meninjau Pola Asuh Orang Tua di Era Digital secara spesifik. Sementara itu, penelitian Sari & Nugroho (2022) yang menyatakan melakukan penelitian penggunaan *gadget* dan risiko GPPH, namun tidak membahas Pola Asuh Orang Tua di Era Digital I secara spesifik. Berbeda dengan penelitian tersebut Naufal (2023) juga menyatakan melakukan penelitian dengan fokus pada durasi penggunaan *gadget*, bukan strategi mediasi digital. Kurniawati menyatakan telah melakukan penelitian di Malang dengan hasil 14,6% anak prasekolah berpotensi GPPH, namun variabel Pola Asuh Orang Tua di Era Digital belum dikaji. Penelitian yang dilakukan, seperti oleh Nugraheni *et al.*, dan resti cenderung menargetkan anak usia sekolah, seperti SD, sehingga data tentang anak prasekolah masih terbatas (Nugraheni *et al.*, 2020). Namun demikian, kesenjangan penelitian inilah yang menjadikan kajian mengenai Pola Asuh Orang Tua di Era Digital sebagai faktor determinan risiko GPPH pada anak prasekolah sangat penting dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan pola asuh orang tua di era digital dengan risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas pada anak prasekolah di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan peneliti, yaitu desain *analitik observasional*. Pendekatan penelitian yang digunakan, yaitu *cross-sectional*. *Cross-sectional*, yaitu suatu bentuk studi observasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua di era digital dengan risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak pra sekolah di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang. Populasi sebanyak 48 anak prasekolah. Sampel berjumlah 48 anak karena menggunakan teknik total sampling. Teknik Pengumpulan data menggunakan kuesioner ACTRS dalam buku SDIDTK dan Kuesioner pola asuh orang tua

di era digital berdasarkan *Parental Mediation Theory*. Analisis data menggunakan Uji Korelasi *Spearman Rank*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Analisis Univariat

1). Data Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%	
Usia Orang Tua	21 – 35 tahun	24	50
	>35 tahun	24	50
Total	48	100	
Pendidikan Orang Tua	SD	7	14,6
	SMP	12	25
	SMA	19	39,6
	Perguruan Tinggi	10	20,8
Total	48	100	

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari total 48 responden, jumlah orang tua yang berusia 21–35 tahun sebanyak 24 orang (50,0%), sedangkan orang tua yang berusia lebih dari 35 tahun juga sebanyak 24 orang (50,0%). Berdasarkan Tabel Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Orang Tua, dapat diketahui bahwa dari 48 responden yang diteliti, sebagian besar orang tua memiliki tingkat pendidikan SMA/MA, yaitu sebanyak 19 orang (39,6%).

2). Data Khusus

a). Pola Asuh

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Asuh Orang Tua

Pola Asuh	f	%
Baik	1	2,1
Cukup Baik	45	93,8
Kurang Baik	2	4,2
Total	48	100

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar orang tua memiliki pola asuh dalam kategori cukup baik, yaitu sebanyak 45 responden (93,8%). Sementara itu, responden yang memiliki pola asuh dalam kategori kurang baik sebanyak 2 responden (4,2%), dan responden yang memiliki pola asuh dalam kategori baik sebanyak 1 responden (2,1%).

b). Gangguan Pemusatan Pikiran dan Hiperaktivitas (GPPH)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Risiko GPPH

Risiko GPPH	f	%
Normal	45	93,8
Meragukan	1	2,1
Kemungkinan GPPH	2	4,2
Total	48	100

Berdasarkan Tabel 3 pada anak prasekolah, diketahui bahwa dari 48 responden, sebagian besar anak berada pada kategori normal, yaitu sebanyak 45 anak (93,8%). Sementara itu, terdapat 1 anak (2,1%) yang berada pada kategori meragukan, serta 2 anak (4, 2%) yang berada pada kategori kemungkinan GPPH.

b. Analisis Bivariat

Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis Dengan Spearman Rank

		Pola Asuh	GPPH
Spearman's rho	Correlaation Coefficient	1,000	-.6884**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	48	48
GPPH	Correlation Coefficient	-.688**	1,000
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	48	48

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman's rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,688 dengan nilai signifikansi (p value) sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak prasekolah.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh orang tua memiliki hubungan yang kuat dan signifikan dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak prasekolah, dimana pola asuh yang baik dapat berperan dalam menurunkan risiko munculnya gejala GPPH pada anak.

Pembahasan

a. Pola Asuh Orang Tua di Era Digital

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang terhadap 48 responden, ditemukan bahwa sebagian besar orang tua menerapkan pola asuh dalam kategori "Cukup Baik," yakni sebesar 93,8% (45 responden). Temuan ini secara empiris menunjukkan bahwa orang tua telah memiliki kesadaran dasar untuk melakukan pengawasan terhadap interaksi digital anak-anak mereka meskipun belum mencapai tingkat yang ideal. Secara teoritis, pola asuh di era digital didefinisikan sebagai penyesuaian strategi pengasuhan terhadap perkembangan teknologi informasi yang pesat. Pola asuh ini merupakan bentuk turunan dari *Parental Mediation Theory* yang menekankan bahwa fokus pengasuhan saat ini tidak hanya terletak pada interaksi interpersonal, tetapi juga pada bagaimana orang tua memediasi interaksi anak dengan perangkat digital.

Proses pengambilan data pada variabel pola asuh orang tua di era digital dilakukan secara terstruktur untuk memperoleh data yang akurat dan mendalam. Peneliti mengumpulkan seluruh orang tua atau wali murid di POS PAUD Nurul Huda dan membaginya ke dalam dua sesi, dimana setiap sesi terdiri dari 24 responden sehingga total keseluruhan berjumlah 48 orang tua. Pembagian sesi ini bertujuan untuk menghindari penumpukan responden serta menciptakan suasana yang lebih kondusif selama proses pengambilan data. Setiap responden kemudian dipanggil masuk ke dalam ruangan secara bergantian (satu per satu) dengan alokasi waktu sekitar 15 menit per orang. Metode ini dipilih untuk meminimalkan bias jawaban, meningkatkan fokus responden, serta memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menjelaskan setiap item kuesioner secara jelas.

Dalam pelaksanaan pengambilan data, peneliti tidak bekerja sendiri, tetapi dibantu oleh tiga orang asisten, sehingga total tim pengumpul data berjumlah empat orang. Setiap anggota

tim bertanggung jawab menangani enam responden dalam satu hari. Pembagian tugas ini dilakukan untuk menjaga efisiensi waktu, meningkatkan ketelitian dalam proses pengisian kuesioner, serta memastikan bahwa setiap responden mendapatkan penjelasan yang sama terkait instrumen penelitian. Dengan pendekatan ini, kualitas data yang diperoleh menjadi lebih valid karena adanya kontrol langsung dari peneliti terhadap proses pengisian kuesioner. Pendekatan pengisian kuesioner secara langsung (*interview-administered questionnaire*) juga memperkuat keakuratan data, karena peneliti dapat mengklarifikasi pertanyaan yang kurang dipahami oleh responden. Hal ini sangat penting mengingat konsep pola asuh digital masih relatif baru bagi sebagian orang tua, sehingga berpotensi menimbulkan kesalahpahaman apabila hanya menggunakan pengisian mandiri. Selain itu, interaksi langsung memungkinkan peneliti mengamati respons non-verbal serta tingkat pemahaman responden terhadap pertanyaan yang diberikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori menurut Negara dan Rismawan (2020) yang menyatakan tingkat pendidikan orang tua berpengaruh terhadap kemampuan dalam menerima dan memahami informasi. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah mencari informasi, memahami permasalahan, serta mengambil keputusan yang tepat dalam pengasuhan anak. Selain itu, persepsi dan pemahaman orang tua juga terbukti memengaruhi perkembangan anak, yang salah satunya dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan (Maghfirah *et al.*, 2021).

Temuan ini mendukung penelitian terdahulu oleh Setiawati (2021) yang menyatakan bahwa edukasi digital parenting efektif dalam meningkatkan keterampilan orang tua. Faktor eksternal, seperti literasi digital dan lingkungan sosial juga turut berperan dalam membentuk variabel X ini. Orang tua di lingkungan Nurul Huda kemungkinan besar saling memengaruhi dalam gaya pengasuhan digital mereka. Pengetahuan yang cukup, memungkinkan mereka untuk tidak membiarkan anak tumbuh tanpa arahan dalam lingkungan digital yang semakin kompleks. Maka dari itu, pola asuh orang tua di era digital di lokasi penelitian secara umum sudah berada pada jalur yang benar, namun memerlukan penguatan pada aspek kualitas interaksi (mediasi aktif) daripada sekadar kuantitas waktu layar. Hal ini penting untuk memastikan bahwa teknologi berfungsi sebagai medium edukasi, bukan sebagai faktor risiko gangguan perkembangan.

b. Risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada Anak Pra Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang, ditemukan indikasi risiko awal yang mencapai angka 28,5%. Temuan ini tidak sekadar angka statistik, melainkan sebuah sinyal berharga bagi para praktisi kesehatan dan pendidik untuk segera merumuskan langkah-langkah *preventif* yang berbasis pada data empiris, guna memastikan setiap anak mendapatkan pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangannya.

Tingginya angka indikasi risiko tersebut memerlukan pemahaman klinis yang komprehensif, dimana GPPH secara teoritis didefinisikan sebagai pola perilaku menetap yang mencakup kesulitan dalam mempertahankan atensi, aktivitas motorik yang berlebihan, serta tindakan *impulsif* yang tidak sesuai dengan tahapan usia. Pada masa prasekolah (usia 3-6 tahun), manifestasi klinis ini sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua dan guru karena gejalanya kerap bersinggungan dengan karakteristik alami anak-anak yang memang sedang berada dalam fase eksplorasi aktif. Oleh karena itu, objektivitas dalam penilaian menjadi sangat penting agar dinamika perkembangan anak yang sehat tidak disalah artikan sebagai sebuah gangguan.

Masa pra sekolah merupakan fase kritis perkembangan otak sehingga paparan berbagai faktor risiko pada periode ini dapat meningkatkan kemungkinan munculnya gejala GPPH

(Zhong *et al.*, 2025). Prevalensi GPPH pada anak pra sekolah dilaporkan bervariasi antara 2% hingga 12,6% tergantung pada metode pengukuran dan kriteria diagnosis yang digunakan (SAGE Journals, 2025). Sementara itu, penelitian lain menunjukkan bahwa sekitar 30% anak pra sekolah memiliki risiko gejala GPPH berdasarkan hasil skrining menggunakan *Abbreviated Conners Rating Scale* (Al-Ahmadi *et al.*, 2024). Maka dari itu, hal ini menunjukkan bahwa deteksi dini sangat penting dilakukan sejak usia pra sekolah untuk mencegah dampak jangka panjang.

c. Hubungan Pola Asuh Orang Tua di Era Digital dengan Risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada Anak Pra sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh dalam kategori "Cukup Baik" (93,8%) di POS PAUD Nurul Huda memiliki peran signifikan dalam menjaga tingkat risiko GPPH pada rentang yang terkendali. Adanya aturan batasan waktu (*restrictive mediation*) dan pengawasan konten yang telah diterapkan orang tua membantu menciptakan batasan yang jelas bagi sistem sensorik anak. Hal ini membuktikan bahwa peran orang tua sebagai "moderator" antara anak dan teknologi adalah faktor determinan yang sangat penting di era modern ini. Temuan terbaru di tahun 2025 bahkan menekankan bahwa tanpa strategi mediasi yang spesifik, algoritma video pendek saat ini dirancang untuk merusak rentang perhatian anak secara permanen.

Pola asuh orang tua merupakan faktor penting dalam perkembangan perilaku anak. Pola asuh yang tidak konsisten, kurangnya pengawasan, serta minimnya keterlibatan emosional orang tua dapat meningkatkan risiko munculnya gejala GPPH pada anak (Ardi *et al.*, 2025). Maka dari itu, anak yang dibesarkan dengan pola asuh permisif atau kurang kontrol cenderung memiliki kesulitan dalam regulasi diri dan perhatian. Sebaliknya, pola asuh yang responsif dan sportif dapat menjadi faktor protektif terhadap perkembangan gangguan perilaku, termasuk GPPH (Ardi *et al.*, 2025). Dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa kualitas interaksi orang tua dengan anak sangat menentukan perkembangan fungsi kognitif dan perilaku anak.

Di era digital, banyak orang tua menggunakan perangkat elektronik, seperti smartphone, tablet, dan televisi sebagai sarana untuk menenangkan anak atau mengalihkan perhatian anak (Wu *et al.*, 2025). Sehingga, pola ini sering disebut sebagai *digital pacifier*, dimana anak diberikan *gadget* untuk mengurangi rewel tanpa adanya interaksi langsung. Secara *neurologis*, keterlibatan orang tua dalam mediasi digital mendukung perkembangan lobus frontal anak, bagian otak yang bertanggung jawab atas kontrol impuls dan fungsi eksekutif. Melalui dialog aktif saat menonton bersama (*active mediation*), anak diajak untuk berpikir kritis dan tidak hanya menjadi penerima informasi pasif yang reaktif terhadap rangsangan visual cepat. Kualitas interaksi inilah yang secara empiris mampu menurunkan skor risiko GPPH pada instrumen penilaian, karena melatih anak untuk memproses informasi secara mendalam daripada sekadar merespons rangsangan sensorik instan.

Paparan *screen time* yang berlebihan merupakan salah satu faktor risiko utama GPPH pada anak pra sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa durasi *screen time* yang tinggi berhubungan signifikan dengan peningkatan gejala inatensi dan hiperaktivitas pada anak (Zhou *et al.*, 2023).

Studi lain menemukan bahwa anak yang terpapar layar lebih dari durasi yang direkomendasikan memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan perhatian dan perilaku eksternal (Vaidyanathan *et al.*, 2021). Bahkan, *screen time* yang tinggi juga berkorelasi dengan tingkat keparahan gejala GPPH dan stres orang tua (Vaidyanathan *et al.*, 2021). Selain itu, Wu *et al.* (2025) menyatakan jenis konten yang ditonton anak juga berpengaruh. Konten yang cepat berubah (*fast-paced*) dan overstimulasi dapat mempengaruhi perkembangan sistem perhatian anak sehingga meningkatkan risiko GPPH.

Penelitian ini juga mendukung temuan sebelumnya Resti (2024) yang menyatakan bahwa program *digital parenting* yang tepat sasaran dapat menurunkan tingkat agresivitas dan

meningkatkan rentang perhatian anak. Di lingkungan POS PAUD Nurul Huda, kolaborasi yang kuat antara guru dan orang tua dalam menyelaraskan aturan penggunaan *gadget* di sekolah dan di rumah memberikan hasil yang lebih maksimal. Konsistensi lingkungan ini membantu anak memahami struktur dan ekspektasi perilaku yang diharapkan dari mereka, yang pada gilirannya menstabilkan regulasi emosi mereka.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di POS PAUD Nurul Huda Kota Malang, dapat disimpulkan bahwa penerapan pola asuh orang tua di era *digital* sebagian besar telah berjalan dengan cukup baik, dimana mayoritas responden (93,8%) menunjukkan upaya yang signifikan dalam memediasi interaksi anak dengan teknologi. Kesadaran orang tua dalam menetapkan batasan waktu penggunaan perangkat *digital* dan pengawasan terhadap konten merupakan indikasi positif dari strategi pengasuhan adaptif pada masa prasekolah.

Identifikasi mengenai risiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak usia 3-6 tahun di lokasi penelitian menunjukkan angka risiko sebesar 28,5%. Temuan ini mengindikasikan adanya tantangan pada kemampuan regulasi diri dan atensi anak yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingginya paparan stimulasi layar yang agresif selama masa perkembangan saraf pusat. ini menjadi sinyal penting bagi pendidik dan orang tua bahwa terdapat kebutuhan mendesak untuk menyeimbangkan stimulasi digital dengan aktivitas fisik motorik yang lebih terstruktur bagi anak prasekolah.

Hasil analisis statistik membuktikan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara pola asuh orang tua di era digital dengan tingkat risiko GPPH pada anak. Pola asuh yang mengedepankan keterlibatan emosional, batasan yang konsisten, dan pengawasan yang bijak terbukti mampu bertindak sebagai faktor protektif dalam meminimalisir gejala gangguan perhatian. Hubungan ini menegaskan bahwa strategi mediasi digital yang diterapkan di lingkungan keluarga merupakan faktor penentu dalam menjaga stabilitas perilaku anak. Dengan demikian, penguatan kualitas pengasuhan digital di tingkat rumah tangga menjadi kunci utama dalam upaya preventif untuk menurunkan risiko gangguan perkembangan perilaku dan mendukung kesehatan mental anak sejak dini.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Al-Ahmadi, A. F. R., Fitriany, E., & Wardhana, A. W. (2024). Gambaran gejala berdasarkan skrining Abbreviated Conners Rating Scale pada pasien ADHD anak. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 12(3), 100–105.
- [2] American Academy of Pediatrics (AAP). (2019). *Clinical Practice Guideline for the Diagnosis, Evaluation, and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents*. Pediatrics, 144(4), e20192528.
- [3] American Academy of Pediatrics. (2020). *Media and children*. American Academy of Pediatrics Publishing.
- [4] American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5-TR* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Association Publishing.
- [5] Ardi, N. B., Rahmi, J., Andriati, R., & Khairunnisa, F. (2024). Analysis of parenting with the risk of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in preschool children. *HealthCare Nursing Journal*, 7(1).
- [6] Ardi, N. B., Rahmi, J., Andriati, R., & Khairunnisa, F. (2025a). Analysis of Parenting with The Risk of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Preschool Children at Kuntum Mawar Kindergarten, West Pamulang. *HealthCare Nursing Journal*, 7(1), 150–158. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v7i1.5919>

- [7] Centers for Disease Control and Prevention. (2022). *Data and statistics on ADHD*.
- [8] Kaimudin, A., Maria, L., & Rahmawati, P. Z. (2020). Perkembangan Bahasa pada Anak Usia Prasekolah di Paud Terpadu Omah Bocah Annaafi' Kelurahan Mojolangu Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 7(2), 89–98. <https://doi.org/10.55500/jikr.v7i2.103>
- [9] Komdigi. 2025. Komitmen Pemerintah Melindungi Anak di Ruang Digital. Kementerian Komunikasi Dan Digital RI. <https://www.komdigi.go.id/berita/artikel/detail/komitmen-pemerintahmelindungi-anak-di-ruang-digital>
- [10] Kurniawati, A. (2023). Prevalensi dan faktor risiko GPPH pada anak usia dini di lingkungan perkotaan Malang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 112-125.
- [11] Naufal, A. F., Safitri, E. F., Nurulinsani, A., Darojati, H. P. I., Pristianto, A., Susilo, T. E., & Awanis, A. (2024). Hubungan durasi penggunaan *gadget* terhadap gejala attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) pada anak usia 4-6 tahun di Desa Gonilan. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 15(1), 23–30.
- [12] Nugraheni, S. A., Hapsari, R., & Pudjiati, S. R. (2020). Pola asuh dan risiko gangguan perkembangan pada anak usia dini. *Jurnal Psikologi Anak*, 11(3), 134–142.
- [13] Putri, R. N., Setiawan, D., & Lestari, S. (2021). Hubungan Durasi Penggunaan *Gadget* dengan Gejala ADHD pada Anak Usia 4–6 Tahun di Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 112–120.
- [14] SAGE Journals. (2025). Prevalence of ADHD in preschool children: A community-based study. *Journal of Attention Disorders*. <https://doi.org/10.1177/10870547251345178>
- [15] Sari, P. N., & Nugroho, D. (2022). Pengaruh durasi paparan layar terhadap tingkat konsentrasi anak prasekolah di masa transisi pandemi. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 10(3), 201-215.
- [16] Setiawati, D. (2021). Efektivitas pelatihan digital parenting dalam meningkatkan kompetensi pengawasan orang tua. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 15(4), 89-103.
- [17] Setiawati, R. (2021). Efektivitas edukasi digital parenting dalam mencegah risiko GPPH pada anak. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(3), 178–186
- [18] Vaidyanathan, S., Manohar, H., Chandrasekaran, V., & Kandasamy, P. (2021). *Screen time* exposure in preschool children with ADHD: A cross-sectional study. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 43(2), 125–129. <https://doi.org/10.1177/0253717620939782>
- [19] Wasenius, Niko S., Grattan, Kimberly P., Harvey, Alysha L. J., Naylor, Patti Jean, Goldfield, Gary S., & Adamo, Kristi B. (2018). The effect of a physical activity intervention on preschoolers' fundamental motor skills—A cluster RCT. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(7), 714–719.
- [20] Wolraich, M. L. *et al.*,. (2019). Clinical Practice Guideline for the Diagnosis, Evaluation, and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents. *Pediatrics*, 144(4), e20192528.
- [21] World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization.
- [22] Wu, J. B., Yang, Y., Zhou, Q. *et al.*,. (2025). The relationship between *screen time* and the risk of ADHD in preschool children. *PLOS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0312654>
- [23] Zhong, X., Jin, Q., & Liu, Z. (2025). Risk factors and prediction model for ADHD symptoms in preschool children.
- [24] Zhou, Y., Jiang, X., Wang, R. *et al.*,. (2023). The relationship between *screen time* and attention deficit/hyperactivity disorder in preschool children. *BMC Pediatrics*. <https://doi.org/10.1186/s12887-023-04130-x>