



## Penerapan Aplikasi *Google Family Link* terhadap Penggunaan Gawai Berlebih pada Anak Usia Sekolah dengan Masalah Gangguan Proses Keluarga

Shofiana Haniffah<sup>1\*</sup>, F X Bobby Tyas Prastyanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mayapada, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [fxbobby49@gmail.com](mailto:fxbobby49@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** Families with school-age children face various parenting challenges in the digital era, particularly due to the increasing use of gadgets among children. Excessive and uncontrolled gadget use may negatively affect communication, interaction, and family harmony, especially when parental supervision is limited. One strategy to support parents in managing their children's digital activities is the utilization of the Google Family Link application. This study aimed to analyze the effectiveness of Google Family Link in reducing excessive gadget use among school-age children experiencing family process dysfunction. A family nursing case study approach was employed involving three families with school-age children who demonstrated difficulties in controlling gadget use. Data were collected through interviews, observations, questionnaires, and family nursing assessments. The findings revealed that all participating families experienced challenges in supervising their children's gadget use, resulting in family process dysfunction as a nursing problem. The intervention consisted of health education on healthy gadget use and a demonstration of the Google Family Link application conducted over three sessions. Following the intervention, the average duration of gadget use among children decreased by 3.17 hours per day. In addition, families demonstrated improved abilities to monitor and regulate their children's digital activities. These findings suggest that the implementation of Google Family Link, combined with family education, is effective in reducing excessive gadget use among school-age children and enhancing parental supervision and caregiving functions. Therefore, this intervention may serve as an alternative family nursing strategy to promote healthier digital behavior and support optimal child development in the digital age.

**Keywords:** Family Nursing; Family Process; Google Family; School Children; Use of Gadgets.

**Abstrak.** Keluarga yang memiliki anak usia sekolah menghadapi tantangan dalam pengasuhan di era digital, terutama terkait meningkatnya penggunaan gawai pada anak. Penggunaan gawai yang tidak terkontrol dapat berdampak pada komunikasi, interaksi, dan keharmonisan keluarga, khususnya apabila pengawasan orang tua masih terbatas. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu orang tua mengelola aktivitas digital anak adalah melalui pemanfaatan aplikasi *Google Family Link*. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas penggunaan *Google Family Link* dalam mengatasi penggunaan gawai berlebih pada anak usia sekolah yang mengalami gangguan proses keluarga. Metode yang digunakan adalah studi kasus keperawatan keluarga pada tiga keluarga yang memiliki anak usia sekolah dengan masalah ketidakmampuan keluarga dalam mengendalikan penggunaan gawai. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, kuesioner, dan pengkajian keperawatan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh keluarga mengalami kesulitan dalam melakukan pengawasan penggunaan gawai sehingga muncul masalah keperawatan berupa gangguan proses keluarga. Intervensi diberikan melalui promosi kesehatan mengenai penggunaan gawai yang sehat serta demonstrasi penggunaan aplikasi *Google Family Link* dalam tiga kali pertemuan. Setelah intervensi, terjadi penurunan durasi penggunaan gawai pada anak dengan rata-rata sebesar 3,17 jam per hari. Selain itu, kemampuan keluarga dalam memantau dan mengendalikan aktivitas digital anak juga mengalami peningkatan. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan *Google Family Link* yang disertai edukasi keluarga efektif membantu mengurangi penggunaan gawai berlebih pada anak usia sekolah serta meningkatkan fungsi pengawasan dan pengasuhan keluarga. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif dalam praktik keperawatan keluarga untuk mendukung tumbuh kembang anak yang lebih optimal di era digital.

**Kata kunci:** Anak Sekolah; *Google Family*; Keperawatan Keluarga; Penggunaan Gawai; Proses Keluarga.

### 1. LATAR BELAKANG

Sebagai lingkungan terdekat bagi anak, keluarga berperan penting dalam membentk proses tumbuh kembang serta perilaku anak. Friedman berpendapat bahwa keluarga memiliki

fungsi afektif, fungsi sosialisasi, fungsi ekonomi, fungsi reproduksi, dan fungsi perawatan kesehatan yang saling terkait dalam membangun perilaku dan kesejahteraan anggota keluarga. Dalam keluarga yang memiliki anak usia sekolah, orang tua berfungsi sebagai pengajar, pembimbing, dan pengawas terhadap berbagai kegiatan anak, termasuk penggunaan teknologi digital (Friedman et al., 2019; I Gusti Ayu et al., 2024).

Anak usia sekolah berada pada rentang usia 6–13 tahun dan sedang mengalami perkembangan yang pesat pada aspek fisik, kognitif, sosial, serta emosional. Pada fase ini, anak mulai memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap lingkungan sekitarnya dan semakin aktif memanfaatkan teknologi sebagai sarana belajar maupun hiburan. Perkembangan teknologi informasi yang semakin cepat telah mempermudah akses anak terhadap berbagai perangkat digital seperti telepon pintar, tablet, komputer, dan internet. (Saniyah et al., 2021).

Meningkatnya akses terhadap teknologi digital menyebabkan penggunaan gawai pada anak terus mengalami peningkatan. Hasil penelitian Qi, Yan, dan Yin (2023) menunjukkan bahwa anak usia sekolah menghabiskan waktu layar rata-rata 2,77 jam setiap hari, dengan hampir setengah responden menggunakan perangkat digital lebih dari dua jam per hari. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya peningkatan durasi penggunaan layar setelah pandemi COVID-19 dibandingkan periode sebelumnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak.

Fenomena serupa juga ditemukan di Indonesia. Tingginya intensitas penggunaan perangkat digital menunjukkan bahwa gawai telah menjadi salah satu kebutuhan yang sulit dipisahkan dari aktivitas masyarakat, termasuk anak-anak. Data Mobile 2023 menunjukkan bahwa warga Indonesia rata-rata menggunakan perangkat digital selama 5,7 jam setiap harinya. Di samping itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2024 mencatat adanya kenaikan dalam pemakaian gawai di kalangan anak yang berpotensi berdampak pada kesehatan, tingkah laku, dan perkembangan sosial anak jika tidak diiringi dengan pengawasan yang cukup dari orang tua.

Berbagai penelitian melaporkan bahwa penggunaan gawai secara berlebihan dapat memengaruhi kesehatan fisik maupun psikososial anak. Durasi penggunaan layar yang terlalu lama dikaitkan dengan meningkatnya risiko gangguan tidur, berkurangnya aktivitas fisik, munculnya masalah perilaku, hingga terganggunya interaksi sosial. Selain itu, penggunaan gawai yang tidak terkontrol juga dapat memengaruhi kualitas hubungan antara orang tua dan anak karena berkurangnya waktu komunikasi dan interaksi secara langsung dalam keluarga.

Salah satu faktor yang berperan dalam meningkatnya penggunaan gawai pada anak adalah kurang optimalnya pengawasan dari orang tua. Ketika keluarga belum mampu

menerapkan aturan penggunaan gawai secara konsisten, anak cenderung memiliki kebebasan yang lebih besar dalam mengakses perangkat digital. Situasi tersebut dapat menyebabkan peningkatan durasi penggunaan gawai dan pada akhirnya memengaruhi fungsi keluarga dalam menjalankan peran pengasuhan serta pengawasan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ajeng dan Yanuar (2022) menunjukkan bahwa kurangnya pengawasan orang tua berkaitan dengan bertambahnya waktu penggunaan gawai dan menurunnya mutu komunikasi antara orang tua dan anak.

Dalam perspektif keperawatan keluarga, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi masalah gangguan proses keluarga. Gangguan proses keluarga menggambarkan situasi ketika keluarga mengalami hambatan dalam menjalankan fungsi, peran, atau pola interaksi yang seharusnya mendukung kesejahteraan seluruh anggota keluarga (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2023). Pada keluarga dengan anak yang menggunakan gawai secara berlebihan, gangguan proses keluarga dapat ditandai dengan menurunnya komunikasi, berkurangnya interaksi antaranggota keluarga, serta lemahnya kemampuan orang tua dalam melakukan pengawasan terhadap perilaku anak.

Berbagai strategi telah dikembangkan untuk membantu keluarga menghadapi tantangan pengasuhan di era digital. Salah satu pendekatan yang dapat dimanfaatkan adalah penggunaan aplikasi parental control yang memungkinkan orang tua melakukan pemantauan terhadap aktivitas digital anak. *Google Family Link* merupakan salah satu aplikasi yang menyediakan fitur pengawasan penggunaan perangkat, pengaturan durasi penggunaan, pembatasan akses aplikasi, serta pemantauan aktivitas digital secara lebih terstruktur.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemanfaatan *Google Family Link* dapat membantu orang tua meningkatkan kemampuan pengawasan terhadap penggunaan gawai pada anak. Melalui fitur yang tersedia, orang tua dapat lebih mudah mengontrol aktivitas digital anak sehingga penggunaan perangkat menjadi lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan. Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji pemanfaatan *Google Family Link* sebagai intervensi keperawatan keluarga pada kasus gangguan proses keluarga masih terbatas.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai penerapan *Google Family Link* sebagai salah satu bentuk intervensi keperawatan keluarga dalam mengatasi penggunaan gawai berlebih pada anak usia sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi efektivitas penggunaan *Google Family Link* dalam membantu keluarga meningkatkan fungsi pengawasan dan mengurangi penggunaan gawai berlebih pada anak yang mengalami masalah gangguan proses keluarga.

## 2. KAJIAN TEORITIS

Anak usia sekolah merupakan kelompok usia 6–13 tahun yang sedang mengalami perkembangan pesat pada aspek fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral. Menurut teori psikososial Erikson, anak pada tahap ini berada dalam fase *industry vs inferiority*, yaitu periode ketika anak berusaha mengembangkan kemampuan, keterampilan, dan prestasi untuk memperoleh pengakuan dari lingkungan. Oleh karena itu, dukungan, bimbingan, dan pengawasan dari keluarga sangat diperlukan agar tugas perkembangan anak dapat tercapai secara optimal.

Seiring perkembangan teknologi digital, penggunaan gawai telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak usia sekolah. Gawai memberikan berbagai manfaat, seperti sarana belajar, komunikasi, dan hiburan. Namun, penggunaan yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama apabila durasi penggunaan melebihi tiga jam per hari. Penggunaan gawai berlebih dapat menyebabkan gangguan tidur, berkurangnya aktivitas fisik, kesulitan berkonsentrasi, masalah emosional, serta menurunnya interaksi sosial anak dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengawasan orang tua memiliki peran penting dalam mengarahkan penggunaan teknologi agar tetap sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

Kurangnya pengawasan terhadap penggunaan gawai dapat memengaruhi fungsi keluarga dan berpotensi menimbulkan gangguan proses keluarga. Gangguan proses keluarga merupakan kondisi ketika keluarga mengalami hambatan dalam menjalankan fungsi, peran, dan pola interaksi yang mendukung kesejahteraan anggota keluarga. Pada keluarga yang memiliki anak usia sekolah, masalah ini dapat muncul ketika orang tua kesulitan mengendalikan penggunaan gawai anak sehingga komunikasi, keterlibatan, dan hubungan emosional dalam keluarga menjadi berkurang.

Menurut Friedman (2019), keluarga memiliki beberapa fungsi penting, antara lain fungsi afektif, fungsi sosialisasi, dan fungsi pemeliharaan kesehatan. Dalam konteks penggunaan gawai pada anak, fungsi sosialisasi berperan dalam membentuk perilaku dan kebiasaan penggunaan teknologi yang sehat, sedangkan fungsi pemeliharaan kesehatan berkaitan dengan kemampuan keluarga dalam mencegah dampak negatif penggunaan gawai. Apabila kedua fungsi tersebut tidak berjalan secara optimal, risiko terjadinya penggunaan gawai berlebih pada anak akan semakin meningkat.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mendukung fungsi pengawasan keluarga adalah pemanfaatan teknologi pengendalian orang tua (*parental control*), seperti *Google Family Link*. Aplikasi ini memungkinkan orang tua memantau aktivitas digital anak, mengatur

durasi penggunaan perangkat, mengelola akses aplikasi, serta mengawasi penggunaan gawai secara lebih terstruktur. Dengan adanya fitur tersebut, orang tua dapat lebih mudah menerapkan aturan penggunaan gawai dan meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas digital anak.

Studi Ajeng dan Yanuar (2022) mengungkapkan bahwa cara komunikasi antara orang tua dan anak berkaitan dengan kemampuan keluarga dalam mengontrol penggunaan gawai. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa lemahnya komunikasi dan pemantauan dari orang tua berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan penggunaan gawai yang tidak terkendali pada anak. Fauzan (2021) mengungkapkan bahwa peranan keluarga berhubungan secara signifikan dengan usaha pencegahan penggunaan perangkat berlebihan pada anak-anak sekolah. Partisipasi orang tua dalam pemantauan dapat mengurangi kemungkinan kecanduan perangkat. Penelitian Utama, Sari, dan Bismantolo (2021) mengindikasikan bahwa pelatihan pemanfaatan *Google Family Link* dapat meningkatkan kemampuan orang tua dalam mengawasi kegiatan digital anak, sehingga pengawasan penggunaan perangkat menjadi lebih efisien.

Penelitian Nursokhiba dan Saraswati (2023) selanjutnya mengungkapkan bahwa penggunaan *Google Family Link* yang dilengkapi dengan edukasi untuk keluarga bisa mengurangi penggunaan perangkat secara berlebihan dan memperbaiki kemampuan keluarga dalam melaksanakan fungsi pengawasan terhadap anak.

Berdasarkan teori dan penelitian sebelumnya, penggunaan gawai yang berlebihan pada anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga sangat terkait dengan kemampuan keluarga dalam melakukan pengasuhan, komunikasi, dan pengawasan. Dengan demikian, penggunaan *Google Family Link* dianggap sebagai salah satu intervensi keperawatan keluarga yang berpotensi mendukung penyelesaian masalah gangguan proses keluarga yang berkaitan dengan ketidakmampuan keluarga mengatur penggunaan perangkat pada anak usia sekolah.

### 3. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah studi kasus pada keperawatan keluarga, yang melibatkan tiga keluarga dengan anak-anak dalam usia sekolah yang mengalami masalah dalam aspek keperawatan terkait gangguan proses keluarga, terutama mengenai kesulitan keluarga dalam mengatur penggunaan gawai oleh anak-anak.

Pemilihan responden dilakukan dengan metode *purposive sampling* berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Kriteria inklusi pada studi ini mencakup: (1) keluarga yang memiliki anak-anak berusia sekolah (6–13 tahun) yang mengalami ketergantungan berat terhadap gawai, yaitu lebih dari 3 jam per hari, (2) keluarga yang bersedia untuk menjadi

responden dan terlibat dalam seluruh rangkaian proses keperawatan, serta (3) keluarga yang berdasarkan pengkajian awal menunjukkan adanya gangguan dalam proses keluarga yang berkaitan dengan pengendalian penggunaan gawai oleh anak. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi keluarga yang tidak menyelesaikan keseluruhan proses keperawatan atau yang tidak bersedia untuk melanjutkan keikutsertaan dalam penelitian ini.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pengisian kuesioner, serta penilaian terhadap keperawatan keluarga. Instrumen yang digunakan terdiri atas format penilaian keperawatan keluarga dan kuesioner yang bertujuan untuk mengidentifikasi gangguan dalam proses keluarga yang berkaitan dengan kesulitan keluarga dalam mengontrol penggunaan gawai oleh anak-anak, serta format evaluasi setelah intervensi untuk menilai efektivitas dari penelitian tersebut. Data penelitian diambil pada tanggal 15, 24 dan 27 Mei 2026. Total subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah 3 keluarga.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Hasil**

##### ***Hasil kuesioner pengkajian awal***

Hasil kuesioner pengkajian awal yang digunakan untuk menunjukkan adanya gangguan proses keluarga terkait pengendalian penggunaan gawai anak dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut.

**Tabel 1.** Hasil Kuesioner Pengkajian Gangguan Proses Keluarga.

<b>No</b>	<b>Responden</b>	<b>Total Skor</b>	<b>Interpretasi Skor</b>
1	Klien 1	69	Risiko tinggi/Terdapat gangguan proses keluarga
2	Klien 2	71	Risiko tinggi/Terdapat gangguan proses keluarga
3	Klien 3	75	Risiko tinggi/Terdapat gangguan proses keluarga

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan seluruh responden yang telah dilakukan pengkajian awal menunjukkan hasil yang termasuk dalam kategori risiko tinggi atau terdapat gangguan proses keluarga. Berdasarkan hasil tersebut, ketiga keluarga memenuhi kriteria untuk menjadi responden penelitian karena memiliki masalah keperawatan gangguan proses keluarga berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga mengontrol penggunaan gawai pada anak.

##### ***Hasil monitoring durasi penggunaan gawai pada anak***

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan dan demonstrasi penerapan aplikasi *Google Family Link* mengalami perubahan dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut.

**Tabel 2.** Hasil Monitoring Durasi Penggunaan Gawai Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Keperawatan.

No	Nama	Waktu pemakaian sebelum tindakan keperawatan	Waktu pemakaian sesudah tindakan keperawatan
1	An. R	6 jam sehari	3 jam sehari
2	An. M	6 jam sehari	3 jam sehari
3	An. F	7 jam sehari	3-4 jam sehari

Berdasarkan tabel 2, terjadi penurunan durasi penggunaan gawai pada seluruh responden. Sebelum intervensi, rata-rata penggunaan gawai berkisar 6–7 jam per hari yang menjadi kategori kecanduan berat (>3 jam), sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 3–4 jam per hari. Rata-rata penurunan waktu penggunaan gawai pada ketiga responden adalah sekitar 3,17 jam per hari. Hasil ini menunjukkan bahwa tindakan keperawatan yang diberikan kepada keluarga efektif dalam membantu mengontrol penggunaan gawai pada anak sehingga durasi penggunaan gawai menjadi lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan anak.

### **Hasil Kuesioner Evaluasi Pasca Intervensi**

Setelah dilakukan intervensi selama 3 kali pertemuan, dilakukan pengisian kuesioner untuk mengukur keefektifan penelitian dari segi perspektif keluarga, dimana pada kuesioner evaluasi ini membahas tentang penerapan aplikasi *Google Family Link* terhadap masalah gangguan proses keluarga yang akan dibahas pada tabel 3.

**Tabel 3.** Hasil Kuesioner Evaluasi Pasca Intervensi.

No	Nama	Total Skor	Interpretasi Skor
1	Klien 1	66	Sangat efektif
2	Klien 2	69	Sangat efektif
3	Klien 3	64	Sangat efektif

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan, hasil kuesioner evaluasi pasca intervensi menunjukkan bahwa penerapan aplikasi *Google Family Link* pada ketiga keluarga memperoleh kategori “sangat efektif”. Klien 1 memperoleh skor 66, Klien 2 memperoleh skor 69, dan Klien 3 memperoleh skor 64 dengan rata-rata skor sebesar 66,33. Hasil tersebut menunjukkan bahwa promosi kesehatan dan demonstrasi penggunaan aplikasi *Google Family Link* dapat diterima dan diterapkan dengan baik oleh keluarga dalam mengontrol penggunaan gawai anak usia sekolah.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan terhadap tiga keluarga responden, seluruh keluarga menunjukkan adanya masalah keperawatan berupa gangguan proses keluarga yang berkaitan dengan ketidakmampuan keluarga dalam mengendalikan penggunaan gawai pada anak usia sekolah. Kondisi tersebut terlihat dari tingginya durasi penggunaan gawai, kurang optimalnya pengawasan orang tua, serta terbatasnya keterlibatan keluarga dalam mengarahkan

aktivitas digital anak. Situasi ini menunjukkan bahwa fungsi pengasuhan dan pengawasan keluarga belum berjalan secara maksimal.

Pada tahap perkembangan keluarga dengan anak usia sekolah, orang tua memiliki tanggung jawab penting dalam membimbing perilaku anak, termasuk dalam penggunaan teknologi digital. Namun, hasil pengkajian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memberikan akses gawai kepada anak sebagai sarana hiburan maupun komunikasi tanpa disertai aturan dan pemantauan yang konsisten. Akibatnya, anak memiliki kebebasan yang cukup besar dalam menggunakan perangkat digital sehingga durasi penggunaan gawai menjadi sulit dikendalikan.

Hasil pengkajian awal menunjukkan bahwa seluruh anak responden menggunakan gawai lebih dari enam jam per hari. Durasi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan perangkat telah berada pada kategori tinggi dan berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan anak. Hasil ini sejalan dengan penelitian Nursokhiba dan Saraswati (2023) yang menyebutkan bahwa pemakaian gawai lebih dari tiga jam dalam sehari meningkatkan risiko ketergantungan gawai pada anak. Penggunaan gawai dalam waktu yang panjang dapat mengurangi kesempatan anak untuk melakukan aktivitas fisik, berinteraksi dengan lingkungan sekitar, maupun mengikuti kegiatan belajar secara optimal. Selain itu, penggunaan perangkat yang berlebihan juga berisiko memengaruhi kualitas hubungan antara anak dan orang tua karena berkurangnya interaksi secara langsung di dalam keluarga.

Dari sudut pandang perkembangan anak, kondisi tersebut perlu mendapatkan perhatian karena masa usia sekolah merupakan periode penting dalam pembentukan keterampilan sosial, kemampuan akademik, dan rasa percaya diri. Anak memerlukan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya, berpartisipasi dalam aktivitas belajar, serta mengembangkan berbagai kemampuan yang mendukung proses pertumbuhannya. Apabila sebagian besar waktu dihabiskan untuk menggunakan gawai, maka peluang anak untuk memperoleh pengalaman perkembangan yang lebih beragam dapat berkurang.

Intervensi yang diberikan dalam penelitian ini terdiri atas promosi kesehatan mengenai penggunaan gawai yang sehat serta demonstrasi penggunaan aplikasi *Google Family Link*. Kegiatan tersebut dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan dengan tujuan meningkatkan pemahaman keluarga mengenai dampak penggunaan gawai berlebih sekaligus melatih kemampuan orang tua dalam melakukan pengawasan digital terhadap anak.

Setelah intervensi dilakukan, seluruh keluarga menunjukkan perubahan positif dalam mengelola penggunaan gawai pada anak. Perubahan tersebut terlihat dari berkurangnya durasi penggunaan perangkat yang sebelumnya berada pada rentang 6–7 jam per hari menjadi sekitar

3–4 jam per hari. Rata-rata penurunan penggunaan gawai mencapai 3,17 jam setiap hari. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keluarga mulai mampu menerapkan batasan penggunaan perangkat secara lebih konsisten dibandingkan sebelum intervensi diberikan.

Penurunan durasi penggunaan gawai tidak hanya menunjukkan keberhasilan pengendalian waktu penggunaan perangkat, tetapi juga menggambarkan peningkatan kemampuan keluarga dalam menjalankan fungsi pengawasan. Melalui *Google Family Link*, orang tua memperoleh sarana yang memudahkan mereka untuk memantau aktivitas digital anak, mengatur durasi penggunaan perangkat, serta mengendalikan akses terhadap aplikasi tertentu. Kemudahan tersebut membantu orang tua menerapkan aturan penggunaan gawai secara lebih terstruktur. Temuan ini sejalan dengan penelitian Utama, Sari, dan Bismantolo (2021) yang mengungkapkan bahwa pemanfaatan *Google Family Link* dapat meningkatkan kemampuan orang tua dalam memantau aktivitas digital anak serta memperkuat praktik pengasuhan digital dalam keluarga.

Selain berdampak pada penggunaan gawai, intervensi yang diberikan juga berkontribusi terhadap perbaikan fungsi keluarga. Selama proses pendampingan, orang tua menjadi lebih aktif terlibat dalam aktivitas digital anak dan mulai membangun komunikasi yang lebih intens terkait penggunaan teknologi. Kondisi ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran keluarga mengenai pentingnya peran pengawasan dalam mendukung tumbuh kembang anak di era digital.

Hasil evaluasi pasca intervensi memperlihatkan bahwa seluruh keluarga memberikan penilaian sangat baik terhadap penerapan *Google Family Link*. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa aplikasi ini dapat diterima dengan baik oleh keluarga serta relatif mudah digunakan sebagai alat bantu pengawasan. Kemudahan akses dan fitur yang tersedia memungkinkan keluarga menerapkan pengawasan secara berkelanjutan tanpa memerlukan keterampilan teknologi yang kompleks.

Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa durasi penggunaan gawai setelah intervensi masih berada pada rentang 3–4 jam per hari. Kondisi ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku penggunaan gawai tidak dapat dicapai secara instan. Pengendalian penggunaan perangkat memerlukan proses yang bertahap serta komitmen yang berkelanjutan dari seluruh anggota keluarga. Oleh karena itu, pendampingan dan edukasi kepada orang tua tetap diperlukan agar pengawasan penggunaan gawai dapat terus dipertahankan.

Temuan dalam studi kasus ini memperlihatkan bahwa kombinasi antara edukasi kesehatan dan pemanfaatan teknologi pengawasan digital dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam mengatasi masalah penggunaan gawai berlebih pada anak usia sekolah.

Keberhasilan intervensi tidak hanya ditunjukkan oleh berkurangnya durasi penggunaan perangkat, tetapi juga oleh meningkatnya kemampuan keluarga dalam menjalankan fungsi pengasuhan, komunikasi, dan pengawasan terhadap anak.

Secara keseluruhan, penerapan *Google Family Link* memberikan manfaat sebagai media pendukung bagi keluarga dalam mengelola penggunaan gawai pada anak. Dengan dukungan pengawasan yang lebih terstruktur, keluarga memiliki peluang yang lebih besar untuk menciptakan lingkungan yang mendukung penggunaan teknologi secara sehat dan seimbang sehingga proses perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal.

Walaupun waktu pemakaian gawai anak belum sampai pada batas ideal yang disarankan berdasarkan usia, yaitu maksimal dua jam per hari di luar keperluan belajar (WHO, 2019). Akan tetapi, hasil ini mengindikasikan terjadinya kemajuan bertahap dan peningkatan kapasitas keluarga dalam melaksanakan peran pengasuhan dengan lebih adaptif di era digital. Dengan bantuan yang berkelanjutan, diharapkan keluarga mampu mempertahankan bahkan meningkatkan kesuksesan tersebut agar proses keluarga dapat berjalan lebih efektif.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan pada tiga keluarga yang memiliki anak usia sekolah dengan masalah penggunaan gawai berlebih, ditemukan bahwa seluruh keluarga mengalami gangguan proses keluarga yang berkaitan dengan kurang optimalnya kemampuan dalam mengawasi dan mengendalikan penggunaan gawai pada anak. Kondisi tersebut ditandai dengan tingginya durasi penggunaan gawai, terbatasnya pengawasan orang tua, serta belum optimalnya penerapan aturan penggunaan perangkat digital di lingkungan keluarga.

Intervensi keperawatan keluarga yang dilakukan melalui promosi kesehatan mengenai penggunaan gawai secara sehat dan demonstrasi penggunaan aplikasi *Google Family Link* menunjukkan hasil yang positif. Setelah pelaksanaan intervensi, terjadi penurunan durasi penggunaan gawai pada seluruh responden serta peningkatan keterlibatan orang tua dalam melakukan pengawasan terhadap aktivitas digital anak.

Pemanfaatan *Google Family Link* membantu keluarga menerapkan pengawasan penggunaan perangkat secara lebih terstruktur melalui pengaturan waktu penggunaan, pemantauan aktivitas digital, dan pengendalian akses aplikasi. Selain berkontribusi terhadap penurunan durasi penggunaan gawai, intervensi ini juga mendukung peningkatan fungsi pengasuhan dan pengawasan keluarga yang sebelumnya mengalami hambatan.

Secara keseluruhan, penerapan *Google Family Link* yang disertai edukasi kesehatan keluarga dapat menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan keluarga dalam membantu

mengatasi penggunaan gawai berlebih pada anak usia sekolah sekaligus memperbaiki fungsi keluarga yang berkaitan dengan proses pengasuhan dan pengawasan.

Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat melibatkan jumlah responden yang lebih besar dengan waktu pengamatan yang lebih panjang untuk mengevaluasi efektivitas jangka panjang intervensi serta mengkaji kombinasi *Google Family Link* dengan metode edukasi parenting digital lainnya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi institusi pelayanan kesehatan dan sekolah dalam mengembangkan program promosi kesehatan keluarga terkait pengawasan penggunaan gawai dan pencegahan penggunaan gawai berlebihan pada anak. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya bukti ilmiah (*evidence-based practice*) dalam keperawatan keluarga, khususnya mengenai pemanfaatan teknologi digital sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengelola penggunaan gawai anak dan mencegah terjadinya gangguan proses keluarga.

## DAFTAR REFERENSI

- Ajeng, N. H., & Yanuar, L. (2022). Pola komunikasi orang tua dan anak dalam mengawasi anak menggunakan gawai. *Interaksi Online*, 10(3), 46–55. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/34184>
- Chasanah, N., & Pranoto, Y. (2023). Parental guidance for gadget use during early childhood. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 56(3), 501–508.
- Fauzan, M. R. (2021). Hubungan peran keluarga dalam menghindari dampak negatif penggunaan gadget pada kesehatan mental anak usia sekolah di Desa Dulangon Kecamatan Lolak. *Pharmed: Journal of Pharmaceutical Science and Medical Research*, 4(1), 11–17. <https://doi.org/10.25273/pharmed.v4i1.8350>
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2019). *Family nursing: Research, theory, and practice* (6th ed.). Pearson.
- Ginting, J. A., et al. (2019). Komunikasi keluarga dalam mengatur penggunaan gawai pada anaknya. *Jurnal E-Komunikasi*, 7(2).
- Hayati, N., Nathasia, N.D., Fauziah, F., Wandu, D., (2021). Implementasi Google Family Link sebagai tools parenting control anak. *Jurnal Masyarakat Merdeka*, 4(2), 31–36.
- Lumi, W.M.E., Musak, R.A., Tumiwa, F.F., Waworuntu, M.Y., Surya, E.S., (2026). Penguatan digital parenting orang tua melalui Google Family Link di SD GMIM VIII Tomohon. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 7(1), 1353–1360.
- Machyudin, A. H. (2024). Becoming a great parent: Parent-child communication in anticipation of gadget addiction. *Journal of Child, Family, and Consumer Studies*, 3(3), 189–198.
- Mamtaj, A., Amy, J.G., Jess, K., Heather, R.L., & Pamela, J.W., (2022). From parental control to joint family oversight: Can parents and teens manage mobile online safety and privacy as equals? *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 6(CSCW1). <https://doi.org/10.1145/3512904>

- Najrul, J. R. (2022). Teori perkembangan sosial dan kepribadian dari Erikson: Konsep, tahap perkembangan, kritik dan revisi, serta penerapan. *Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 153–172. <https://journal.pegiatliterasi.or.id/index.php/epistemic>
- Nuraini, F., & Wardhani, J. D. (2023). Hubungan durasi bermain gawai dengan perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2245–2256.
- Nurhayati, N., et al. (2024). Pengaruh penggunaan gawai terhadap pola komunikasi dalam keluarga. *Jurnal Keluarga*, 10(1). <https://jurnal.ustjogja.ac.id/index.php/keluarga/article/view/14054/6595>
- Nursokhiba, N., Saraswati, R. (2023). The application of the Google Family Link application to overcome family process disorders. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 680–685). <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2370>
- Qi, J., Yan, Y., Yin, H. (2023). Screen time among school-aged children aged 6–14 years: A systematic review. *Global Health Research and Policy*, 8(12). <https://doi.org/10.1186/s41256-023-00297-z>
- Rahmawati, M., Latifah, L. (2020). Penggunaan gawai, interaksi ibu-anak, dan perkembangan sosial emosional anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(1), 75–86.
- Saniyah, O., Neviyarni, N., & Murni, I. (2021). Fase dan tugas perkembangan anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 2527–2530.
- Santos, R. M. S., et al. (2023). The associations between screen time and mental health in adolescents: A systematic review. *BMC Psychology*, 11, Article 127. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01166-7>
- Sarini, S., Lismayanti, D., Purwati, N.H., Apriliawati, A. (2024). The relationship between parental mediation, family functioning, and parental digital literacy with children's gadget use. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 13(2), 63–72.
- Syamsalwa, A. K., et al. (2025). Analisis konseptual penggunaan gawai dan implikasinya dalam kesehatan mental anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 289–299.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2023). Standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI) (Edisi revisi). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2023). Standar intervensi keperawatan Indonesia (SIKI) (Edisi revisi). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2023). Standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI) (Edisi revisi). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Utama, F. P., Sari, J. P., & Bismantolo, P. (2021). Peningkatan kapasitas orang tua dalam mengawasi aktivitas anak menggunakan gawai berbasis Android dengan Google Family Link. *Abdi Reksa*, 2(1), 9–15. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/abdireksa/article/view/13333>
- Yang, Z., Tian, S., Zou, D., Zhang, H., & Pan, C. (2022). Screen time and health issues in Chinese school-aged children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 22, Article 810. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13155-3>