

Peran Orang Tua dalam Mengendalikan Penggunaan Gawai dan Implikasinya terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Eko Yulianto^{1*}, ZahратиMansoer¹ dan Andi Musda Mappapoleonro²

¹Sekolah Tinggi Keguruan & Ilmu Pendidikan Kusuma Negara

² Pendidikan Anak usia Dini, Sekolah Tinggi Keguruan & Ilmu Pendidikan Kusuma Negara

*eko.yulianto@stiemi.ac.id

Abstrak

Penggunaan gawai pada anak usia dini semakin meningkat seiring dengan kemajuan teknologi digital. Fenomena ini menimbulkan kekhawatiran terhadap dampaknya pada perkembangan motorik anak, khususnya keterampilan motorik halus dan kasar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua dalam mengatur dan mengawasi penggunaan gawai serta implikasinya terhadap perkembangan motorik anak usia dini. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif melalui observasi dan wawancara dengan orang tua serta guru PAUD. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam membatasi durasi dan memilih konten yang sesuai dapat meminimalkan dampak negatif gawai terhadap perkembangan motorik. Sebaliknya, kurangnya pengawasan dan penggunaan gawai secara berlebihan terbukti berkontribusi pada keterlambatan kemampuan motorik. Kesimpulan dari penelitian ini menekankan pentingnya edukasi dan kesadaran orang tua dalam menciptakan lingkungan yang seimbang antara teknologi dan aktivitas fisik anak.

Kata kunci: gawai, motorik anak, peran orang tua

Dikirim: 14 April 2025

Direvisi: 20 April 2025

Diterima: 29 April 2025

Identitas Artikel:

Yulianto, Eko-1, Mansoer, Zahрати -1., Mappapoleonro , Musda ,Andi-2 (2025), Peran Orang Tua dalam Mengendalikan Penggunaan Gawai dan Implikasinya terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Cerlang Pendidikan Anak Usia Dini (JCPAUD)*, 2(1), 01-06.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi saat ini telah membawa perubahan besar dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam pola asuh terhadap anak-anak. Salah satu bentuk perubahan yang paling mencolok adalah meningkatnya penggunaan gawai (*gadget*) seperti *smartphone* dan tablet oleh anak usia dini. Anak-anak kini tidak hanya menjadi penonton pasif, tetapi juga pengguna aktif yang mampu mengoperasikan berbagai aplikasi permainan maupun video secara mandiri. Fenomena ini menunjukkan bahwa gawai telah menjadi bagian dari keseharian anak-anak, baik di lingkungan rumah maupun di luar rumah. Meskipun gawai memiliki sisi positif sebagai media edukatif dan hiburan, penggunaannya yang berlebihan dan tanpa pengawasan dapat menimbulkan dampak negatif, terutama terhadap perkembangan aspek fisik dan psikomotorik anak usia dini.

Dalam konteks ini, peran orang tua menjadi sangat penting dan menentukan. Orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam membimbing, membatasi, serta mengarahkan penggunaan gawai pada anak agar tidak mengganggu tumbuh kembang mereka. Pengawasan dan pengaturan waktu penggunaan gawai

merupakan bentuk kontrol yang harus dilakukan secara konsisten, mengingat anak usia dini berada pada fase perkembangan yang sangat sensitif terhadap lingkungan. Selain itu, orang tua juga perlu memberikan alternatif kegiatan yang lebih bersifat fisik, seperti bermain di luar ruangan, menggambar, atau permainan motorik yang mampu merangsang keterampilan gerak anak. Tanpa keterlibatan orang tua yang aktif, anak-anak cenderung akan menghabiskan waktu lebih banyak dengan gawai, yang pada akhirnya dapat menghambat proses pembelajaran alami melalui interaksi langsung dan aktivitas motorik.

Media digital seperti internet, terapi pendidikan, dan perangkat elektronik memiliki potensi besar untuk belajar untuk anak-anak. Penggunaan media digital juga menimbulkan tantangan, terutama dalam kaitannya dengan dampak negatif yang dapat terjadi ketika digunakan dengan aman dan tidak digunakan.

Menurut pengembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi yang semakin cepat dan lebih cepat. Media digital telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari di dunia Pendidikan, (Wibowo, dalam Pawitri dkk, 2025).

Hubungan antara intensitas penggunaan gawai dan keterlambatan perkembangan motorik pada anak usia dini telah menjadi perhatian banyak pihak, termasuk kalangan pendidik dan psikolog anak. Anak yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung mengalami penurunan pada kemampuan motorik halus seperti memegang pensil, menggenggam benda kecil, serta motorik kasar seperti berlari dan melompat. Hal ini disebabkan karena aktivitas penggunaan gawai lebih banyak melibatkan otot mata dan jari secara terbatas, sementara stimulasi gerak tubuh secara menyeluruh menjadi sangat minim. Akibatnya, anak dapat mengalami keterlambatan perkembangan fisik, kurang aktif, bahkan berisiko mengalami obesitas. Oleh karena itu, pemahaman orang tua terhadap dampak penggunaan gawai dan bagaimana mengelolanya secara bijak sangat berperan dalam menjaga kualitas tumbuh kembang motorik anak usia dini.

Peran orang tua merupakan segala bentuk keterlibatan aktif orang tua dalam mendampingi, mengawasi, serta memberikan arahan terhadap kegiatan anak, baik di lingkungan rumah maupun luar rumah. Dalam konteks penggunaan gawai, peran ini mencakup upaya orang tua dalam mengatur durasi penggunaan gawai, memilihkan konten yang sesuai dengan usia anak, serta memberikan penjelasan tentang penggunaan teknologi secara bijak. Peran orang tua juga terlihat dalam kemampuan mereka menjadi panutan dalam hal penggunaan gawai, serta menciptakan interaksi yang positif untuk mengalihkan perhatian anak dari perangkat elektronik kepada kegiatan yang lebih menstimulasi perkembangan fisik dan kognitif anak.

Penggunaan gawai pada anak usia dini merujuk pada segala bentuk aktivitas anak dalam mengakses dan mengoperasikan perangkat digital seperti *smartphone*, tablet, televisi pintar, atau *laptop*. Aktivitas ini bisa berupa menonton video, bermain gim interaktif, menggunakan aplikasi edukatif, atau bahkan sekadar menonton animasi. Meskipun gawai dapat memberikan manfaat edukatif bila digunakan secara tepat, penggunaan yang berlebihan tanpa pengawasan orang tua dapat menghambat perkembangan sosial, emosional, serta kemampuan motorik anak. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memahami dampak positif dan negatif dari penggunaan gawai dalam kehidupan anak sejak usia dini.

Perkembangan motorik anak usia dini adalah proses bertahap yang mencerminkan kemampuan fisik anak dalam melakukan gerakan tubuh, baik yang

bersifat kasar maupun halus. Motorik kasar meliputi keterampilan fisik seperti berlari, melompat, atau bermain di luar ruangan yang membutuhkan koordinasi otot besar. Sedangkan motorik halus berkaitan dengan aktivitas yang membutuhkan ketelitian dan koordinasi otot kecil, seperti menggambar, menulis, atau memegang benda kecil. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh stimulasi lingkungan dan aktivitas fisik yang dilakukan anak setiap hari. Kurangnya aktivitas motorik akibat terlalu lama bermain gawai dapat mengakibatkan keterlambatan perkembangan fisik, serta berkurangnya kesempatan anak untuk mengeksplorasi lingkungan secara optimal.

Salah satu permasalahan utama yang dihadapi anak usia dini saat ini adalah kecenderungan untuk lebih banyak menghabiskan waktu dengan gawai dibandingkan melakukan aktivitas fisik yang mendukung perkembangan motorik. Perangkat digital seperti smartphone, tablet, dan televisi kini menjadi alat hiburan utama yang mudah diakses anak, bahkan sejak usia sangat dini. Hal ini menyebabkan waktu yang seharusnya digunakan untuk bermain aktif, berlari, melompat, atau menggambar yang sangat penting untuk perkembangan motorik halus dan kasar berkurang drastis. Akibatnya, banyak anak mengalami keterlambatan motorik, seperti lambat dalam memegang pensil, memotong dengan gunting, hingga kurangnya koordinasi tubuh yang baik.

Selain itu, rendahnya pengawasan orang tua terhadap durasi dan konten penggunaan gawai menjadi faktor yang memperburuk kondisi ini. Banyak orang tua membiarkan anak bermain gawai dalam waktu lama tanpa batasan yang jelas karena alasan kepraktisan atau kesibukan. Bahkan, tidak sedikit orang tua yang kurang memahami bahwa penggunaan gawai yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap tumbuh kembang motorik anak. Ketidaktahuan ini sering kali membuat orang tua cenderung membiarkan anak pasif secara fisik, sehingga anak menjadi terbiasa duduk diam dalam waktu lama tanpa aktivitas gerak yang berarti. Ketiga permasalahan ini saling berkaitan dan perlu ditelaah lebih dalam untuk merumuskan solusi yang tepat dalam upaya mendukung tumbuh kembang motorik anak usia dini secara optimal.

Dari berbagai ulasan teori dan fakta empiris yang telah diuraikan sebelumnya, penulis dapat mengidentifikasi beberapa permasalahan, diantaranya: Anak usia dini semakin banyak menghabiskan waktu dengan gawai dibandingkan aktivitas motorik; Rendahnya pengawasan orang tua terhadap durasi dan konten penggunaan gawai; Kurangnya pemahaman orang tua tentang dampak penggunaan gawai terhadap perkembangan motorik anak.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan sebelumnya, penulis merumuskan beberapa pertanyaan penelitian sebagai inti dari pembahasan dalam artikel ilmiah ini, yaitu: Bagaimana bentuk peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia dini?; Apa dampak penggunaan gawai secara berlebihan terhadap perkembangan motorik anak usia dini?; Bagaimana keterlibatan orang tua dapat meminimalisir dampak negatif gawai terhadap perkembangan motorik anak usia dini?

Teori Perkembangan Anak Usia Dini

Perkembangan anak usia dini merupakan fase penting yang menentukan pertumbuhan fisik, emosional, sosial, dan kognitif anak. Piaget (1952) menjelaskan bahwa anak usia dini berada pada tahap praoperasional (2–7 tahun), di mana mereka mulai menggunakan simbol untuk merepresentasikan objek dan mengalami kemajuan dalam kemampuan berbahasa

dan imajinasi, meskipun masih berpikir egosentris. Erikson (1963) juga menegaskan bahwa pada tahap ini, anak sedang mengembangkan rasa otonomi dan inisiatif yang membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar, khususnya orang tua. Dalam konteks Indonesia, Susanto (2019) menguraikan bahwa anak usia dini perlu mendapatkan stimulasi yang tepat untuk mencapai tugas perkembangan optimal sesuai usianya, karena pada masa ini struktur otak berkembang sangat pesat dan bersifat plastis. Oleh karena itu, stimulasi dari orang tua, lingkungan, dan aktivitas fisik menjadi krusial dalam mendukung perkembangan yang seimbang.

Teori Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik adalah proses bertahap yang melibatkan pertumbuhan kemampuan anak dalam mengontrol gerakan tubuh, baik motorik kasar maupun motorik halus. Gallahue dan Ozmun (2021) menjelaskan bahwa perkembangan motorik tidak hanya dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf, tetapi juga oleh pengalaman dan latihan fisik yang diberikan kepada anak. Menurut Berk (2013), interaksi antara faktor biologis dan lingkungan sangat berperan dalam meningkatkan keterampilan motorik anak, termasuk dalam hal koordinasi, kekuatan otot, dan keseimbangan. Di sisi lain, dalam buku "Perkembangan Motorik Anak" karya Yuliani (2021), dijelaskan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan dapat mengurangi waktu aktivitas fisik anak, yang berdampak negatif terhadap perkembangan motorik, terutama pada usia prasekolah yang membutuhkan stimulasi langsung melalui permainan dan eksplorasi lingkungan nyata.

Teori Penggunaan Media dan Teknologi oleh Anak

Penggunaan media dan teknologi oleh anak usia dini telah menjadi perhatian penting dalam bidang perkembangan anak dan pendidikan. Menurut Wartella, Rideout, Lauricella, dan Connell (2013), anak-anak kini tumbuh dalam lingkungan digital yang sangat kaya media, di mana penggunaan perangkat digital seperti tablet dan smartphone menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mereka. Teknologi dapat memberikan dampak positif bila digunakan secara bijak, seperti mendukung pembelajaran interaktif, tetapi dapat mengganggu perkembangan motorik bila digunakan secara berlebihan tanpa pengawasan. Dalam konteks Indonesia, Yuliani (2021) menjelaskan bahwa anak usia dini cenderung menggunakan gawai untuk hiburan semata, dan minimnya kontrol dari orang tua bisa berdampak pada keterlambatan perkembangan sensorik dan motorik. Sementara itu, Livingstone dan Helsper (2007) menekankan pentingnya literasi media digital sejak dini, termasuk keterlibatan orang tua dan pendidik dalam membimbing anak-anak agar mampu menggunakan teknologi secara sehat dan bertanggung jawab.

Peran Orang Tua dalam Pendidikan Anak Usia Dini

Peran orang tua dalam pendidikan anak usia dini sangat krusial dalam membentuk fondasi awal perkembangan anak, baik secara fisik, sosial, maupun kognitif. Bronfenbrenner (1979) melalui Teori Ekologi Perkembangan menekankan bahwa keluarga, khususnya orang tua, adalah lingkungan mikro terdekat yang mempengaruhi perkembangan anak secara langsung. Orang tua berperan sebagai pembimbing pertama dalam proses belajar anak, termasuk dalam menanamkan kebiasaan, nilai, dan keterampilan dasar. Di Indonesia, menurut Susanto (2019), pendidikan karakter, kebiasaan belajar, dan kontrol terhadap aktivitas anak, termasuk penggunaan gawai, sepenuhnya bergantung pada keterlibatan orang tua di rumah. Sementara itu, Epstein (2011) mengembangkan model keterlibatan orang tua dalam pendidikan yang menekankan pentingnya kolaborasi antara rumah dan sekolah, agar perkembangan anak berlangsung optimal baik di lingkungan keluarga maupun institusi pendidikan.

Penelitian Terkait Pengaruh Gawai terhadap Anak Usia Dini

Penelitian mengenai pengaruh gawai terhadap perkembangan anak usia dini telah menjadi perhatian serius dalam beberapa tahun terakhir. Studi oleh *American Academy of Pediatrics* (2020) menunjukkan bahwa anak-anak di bawah usia lima tahun yang terpapar gawai lebih dari satu jam per hari tanpa pengawasan cenderung mengalami gangguan atensi dan keterlambatan perkembangan kognitif serta sosial-emosional. Hal ini didukung oleh penelitian dari Gallahue dan Ozmun (2021) yang menyatakan bahwa kurangnya stimulasi fisik akibat penggunaan gawai berdampak negatif terhadap perkembangan motorik kasar anak. Di Indonesia, penelitian oleh Yuliani (2021) mengungkapkan bahwa anak-anak PAUD yang menggunakan gawai secara berlebihan menunjukkan keterlambatan koordinasi motorik halus seperti memegang pensil atau menggunting. Ketiga studi tersebut memperlihatkan keterkaitan antara durasi penggunaan gawai dan kualitas perkembangan anak usia dini, khususnya dalam aspek motorik.

Studi Sebelumnya yang Mengaitkan Durasi Screen Time dengan Keterlambatan Motorik

Beberapa studi sebelumnya menyoroti hubungan antara durasi *screen time* yang tinggi dengan keterlambatan perkembangan motorik pada anak usia dini. Penelitian oleh Carson et al. (2017) dalam jurnal *JAMA Pediatrics* menemukan bahwa anak-anak berusia 2 hingga 5 tahun yang terpapar layar selama lebih dari dua jam per hari memiliki skor perkembangan motorik yang lebih rendah dibandingkan anak-anak dengan *screen time* kurang dari satu jam. Studi ini menekankan pentingnya aktivitas fisik yang cukup untuk mendukung perkembangan motorik kasar, seperti berlari, melompat, dan memanjat, yang tidak dapat digantikan oleh aktivitas pasif di depan layar.

Di Indonesia, penelitian oleh Ramadhani (2020) dari Universitas Negeri Jakarta juga menemukan hasil serupa, di mana anak-anak yang menghabiskan waktu lebih dari tiga jam per hari dengan gawai cenderung mengalami keterlambatan dalam kemampuan motorik halus, seperti kemampuan menggambar atau mengikat tali sepatu. Selain itu, Susanto (2019) menjelaskan bahwa durasi *screen time* yang berlebihan mengurangi waktu eksplorasi lingkungan fisik secara langsung, yang sangat penting bagi pembentukan sinaps motorik anak. Studi-studi ini menegaskan bahwa pengawasan orang tua terhadap waktu penggunaan gawai memiliki dampak signifikan dalam menjaga keseimbangan perkembangan motorik anak usia dini.

Rekomendasi WHO atau AAP Terkait Batas Waktu Penggunaan Gawai Anak Usia Dini

Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization/WHO*) dalam panduan tahun 2019 merekomendasikan agar anak usia 2–4 tahun tidak menggunakan layar lebih dari 1 jam per hari, dan untuk anak usia di bawah 2 tahun tidak disarankan menggunakan layar sama sekali, kecuali untuk aktivitas video call dengan pengawasan orang tua (WHO, 2019). *American Academy of Pediatrics* (AAP) juga memberikan pedoman serupa, yakni menghindari *screen time* pada anak usia di bawah 18 bulan, kecuali untuk komunikasi video, dan untuk anak usia 2 hingga 5 tahun disarankan *screen time* tidak lebih dari 1 jam per hari, dengan konten berkualitas dan pendampingan orang tua (*American Academy of Pediatrics*, 2020). Rekomendasi serupa juga dikemukakan oleh Yuliani (2021) yang menyatakan bahwa di Indonesia, banyak orang tua belum mengetahui batas aman *screen time* yang disarankan, sehingga perlu edukasi lebih lanjut mengenai risiko penggunaan gawai yang berlebihan terhadap perkembangan anak, terutama motorik. Pedoman ini bertujuan untuk mendorong anak-anak melakukan lebih banyak aktivitas fisik, interaksi sosial nyata, dan bermain eksploratif yang mendukung perkembangan motorik secara optimal.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam bagaimana peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai dan dampaknya terhadap perkembangan motorik anak usia dini. Pendekatan kualitatif deskriptif berfokus pada pemahaman fenomena secara holistik melalui pengumpulan data yang bersifat naratif dan mendalam, bukan dalam bentuk angka statistik (Creswell, 2016). Penelitian ini menekankan pada makna, pengalaman, dan pandangan subjek penelitian melalui teknik observasi, wawancara, serta dokumentasi. Seperti dijelaskan oleh Moleong (2019), pendekatan ini digunakan untuk menafsirkan fenomena sosial dengan mengutamakan konteks alami dari partisipan. Selain itu, Sandelowski (2000) juga menyebutkan bahwa kualitatif deskriptif sangat tepat untuk mengeksplorasi isu-isu praktis yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, seperti pola asuh dan perkembangan anak. Oleh karena itu, metode ini sesuai untuk meneliti keterlibatan orang tua dalam pengawasan gawai dan pengaruhnya terhadap aktivitas motorik anak.

Pengambilan Data

Pengambilan data dalam penelitian kualitatif deskriptif dilakukan melalui teknik wawancara mendalam (*in depth interview*), observasi partisipatif, dan dokumentasi, yang dilakukan terhadap orang tua anak usia dini serta pendidik di lembaga PAUD, TK Islam Buah Hati Mekarsari Cimanggis Kota Depok Jawa Barat. Sugiyono (2017) menyatakan bahwa teknik pengambilan data dalam penelitian kualitatif harus mempertimbangkan konteks alami dan keterlibatan langsung peneliti dengan subjek. Wawancara digunakan untuk menggali pemahaman, persepsi, serta tindakan orang tua dalam membatasi penggunaan gawai oleh anak-anak mereka. Metode ini diperkuat oleh pendapat Patton (2002), yang menekankan pentingnya fleksibilitas dan kedalaman dalam pengumpulan data kualitatif. Teknik observasi juga diperlukan untuk melihat secara langsung aktivitas anak, baik dalam penggunaan gawai maupun keterlibatan dalam aktivitas motorik. Creswell & Poth (2018) menambahkan bahwa triangulasi teknik—menggabungkan wawancara, observasi, dan dokumentasi—meningkatkan validitas data dalam penelitian kualitatif.

Pengolahan Data

Pengolahan data dalam penelitian kualitatif deskriptif dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sebagaimana dijelaskan oleh Miles, Huberman, & Saldaña (2014). Data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi dianalisis secara sistematis untuk menemukan pola dan makna. Moleong (2019) menegaskan bahwa pengolahan data kualitatif tidak hanya bertujuan untuk mengorganisasi data, tetapi juga untuk menginterpretasikan konteks dan makna di balik temuan lapangan. Tahapan reduksi data dilakukan dengan memilah dan menyederhanakan data yang relevan. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi, kutipan langsung, dan matriks tematik. Kemudian, penarikan kesimpulan dilakukan secara induktif berdasarkan pola temuan yang muncul. Flick (2018) juga menekankan bahwa interpretasi data dalam pendekatan kualitatif harus bersifat reflektif dan mempertimbangkan subjektivitas serta keterlibatan peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum menuliskan judul hasil dan pembahasan, berikan jarak 2 spasi baris 12pt. Hasil penelitian merupakan uraian berdasarkan jenis-jenis data yang dikumpulkan menurut metode penelitian. Hasil dan pembahasan harus bersesuaian.

Pembahasan

Penggunaan gawai pada anak usia dini saat ini telah menjadi fenomena yang tidak terelakkan di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital. Anak-anak dengan mudah mengakses berbagai bentuk hiburan dan informasi melalui perangkat seperti *smartphone* dan tablet, bahkan sejak usia prasekolah. Kondisi ini menuntut perhatian serius dari orang tua karena penggunaan gawai yang tidak terkontrol dapat berdampak pada berbagai aspek tumbuh kembang anak, termasuk perkembangan motoriknya. Dalam konteks ini, peran orang tua menjadi sangat penting dalam mengendalikan durasi, jenis konten, serta memberikan pendampingan yang tepat saat anak menggunakan gawai. Melalui pembahasan ini, akan dikaji bagaimana keterlibatan orang tua berkontribusi terhadap pencegahan dampak negatif penggunaan gawai, khususnya dalam kaitannya dengan perkembangan motorik halus dan kasar pada anak usia dini.

Pada bagian pembahasan artikel ini, penulis mengacu pada perumusan permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya, yakni mengenai bagaimana peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia dini, dampak penggunaan gawai terhadap perkembangan motorik anak, serta sejauh mana keterlibatan orang tua mampu meminimalisasi dampak negatif tersebut. Pembahasan ini disusun secara sistematis berdasarkan temuan lapangan dan kajian teori yang relevan, guna memberikan gambaran yang utuh dan mendalam mengenai dinamika penggunaan gawai dalam kehidupan anak usia dini serta implikasinya terhadap perkembangan motorik mereka.

Peran Orang Tua dalam Mengendalikan Penggunaan Gawai

Peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia dini menjadi sangat penting karena mereka berperan sebagai pengarah, pengawas, dan penentu pola perilaku anak. Tanpa bimbingan dan batasan yang jelas dari orang tua, anak cenderung menggunakan gawai secara berlebihan, yang berdampak negatif terhadap aspek tumbuh kembang, khususnya perkembangan motorik. Berikut adalah Peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai, yakni:

Pola Pengawasan, Pembatasan Waktu, dan Pendekatan Edukatif

Pola pengawasan orang tua terhadap penggunaan gawai pada anak usia dini memegang peran krusial dalam membentuk kebiasaan anak terhadap teknologi sejak dini. Banyak orang tua masih cenderung memberikan gawai kepada anak sebagai alat untuk menenangkan atau mengalihkan perhatian, tanpa adanya pengawasan terhadap durasi dan konten yang diakses anak. Pengawasan yang baik seharusnya tidak hanya mencakup pengaturan teknis seperti kontrol orang tua (*parental control*), tetapi juga melibatkan keterlibatan aktif orang tua saat anak menggunakan gawai. Dengan begitu, orang tua dapat memastikan bahwa konten yang dikonsumsi bersifat edukatif dan sesuai dengan usia perkembangan anak.

Pembatasan waktu penggunaan gawai juga menjadi strategi penting dalam mencegah ketergantungan dan dampak negatif terhadap perkembangan motorik anak. Organisasi kesehatan dunia seperti WHO merekomendasikan bahwa anak usia 2–5 tahun tidak disarankan menggunakan gawai lebih dari satu jam per hari, dan harus didampingi oleh

orang dewasa. Namun, dalam praktiknya, banyak anak usia dini menggunakan gawai melebihi waktu tersebut, terutama saat orang tua sibuk atau kurang memberikan aktivitas alternatif. Oleh karena itu, pembatasan waktu harus dibarengi dengan konsistensi aturan di rumah dan alternatif kegiatan yang dapat merangsang perkembangan motorik, seperti bermain *puzzle*, menggambar, atau aktivitas fisik di luar ruangan.

Pendekatan edukatif dari orang tua dalam mengarahkan penggunaan gawai akan memberikan pemahaman yang lebih positif terhadap anak mengenai fungsi dan batasan teknologi. Alih-alih hanya melarang, orang tua dapat menjadikan momen penggunaan gawai sebagai waktu belajar bersama, dengan memilih aplikasi yang mendukung kreativitas dan pembelajaran motorik halus, seperti menggambar digital atau permainan interaktif edukatif. Selain itu, memberikan pemahaman secara sederhana tentang kapan dan mengapa waktu bermain gawai harus dibatasi akan membangun kesadaran anak sejak dini. Pendekatan ini menumbuhkan disiplin dan pengendalian diri anak secara bertahap, sehingga penggunaan gawai tidak mengganggu perkembangan motorik maupun psikososialnya.

Faktor Internal Orang Tua

Salah satu faktor internal yang memengaruhi peran orang tua dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia dini adalah tingkat kesibukan orang tua. Banyak orang tua, terutama di lingkungan perkotaan, memiliki waktu yang terbatas bersama anak karena tuntutan pekerjaan dan aktivitas lain. Kondisi ini membuat orang tua cenderung memberikan gawai sebagai "pengganti kehadiran", agar anak tetap tenang dan tidak rewel. Gawai pun menjadi solusi praktis dalam mengisi waktu anak, meskipun tanpa pendampingan langsung. Akibatnya, anak berisiko mengalami paparan gawai yang berlebihan tanpa arahan yang tepat, sehingga berdampak negatif terhadap perkembangan motorik dan sosial anak.

Selain itu, tingkat pengetahuan orang tua mengenai dampak gawai terhadap perkembangan anak juga sangat berperan. Orang tua yang belum memahami pentingnya stimulasi motorik dan pengaruh negatif penggunaan gawai yang tidak terkontrol cenderung membiarkan anak berlama-lama di depan layar. Minimnya informasi yang dimiliki menyebabkan pengasuhan lebih bersifat reaktif daripada preventif. Padahal, banyak studi menunjukkan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan dapat mengurangi waktu eksplorasi fisik anak, yang seharusnya digunakan untuk kegiatan yang merangsang perkembangan motorik, seperti bermain balok, menggambar, atau aktivitas luar ruangan.

Faktor internal lain yang turut memengaruhi adalah gaya pengasuhan. Gaya pengasuhan permisif, misalnya, sering kali membiarkan anak membuat keputusan sendiri, termasuk dalam penggunaan gawai, tanpa batasan yang tegas. Sebaliknya, gaya pengasuhan otoritatif yang memberikan aturan yang jelas namun tetap hangat secara emosional, terbukti lebih efektif dalam membentuk kebiasaan penggunaan teknologi yang sehat. Dengan gaya pengasuhan yang tepat, orang tua mampu menyeimbangkan antara pemanfaatan teknologi dan kebutuhan anak untuk melakukan aktivitas motorik yang penting bagi tumbuh kembangnya. Oleh karena itu, kesadaran dan konsistensi dalam pengasuhan sangat menentukan peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gawai secara bijak.

Dampak Penggunaan Gawai terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Penggunaan gawai yang berlebihan pada anak usia dini dapat menghambat perkembangan motorik, baik motorik halus maupun motorik kasar. Anak-anak yang menghabiskan waktu terlalu banyak dengan gawai cenderung kurang terlibat dalam aktivitas fisik yang dapat merangsang perkembangan keterampilan motorik mereka. Berikut adalah dampak Penggunaan gawai yang berlebihan pada anak usia dini, yakni:

Gejala Keterlambatan Motorik Halus dan Kasar

Keterlambatan motorik halus pada anak usia dini umumnya ditandai dengan kesulitan dalam melakukan aktivitas yang melibatkan koordinasi otot kecil, seperti memegang pensil, menggambar, menggunting, mengancingkan baju, atau menyusun balok. Anak yang mengalami keterlambatan ini cenderung menunjukkan gerakan tangan yang kaku, tidak presisi, atau tampak lambat dalam menyelesaikan tugas-tugas sederhana yang seharusnya sesuai dengan tahap usianya. Motorik halus sangat penting dalam mendukung kesiapan anak memasuki jenjang pendidikan formal, karena berkaitan erat dengan keterampilan akademik awal seperti menulis dan menggambar.

Di sisi lain, keterlambatan motorik kasar berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengontrol gerakan otot besar seperti berjalan, berlari, melompat, atau melempar bola. Anak yang mengalami keterlambatan pada aspek ini biasanya terlihat kurang seimbang saat berjalan, mudah terjatuh, kesulitan naik-turun tangga, atau enggan melakukan aktivitas fisik. Beberapa anak juga menunjukkan keengganan untuk terlibat dalam permainan luar ruangan atau permainan aktif, yang seharusnya menjadi bagian penting dalam masa tumbuh kembang mereka. Kurangnya stimulasi fisik akibat terlalu sering bermain gawai menjadi salah satu faktor utama penyebab kurangnya perkembangan motorik kasar ini.

Gawai, meskipun memiliki nilai edukatif dalam penggunaan terbatas dan terarah, sering kali menggantikan waktu bermain aktif anak jika tidak diawasi dengan baik oleh orang tua. Anak yang terlalu lama terpaku pada layar cenderung pasif secara fisik dan kehilangan momen-momen penting dalam mengeksplorasi lingkungan sekitar yang sebenarnya sangat dibutuhkan untuk membentuk kemampuan motoriknya. Ketika anak tidak terbiasa menggunakan otot-otot tubuhnya secara optimal, maka keterampilan motorik tidak berkembang dengan baik, bahkan berisiko mengalami keterlambatan. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk mengenali gejala-gejala ini sejak dini agar dapat segera melakukan intervensi yang tepat.

Perbedaan Kemampuan Motorik antara Anak yang Aktif Secara Fisik dan Anak yang Sering Menggunakan Gawai

Anak usia dini berada dalam tahap perkembangan motorik yang sangat pesat, di mana kemampuan fisik seperti berlari, melompat, memegang, dan menggambar mulai terbentuk dan dikembangkan melalui aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh secara langsung. Anak-anak yang aktif secara fisik, seperti sering bermain di luar, melakukan permainan tradisional, atau mengikuti aktivitas olahraga ringan, cenderung memiliki koordinasi otot yang lebih baik, refleks yang terlatih, dan perkembangan otot halus maupun kasar yang lebih optimal. Aktivitas fisik tersebut secara alami memberikan stimulasi yang dibutuhkan oleh sistem saraf dan otot untuk berkembang sesuai tahap usia anak.

Sebaliknya, anak yang menghabiskan waktu berlebihan di depan layar gawai cenderung mengalami keterbatasan dalam bergerak dan mengeksplorasi lingkungan fisiknya. Kegiatan seperti menonton video atau bermain gim digital lebih banyak melibatkan duduk pasif dalam jangka waktu lama, yang menyebabkan kurangnya stimulasi fisik. Hal ini berdampak pada lambatnya perkembangan motorik kasar seperti keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh, serta motorik halus seperti memegang alat tulis, memotong dengan gunting, atau menyusun balok. Bahkan beberapa studi menunjukkan adanya kecenderungan anak

pengguna gawai mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas-tugas motorik yang seharusnya sudah dikuasai pada usia tertentu.

Perbedaan signifikan antara kedua kelompok anak ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam aktivitas fisik memiliki dampak positif langsung terhadap perkembangan motorik. Anak yang terbiasa bergerak bebas akan lebih cepat memahami kontrol tubuh, memiliki kekuatan otot yang lebih baik, serta menunjukkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Sementara itu, anak yang lebih sering menggunakan gawai tanpa pengawasan dan batasan waktu cenderung mengalami kesulitan saat diminta melakukan aktivitas motorik yang menuntut koordinasi tubuh. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menyeimbangkan waktu bermain digital anak dengan aktivitas fisik yang terarah dan menyenangkan.

Keterlibatan Orang Tua dalam Mengurangi Dampak Negatif Gawai

Keterlibatan orang tua menjadi kunci utama dalam meminimalisasi dampak negatif penggunaan gawai pada anak usia dini. Orang tua yang aktif dalam memantau, membatasi, serta memberikan alternatif kegiatan yang lebih mendidik dan menstimulasi motorik anak akan lebih mampu menciptakan keseimbangan antara penggunaan teknologi dan kebutuhan tumbuh kembang anak. Berikut adalah bentuk keterlibatan orang tua dalam mengurangi dampak negatif gawai, yakni:

Praktik Terbaik dalam Membatasi Screen Time

Dalam upaya menjaga perkembangan motorik anak usia dini tetap optimal, pembatasan screen time menjadi langkah krusial yang harus diterapkan oleh orang tua. Salah satu praktik terbaik adalah dengan menerapkan jadwal penggunaan gawai yang konsisten dan sesuai anjuran. Organisasi seperti American Academy of Pediatrics (AAP) merekomendasikan waktu maksimal satu jam per hari untuk anak usia 2–5 tahun, dengan konten yang edukatif dan didampingi oleh orang dewasa. Jadwal ini perlu disosialisasikan kepada anak secara konsisten agar menjadi kebiasaan yang dipahami dan dipatuhi oleh anak, bukan sekadar larangan sepihak. Selain pengaturan waktu, orang tua juga perlu menyediakan alternatif kegiatan yang menarik untuk menggantikan waktu bermain gawai. Aktivitas fisik seperti bermain di luar rumah, bersepeda, menggambar, menyusun balok, hingga bermain peran sangat efektif dalam menstimulasi kemampuan motorik halus dan kasar anak. Dengan menyediakan aktivitas yang menyenangkan dan melibatkan interaksi langsung, anak cenderung lebih mudah beralih dari kebiasaan bermain gawai. Orang tua juga dapat melibatkan anak dalam kegiatan rumah tangga ringan yang sesuai usia, seperti menyapu atau merapikan mainan, untuk menumbuhkan keterampilan motorik dan kemandirian.

Praktik lain yang tak kalah penting adalah menjadi teladan dalam penggunaan gawai. Anak usia dini cenderung meniru perilaku orang tua mereka, sehingga penting bagi orang tua untuk menunjukkan penggunaan gawai yang sehat, misalnya tidak bermain ponsel saat makan bersama atau menjelang tidur. Ketika orang tua menunjukkan keterlibatan langsung dalam aktivitas anak dan membatasi penggunaan perangkat digital secara pribadi, anak akan lebih mudah menerima batasan yang diterapkan. Dengan pendekatan yang konsisten dan penuh kasih, pembatasan screen time tidak hanya efektif diterapkan, tetapi juga berdampak positif terhadap kualitas interaksi keluarga dan perkembangan motorik anak.

Alternatif Kegiatan Stimulatif seperti Bermain di Luar Ruangan dan Aktivitas Sensorik Motorik

Salah satu solusi untuk mengurangi ketergantungan anak terhadap gawai adalah dengan menyediakan alternatif kegiatan yang mampu menstimulasi perkembangan motorik secara alami. Bermain di luar ruangan menjadi pilihan utama karena tidak hanya memberikan ruang gerak yang luas bagi anak, tetapi juga memicu koordinasi otot besar dan kecil. Aktivitas seperti berlari, melompat, bermain bola, bersepeda, atau sekadar bermain pasir dan air, mampu melatih keseimbangan, kekuatan otot, serta konsentrasi anak. Selain itu, interaksi sosial saat bermain bersama teman sebaya turut menumbuhkan kemampuan komunikasi dan kerja sama.

Aktivitas sensorik-motorik juga penting dalam merangsang motorik halus anak usia dini. Kegiatan seperti meronce, mencocok bentuk, mewarnai, melipat kertas, mencetak adonan, hingga menyusun balok sangat bermanfaat untuk melatih keterampilan tangan dan koordinasi mata-tangan. Kegiatan ini bukan hanya melatih kemampuan motorik, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif karena anak diajak berpikir, mengenal bentuk, warna, dan ukuran sambil bermain. Dibandingkan dengan aktivitas pasif di depan layar, kegiatan sensorik memberikan pengalaman nyata yang lebih kaya dan berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan anak.

Peran orang tua dalam memperkenalkan dan mendampingi kegiatan-kegiatan ini sangat penting. Orang tua perlu aktif menciptakan suasana yang menyenangkan agar anak tertarik menjelajahi aktivitas fisik dan sensorik di luar gawai. Misalnya, dengan mengatur jadwal bermain rutin di taman, menyediakan alat permainan edukatif di rumah, atau terlibat langsung saat anak bermain. Dengan keterlibatan yang positif, anak akan lebih mudah beradaptasi dengan pola bermain yang sehat, dan secara alami akan mengurangi ketergantungan pada perangkat digital yang seringkali tidak memberikan manfaat motorik yang optimal.

Pentingnya Keteladanan Orang Tua dalam Penggunaan Teknologi

Keteladanan orang tua dalam penggunaan teknologi merupakan aspek krusial dalam membentuk kebiasaan anak dalam berinteraksi dengan gawai. Anak usia dini memiliki kemampuan meniru yang sangat tinggi, sehingga mereka akan cenderung mencontoh perilaku orang tua di sekitarnya. Ketika orang tua secara konsisten menggunakan gawai dalam keseharian tanpa batasan waktu, anak akan menganggap bahwa penggunaan gawai dalam jangka waktu lama adalah hal yang wajar. Sebaliknya, jika orang tua mampu menunjukkan sikap bijak dalam menggunakan teknologi, seperti hanya menggunakan gawai untuk keperluan penting atau menetapkan waktu bebas gawai (*gadget free time*), anak pun akan belajar bahwa gawai adalah alat bantu, bukan pusat dari semua aktivitas.

Selain itu, keteladanan orang tua juga membantu anak memahami nilai-nilai kedisiplinan dalam menggunakan teknologi. Dalam banyak kasus, orang tua cenderung melarang anak bermain gawai terlalu lama, tetapi mereka sendiri justru menggunakan ponsel secara berlebihan, bahkan saat sedang bersama anak. Ketidakkonsistenan ini dapat membingungkan anak dan membuat mereka menolak aturan yang dibuat. Oleh karena itu, penerapan disiplin harus dimulai dari orang tua sendiri. Dengan memberikan contoh nyata, orang tua tidak hanya menetapkan aturan, tetapi juga menjadi model nyata bagaimana aturan tersebut dijalankan dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih jauh, keteladanan orang tua juga memperkuat ikatan emosional antara orang tua dan anak. Ketika orang tua secara sadar mengurangi penggunaan gawai untuk meluangkan waktu bersama anak, anak akan merasa lebih diperhatikan dan dihargai. Hal ini memberikan dampak positif tidak hanya bagi perkembangan emosional anak, tetapi juga mendorong anak lebih aktif dalam aktivitas fisik dan motorik. Interaksi langsung antara orang tua dan anak seperti bermain bersama, membaca buku, atau melakukan kegiatan di luar ruangan jauh lebih bermanfaat dibandingkan membiarkan anak berlama-lama di depan layar. Maka dari itu, menjadi teladan dalam penggunaan teknologi bukan hanya soal membatasi, tetapi juga soal menggantikan waktu layar dengan aktivitas bermakna.

SIMPULAN

Peran aktif orang tua menjadi faktor kunci dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia dini. Orang tua yang memiliki kesadaran tinggi akan dampak negatif dari penggunaan gawai secara berlebihan cenderung menetapkan aturan yang jelas, seperti pembatasan waktu layar (screen time), pemilihan konten yang edukatif, serta pendampingan langsung saat anak menggunakan perangkat digital. Tidak hanya itu, orang tua juga berperan sebagai teladan dalam penggunaan teknologi secara bijak. Dengan keterlibatan aktif ini, anak dapat tumbuh dalam lingkungan yang lebih seimbang antara aktivitas digital dan aktivitas fisik yang penting untuk perkembangan motoriknya.

Penggunaan gawai yang tidak terkontrol terbukti berpotensi menurunkan kualitas perkembangan motorik anak, baik halus maupun kasar. Anak-anak yang terlalu lama duduk diam menatap layar cenderung mengalami keterlambatan dalam keterampilan seperti menggenggam alat tulis, bermain dengan objek fisik, hingga berjalan atau berlari dengan stabil. Minimnya gerakan tubuh yang terstruktur dapat menyebabkan lemahnya koordinasi otot dan lambatnya respon sensorimotor anak. Oleh karena itu, tanpa pengawasan dan pengaturan yang tepat dari orang tua, penggunaan gawai dapat menjadi penghambat serius dalam proses tumbuh kembang motorik anak usia dini.

Sebaliknya, anak-anak yang rutin mendapatkan stimulasi motorik melalui permainan fisik, aktivitas luar ruangan, serta interaksi langsung dengan lingkungan sekitar menunjukkan perkembangan motorik yang lebih optimal. Aktivitas seperti bermain bola, meronce, melukis, hingga kegiatan eksplorasi alam sangat membantu dalam mengembangkan koordinasi, ketangkasan, dan kekuatan otot anak. Hal ini membuktikan bahwa pengembangan motorik anak sangat bergantung pada keberagaman pengalaman gerak yang diberikan oleh lingkungan, terutama dari orang tua sebagai fasilitator utama. Oleh sebab itu, keseimbangan antara penggunaan gawai dan stimulasi fisik harus menjadi prioritas utama dalam pola pengasuhan anak usia dini.

Sebagaimana kesimpulan di atas, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut. Pertama, orang tua perlu meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya aktivitas fisik dan perkembangan motorik pada anak usia dini. Hal ini dapat dilakukan dengan mengikuti berbagai edukasi parenting, membaca literatur terkait tumbuh kembang anak, serta berkonsultasi dengan tenaga ahli seperti psikolog anak atau guru PAUD. Kesadaran orang tua terhadap dampak penggunaan gawai yang berlebihan sangat penting agar mereka dapat membatasi waktu screen time anak

serta menyediakan alternatif kegiatan yang mendukung perkembangan motorik, seperti bermain di luar ruangan, menggambar, bermain balok, dan aktivitas fisik sederhana lainnya.

Kedua, lembaga PAUD memiliki peran strategis dalam menyosialisasikan dampak negatif dari penggunaan gawai yang berlebihan kepada orang tua dan masyarakat sekitar. Kegiatan sosialisasi ini dapat dilakukan melalui seminar, pelatihan, atau penyebaran informasi dalam bentuk leaflet, infografis, maupun media sosial. Guru dan tenaga pendidik perlu memberikan pemahaman bahwa perkembangan motorik anak tidak dapat digantikan oleh kecanggihan teknologi, sehingga dibutuhkan pendekatan yang seimbang antara penggunaan teknologi dan stimulasi fisik. Dengan adanya kerja sama antara lembaga PAUD dan orang tua, diharapkan tumbuh kembang anak usia dini dapat berlangsung secara optimal dalam aspek motorik maupun sosial emosional.

Selanjutnya penulis memberikan rekomendasi sebagai berikut. Pertama, perlu adanya pedoman praktis tentang pengelolaan penggunaan gawai di rumah yang dapat dijadikan acuan oleh orang tua dalam mengatur waktu serta jenis konten yang diakses oleh anak usia dini. Pedoman ini sebaiknya disusun secara sederhana, komunikatif, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, mencakup durasi maksimal penggunaan gawai, waktu terbaik untuk menggunakan gawai, serta alternatif kegiatan yang dapat menstimulasi perkembangan motorik anak, seperti permainan fisik, kegiatan seni, dan eksplorasi lingkungan sekitar. Pedoman ini juga harus menekankan pentingnya keterlibatan aktif orang tua dalam mendampingi anak selama menggunakan gawai, bukan sekadar menyerahkan perangkat sebagai pengalih perhatian.

Kedua, pemerintah atau lembaga pendidikan seperti PAUD, TK, maupun dinas pendidikan daerah perlu mengambil peran aktif dalam mengedukasi orang tua melalui penyuluhan berkala. Edukasi ini penting agar orang tua memiliki pemahaman yang utuh tentang dampak positif dan negatif penggunaan gawai terhadap perkembangan anak, khususnya dalam aspek motorik. Penyuluhan dapat dilaksanakan secara langsung di sekolah maupun melalui media digital yang mudah diakses, dan dilengkapi dengan materi visual atau video interaktif agar lebih menarik. Melalui program edukasi yang berkelanjutan, diharapkan orang tua mampu menjadi filter sekaligus fasilitator perkembangan anak secara optimal, baik dari sisi teknologi maupun fisik dan emosional.

REFERENSI

- American Academy of Pediatrics. (2020). Media and Young Minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2020-2032>
- American Academy of Pediatrics. (2020). Media and Young Minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Berk, L. E. (2013). *Child Development* (9th ed.). Boston: Pearson Education.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Carson, V., Tremblay, M. S., Chaput, J. P., McGregor, D., & Janssen, I. (2017). Associations between screen time and indicators of physical, behavioral, and

- academic outcomes in children: A systematic review. *JAMA Pediatrics*, 171(6), 1–10. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2017.2352>
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Epstein, J. L. (2011). *School, Family, and Community Partnerships: Preparing Educators and Improving Schools* (2nd ed.). New York: Routledge.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society* (2nd ed.). New York: W. W. Norton & Company.
- Flick, U. (2018). *An Introduction to Qualitative Research* (6th ed.). London: Sage.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2021). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. McGraw-Hill.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2021). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults* (8th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (2020). *Child Development* (6th ed.). Erlangga.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2007). Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide. *New Media & Society*, 9(4), 671–696. <https://doi.org/10.1177/1461444807080335>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Revisi ed.). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pawitri, A., Mansoer, Z., & Mappapoleonro, A. M. (2025). Pemanfaatan Penggunaan Media Digital yang Aman dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 889-898.
- Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*. New York: International Universities Press.
- Ramadhani, T. (2020). Pengaruh Screen Time terhadap Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini. Universitas Negeri Jakarta.
- Sandelowski, M. (2000). Whatever happened to qualitative description? *Research in Nursing & Health*, 23(4), 334–340.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, A. (2019). *Perkembangan Anak Usia Dini: Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*. Jakarta: Kencana.
- Wartella, E., Rideout, V., Lauricella, A. R., & Connell, S. (2013). *Parenting in the age of digital technology*. Center on Media and Human Development, School of Communication, Northwestern University.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. Geneva: WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>
- Yuliani, N. (2021). *Gadget dan Perkembangan Anak Usia Dini*. Bandung: Alfabeta.
- Yuliani, N. (2021). *Perkembangan Motorik Anak*. Bandung: Alfabeta.