

Digital Parenting: Strategi untuk Mencegah Kecenderungan Narsistik pada Anak Usia Dini

Rina Mustika

Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia
email: rinamustika@student.upi.edu

Aan Listiana

Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia
email: aanlistiana@upi.edu

Yeni Rachmawati

Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia
email: yeni_rachmawati@upi.edu

Abstract

Keywords: Digital Parenting; Narcissistic; Early Childhood.

Parenting as a strategy to minimize narcissistic tendencies in young children due to exposure to digital technology is becoming an increasingly relevant topic in today's era. Using a literature review method, this study analyzes data from various academic literature published in recent years through several scientific reference sources such as Google Scholar and Scopus. Digital parenting is defined as the form of supervision, restriction, and guidance provided by parents in directing their children's digital activities. Narcissistic tendencies in children are often triggered by excessive use of gadgets or internet access, which can disrupt their psychological and social development. The results of analyses from various sources indicate that uncontrolled digital exposure has the potential to increase excessive social validation-seeking behavior, reduce empathy, and affect children's academic performance. Conversely, the implementation of digital parenting strategies such as active control, content monitoring, limiting device usage time, and direct supervision can mitigate these risks. This study also found that a balance between digital activities and real-world interactions, combined with creative and purposeful parenting patterns, is a key factor in preventing narcissistic behavior from an early age. In conclusion, consistent and collaborative digital parenting between parents and educators plays a crucial role in supporting children's healthy psychological, social, and academic development amid the rapid advancement of digital technology.

Abstrak

Kata Kunci: Digital Parenting; Narsistik; Anak Usia Dini.

Parenting sebagai strategi untuk meminimalkan kecenderungan narsistik pada anak usia dini akibat paparan teknologi digital menjadi topik yang semakin relevan di era saat ini. Dengan menggunakan metode tinjauan pustaka

(literature review), studi ini menganalisis data dari berbagai literatur akademik yang diterbitkan dalam beberapa tahun terakhir melalui beberapa sumber referensi ilmiah seperti Google Scholar dan Scopus. Digital parenting didefinisikan sebagai bentuk pengawasan, pembatasan, dan pendampingan orang tua dalam mengarahkan aktivitas digital anak. Kecenderungan narsistik pada anak sering kali dipicu oleh penggunaan gadget maupun akses internet yang berlebihan, yang dapat mengganggu perkembangan psikologis dan sosial mereka.

Hasil analisis dari berbagai sumber yang didapatkan menunjukkan bahwa paparan digital yang tidak terkontrol berpotensi meningkatkan perilaku mencari validasi sosial secara berlebihan, menurunkan empati, serta memengaruhi prestasi akademik anak. Sebaliknya, penerapan strategi digital parenting seperti kontrol aktif, pengawasan konten, pembatasan waktu penggunaan gawai, serta pendampingan langsung dapat menekan risiko tersebut. Studi ini juga menemukan bahwa keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi dunia nyata, disertai dengan pola pengasuhan kreatif dan terarah, menjadi faktor kunci dalam mencegah perilaku narsistik sejak dini.

Kesimpulannya, digital parenting yang konsisten dan kolaboratif antara orang tua dan pendidik berperan penting dalam mendukung pertumbuhan anak yang sehat secara psikologis, sosial, dan akademik di tengah derasnya arus teknologi digital.

Received : 24 February 2025 ; Revised: 21 August 2025; Accepted: 26 August 2025

<https://doi.org/10.19105/kiddo.v6i2.18538>

Copyright© Rina Mustika, et.al
With the licenced under the CC-BY licence



This is an open access article under the [CC-BY](#)

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi yang semakin pesat membuat gaya hidup manusia, termasuk anak-anak, tidak dapat lepas dari perangkat elektronik (Khaerunnisa et al., 2021). Saat ini, penggunaan perangkat seperti telepon genggam atau gadget tidak hanya terbatas pada orang dewasa, tetapi juga telah menjangkau anak usia dini. Data Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa pada tahun 2021, persentase penduduk usia 5 tahun ke atas yang mengakses internet dalam tiga bulan terakhir mencapai 62,10% dan meningkat menjadi 66,48% pada tahun 2022. Angka ini menunjukkan bahwa anak-anak sejak usia dini sudah memiliki kemampuan mengoperasikan perangkat digital untuk membuka internet.

Fenomena ini menjadi tantangan baru bagi orang tua dalam pola pengasuhan di era digital. Anak cenderung lebih banyak menggunakan gadget di rumah karena akses internet yang mudah, baik melalui jaringan telepon kabel maupun seluler. Menurut Khaerunnisa et al. (2021), banyak orang tua merasa kesulitan menemukan strategi pengasuhan yang tepat untuk menghadapi situasi ini, sehingga

diperlukan pendekatan yang adaptif dan terarah agar anak dapat memanfaatkan teknologi secara bijak.

Berkaitan dengan akses internet yang dapat dijangkau oleh anak, maka tidak menutup kemungkinan anak juga dapat mengakses berbagai macam media sosial dalam jaringan internetnya. Beberapa contoh media sosial yang lebih mudah digunakan menurut Nur et al. (2021) yaitu seperti Facebook, Twitter (X), YouTube, Instagram, TikTok dan lainnya. Hal tersebut terbukti dengan adanya pemaparan dari para pendidik di sekolah-sekolah spesialis yang pernah melihat bahwa banyak siswa yang secara rutin memanfaatkan aplikasi media online TikTok ini dan menjadikannya sebuah kecenderungan sehingga mereka lalai untuk belajar (Nur et al., 2021).

Adanya platform digital atau sosial media tersebut dapat juga melahirkan beberapa tokoh anak usia dini bukan dari kalangan keluarga selebritas seperti pengguna TikTok menurut akun Validnews.id pada tahun 2023, beberapa akun tersebut bahkan menembus hingga 2,6 Juta pengikut dengan isi konten berupa vlog harian, bermain game, menyanyi dan menari, konten edukatif dan juga komedi serta parodi. Hal tersebut menjadi salah satu contoh bahwa anak-anak sudah dapat tampil ataupun eksis di media sosial sejak usia dini meskipun akun media sosial tersebut dipegang oleh orang tuanya.

Meskipun sudah banyak penelitian yang membahas tentang dampak penggunaan media sosial pada anak dan peran orang tua dalam melakukan pengawasan digital, sebagian besar studi sebelumnya masih berfokus pada remaja dan orang dewasa. Penelitian yang secara khusus mengkaji anak usia dini sebagai subjek masih relatif terbatas, padahal pada fase ini anak sedang berada dalam masa perkembangan identitas diri yang sangat rentan dipengaruhi oleh lingkungan termasuk lingkungan digital.

Beberapa studi terbaru mengindikasikan adanya hubungan antara penggunaan intensif media sosial dengan kecenderungan narsistik. Misalnya, penelitian oleh Liang (2021), Kusuma Annisa Bella et al. (2019) yang menunjukkan bahwa kontrol diri yang lebih tinggi berkorelasi negatif dengan kecenderungan narsistik, artinya semakin baik kontrol diri, cenderung rendah kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial. Selain itu, kajian terdahulu lebih banyak menekankan pada aspek adiksi digital, prestasi belajar, serta dampak kognitif dari penggunaan media sosial, sementara kecenderungan narsistik pada anak usia dini akibat paparan media sosial belum banyak mendapat perhatian serius.

Dengan demikian, penelitian ini menyajikan novelty berupa, fokus pada anak usia dini sebagai kelompok rentan yang mulai terpapar media sosial sejak awal kehidupannya. Mengkaji kecenderungan narsistik sebagai salah satu dampak spesifik dari penggunaan media sosial, yang masih jarang diteliti dalam konteks anak usia dini. Menyajikan pendekatan strategi digital parenting yang tidak hanya menekankan pengawasan, tetapi juga kolaborasi aktif antara orang tua dan pendidik sebagai upaya preventif untuk meminimalisir perilaku narsistik sejak dini. Dengan kontribusi ini, penelitian diharapkan dapat mengisi celah (gap) literatur sekaligus

memberikan wawasan baru mengenai pentingnya pola asuh digital yang terarah bagi perkembangan psikologis anak di era teknologi.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, perlu dilakukan kajian mendalam mengenai strategi untuk meminimalisir dampak negatif penggunaan media sosial pada anak usia dini. Salah satu dampak yang patut diwaspadai adalah munculnya kecenderungan narsistik, yakni perilaku berlebihan dalam mencari perhatian dan validasi dari orang lain melalui platform digital. Oleh karena itu, penelitian ini secara khusus akan mengkaji bagaimana bentuk kecenderungan narsistik yang muncul pada anak usia dini akibat penggunaan media sosial, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta strategi digital parenting yang dinilai efektif untuk menekan risiko tersebut. Selain itu, penelitian ini juga akan menelusuri peran kolaborasi antara orang tua dan pendidik dalam mengarahkan penggunaan media sosial secara sehat, sehingga anak dapat berkembang secara optimal di tengah pesatnya kemajuan teknologi digital.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode literature review yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis penelitian terdahulu mengenai perilaku narsistik, dampaknya terhadap perkembangan anak, serta peranan digital parenting sebagai strategi untuk meminimalisir perilaku tersebut pada anak usia dini. Pencarian literatur dilakukan menggunakan kata kunci "Digital Parenting", "Narsistik", dan "Anak Usia Dini". Metode ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang komprehensif dari berbagai studi yang telah dipublikasikan terkait topik yang diambil (Snyder, 2019).

Penerapan metode literature review dalam penelitian ini dilakukan melalui serangkaian langkah sistematis yang mengacu pada panduan Kitchenham (2007). Tahap awal dimulai dengan identifikasi topik dan kata kunci, dimana fokus penelitian ditentukan secara jelas dan kata kunci yang relevan ditetapkan untuk memandu proses penelusuran literatur. Setelah kata kunci ditetapkan, dilakukan pencarian literatur secara komprehensif pada berbagai basis data akademik yang kredibel, seperti Google Scholar, Scopus, dan database lain yang relevan dengan topik penelitian.

Proses selanjutnya adalah seleksi literatur berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, yaitu publikasi yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir, menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris, serta memiliki relevansi langsung dengan topik penelitian. Literatur yang telah terseleksi kemudian dievaluasi kualitasnya untuk memastikan kredibilitas tinggi, dengan mengutamakan sumber-sumber yang berasal dari jurnal terindeks atau prosiding konferensi bereputasi. Tahap analisis dan sintesis data dilakukan dengan mengelompokkan temuan dari berbagai literatur untuk mengidentifikasi pola, perbedaan, dan kesenjangan penelitian yang ada. Akhirnya, hasil tinjauan disusun dengan memadukan seluruh temuan tersebut ke dalam kerangka pembahasan yang sistematis dan mendukung pencapaian tujuan penelitian. Pendekatan ini diharapkan

dapat menghasilkan analisis yang sistematis, berbasis bukti, dan relevan dengan permasalahan yang dikaji, sehingga mampu memberikan rekomendasi praktis bagi orang tua dan pendidik dalam mengatasi kecenderungan narsistik pada anak usia dini.

3. Hasil dan Pembahasan

Pengertian Digital parenting

Digital parenting adalah suatu upaya Pendidikan atau pengasuhan yang digunakan untuk memperkenalkan dunia digital kepada orang tua, serta memberikan pelajaran kepada mereka agar mampu mempersiapkan anak dalam menghadapi perkembangan teknologi (Khaerunnisa et al., 2021). Begitupun yang dipaparkan oleh Dewi & Agus (2022) bahwa digital parenting pada dasarnya dimaknai sebagai upaya pengawasan, pembatasan, dan pendampingan oleh orang tua terhadap perilaku anak dalam menggunakan gadget.

Menurut definisi lainnya digital parenting merupakan salah satu bentuk perlakuan berupa Pendidikan atau pelatihan bagi seseorang yang memberikan informasi tentang cara mendidik anak di era digital yang baik dan benar (Maryam et al., 2024). Adapun menurut Yulia et al. (2020) yang menjelaskan bahwa digital parenting sebagai suatu wahana terapi untuk menyeimbangkan dunia digital dan dunia nyata anak. Dengan kata lain, digital parenting itu sendiri dapat dimaknai sebagai suatu strategi untuk mendidik dan menumbuhkembangkan potensi anak secara cerdas dengan memposisikan orang tua untuk lebih aktif, kreatif dan "melek" teknologi (Yulia et al., 2020).

Selanjutnya, digital parenting juga dapat diartikan sebagai upaya dan praktik orang tua dalam mengarahkan, mengatur, dan mendukung aktivitas digital anak di dunia digital (Pratiwi et al., 2022). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa digital parenting merupakan pola pengasuhan dari orang tua kepada anak-anaknya dengan tujuan untuk memperkenalkan dunia digital serta memberikan pembatasan, pendampingan dan pengarahan dalam menggunakan perangkat digital tersebut.

Pengertian Narsistik

Kata narsistik merupakan turunan dari kata narsisme. Kata narsisme diambil dari nama pemuda tampan yang bernama Narcissus pada zaman Yunani Kuno yang sangat mengagumi dirinya sendiri dan berakhir dengan mengakhiri dirinya sendiri dikarenakan tidak menemukan pasangan sesuai dengan keinginannya, yaitu yang memiliki kelebihan seperti dirinya. Namun, secara Bahasa narsistik merupakan perasaan cinta terhadap diri sendiri yang berlebihan, dan sayangnya gangguan narsistik merupakan bagian dari gangguan mental yang diakibatkan oleh perasaan ego yang tinggi dan kekaguman yang berlebihan terhadap dirinya sendiri (Ulfah et al., 2021).

Beberapa hasil dari penjelasan lain menyebutkan bahwa narsistik atau narsisme adalah suatu bentuk cinta diri dengan memperhatikan diri sendiri secara berlebihan. Selain itu, paham yang mengharapakan diri sendiri sangat superior dan amat penting, menganggap diri sendiri sebagai diri sendiri yang paling pandai, paling

hebat paling berkuasa, paling bagus dan paling segalanya (Dalimunthe dan Br Sihombing, 2020). Seperti pendapat dari Olive (2015) bahwa narsistik merupakan rasa cinta pada diri sendiri yang berlebihan atau dapat juga diartikan sebagai perhatian yang sangat berlebihan pada diri sendiri. Adapun istilah narsistik di era modern ini diketahui merupakan sebutan bagi orang-orang yang melakukan selfie Dimana pun dan merasa dirinya eksis (Kusuma Annisa Bella et al., 2019).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa narsistik merupakan rasa cinta yang berlebihan terhadap diri sendiri sehingga memunculkan ego maupun kesombongan yang tinggi dan menganggap orang lain tidak sehebat atau secantik/setampan dirinya. Hal tersebut akan sangat berpengaruh terhadap karakter seseorang, terlebih lagi jika perilaku tersebut mulai tertanam sejak usia dini.

Penyebab Narsistik Pada Anak

Dilihat dari sejarahnya, istilah gangguan narsistik muncul dalam teori psikoanalisis modern yang berasumsi bahwa gangguan tersebut merupakan produk dari system nilai masa kini. Kohut menjelaskan bahwa hal tersebut terjadi akibat adanya kegagalan dalam ketidakmampuan orang tua dalam merespon secara baik sebagai kompetensi yang dimiliki oleh anaknya, karena anak seringkali dihargai guna untuk membangun kebanggaan dan harga diri orang tua, bukan berdasarkan makna dirinya sendiri (Sari, 2021).

Menurut Apsari (2012) yang dikutip Dalimunthe dan Br Sihombing (2020), salah satu faktor yang menyebabkan narsisme adalah faktor psikologis, yakni munculnya aspirasi yang tidak realistis atau berkurangnya penerimaan terhadap diri sendiri. Pandangan ini diperkuat oleh Nurjanah (2021) yang menekankan bahwa perilaku narsistik menjadi masalah ketika individu terlalu berfokus pada kepentingan pribadi, mencari persetujuan orang lain secara berlebihan, dan kurang peka terhadap perasaan orang lain. Kedua pandangan ini memiliki kesamaan dalam menyoroti ketidakseimbangan dalam penghargaan diri (*self-esteem*) sebagai pemicu utama narsisme.

Lebih lanjut, Sari (2021) menggarisbawahi bahwa ketidakmampuan menerima kegagalan atau kritik dapat memperburuk rasa rendah diri pada individu dengan kecenderungan narsistik. Analisis ini melengkapi pendapat Apsari dan Nurjanah, karena menunjukkan bahwa faktor psikologis tidak hanya berakar pada aspirasi dan penerimaan diri, tetapi juga pada mekanisme pertahanan diri yang lemah saat menghadapi tekanan eksternal. Sementara itu, Sari (2021) menyoroti dimensi yang sedikit berbeda, yakni kecenderungan untuk memandang keunikan atau kelebihan diri secara berlebihan hingga menimbulkan fantasi berlebih tentang diri sendiri.

Namun, jika dibandingkan, pendapat Apsari, Nurjanah, dan Sari lebih fokus pada faktor internal yang berkaitan dengan *self-esteem* dan respon terhadap kritik, sedangkan Purnama menekankan aspek kognitif berupa persepsi berlebihan terhadap keunggulan diri. Sintesis dari berbagai pandangan ini menunjukkan bahwa narsisme pada anak usia dini dapat dipicu oleh kombinasi faktor psikologis, baik yang berkaitan dengan aspirasi dan penerimaan diri, maupun persepsi berlebihan

terhadap keunikan diri yang kemudian diperparah oleh ketidakmampuan mengelola penilaian dan tekanan dari lingkungan.

Menurut Robert Raskin dan Howard Terry (1979) kecenderungan seseorang menjadi narsistik dapat diidentifikasi melalui enam aspek, yakni otoritas (wewenang), self-sufficiency (kemampuan dan kepercayaan diri untuk berdiri sendiri), superiority (rasa unggul terhadap orang lain), eksibisionisme (dorongan untuk memamerkan diri, termasuk perilaku seksual tertentu), eksploitasi (memanfaatkan orang lain demi keuntungan pribadi), dan vanity (kesombongan atau keangkuhan). Raskin dan Terry menekankan bahwa aspek-aspek ini merupakan ciri kepribadian yang bisa berkembang secara bertahap melalui interaksi antara individu dan lingkungannya.

Temuan ini sejalan dengan Santoso dan Eva Nurwiyati (2023) yang menguraikan bahwa gangguan kepribadian narsistik terbentuk dari kombinasi faktor psikologis, biologis, dan sosiokultural. Perspektif ini memperluas model Raskin & Terry dengan menambahkan dimensi penyebab, sehingga dapat dipahami bahwa enam aspek narsisme bukan sekadar sifat bawaan, tetapi juga hasil dari pengaruh lingkungan sosial, budaya, dan kondisi psikologis individu.

Adapun mengenai konteks pengasuhan digital, Syukur et al. (2024) menyoroti bahwa tantangan utama bagi orang tua adalah mengelola penggunaan teknologi digital oleh anak secara efektif. Pengelolaan ini krusial karena media digital berpotensi menjadi medium yang memperkuat aspek narsistik, misalnya melalui dorongan pameran (eksibisionisme) di media sosial, pencarian validasi eksternal yang berlebihan (vanity), atau pembentukan rasa superioritas melalui perbandingan sosial *online*.

Namun, jika dibandingkan, Raskin & Terry lebih menekankan pada dimensi internal (aspek kepribadian narsistik), sedangkan Santoso & Nurwiyati memberikan kerangka kausal yang menghubungkan dimensi internal tersebut dengan faktor pembentuknya. Syukur et al. (2024) kemudian mengaitkannya secara praktis dengan tantangan pengasuhan di era digital, yang pada dasarnya merupakan salah satu arena utama terbentuknya faktor sosiokultural (Santoso dan Eva Nurwiyati, 2023).

Dengan demikian, jika disintesis, dapat dilihat bahwa pengaruh media digital terhadap narsisme anak merupakan bentuk interaksi antara aspek kepribadian Raskin & Terry, faktor pembentuk (Santoso dan Eva Nurwiyati, 2023) dan lingkungan pengasuhan digital (Syukur et al., 2024). Pemahaman integratif ini menegaskan bahwa upaya meminimalkan perilaku narsistik pada anak tidak cukup hanya dengan membatasi akses teknologi, tetapi juga perlu memperhatikan pembinaan nilai, regulasi emosi, dan pendidikan etika digital sejak usia dini.

Dampak Narsistik Pada Anak

Dalam Q.S. An-Nisa: 142 dijelaskan bahwa "*Sesungguhnya orang munafik itu hendak menipu Allah, tetapi Allah-lah yang menipu mereka. Apabila mereka berdiri untuk salat, mereka lakukan dengan malas. Mereka bermaksud ria (ingin dipuji) dihadapan manusia. Dan mereka tidak mengingat Allah kecuali sedikit sekali*". Q.S. An-Nisa: 142

menegaskan bahwa sikap riya, yakni melakukan sesuatu semata-mata untuk dilihat dan dipuji orang lain merupakan salah satu ciri orang munafik. Ulfah et al. (2021) menilai bahwa perilaku ini memiliki keterkaitan erat dengan sifat narsistik, karena keduanya sama-sama berlandaskan pada dorongan mendapatkan validasi eksternal secara berlebihan. Keterkaitan ini menunjukkan bahwa narsisme tidak hanya berdampak pada aspek psikologis dan sosial, tetapi juga memiliki dimensi moral-spiritual yang diakui dalam ajaran agama.

Temuan Gnambis dan Appel (2017) menguatkan relevansi ini dalam konteks modern, dengan menunjukkan bahwa intensitas tinggi penggunaan media sosial meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental sekaligus memicu kecenderungan narsistik. Temuan ini selaras dengan Hidayatul Najah et al. (2021) yang menegaskan bahwa media digital dapat memperkuat dorongan untuk menampilkan diri (self-presentation) secara berlebihan. Nurul Hidayah (2020) menambahkan bahwa narsisme tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga merusak kualitas hubungan sosial melalui konflik interpersonal dan rendahnya empati, sebuah dampak yang juga diidentifikasi Salsabila (2023) dalam bentuk perasaan terasing dan kesepian akibat hubungan emosional yang dangkal.

Dari sisi akademik, Nur et al. (2021) menunjukkan bahwa perilaku narsistik di media sosial, seperti membuat konten TikTok secara berlebihan, seringkali mengalihkan anak dari kewajiban belajar, mengurangi fokus, dan melemahkan prestasi akademik. Amelia (2019) memperdalam temuan ini dengan menyoroti bahwa anak narsistik cenderung sulit menerima kritik, yang pada akhirnya menghambat perkembangan akademik maupun profesional. Fakta ini mengindikasikan bahwa dampak narsisme pada anak bersifat multidimensi, tidak hanya merusak hubungan sosial, tetapi juga menghambat pencapaian personal dan prestasi belajar.

Briliant et al. (2024) menegaskan bahwa sifat narsistik yang tidak dikendalikan sejak dini akan terus berkembang hingga dewasa bahkan lanjut usia, dengan konsekuensi kebutuhan akan perhatian yang tidak pernah terpenuhi. Sintesis dari berbagai penelitian ini memperlihatkan pola yang konsisten: media sosial berperan sebagai akselerator pembentukan narsisme, sementara kurangnya pengasuhan digital sejak dini memperbesar dampaknya pada aspek spiritual, psikologis, sosial, dan akademik anak. Oleh karena itu, strategi pengasuhan digital yang terstruktur bukan sekadar pilihan, tetapi menjadi keharusan untuk mencegah akumulasi dampak negatif di masa depan.

Digital Parenting Sebagai Salah Satu Strategi

Miller (2021) menekankan bahwa penggunaan teknologi yang terarah dan bijaksana dapat menjadi sarana penting dalam mendukung perkembangan keterampilan kognitif anak, seperti pemecahan masalah, berpikir kritis, dan kreativitas. Pandangan ini diperkuat oleh Sander (2021) yang menunjukkan bahwa pendampingan orang tua dalam penggunaan teknologi digital memungkinkan anak mengakses informasi yang memperkaya pengetahuan mereka, sekaligus memanfaatkan platform edukasi,

video tutorial, dan aplikasi pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan kognitif. Kedua temuan ini menggarisbawahi bahwa teknologi pada dasarnya bukanlah ancaman, melainkan alat yang potensi positifnya dapat dimaksimalkan melalui bimbingan yang tepat.

Namun, implementasi pengasuhan digital yang efektif memerlukan strategi konkret. Penelitian Alia dan Irwansyah (2018) dalam Khaerunnisa et al. (2021) memberikan pendekatan praktis yang dapat diterapkan orang tua, seperti pembatasan waktu belajar dan hiburan dengan teknologi, penggunaan fitur parental control untuk memblokir konten berbahaya, serta pendampingan langsung ketika anak menggunakan gadget. Salah satu inovasi yang disoroti adalah Gerakan 182, puasa gadget dan televisi selama tiga jam pada sore hingga malam hari untuk mengembalikan kualitas interaksi antara orang tua dan anak.

Jika dibandingkan, Miller dan Sander fokus pada dampak positif teknologi terhadap perkembangan kognitif ketika digunakan dengan bimbingan yang tepat, sedangkan Alia dan Irwansyah memberikan kerangka operasional untuk mewujudkan kondisi tersebut dalam praktik sehari-hari. Perbandingan ini menunjukkan hubungan komplementer: teori dan temuan empiris tentang manfaat teknologi Miller dan Sander (2021) memerlukan landasan praktik yang konkret seperti halnya temuan dari Alia dan Irwansyah (2018) agar tujuan pendidikan digital dapat tercapai.

Sintesis dari berbagai sumber ini menegaskan bahwa keberhasilan digital parenting bukan hanya soal membatasi penggunaan teknologi, tetapi juga tentang menciptakan ekosistem interaksi yang seimbang antara dunia digital dan aktivitas non-digital. Dengan menggabungkan manfaat teknologi edukatif (aspek kognitif) dan pengaturan waktu serta konten (aspek manajerial), orang tua dapat mengarahkan anak menjadi pengguna teknologi yang cerdas, kreatif, dan kritis, sekaligus tetap memiliki keterhubungan emosional yang kuat dalam keluarga.

Maryam et al. (2024) menekankan bahwa pengasuhan digital yang efektif harus dimulai dari kebiasaan dasar di rumah, seperti tidak menggunakan smartphone sebagai alat penenang emosi anak, membangun sinergi antara orang tua dan guru untuk mengarahkan anak mengurangi penggunaan gadget dan televisi, serta menetapkan batasan waktu dan memberi pendampingan saat anak menggunakan perangkat digital. Pendekatan ini menitikberatkan pada pembentukan perilaku dan kebiasaan sejak dini, sehingga anak memahami aturan penggunaan teknologi sebagai bagian dari rutinitas hidupnya.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Syukur et al. (2024) yang menempatkan orang tua sebagai pengatur utama lingkungan rumah untuk mendorong perilaku positif dan mengurangi perilaku negatif terkait teknologi digital. Mengacu pada kerangka Livingstone dan Helsper (2008), strategi tersebut dapat diuraikan menjadi lima bentuk kontrol: (1) kontrol aktif melalui komunikasi orang tua-anak tentang aktivitas online, (2) kontrol keamanan aktif melalui pemilahan konten, (3) pemantauan terhadap situs atau aplikasi yang digunakan, (4)

kontrol teknis seperti penyaringan otomatis konten, dan (5) kontrol restriktif yang membatasi durasi dan intensitas penggunaan gadget.

Jika dibandingkan, rekomendasi Maryam et al. (2024) lebih bersifat praktis dan berbasis perilaku langsung di rumah, seperti mengganti fungsi smartphone sebagai pengalih perhatian dengan interaksi nyata, atau melibatkan pihak sekolah dalam pengawasan. Sementara itu, Syukur et al. (2024), Livingstone dan Helsper (2008) menawarkan kerangka konseptual yang lebih sistematis, yang mencakup aspek komunikasi, keamanan, pengawasan, teknologi, dan pembatasan.

Sintesis dari ketiga sumber ini menunjukkan bahwa pengasuhan digital yang efektif membutuhkan kombinasi antara kebiasaan sehari-hari yang konsisten (Maryam et al., 2024) dan pendekatan pengelolaan yang terstruktur (Syukur et al., 2024) juga (Livingstone dan Helsper, 2008). Dengan demikian, keberhasilan digital parenting tidak hanya ditentukan oleh seberapa ketat orang tua mengontrol akses teknologi, tetapi juga oleh sejauh mana orang tua membangun komunikasi yang terbuka, membiasakan penggunaan gadget secara sehat, serta melibatkan lingkungan pendidikan dalam pengawasan.

4. Kesimpulan

Meskipun penelitian ini menunjukkan bahwa digital parenting merupakan strategi yang efektif untuk meminimalkan dampak negatif penggunaan media sosial pada anak usia dini, terdapat beberapa kendala dan kekurangan yang perlu dicatat. Pertama, metode yang digunakan adalah literature review sehingga hasil penelitian sepenuhnya bergantung pada kualitas dan kelengkapan sumber yang tersedia. Hal ini membatasi kemungkinan untuk memperoleh data empiris langsung terkait penerapan digital parenting di lapangan. Kedua, sebagian besar literatur yang dianalisis berasal dari konteks sosial dan budaya tertentu, sehingga generalisasi temuan ke wilayah atau kelompok masyarakat lain perlu dilakukan dengan hati-hati.

Selain itu, keterbatasan studi ini juga terletak pada fokus kajian yang hanya membahas hubungan digital parenting dengan kecenderungan narsistik, tanpa mengkaji faktor pendukung atau penghambat lain seperti tingkat literasi digital orang tua, karakteristik kepribadian anak, atau peran media massa yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk menggunakan pendekatan campuran (mixed methods) atau studi lapangan dengan melibatkan responden langsung, baik dari kalangan orang tua, pendidik, maupun anak. Penelitian di masa depan juga dapat memperluas lingkup kajian pada variabel lain seperti kecerdasan emosional, keterampilan sosial, dan pengaruh lingkungan sekolah, sehingga pemahaman mengenai strategi digital parenting menjadi lebih komprehensif dan aplikatif di berbagai konteks.

Dengan mempertimbangkan keterbatasan yang ada, penelitian ini menegaskan bahwa penguatan peran digital parenting tidak hanya relevan untuk mencegah kecenderungan narsistik, tetapi juga mendesak untuk dikaji lebih luas di tengah perkembangan teknologi yang kian masif. Kompleksitas tantangan pengasuhan di era digital

menuntut adanya kolaborasi lintas disiplin, mulai dari pendidikan, psikologi, hingga kebijakan publik. Oleh karena itu, penelitian lanjutan yang lebih mendalam, berbasis data lapangan, serta mempertimbangkan keragaman sosial dan budaya menjadi penting agar strategi digital parenting dapat dirumuskan secara lebih efektif, inklusif, dan berkelanjutan. Dengan demikian, hasil kajian di masa depan diharapkan tidak hanya memberi kontribusi akademik, tetapi juga menawarkan solusi nyata yang dapat diimplementasikan oleh orang tua dan pendidik dalam mendampingi anak usia dini di era digital.

References

- Amelia, R. (2019). Pencegahan Kecenderungan Narsistik melalui Kontrol Diri. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 4(2).
- Alia, T., & Irwansyah. (2018). Pendampingan orang tua pada anak usia dini dalam penggunaan teknologi digital. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 14(1), 65–78. <https://doi.org/10.19166/pji.v14i1.639>
- Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia. (2022). *Statistik Telekomunikasi Indonesia*
- Briliant Muhammad Syah, Nur Umi Kholifah, Iskandar Konto Dinata. (2024). Menelusuri Dampak Narsisme di Setiap Usia: Anak-anak hingga Lansia. *International Conference on Tradition and Religious Studies*. 3(1).
- Dalimunthe, H. A., & Br Sihombing, D. M. (2020). Hubungan Penerimaan Diri dengan Kecenderungan Narsistik pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 2(3), 697–703. <https://doi.org/10.34007/jehss.v2i3.144>.
- Dewi Kartika Sisbintari, Agus Farida Setiawati. (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).
- Gnams, T., & Appel, M. (2017). Narcissism and social networking behavior: A meta-analysis. *Journal of Personality*, 86(2), 200–212. <https://doi.org/10.1111/jopy.12305>.
- Hidayatul Najah, D., Adi Putra, A., & Aiyuda, N. (2021). Kecenderungan Narsistik dengan Intensitas Penggunaan Aplikasi Tiktok pada Mahasiswa. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, VOL. 5 No. 1,.
- Hidayah, N. (2020). Analisis Perilaku Narsisme pada Peserta Didik Kelas XI di MAN 2 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 9(12).
- Miller, J. D. (2021). The impact of digital parenting on cognitive and social development. *Journal of Child Development and Education*, 42(3).
- Nurjanah, S. (2021). Problematika Perilaku Narsistik pada Remaja dalam Perspektif Psikologi. *Society: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 9(1).

- Khaerunnisa, M., Pustaka, T., Tihardimanto, A., Irhamnia Sakinah, A., & Sewang, A. (2021). Digital Parenting Relationship With Child Development. *Tahun*, 20(2).
- Kusuma Annisa Bella, Setyono Arif Tri, & Khasan Mohammad. (2019). 20114-49012-1-Sm. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581–599. <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>.
- Maryam, S., Aini Isnawati, I., Handoko Sriyono, G., & Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo, Stik. (2024). Pengaruh Edukasi Digital Parenting Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Desa Jorong Kecamatan Leces Kabupaten Probolinggo. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Nur, E., Asdiniah, A., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Media Sosial Tiktok terhadap Perkembangan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar. Volume 5 Nomor 1, 1675–1682.
- Pratiwi, H., Hasanah, N. I., Purnama, S., Ulfah, M., & Saripudin, A. (2022). Adaptation to digital parenting in a pandemic: A case study of parents within higher education. *South African Journal of Childhood Education*, 12(1). <https://doi.org/10.4102/sajce.v12i1.1166>
- Raskin, R., & Terry, H. (1979). Narcissistic Personality Inventory (NPI) [Measurement instrument].
- Salsabila, Z. (2023). Dampak Sikap Narsistik Siswa terhadap Hubungan Sosial di MTs. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa*, 2(2).
- Sander, D. (2021). Digital parenting and cognitive development: The role of structured technology use. *Journal of Cognitive Development*, 23(2).
- Santoso dan Eva Nurwiyati, S. (2023). Teologi Praktika Menghadapi Gangguan Kepribadian Narsistik Sebagai Epidemi Modern: Berobat Atau Bertobat? *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika*, 5(2). www.sttgamaliel.ac.id
- Sari, D. P. (2021). Gangguan Kepribadian Narsistik dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 93. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i1.2633>
- Syukur, Y., Putra, A. H., Ardi, Z., Zahri, T. N., & Putri, J. E. (2024). Global perspectives on digital parenting: Challenges and opportunities in improving family well-being. *E3S Web of Conferences*, 568. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202456804014>
- Ulfah, M., Maemonah, M., Purnama, S., Hamzah, N., & Fatwa Khomaeny, E. F. (2021). Pengembangan Buku Ajar Digital Parenting: Strategi Perlindungan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1416–1428. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1773>

Yulia, A., Rodhiya, F., Psikologi, F., & Riau, S. (2020). What We Talk About When We Talk About: "Digital Parenting." In Buletin Ilmiah Psikologi (Vol. 1, Issue 1). www.pressandjournal.co.uk,