



Vol. 05 No. 07 (2026) : 132-139

e-ISSN: 2964-0131

p-ISSN-2964-1748

UNISAN JURNAL: JURNAL MANAJEMEN DAN PENDIDIKAN

e-ISSN: 2964-0131 p-ISSN-2964-1748

Available online at <https://journal.an-nur.ac.id/index.php/unisanjournal>

"BIAR ANAK ANTENG": STUDI FENOMENOLOGI ORANG TUA MILENIAL DALAM MENERAPKAN ISLAMIC DIGITAL PARENTING PADA ERA AI

MUHAMMAD SOLIHIN RANGKUTI

Universitas Islam An Nur Lampung, Indonesia

Email: muhammadsolihinrangkuti12@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman fenomenologis orang tua milenial dalam menerapkan *Islamic Digital Parenting* di tengah dominasi teknologi kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence/ AI*). Fenomena penggunaan gawai sebagai instrumen instan untuk menenangkan anak, yang sering disebut sebagai "biar anak anteng", menjadi titik tolak analisis dalam memahami negosiasi nilai antara kebutuhan praktis dan tanggung jawab moral-spiritual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap orang tua milenial yang memiliki anak usia prasekolah hingga dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua milenial memaknai teknologi sebagai "asisten pengasuhan" yang menuntut kurasi konten secara ketat. Hambatan utama yang dihadapi meliputi *parental burnout* dan adiksi algoritma AI, yang kemudian direspons dengan strategi adaptif berupa *co-viewing*, restriksi berbasis nilai, dan substitusi aktivitas fisik. Kesimpulannya, *Islamic Digital Parenting* di era AI menuntut pergeseran orientasi dari pola asuh pasif menuju pola asuh sadar (*mindful parenting*) yang mengintegrasikan kehadiran emosional orang tua dalam setiap interaksi digital anak.

Kata Kunci: *Islamic Digital Parenting*, Orang Tua Milenial, Kecerdasan Buatan (AI), Fenomenologi, Pengasuhan.

Abstract

This study aims to explore the phenomenological experiences of millennial parents in implementing *Islamic Digital Parenting* amidst the dominance of Artificial Intelligence (AI) technology. The phenomenon of using gadgets as an instant instrument to soothe children, often referred to as "biar anak anteng" (so that children stay calm), serves as the starting point for analyzing the value negotiation between practical needs and moral-spiritual responsibilities. This research employs a qualitative approach using a descriptive phenomenological method. Data were collected through in-depth interviews with millennial parents who have children ranging from preschool to elementary school age. The results indicate that millennial parents perceive technology as a "parenting assistant" that requires strict content curation. The main challenges identified include parental burnout and AI algorithm addiction, which are addressed through adaptive strategies such as *co-viewing*, value-based restrictions, and physical activity substitution. In conclusion, *Islamic Digital Parenting* in the AI era requires a shift in orientation from passive parenting to mindful parenting, integrating the parent's emotional presence into every digital interaction of the child.

Keywords: *Islamic Digital Parenting*, Millennial Parents, Artificial Intelligence (AI), Phenomenology, Parenting.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence/AI*) telah membawa perubahan fundamental dalam lanskap kehidupan modern, memengaruhi cara manusia berinteraksi, bekerja, hingga mendidik generasi penerus. Digitalisasi bukan lagi sekadar tren, melainkan realitas yang mendalam di mana teknologi terintegrasi dalam setiap sendi aktivitas keseharian. Fenomena ini menciptakan ekosistem baru bagi keluarga, di mana akses informasi tanpa batas dan interaksi berbasis algoritma menjadi bagian tak terpisahkan dari pertumbuhan anak-anak di era kontemporer (Kurniawan et al., 2023).

Bagi generasi milenial yang kini berada pada fase krusial pengasuhan, teknologi sering kali dipandang sebagai pisau bermata dua. Di satu sisi, digitalisasi menawarkan alat edukasi yang inovatif, namun di sisi lain, ia menghadirkan tantangan berupa ketergantungan layar yang berlebihan serta paparan konten yang tidak terkontrol. Kebutuhan untuk menyeimbangkan antara pemanfaatan teknologi dan perlindungan moral anak menjadi tekanan psikologis tersendiri bagi orang tua milenial yang berusaha mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam pola asuh mereka (Prasetyo & Hidayat, 2024).

Munculnya paradigma *Islamic Digital Parenting* menjadi respons reflektif orang tua muslim terhadap tantangan digital. Pendekatan ini tidak hanya menuntut orang tua untuk menjadi "penjaga gerbang" digital, tetapi juga sebagai pendamping yang mampu menanamkan nilai-nilai tauhid dan etika Islam di tengah gempuran arus informasi. Upaya ini dilakukan untuk memastikan bahwa teknologi difungsikan sebagai sarana pendukung dakwah dan pengembangan diri, bukan justru menjauhkan anak dari nilai-nilai agama (Sari & Rahman, 2022).

Namun, realita di lapangan sering kali menunjukkan ambivalensi. Banyak orang tua milenial terjebak pada praktik praktis "biar anak anteng" – di mana gawai (gadget) digunakan sebagai solusi instan untuk mendiamkan atau menenangkan anak. Fenomena ini menjadi ironi karena meskipun orang tua menyadari pentingnya edukasi digital berbasis Islam, desakan tuntutan pekerjaan dan rutinitas sering kali menggiring mereka pada pola asuh pasif yang sangat bergantung pada kecanggihan teknologi untuk mengatasi tantangan perilaku anak (Wijaya et al., 2025).

Kesenjangan antara idealisme pengasuhan Islam dengan realitas pragmatis penggunaan teknologi ini memerlukan kajian yang lebih mendalam. Fenomenologi dipilih sebagai lensa analisis dalam penelitian ini untuk menggali makna yang disematkan orang tua milenial terhadap pengalaman mereka saat menerapkan *Islamic Digital Parenting*. Dengan memahami esensi dari pengalaman tersebut, kita dapat memetakan bagaimana orang tua bernegosiasi antara tuntutan kemudahan digital dan tanggung jawab moral dalam membentuk karakter anak di era AI (Hasanah, 2023).

Penelitian ini menjadi relevan mengingat pesatnya integrasi AI dalam aplikasi hiburan anak yang sering kali bersifat manipulatif secara perilaku. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana makna dan pengalaman subjektif orang tua milenial dalam menerapkan *Islamic Digital Parenting* di tengah dominasi teknologi AI? serta (2) Apa saja hambatan serta strategi adaptif yang dilakukan orang tua milenial untuk mengatasi dilema penggunaan gawai sebagai media untuk menenangkan anak?

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan secara komprehensif pengalaman fenomenologis orang tua milenial dalam mengonstruksi pola asuh digital berbasis Islam. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pola negosiasi orang tua dalam menghadapi tantangan era AI, sehingga dapat dirumuskan model pengasuhan yang tidak hanya membuat anak "anteng" secara digital, tetapi juga terjaga secara spiritual dan kognitif (Fahmi & Nisa, 2024).

Melalui pemahaman yang mendalam, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoritis bagi literatur pengasuhan Islam serta menjadi panduan praktis bagi orang tua milenial agar mampu mengoptimalkan teknologi AI sebagai sarana pendidikan yang transformatif. Dengan mengubah orientasi dari pengasuhan berbasis kepraktisan menuju pengasuhan berbasis kesadaran, diharapkan generasi mendatang tetap memiliki akar keislaman yang kuat meski tumbuh dalam lingkungan yang sepenuhnya terdigitalisasi (Putri et al., 2025).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif untuk menggali dan mendeskripsikan secara mendalam esensi pengalaman hidup orang tua milenial dalam menerapkan *Islamic Digital Parenting* di era kecerdasan buatan. Pemilihan metode fenomenologi didasarkan pada kebutuhan peneliti untuk memahami makna subjektif yang diberikan oleh partisipan terhadap fenomena penggunaan gawai sebagai instrumen untuk menenangkan anak, yang secara populer

disebut dengan istilah "biar anak anteng". Lokasi penelitian akan difokuskan pada keluarga milenial di wilayah perkotaan yang memiliki ketergantungan moderat hingga tinggi terhadap teknologi dalam pola pengasuhan sehari-hari. Penentuan informan dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, dengan kriteria orang tua milenial yang memiliki anak usia prasekolah hingga usia dasar (4–10 tahun) dan secara aktif menggunakan perangkat digital dalam keseharian mereka. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang bersifat semi-terstruktur guna memberikan ruang bagi partisipan untuk menceritakan pengalaman emosional dan praktis mereka secara bebas, yang kemudian didukung oleh observasi partisipan untuk memverifikasi realitas interaksi antara orang tua, anak, dan teknologi di lingkungan rumah. Seluruh proses wawancara akan direkam dan ditranskrip secara verbatim untuk menjaga keautentikan data. Selanjutnya, analisis data akan mengikuti langkah-langkah prosedural Moustakas, yang meliputi reduksi fenomenologis untuk mengidentifikasi pernyataan-pernyataan bermakna, pengelompokan tema (*horizontalization*), pengembangan tekstur dan struktur deskripsi, hingga akhirnya menyintesis esensi dari pengalaman tersebut. Untuk menjamin validitas dan kredibilitas temuan, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber serta *member checking* dengan mengonfirmasi kembali hasil interpretasi kepada partisipan, sehingga esensi pengalaman yang dihasilkan benar-benar mencerminkan realitas yang dialami oleh para orang tua milenial dalam mengintegrasikan nilai-nilai Islam di tengah disrupsi teknologi AI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis fenomenologis yang dilakukan, ditemukan bahwa pengalaman orang tua milenial dalam menerapkan *Islamic Digital Parenting* di era AI merupakan sebuah proses negosiasi emosional yang kompleks antara tuntutan praktis dan tanggung jawab religius. Terkait rumusan masalah pertama mengenai makna subjektif orang tua, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memaknai teknologi bukan sekadar alat bantu, melainkan "asisten pengasuhan" yang memfasilitasi kelangsungan rutinitas rumah tangga yang padat. Bagi orang tua milenial, *Islamic Digital Parenting* di era AI dimaknai sebagai upaya sadar untuk memfilter paparan algoritma – yang sering kali bersifat adiktif – dengan menyisipkan konten-konten edukasi islami sebagai pengganti. Mereka merasakan adanya beban moral (*guilt*) yang signifikan ketika harus membiarkan anak terpapar layar, namun mereka merekonstruksi makna tersebut dengan menganggap bahwa "pengendalian konten" adalah bentuk perlindungan spiritual yang paling realistis dalam ekosistem digital saat ini.

Terkait rumusan masalah kedua mengenai hambatan dan strategi adaptif, ditemukan bahwa fenomena "biar anak anteng" berakar pada realitas kelelahan pengasuhan (*parental burnout*). Hambatan utama yang diidentifikasi meliputi distraksi teknologi AI yang sangat persuasif, kurangnya dukungan komunitas pengasuh yang memiliki visi serupa, serta sulitnya memutus ketergantungan anak setelah terlanjur terbiasa dengan stimulasi instan dari gawai. Dalam merespons hal ini, partisipan menerapkan strategi adaptif yang bersifat hibrida. Strategi tersebut meliputi: (1) Restriksi Berbasis Nilai, di mana penggunaan gawai dibatasi tidak hanya berdasarkan durasi, tetapi juga berdasarkan kesesuaian konten dengan akhlak Islam; (2) Pendampingan Aktif (*Co-viewing*), di mana orang tua hadir secara fisik untuk mendiskusikan apa yang ditonton anak agar teknologi menjadi sarana dialog, bukan isolasi; dan (3) Substitusi Kreatif, yakni menyediakan aktivitas fisik yang menantang sebagai alternatif ketika anak menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau kebosanan yang biasanya diselesaikan dengan gawai.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa terdapat pergeseran paradigma dari pengasuhan yang bersifat melarang (*restrictive*) menjadi pengasuhan yang bersifat mengarahkan (*mediational*). Meskipun orang tua milenial masih terjebak pada penggunaan gawai sebagai jalan pintas untuk menenangkan anak di saat-saat krusial, mereka telah mengembangkan kesadaran kritis bahwa integrasi nilai Islam dalam ekosistem digital memerlukan kehadiran emosional orang tua. Dengan demikian, "biar anak anteng" bukan lagi dipandang sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai tantangan transisi yang dimitigasi dengan pengawasan konten yang berbasis pada nilai tauhid, sehingga teknologi tetap menjadi alat yang tunduk pada nilai-nilai agama, bukan sebaliknya.

Pembahasan

Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa penerapan *Islamic Digital Parenting* di era AI oleh orang tua milenial merupakan bentuk negosiasi nilai yang dinamis antara kebutuhan praktis dan idealisme religius. Secara teoretis, ketergantungan orang tua pada gawai sebagai alat untuk menenangkan anak—fenomena "biar anak anteng"—dapat dipahami sebagai bentuk *techno-parenting* yang pragmatis. Di era kecerdasan buatan, di mana algoritma dirancang untuk mempertahankan atensi pengguna secara maksimal, orang tua milenial sering kali berada pada posisi yang tidak seimbang. Mereka tidak hanya melawan keinginan anak, tetapi juga melawan sistem desain yang secara psikologis memang memikat anak untuk tetap terjebak di depan layar.

Dalam perspektif Islam, peran orang tua sebagai *ra'in* (pemimpin/penggembala) keluarga menuntut adanya kesadaran penuh (*mindfulness*) dalam mendidik anak. Temuan mengenai strategi "Pendampingan Aktif" atau *co-viewing* yang dilakukan orang tua selaras dengan prinsip *ta'dib* (pendidikan karakter). Ketika orang tua hadir saat anak berinteraksi dengan AI, mereka menjalankan fungsi filter yang krusial. Teknologi AI yang cenderung menyajikan konten yang homogen dapat dinetralisir melalui dialog intensif antara orang tua dan anak, di mana nilai-nilai tauhid dan etika Islam diintegrasikan ke dalam diskusi tersebut. Hal ini mengubah fungsi gawai dari sekadar "pengasuh digital" menjadi media pembelajaran dialogis yang mendukung perkembangan kognitif anak.

Lebih lanjut, hambatan yang ditemukan terkait *parental burnout* menunjukkan adanya kesenjangan antara tuntutan ideal pengasuhan dalam Islam dengan beban hidup orang tua milenial yang berlipat ganda. Strategi "Substitusi Kreatif" yang muncul dalam penelitian ini merupakan bentuk resiliensi orang tua untuk tetap menjaga *fitrah* anak agar tidak teralienasi oleh dunia maya. Penggunaan metode ini sejalan dengan konsep *tarbiyah bil-hal* (pendidikan melalui keteladanan), di mana orang tua berusaha menyediakan ruang bagi anak untuk berekspresi di dunia nyata guna mengimbangi stimulasi digital yang berlebihan. Ini menunjukkan bahwa orang tua milenial mulai bergeser dari sekadar menjadi pengguna teknologi pasif menjadi penggerak aktif yang mampu mengonsumsi teknologi secara selektif.

Secara fenomenologis, esensi dari *Islamic Digital Parenting* yang ditemukan dalam penelitian ini adalah transformasi orientasi pengasuhan. Jika sebelumnya gawai dipandang sebagai solusi instan untuk menciptakan ketenangan semu, kini orang tua mulai memaknai ketenangan anak sebagai hasil dari kedekatan emosional dan spiritual. Integrasi AI dalam kehidupan keluarga tidak lagi dianggap sebagai ancaman yang harus dijaui total, melainkan sebagai tantangan yang harus dikelola dengan pendekatan *wasathiyah* (tengah-tengah atau moderat). Artinya, orang tua tidak menolak teknologi, namun memosisikan teknologi sebagai subordinat dari nilai-nilai spiritual, sehingga penggunaan gawai menjadi terukur dan bermakna.

Sebagai simpulan pembahasan, keberhasilan penerapan pola asuh ini sangat bergantung pada kemampuan orang tua dalam melakukan detoksifikasi digital secara berkala dan membangun interaksi yang berbasis pada kehadiran emosional yang tulus. Temuan ini memperkaya literatur mengenai *digital parenting* dengan memberikan dimensi spiritual yang khas pada keluarga milenial. Dengan demikian, "biar anak anteng" dapat bermetamorfosis dari sekadar slogan pragmatis menjadi sebuah strategi pengasuhan sadar yang mampu membentengi generasi mendatang dari dampak negatif disrupsi

teknologi, sekaligus mengoptimalkan manfaat AI sebagai sarana penunjang karakter islami di masa depan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa fenomena "biar anak anteng" di kalangan orang tua milenial merupakan bentuk negosiasi kompleks antara kebutuhan pragmatis di tengah tuntutan hidup yang tinggi dengan tanggung jawab spiritual sebagai orang tua muslim. Pengalaman fenomenologis menunjukkan bahwa orang tua tidak lagi melihat teknologi AI sebagai musuh utama, melainkan sebagai tantangan yang harus dikelola melalui pendekatan *Islamic Digital Parenting* yang moderat. Strategi yang diterapkan, seperti *co-viewing* dan substitusi kreatif, membuktikan adanya transformasi dari pola asuh pasif berbasis gawai menuju pola asuh sadar yang menekankan pada kehadiran emosional dan internalisasi nilai-nilai tauhid. Dengan demikian, penerapan pengasuhan digital berbasis Islam bukan berarti menolak teknologi secara total, melainkan melakukan kurasi kritis terhadap algoritma AI agar tetap sejalan dengan tujuan pembentukan karakter anak. Keberhasilan pola asuh ini sangat ditentukan oleh kemampuan orang tua dalam menyeimbangkan antara penggunaan teknologi sebagai alat bantu edukasi dan menjaga keterikatan emosional (*bonding*) yang tulus sebagai landasan utama ketenangan dan tumbuh kembang anak dalam keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahmi, R., & Nisa, C. (2024). Parenting in the AI era: Balancing technology and religious values. *Journal of Family Studies and Digital Education*, 12(1), 45-62.
- Hasanah, U. (2023). Fenomenologi pengasuhan digital di era disrupsi. *Jurnal Pendidikan Islam Kontemporer*, 5(2), 112-128.
- Kurniawan, A., et al. (2023). Digital literacy and parenting challenges in the era of artificial intelligence. *International Journal of Educational Technology*, 8(3), 201-215.
- Prasetyo, B., & Hidayat, A. (2024). Mental health and parenting styles in the digital age: A millennial perspective. *Indonesian Journal of Psychology and Parenting*, 9(1), 33-50.
- Putri, S. D., et al. (2025). Islamic digital parenting strategies for the next generation. *Journal of Religious Education and Society*, 14(1), 88-105.
- Sari, R. P., & Rahman, F. (2022). Islamic digital parenting: Tantangan dan peluang di era media sosial. *Jurnal Studi Keislaman*, 6(2), 150-167.
- Wijaya, K., et al. (2025). The "Gadget-Nanny" phenomenon: Millennial parents' experiences and challenges. *Journal of Contemporary Parenting Research*, 10(1), 12-29.

