

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP GAYA PENGASUHAN MILLENNIAL PARENT

Haniati Gowasa

Universitas Nias Raya

(haniatigowasa@uniraya.ac.id)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana media sosial memengaruhi gaya pengasuhan orang tua milenial di Indonesia, mengingat terbatasnya kajian yang secara spesifik membahas fenomena tersebut. Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), penelitian ini melibatkan delapan orang tua milenial yang dipilih melalui purposive sampling, dengan karakteristik aktif menggunakan platform seperti Instagram, TikTok, dan YouTube. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi non-partisipatif, dokumentasi digital, serta catatan lapangan, kemudian dianalisis melalui tahapan IPA yang dipadukan dengan teknik reduksi dan display Miles & Huberman. Hasil penelitian menunjukkan empat temuan utama, yaitu: media sosial sebagai sumber pengetahuan *parenting* utama, pembentukan identitas sebagai orang tua modern, penerapan praktik pengasuhan berbasis konten digital, serta munculnya tantangan seperti kecemasan, perbandingan sosial, dan kebingungan akibat informasi yang beragam. Media sosial terbukti memiliki peran ambivalen—sekaligus memberdayakan dan menekan—bergantung pada literasi digital orang tua dalam menyaring dan memaknai informasi. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan studi komunikasi digital, *parenting*, serta kebijakan edukasi keluarga, sekaligus mendorong penggunaan media sosial secara lebih kritis, sehat, dan kontekstual dalam praktik pengasuhan.

Kata Kunci: Sosial Media; Parenting Milenial; Interpretative Phenomenological Analysis

Abstract

This study aims to understand how social media influences the parenting styles of millennial parents in Indonesia, given the limited research specifically addressing this phenomenon. Using a qualitative method with an Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) approach, the study involved eight millennial parents selected through purposive sampling, characterized by their active use of platforms such as Instagram, TikTok, and YouTube. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, digital documentation, and field notes, and were analyzed using IPA stages combined with the data reduction and display techniques of Miles & Huberman.



The findings reveal four main themes: social media as a primary source of parenting knowledge; the construction of identity as modern parents; the implementation of parenting practices based on digital content; and emerging challenges such as anxiety, social comparison, and confusion due to the abundance of diverse information. Social media is shown to play an ambivalent role—both empowering and pressuring depending on parents' digital literacy in filtering and interpreting information. This study is expected to contribute to the development of digital communication studies, parenting research, and family education policy, while encouraging a more critical, healthy, and contextual use of social media in parenting practices.

Keywords: Social Media; Millennial Parenting; Interpretative Phenomenological Analysis
dan mudah diakses.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah membawa perubahan signifikan dalam pola komunikasi dan interaksi sosial masyarakat. Generasi yang tumbuh dan berkembang pada masa digitalisasi masif yang dikenal sebagai generasi milenial merupakan kelompok yang paling dekat dengan inovasi teknologi, terutama internet dan media sosial. Generasi ini lahir pada rentang tahun 1980–2000 dan dikenal sebagai pengguna aktif teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam mencari informasi terkait pengasuhan anak (*parenting*) (Lesmana, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa generasi milenial merupakan kelompok dengan persentase pengguna internet terbesar di Indonesia, dan banyak di antaranya yang kini memasuki fase menjadi orang tua. Kondisi ini mendorong pergeseran sumber pengetahuan *parenting* yang sebelumnya diperoleh dari orang tua, tokoh masyarakat, atau buku, menjadi berbasis media digital yang bersifat cepat, instan,

Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai ruang berbagi informasi, tetapi juga menjadi kanal pembelajaran informal bagi orang tua dalam memahami pola pengasuhan modern. Platform seperti Instagram, TikTok, dan YouTube menyediakan berbagai konten *parenting*, mulai dari tips mengatasi tantrum, stimulasi tumbuh kembang anak, hingga rekomendasi gaya pengasuhan tertentu seperti *Montessori*, *positive parenting*, maupun *gentle parenting* (Maulida & Sumanto, 2025). Fenomena ini turut melahirkan kelompok baru bernama *parent influencers*, yaitu individu yang membagikan pengalaman pengasuhan dan memiliki peran sebagai rujukan bagi orang tua milenial. Kehadiran influencer ini memperkuat fenomena sosial baru dimana orang tua lebih mempercayai konten digital dibandingkan nasihat keluarga atau ahli tradisional.

Namun, meningkatnya konsumsi informasi *parenting* melalui media sosial juga menghadirkan tantangan baru. Meski akses informasi menjadi lebih luas,



tidak semua konten *parenting* memiliki dasar valid yang sesuai dengan prinsip perkembangan anak. Sebagian informasi bersifat opini personal, bersumber dari pengalaman, atau bahkan bertentangan dengan kaidah psikologi perkembangan anak. Hal ini berpotensi memunculkan kebingungan, tekanan sosial, hingga ketidakpastian dalam penerapan gaya pengasuhan (*uncertainty reduction*), terutama bagi orang tua baru yang sedang berproses memahami peran mereka (Septiani et al., 2021). Dalam konteks ini, teori pengaruh sosial Kelman (dalam Psychologs Web, 2024) menjelaskan bahwa perubahan perilaku dapat terjadi melalui tiga proses yaitu internalisasi, identifikasi, dan compliance, yang memungkinkan konten di media sosial memengaruhi praktik pengasuhan orang tua secara nyata.

Di sisi lain, pengasuhan merupakan aspek fundamental dalam perkembangan anak, karena keluarga menjadi lingkungan pendidikan pertama yang membentuk karakter, moral, serta kompetensi sosial dan emosional anak. Penelitian sebelumnya menegaskan bahwa gaya pengasuhan memiliki hubungan erat dengan perkembangan kepribadian, perilaku, dan kesehatan mental anak (Fadlillah & Fauziah, 2022). Oleh karena itu, perubahan paradigma pengasuhan akibat paparan media sosial menjadi fenomena penting untuk dikaji, terutama dalam konteks generasi milenial

sebagai orang tua digital native.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berfokus pada bagaimana media sosial memengaruhi gaya pengasuhan orang tua milenial. Mengingat masih terbatasnya penelitian di Indonesia yang secara spesifik membahas hubungan antara penggunaan media sosial dan perubahan pola pengasuhan generasi milenial, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap kajian komunikasi digital, *parenting*, dan perkembangan anak. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi orang tua, pendidik, praktisi *parenting*, serta pembuat kebijakan dalam mendorong pemanfaatan media sosial sebagai sumber informasi *parenting* yang lebih kritis, sehat, dan edukatif.

B. Metodologi Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretatif (Interpretative Phenomenological Analysis / IPA). Pendekatan IPA dipilih karena tujuan penelitian adalah memahami pengalaman subjektif orang tua milenial dalam memaknai dan menerapkan informasi pengasuhan yang diperoleh dari media sosial, serta bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi gaya pengasuhan mereka (UNESA, 2025). Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menggali makna, konteks, dan proses



perubahan sikap/perilaku di kehidupan nyata peserta (Hartman & Squires, 2024). Untuk mendukung penyajian dan komparasi antar kasus, tahap penyajian data akan memanfaatkan prinsip reduksi dan display ala Miles & Huberman sehingga hasil dapat diperlihatkan secara tematik dan inter-kasus.

2. Subjek dan Informan Penelitian

Penelitian menggunakan purposive sampling untuk memilih informan yang relevan dengan tujuan studi. Kriteria inklusi informan adalah:

1. Berstatus orang tua generasi milenial (lahir 1980–2000)
2. Memiliki anak usia 0–10 tahun
3. Aktif menggunakan media sosial (minimal 1–2 jam/hari pada platform seperti Instagram, TikTok atau YouTube)
4. Bersedia diwawancarai serta berbagi dokumentasi penggunaan media sosial terkait *parenting*.

Jumlah informan direncanakan 8 (delapan) orang untuk memungkinkan eksplorasi mendalam dan perbandingan lintas kasus—cukup untuk IPA yang menekankan kualitas data daripada kuantitas. Selain informan utama, peneliti dapat melibatkan 2–3 informan pendukung (misal. pasangan atau guru PAUD) bila diperlukan untuk triangulasi.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan secara multimodal untuk menangkap

pengalaman dan praktik nyata informan, meliputi:

1. Wawancara mendalam (semi-struktural): wawancara selama 60–90 menit, dilakukan satu sampai dua kali per informan (wawancara lanjutan jika diperlukan) untuk menggali pengalaman, sumber rujukan media sosial, persepsi terhadap konten *parenting*, dan perubahan praktik pengasuhan. Panduan wawancara berisi topik: kebiasaan penggunaan media sosial, jenis konten *parenting* yang diikuti, proses adopsi gagasan *parenting*, dan contoh penerapan di rumah.
2. Observasi non-partisipatif: pengamatan terhadap interaksi orang tua-anak (jika memungkinkan), serta observasi perilaku online informan—mis. jenis posting, komentar, dan interaksi dengan parent influencers. Observasi dirancang sealamiah mungkin dan dicatat lapangan.
3. Dokumentasi digital: pengumpulan screenshot konten *parenting* yang diikuti informan (post, caption, komentar), metadata (tanggal, jumlah like/komentar), serta bukti penggunaan (history/playlist, bookmark). Dokumen ini menjadi bukti kontekstual pengaruh media sosial.
4. Catatan lapangan & refleksi peneliti: mencatat konteks wawancara, bahasa tubuh, dan refleksi awal peneliti

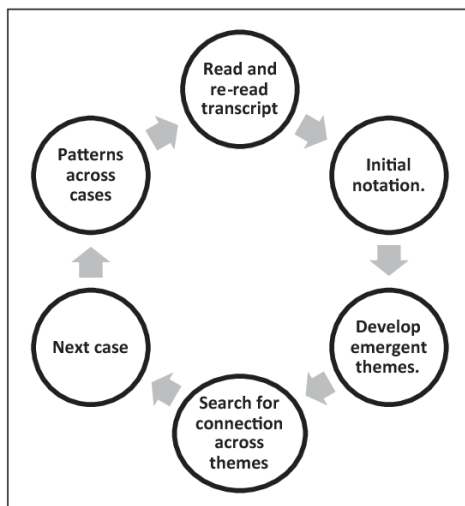


untuk mendukung interpretasi.

5. Semua teknik disertai prosedur etika: informed consent tertulis/verbal, jaminan anonimitas, dan opsi penarikan diri.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dalam dua lapis yang saling melengkapi: IPA sebagai kerangka utama untuk menafsirkan pengalaman subjektif dan tahapan Miles & Huberman untuk penyajian, reduksi, dan perbandingan antar kasus.



Gambar 1. Langkah-langkah Interpretative Phenomenological Analysis

Langkah-langkah analisis (ringkasan):

1. Transkripsi & pembacaan berulang (reading & re-reading): semua wawancara ditranskrip verbatim; peneliti membaca ulang untuk familiarisasi.
2. Initial noting / descriptive coding:

pencatatan awal pada level kata, metafora, emosi, dan konteks pengalaman.

3. Developing emergent themes (IPA): menghasilkan tema-tema muncul (experiential themes) per kasus yang menangkap makna utama pengalaman informan.
4. Searching for connections across themes: mengidentifikasi keterkaitan tema dalam satu kasus; mengelompokkan menjadi tema induk dan sub-tema (Grahani et al., 2024).
5. Cross-case analysis (Miles & Huberman dalam Dressman et al., 2025): menyusun matriks/ tabel perbandingan antar informan untuk menemukan pola umum, variasi, dan kondisi yang memoderasi pengaruh media sosial terhadap gaya pengasuhan.
6. Triangulasi & verifikasi: membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi; melakukan member checking dengan beberapa informan untuk meningkatkan kredibilitas; serta menggunakan audit trail untuk keterlacakan analisis.
7. Penarikan kesimpulan & representasi: menyajikan temuan dalam narasi tematik didukung kutipan informan, tabel tema, dan contoh dokumentasi digital.
8. Keabsahan dan reliabilitas: validitas

data ditingkatkan melalui triangulasi sumber (wawancara, observasi, dokumen), triangulasi teknik (semistruktur interview + observation), member checking, dan deskripsi tebal (thick description) agar pembaca dapat menilai transferabilitas temuan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

1. Profil Singkat Informan

Tabel 1 Hasil Uji t Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) dan Penyerapan Tenaga Kerja

Kode	Usia	Jenis Kelamin	Jumlah Anak	Platform	Durasi/Hari
I1	32	P	1	Instagram	2-3 jam
I2	34	L	1	YouTube	1-2 jam
I3	30	P	2	TikTok, Instagram	3-4 jam
I4	35	P	1	Instagram	2 jam
I5	33	L	2	YouTube, TikTok	1 jam
I6	29	P	1	TikTok	4 jam
I7	31	P	2	Instagram	2 jam
I8	36	L	1	YouTube	90 menit

Sumber : Olahan data peneliti (2025)

2. Temuan Utama Penelitian

Dari analisis IPA dan cross-case comparison, ditemukan empat tema utama:

Tema 1: Media Sosial sebagai Sumber Pengetahuan Parenting Utama

Sebagian besar informan mengaku bahwa informasi *parenting* pertama kali mereka akses berasal dari konten digital, bukan sumber tradisional.

"Saya tahu tentang gentle parenting dari Instagram, bukan dari orang tua atau buku. Awalnya coba-coba, lama-lama jadi

kebiasaan baru." (I3)

Media sosial diposisikan sebagai "guru kedua" setelah pengalaman langsung.

Tema 2: Pembentukan Identitas sebagai Orang Tua Modern

Media sosial membentuk norma dan standar baru mengenai "*parenting* ideal" yang harus dicapai oleh orang tua milenial.

"Kalau lihat konten Montessori di TikTok rasanya harus bisa juga, supaya anak nggak tertinggal." (I6)

Informan menyebut munculnya FOMO, kompetisi implisit, dan pembentukan kebiasaan dokumentatif (mengunggah proses *parenting*).

Tema 3: Penerapan Praktik Pengasuhan Berbasis Konten

Bentuk penerapan nyata yang ditemukan antara lain:

1. sleep training
2. toilet training
3. emotional validation
4. sensory play dan aktivitas edukatif berbasis DIY
5. penggunaan jadwal makan dan growth tracker digital

"Awalnya saya pikir tantrum itu anak nakal, tapi setelah melihat konten psikolog anak saya jadi lebih memahami bahwa itu bagian dari proses emosi." (I1)

Tema 4: Tantangan, Konflik, dan Evaluasi Kritis

Beberapa informan mengalami:



1. kebingungan karena informasi yang saling bertentangan,
2. kecemasan saat merasa tidak mampu mengikuti tren *parenting*,
3. perbedaan perspektif dengan keluarga (nenek/kakek mindset tradisional).

"Banyak sekali metode, kadang saya bingung harus ikut yang mana. Bahkan kadang saya berhenti nonton dulu biar nggak stres." (I2)

Namun sebagian informan belajar lebih selektif, dengan menyaring konten berdasarkan sumber ahli.

3. Temuan Penunjang Observasi

Observasi menunjukkan:

1. 6 dari 8 informan aktif menyimpan, bookmark, atau membagikan konten *parenting*.
2. 4 informan mempraktikkan interaksi verbal yang lebih demokratis dalam komunikasi dengan anak.

Pembahasan

1. Konsep Media Sosial

Media sosial dapat dipahami sebagai suatu ruang digital yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi informasi, serta membangun jaringan komunikasi melalui berbagai format konten (Damayanti et al., 2023). Dalam konteks komunikasi modern, media sosial berkembang sebagai platform yang memfasilitasi pertukaran pesan secara cepat, dinamis, dan lintas batas geografis.

Pengguna dapat mengunggah teks, gambar, audio, maupun video untuk kemudian diterima, dikomentari, atau dibagikan kembali oleh pengguna lainnya. Dengan demikian, media sosial tidak hanya menjadi medium penyebaran informasi, tetapi juga wadah kolaborasi dan partisipasi sosial dalam skala luas.

Secara konseptual, media sosial merupakan produk dari perkembangan teknologi digital berbasis Web 2.0, yaitu sebuah fase internet yang memungkinkan pengguna tidak hanya sebagai konsumen informasi, tetapi juga sebagai produsen konten (*user-generated content*) (Christine et al., 2024). Hal ini menciptakan ekosistem komunikasi dua arah yang interaktif, berbeda dengan media tradisional yang bersifat satu arah. Dalam ekosistem ini, pengguna memiliki kebebasan untuk memodifikasi, menciptakan ulang, dan menyebarkan informasi sesuai kebutuhan dan preferensi masing-masing.

Karakteristik utama media sosial terletak pada sifatnya yang terbuka, fleksibel, dan responsif. Platform seperti TikTok, Instagram, WhatsApp, Facebook, atau YouTube menyediakan fitur yang memungkinkan pengguna melakukan interaksi secara real-time melalui komentar, pesan pribadi, video live, dan reaksi emosi digital seperti like atau emoji. Keterlibatan ini menjadikan media sosial sebagai ruang sosial virtual yang menyerupai pola interaksi dalam



kehidupan nyata.

Selain sebagai sarana komunikasi, media sosial juga berkembang menjadi sumber pengetahuan, hiburan, bahkan identitas digital (Salsa, 2025). Banyak pengguna mengakses media sosial untuk memperoleh informasi, belajar keterampilan baru, atau mengikuti tren. Di sisi lain, media sosial juga menjadi ruang personal branding, di mana individu atau kelompok dapat membangun citra diri dan memperluas pengaruh sosial.

Perkembangan pengguna media sosial menunjukkan peningkatan signifikan dari tahun ke tahun. Aksesibilitas perangkat mobile, kemudahan jaringan internet, serta perubahan gaya hidup digital menjadikan media sosial sebagai bagian dari kegiatan sehari-hari. Berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, kini terhubung dalam ekosistem ini.

Melalui berbagai pemahaman tersebut, dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan platform digital interaktif yang memungkinkan pengguna melakukan aktivitas berbagi, berkomunikasi, serta menciptakan relasi sosial melalui berbagai format konten. Keberadaan media sosial telah mengubah cara manusia berkomunikasi, memperoleh pengetahuan, serta memaknai keterhubungan dalam era digital.

2. Konsep *Milenial Parenting*

Milenial parenting merujuk pada pola pengasuhan yang dilakukan oleh individu yang lahir pada era 1980-an hingga pertengahan 1990-an, yang kini memasuki fase sebagai orang tua. Gaya pengasuhan ini memiliki karakteristik yang berbeda dari generasi sebelumnya karena dipengaruhi oleh perkembangan teknologi informasi, globalisasi budaya, serta perubahan nilai sosial dalam kehidupan modern (Sparks, 2025). Generasi milenial tumbuh di tengah revolusi digital, sehingga mereka terbiasa dengan teknologi, akses informasi cepat, dan pola komunikasi interaktif. Kondisi tersebut membentuk cara pandang baru terhadap pengasuhan yang lebih adaptif, reflektif, dan berdasar pada pengetahuan yang mudah diakses.

Dalam praktiknya, orang tua milenial lebih menekankan hubungan emosional yang hangat dan komunikasi dua arah dengan anak. Pendekatan ini memberi ruang bagi anak untuk berekspresi, menyampaikan pendapat, serta memahami alasan di balik aturan yang dibuat orang tua. Dibandingkan model pengasuhan tradisional yang cenderung hierarkis, *milenial parenting* memprioritaskan dialog, empati, dan pengembangan kecerdasan emosional. Pendekatan tersebut sejalan dengan nilai pengasuhan kontemporer yang mengedepankan perkembangan psikologis dan kesehatan mental anak



sebagai bagian penting dari proses tumbuh kembang (Sudin, 2025).

Selain itu, orang tua milenial cenderung memadukan nilai tradisional dengan praktik *parenting* modern. Walaupun prinsip moral keluarga tetap dijaga, mereka lebih fleksibel dalam mengatur peran gender dan pembagian tugas rumah tangga. Banyak keluarga milenial menerapkan pola kerja sama antara ibu dan ayah dalam mengurus anak, mulai dari pemberian makan, pendidikan, hingga kebutuhan emosional. Pola ini menggeser konsep pengasuhan yang dulu terfokus pada ibu sebagai pengasuh utama menjadi model yang lebih setara.

Akses terhadap sumber belajar digital seperti webinar, artikel *parenting*, media sosial, hingga komunitas online turut membentuk pengetahuan dan referensi pengasuhan bagi generasi ini. Informasi yang tersedia dengan cepat mendorong orang tua milenial mengambil keputusan berdasarkan evaluasi dan pertimbangan rasional, bukan sekadar pengalaman turun-temurun. Namun, keterbukaan terhadap informasi ini juga membuat generasi milenial lebih kritis memilih praktik yang sesuai dengan kebutuhan anak dan konteks keluarga.

3. Media Sosial sebagai Ruang Belajar *Parenting* Baru

Hasil penelitian menunjukkan

bahwa media sosial kini telah menjadi sumber utama pembelajaran pengasuhan bagi orang tua milenial. Mayoritas informan menyebutkan bahwa pengetahuan awal mengenai pola asuh modern, seperti *gentle parenting*, emotional coaching, atau metode Montessori, justru diperoleh melalui konten Instagram, TikTok, dan YouTube, bukan melalui buku atau kursus *parenting* formal. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran paradigma belajar dari model tradisional berbasis teks menuju model berbasis visual-digital yang lebih cepat, ringkas, dan mudah diakses.

Selain itu, kehadiran fitur seperti reels, short videos, dan carousel edukatif mempermudah orang tua dalam memahami informasi *parenting* secara praktis dan aplikatif. Beberapa informan mengaku lebih mudah memahami teknik seperti handling tantrum atau sensory play melalui video demonstratif dibandingkan dengan membaca teori dalam buku. Dengan demikian, media sosial bukan hanya menjadi media informasi tetapi juga media tutorial langsung.

Penggunaan media sosial sebagai ruang belajar *parenting* juga dipengaruhi oleh fleksibilitas akses (Fiqiah, 2024). Orang tua dapat belajar kapan saja, misalnya saat menunggu anak tidur, beristirahat, atau bahkan saat bekerja. Pola konsumsi informasi ini sangat sesuai dengan karakteristik gaya hidup generasi



milennial yang multitasking dan menginginkan akses cepat pada informasi.

Selain konten edukatif, beberapa platform juga menyediakan ruang diskusi berbentuk comment section dan live session yang memungkinkan interaksi dua arah antara pengguna dengan pembuat konten atau antar sesama orang tua. Fitur ini memperkuat fungsi media sosial sebagai sarana belajar kolaboratif, bukan hanya konsumsi pasif informasi.

Temuan juga menunjukkan bahwa algoritma media sosial berperan penting dalam pengalaman belajar pengguna. Ketika orang tua mencari atau menyimpan konten tertentu, algoritma secara otomatis merekomendasikan konten serupa sehingga mempercepat internalisasi konsep. Proses ini membuat pembelajaran terasa personal, selektif, dan berkelanjutan.

Namun, ketergantungan pada algoritma juga berarti bahwa proses pengetahuan tidak sepenuhnya dikendalikan oleh orang tua, melainkan oleh sistem berbasis mesin. Dengan kata lain, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai ruang belajar, tetapi juga sebagai pengarah pola pikir (thought-shaping mechanism). Hal ini dapat berdampak positif maupun negatif tergantung kualitas sumber yang diikuti.

4. Transformasi Paradigma Pengasuhan

Generasi Milenial

Penelitian ini menemukan bahwa media sosial memainkan peran signifikan dalam menggeser paradigma pengasuhan dari pola lama (otoriter) menuju pola yang lebih demokratis dan berbasis kemampuan pengembangan anak. Banyak informan yang mengaku awalnya menerapkan pola asuh seperti orang tua mereka dulu, namun berubah setelah mengenal konten *parenting* di ruang digital.

Transition pembelajaran ini terutama terlihat dalam konsep *gentle parenting*, yang menekankan validasi emosi, komunikasi dua arah, dan rasa hormat terhadap anak. Informan I1 menuturkan bahwa ia awalnya memarahi anak ketika tantrum karena menganggap perilaku tersebut sebagai tanda “nakal”. Namun setelah terpapar konten edukasi, ia memahami bahwa tantrum adalah bentuk ekspresi emosional dan bagian perkembangan natural.

Perubahan paradigma ini juga ditunjang oleh meningkatnya akses terhadap konten *parenting* berbasis psikologi perkembangan dan neuroscience. Dengan banyaknya pembuat konten yang merupakan psikolog, konselor keluarga, atau tenaga pendidik profesional, orang tua milenial semakin percaya bahwa *parenting* harus didukung dengan data dan pemahaman ilmiah, bukan semata tradisi.



Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa perubahan pola asuh tidak terjadi secara tiba-tiba, tetapi melalui proses refleksi panjang. Beberapa informan mengaku mengalami konflik internal saat meninggalkan pola asuh konvensional, terutama ketika nilai keluarga tradisional berhadapan dengan ide *parenting* modern.

Selain itu, perubahan paradigma ini menciptakan semacam identitas baru: orang tua sadar pendidikan yang aktif mencari referensi *parenting* terbaik. Identitas ini memperkuat motivasi orang tua untuk terus memperbaiki gaya pengasuhan mereka.

Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa media sosial berfungsi sebagai agen transformasi nilai dan praktik pengasuhan pada generasi milenial.

5. Media Sosial sebagai Pembentuk Identitas dan Komunitas

Media sosial bukan hanya menjadi sarana memperoleh informasi *parenting*, tetapi juga membentuk identitas sebagai orang tua modern (Sogen et al., 2025). Banyak informan mengaku merasa lebih percaya diri saat terlibat dalam komunitas digital yang memiliki nilai *parenting* serupa. Kehadiran kelompok ini menghadirkan rasa belonging dan dukungan emosional.

Pembentukan identitas ini terlihat dari perilaku informan yang gemar

mengikuti akun *parenting* populer, membagikan konten yang relevan, serta menggunakan istilah *parenting* tertentu dalam interaksi sehari-hari. Misalnya, penggunaan istilah seperti "stimulus play", "sensory bin", atau "positive reinforcement" menjadi bagian dari bahasa pengasuhan baru.

Selain sebagai ruang identitas, media sosial juga menjadi wadah komunitas belajar *parenting*. Beberapa informan mengikuti grup diskusi WhatsApp, Facebook, atau live class *parenting*. Di ruang ini, mereka saling bertukar pengalaman dan menyampaikan tantangan yang mereka hadapi dalam menghadapi perilaku anak.

Validasi sosial juga menjadi faktor penting yang ditemukan dalam penelitian ini. Informan merasa dihargai ketika postingan tentang aktivitas anak mereka mendapatkan likes, komentar positif, atau dibagikan ulang. Hal ini memperkuat motivasi untuk terus mendokumentasikan praktik *parenting* yang dianggap ideal.

Di sisi lain, media sosial juga menciptakan norma *parenting* baru yang secara implisit memberi tekanan pada orang tua untuk tampil sebagai "good parent." Norma ini dapat melahirkan kebiasaan membandingkan diri dengan orang tua lain, terutama dalam hal stimulasi anak, makanan sehat, perkembangan bahasa, dan milestone pertumbuhan.



Namun secara keseluruhan, media sosial tetap menjadi ruang sosial yang memperluas jaringan dukungan *parenting*. Hal ini sangat berbeda dengan generasi sebelumnya yang belajar *parenting* dalam ruang privat.

Dengan demikian, fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial berperan sebagai pembentuk identitas sosial orang tua milenial sekaligus ruang relasi dan komunikasi antar-keluarga digital.

6. Dampak Psikologis: *Empowerment* vs *Parent Anxiety*

Hasil penelitian menunjukkan adanya dualitas dampak media sosial terhadap kondisi psikologis orang tua. Di satu sisi, media sosial memberikan *empowerment* melalui akses pengetahuan yang luas dan inspirasi praktik *parenting* dari orang tua lain. Beberapa informan menyatakan bahwa mereka merasa lebih kompeten setelah menerapkan tips *Parenting* yang dipelajari dari media sosial.

Empowerment ini juga muncul karena adanya testimoni orang tua lain yang menunjukkan keberhasilan setelah menerapkan metode tertentu. Hal tersebut membuat pengguna merasa bahwa mereka tidak sendiri menghadapi tantangan perkembangan anak. Kehadiran fitur komentar dan direct message membuat hubungan antarorang tua terasa lebih personal dan interaktif.

Namun di sisi lain, media sosial juga memunculkan tekanan psikologis berupa kecemasan, rasa tidak kompeten, hingga frustrasi ketika anak tidak menunjukkan perkembangan sesuai ekspektasi. Banyak informan merasa terpacu untuk mengikuti standar "*perfect parenting*" yang kerap dimunculkan dalam konten visual yang rapi dan ideal.

Perbandingan sosial menjadi salah satu pemicu anxiety tertinggi. Ketika melihat orang tua lain berhasil menerapkan *sleep training* atau menampilkan anak yang disiplin, beberapa informan merasa bahwa mereka gagal sebagai orang tua. Emosi ini semakin kuat ketika konten *parenting* ditampilkan dalam format glamor dan estetik.

Selain itu, beberapa informan mengaku bahwa terlalu sering mengonsumsi konten *parenting* membuat mereka terlalu analitis dan takut salah. Fenomena ini disebut sebagai over-research fatigue, yaitu keadaan ketika terlalu banyak informasi justru membuat keputusan *parenting* lebih sulit ... (Validnews, 2024).

Dengan demikian, temuan ini menegaskan bahwa media sosial memiliki dua wajah dalam memengaruhi psikologi orang tua: sebagai sumber pemberdayaan dan sekaligus sumber kecemasan *parenting*.

7. Tantangan Literasi Digital dalam



Mengelola Informasi *Parenting*

Penelitian menemukan bahwa salah satu tantangan terbesar dalam penggunaan media sosial untuk *parenting* adalah rendahnya kemampuan literasi digital. Sebagian besar informan mengalami kesulitan dalam membedakan informasi berbasis ahli dengan opini personal yang dikemas menarik.

Informan menyebut adanya banyak konten *parenting* yang tidak konsisten atau bertentangan, terutama terkait nutrisi, sleep training, vaksinasi, dan metode disiplin. Kondisi ini sering kali memunculkan kebingungan dan membuat orang tua mencari informasi secara berulang tanpa keputusan final.

Fenomena ini diperburuk oleh kehadiran influencer non-ahli yang memiliki audiens besar karena gaya penyampaian yang menarik dan relatable. Beberapa orang tua mengaku pernah mengikuti saran *parenting* yang ternyata tidak sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

Rendahnya literasi digital juga memengaruhi cara orang tua menyebarkan informasi *parenting* dalam keluarga. Informasi digital sering kali dianggap valid hanya karena berasal dari akun populer, bukan karena bukti ilmiah.

Meskipun demikian, beberapa informan menunjukkan upaya peningkatan literasi digital melalui tindakan membandingkan sumber,

mengikuti konten ahli, dan bergabung dalam forum validasi informasi. Artinya, kemampuan literasi digital dapat berkembang seiring kesadaran orang tua terhadap risiko misinformasi.

Tantangan literasi digital ini harus dipahami bukan sebagai keterbatasan individu semata, tetapi sebagai tantangan struktural yang memerlukan intervensi edukatif dalam ruang digital.

8. Adaptasi Kritis dalam Praktik *Parenting*

Walaupun media sosial berperan besar dalam memengaruhi pola pikir, orang tua milenial tidak sepenuhnya mengikuti konten secara pasif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan kemudian memasuki fase seleksi kritis ketika memilih praktik *parenting* yang mereka terapkan.

Adaptasi ini dilakukan dengan mempertimbangkan nilai keluarga, karakter anak, kapasitas ekonomi, dan waktu. Misalnya, meskipun banyak konten menampilkan permainan edukatif dengan peralatan mahal, beberapa informan memilih alternatif sederhana berbasis bahan rumah tangga.

Selain itu, pengalaman *parenting* membuat informan menyadari bahwa tidak semua metode berlaku universal. Hal ini mendorong refleksi *parenting*, di mana orang tua mencoba satu metode, lalu mengevaluasi dampaknya pada anak sebelum memutuskan melanjutkan atau

mengganti strategi.

Beberapa informan juga mulai membangun “aturan konsumsi konten”, seperti membatasi akun yang memunculkan tekanan psikologis atau hanya mengikuti konten berbasis ahli. Ini menunjukkan adanya mekanisme adaptasi psikologis terhadap pola konsumsi informasi.

Adaptasi kritis ini menunjukkan bahwa orang tua milenial tidak hanya menjadi konsumen pasif dari konten digital, tetapi juga aktor pengambil keputusan dalam keluarga. Peran refleksi ini menjadi ciri utama *parenting* generasi digital.

Media sosial bukan hanya mengubah cara orang tua mengasuh, tetapi juga cara mereka berpikir dan mengevaluasi praktik pengasuhan

9. Implikasi Akademik dan Praktis

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi penting pada pengembangan kajian komunikasi digital, *parenting* modern, dan perkembangan anak. Secara akademik, hasil penelitian mendukung teori bahwa media digital tidak hanya menyediakan informasi, tetapi juga membentuk perilaku dan identitas sosial.

Secara praktis, penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial perlu dilihat sebagai ruang edukasi publik yang memerlukan regulasi dan kurasi konten *parenting* berbasis ilmiah. Ini menjadi dasar bagi pengembangan

kebijakan digital literacy terutama bagi orang tua baru.

Temuan ini juga relevan bagi pendidik dan praktisi PAUD untuk merancang edukasi orang tua yang sejalan dengan tren informasi digital. Dengan semakin meningkatnya keterlibatan orang tua dalam proses pendidikan anak, pemahaman tentang media *parenting* digital menjadi semakin penting.

Selain itu, hasil penelitian dapat dimanfaatkan pembuat konten *parenting* untuk mengembangkan materi yang lebih empatik, realistis, dan tidak menciptakan tekanan kompetitif antar orang tua.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan landasan bagi pengembangan panduan edukasi *parenting* berbasis digital yang lebih kritis, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan anak dan orang tua.

D. Penutup

Media sosial memiliki peran signifikan dalam membentuk cara berpikir, praktik pengasuhan, serta identitas orang tua masa kini. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai ruang belajar interaktif yang memfasilitasi transformasi paradigma pengasuhan dari pola konvensional menuju praktik berbasis psikologi perkembangan, *science-based parenting*,



dan pendekatan gentle *parenting*. Selain itu, media sosial turut membentuk komunitas dan identitas digital orang tua, memberikan dukungan emosional, rasa memiliki, serta validasi sosial. Meski demikian, dampak media sosial bersifat dualistik—di satu sisi memberikan *empowerment* melalui akses pengetahuan dan komunitas, namun di sisi lain berpotensi memunculkan tekanan psikologis seperti parent anxiety, comparison effect, dan perfeksionisme. Kemampuan literasi digital menjadi faktor penentu apakah media sosial berperan positif atau negatif dalam praktik *parenting*. Penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua milenial tidak sepenuhnya pasif, tetapi mampu melakukan penyaringan, refleksi, dan adaptasi praktik pengasuhan sesuai konteks keluarga dan kebutuhan anak.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar orang tua milenial meningkatkan kapasitas literasi digital agar dapat menyaring informasi *parenting* dengan lebih kritis dan proporsional. Pemerintah dan lembaga pendidikan hendaknya memperkuat regulasi dan pedoman penyebaran konten *parenting* berbasis keilmuan agar tidak terjadi misinformasi yang membahayakan perkembangan anak. Platform media sosial juga diharapkan berkolaborasi dengan ahli dalam menyusun label edukatif atau verifikasi kompetensi pada konten *parenting* tertentu. Bagi akademisi,

penelitian lanjutan perlu dilakukan dengan cakupan lebih luas, melibatkan variabel psikologis, sosiodemografis, serta jenis platform media untuk memahami dinamika yang lebih kompleks. Sementara bagi tenaga pendidik PAUD dan pembuat konten *parenting*, penting untuk mengembangkan konten yang inklusif, realistis, dan tidak menimbulkan standar pengasuhan yang tidak manusiawi atau penuh tekanan. Pada akhirnya, pengasuhan harus tetap berpijak pada keseimbangan antara ilmu, intuisi orang tua, serta kebutuhan unik setiap anak, bukan semata mengikuti tren digital.

E. Daftar Pustaka

- A Noegroho. Dkk. 2024. *Perencanaan Strategis Dalam Pendidikan*, Cv Widina Media Utama
- Adilla Aura Putri, Fitri Nurjihan, Rieke Corry Betsena Br. Tarigan, & Ika Febriana. (2024). Pengembangan Teks Laporan Penelitian Dalam Penyusunan Historiografi Sejarah. *KOHESI : Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(1), 15-28.
<https://doi.org/10.57094/koheSi.v5i1.1653>
- Darna Kristal Laia. (2024). Perubahan Bentuk Nomina Dalam Kontruksi Kalimat Bahasa Nias Utara Dialek Tengah Di Amandraya. *KOHESI : Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(1), 89-104.
<https://doi.org/10.57094/koheSi.v5i1.2258>



- H. Gowasa. 2024. Analisis Dampak Pendidikan Karakter Dalam Pembentukan Moral Anak. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i2.6441>
- Harefa, D. (2024). Preservation Of Hombo Batu: Building Awareness Of Local Wisdom Among The Young Generation Of Nias. *Haga : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 1-10. <https://doi.org/10.57094/haga.v3i2.2334>
- Harefa, D. (2024). Strengthening Mathematics And Natural Sciences Education Based On The Local Wisdom Of South Nias: Integration Of Traditional Concepts In Modern Education. *Haga : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 63-79. <https://doi.org/10.57094/haga.v3i2.2347>
- Harefa, D., Laia, B., Laia, F., & Tafonao, A. (2023). Socialization Of Administrative Services In The Research And Community Service Institution At Nias Raya University. *Haga : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 93-99. <https://doi.org/10.57094/haga.v2i1.928>
- M Limbong, Dkk. 2023. Prosiding Pengembangan Kurikulum dan Implementasinya dalam Kurikulum Merdeka Belajar di Era Revolusi Industri 4.0
- Mukminin, M. S. (2024). Tindak Tutur Ilokusi Dalam Lirik Lagu Gala Bunga Matahari Karya Sal Priadi (Kajian Pragmatik). *KOHESI : Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(1), 46-57. <https://doi.org/10.57094/kohe.v5i1.2017>
- Septiani, F. D., Fatuhurrahman, I., & Pratiwi, I. A. (2021). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1104-1111. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1346>
- Sogen, M. M. B., Mbuik, H. B., Feka, V. P., Beama, E., Auw, H., Onggong, C., & Timu, D. (2025). Sosialisasi Techno Parenting: Mewujudkan Pola Asuh Positif Era Digital di Desa Suanae. *Room of Civil Society Development*, 4(4), 598-610. <https://doi.org/10.59110/rcsd.684>
- Sparks. (2025, November 25). *Milenial Parenting: Karakteristik dan Tantangan dalam Pengasuhan*. Sparks Sport Academy.
- Sudin, A. A. (2025, September 24). *Parenting Tradisional vs Modern, Mana Tepat?* RRI.
- UNESA. (2025). *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA): Prinsip dan Konteks Penggunaannya dalam Pendidikan Anak Usia Dini*. UNESA S2 PAUD.
- Validnews. (2024, July 23). *Decision Fatigue; Banyak Persoalan Bikin Keputusan Jadi Tak Optimal*. Validnews.

