Jurnal Ilmiah Cahaya Paud
Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
P-ISSN. 2407-1064 E-ISSN. 2807-5552

Tumbuh Mandiri Di Era Digital: Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun Dalam Konteks Intensitas Penggunaan Gadget

Irma[1], Nur Cholimah[2]
Universitas Negeri Yogyakarta
Kampus Karangmalang, Yogyakarta
Email: irma.2025@student.uny.ac.id[1], nurcholimah@uny.ac.id[2]

Abstrak: Kemandirian merupakan salah satu kemampuan penting yang perlu dikembangkan pada anak usia 4–5 tahun. Namun, meningkatnya penggunaan *gadget* pada anak usia dini menimbulkan pertanyaan mengenai keterkaitannya dengan perkembangan kemandirian. Penelitian ini bertujuan mengkaji temuan penelitian terdahulu mengenai hubungan intensitas penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia 4–5 tahun. Penelitian menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) terhadap artikel ilmiah yang diterbitkan pada tahun 2022–2026. Literatur ditelusuri melalui Google Scholar, ERIC, DOAJ, ScienceDirect, Garuda, dan *Publish or Perish*, kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi melalui tahapan PRISMA. Sebanyak 15 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif dan sintesis tematik. Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* dengan intensitas tinggi dan tanpa pengawasan yang memadai cenderung berkaitan dengan permasalahan interaksi sosial, aktivitas fisik, perkembangan anak, dan regulasi diri yang dapat mendukung kemandirian. Sebaliknya, penggunaan *gadget* secara terarah dan disertai pendampingan orang tua berpotensi mendukung pembelajaran mandiri, kreativitas, dan pemecahan masalah. Keterkaitan tersebut juga dipengaruhi oleh tujuan penggunaan, kualitas konten, kondisi keluarga, kemampuan regulasi diri, dan keterlibatan orang tua. Kajian ini menegaskan bahwa intensitas penggunaan *gadget* perlu dipahami sebagai salah satu konteks yang berkaitan dengan kemandirian anak, bukan sebagai faktor tunggal yang menentukan perkembangannya. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan orang tua dan guru untuk menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan aktivitas fisik, interaksi sosial, eksplorasi lingkungan, dan pembiasaan kemandirian sesuai tahap perkembangan anak.

Kata kunci: *Anak Usia Dini, Gadget, Intensitas Penggunaan, Kemandirian, Systematic Literature Review*

***Abstract*:** *Independence is an essential ability that needs to be developed in children aged 4–5 years. However, the increasing use of gadgets among young children has raised concerns about its relationship with the development of independence. This study aims to examine previous research findings on the relationship between gadget use intensity and independence in children aged 4–5 years. The study employed a Systematic Literature Review (SLR) of scientific articles published between 2022 and 2026. The literature was searched through Google Scholar, ERIC, DOAJ, ScienceDirect, Garuda, and Publish or Perish, and then screened based on inclusion and exclusion criteria using the PRISMA process. A total of 15 articles met the inclusion criteria and were analyzed using descriptive analysis and thematic synthesis. The findings indicate that high-intensity gadget use without adequate supervision tends to be associated with problems in social interaction, physical activity, child development, and self-regulation, which may support children's independence. Conversely, purposeful gadget use accompanied by parental guidance has the potential to support independent learning, creativity, and problem-solving skills. These relationships are also influenced by the purpose of gadget use, content quality, family conditions, self-regulation abilities, and parental involvement. This review emphasizes that gadget use intensity should be understood as one context associated with children's independence, rather than as the sole factor determining its development. Therefore, parental and teacher guidance is needed to balance technology use with physical activities, social interaction, environmental exploration, and the development of independent habits in accordance with children's developmental stages.*

Keywords: *Early Childhood, Gadgets, Use Intensity, Independence, Systematic Literature Review*

A. Pendahuluan

Kemandirian anak usia 4–5 tahun merupakan kemampuan anak dalam melakukan berbagai aktivitas sesuai dengan tahap perkembangannya tanpa selalu bergantung pada bantuan orang lain. Kemandirian mencakup kemampuan merawat diri, mengambil keputusan sederhana, menyelesaikan tugas, bertanggung jawab, mengendalikan emosi, serta berinteraksi dengan lingkungan. Pada usia ini, kemandirian dapat dikembangkan melalui pembiasaan dan pemberian kesempatan kepada anak untuk melakukan tugas sederhana secara mandiri (Muti'ah & Taningsih, 2026).

Anak usia dini saat ini tumbuh dalam lingkungan yang tidak terlepas dari perkembangan teknologi digital. Pemanfaatan perangkat digital dalam pembelajaran dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan interaktif serta membantu anak memahami materi. Pembelajaran digital juga dapat mendorong anak untuk belajar secara mandiri, meningkatkan rasa percaya diri dan inisiatif, serta mengembangkan kemampuan bekerja sama. Namun, penggunaan teknologi tetap memerlukan pendampingan dan pengawasan dari guru dan orang tua agar teknologi digunakan secara tepat dan tidak mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi serta mengembangkan keterampilan sosialnya (Ardini et al., 2025).

Intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia dini perlu diperhatikan karena penggunaan teknologi yang berlebihan dapat menyebabkan anak menjadi lebih bergantung pada perangkat digital. Ketergantungan tersebut berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk berpikir kritis, berkreasi, berinteraksi secara sosial, dan mengembangkan kemandirian secara alami. Oleh karena itu, penggunaan *gadget* pada anak sebaiknya disertai dengan pembatasan, pendampingan orang tua, serta pemilihan konten yang sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak (Ardini et al., 2025; Muti'ah & Taningsih, 2026).

Kemandirian merupakan salah satu karakter penting yang perlu dikembangkan sejak usia dini karena menjadi dasar bagi anak untuk mampu mengelola dirinya, menyelesaikan tugas sederhana, serta memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan semakin sedikit ketergantungan pada orang lain. Pada usia 4–5 tahun, kemandirian dapat terlihat melalui kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sederhana, seperti makan, berpakaian, menjaga kebersihan diri, merapikan benda, dan menyelesaikan kegiatan sesuai dengan kemampuannya (Febriyani & Arbarini, 2025).

Perkembangan teknologi digital menyebabkan *gadget* semakin dekat dengan kehidupan anak usia dini. *Gadget* dapat dimanfaatkan sebagai media hiburan maupun pembelajaran, tetapi penggunaan yang tidak terkontrol dapat berdampak pada perkembangan anak. Anak yang menggunakan *gadget* secara berlebihan cenderung memiliki lebih sedikit kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik, bermain secara langsung, berinteraksi dengan lingkungan, dan memperoleh pengalaman nyata yang mendukung perkembangan kemandirian (Rahayu et al., 2021).

Intensitas penggunaan *gadget* menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan karena semakin lama anak terpapar *gadget*, semakin besar kemungkinan

berkurangnya waktu yang digunakan untuk melakukan aktivitas perkembangan lainnya. Penelitian pada anak prasekolah menemukan adanya hubungan negatif antara penggunaan *gadget* dan perkembangan anak dengan koefisien korelasi sebesar −0,568. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan intensitas penggunaan *gadget* berkaitan dengan penurunan tingkat perkembangan anak dalam penelitian tersebut (Aprianingrum et al., 2023).

Secara lebih khusus, (Fhadlilah et al., 2025) mengkaji hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia 4–6 tahun dalam aktivitas sehari-hari. Penelitian terhadap 139 responden memperoleh koefisien korelasi sebesar 0,552 yang termasuk dalam kategori hubungan sedang. Kemandirian yang dikaji mencakup kemampuan makan, berpakaian, dan mengurus kebersihan diri, sedangkan penggunaan *gadget* diukur melalui durasi penggunaan serta peran orang tua, seperti pemberian batasan, pendampingan, pengaturan akses terhadap tontonan, dan pemberian alternatif kegiatan setelah anak menggunakan *gadget*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterkaitan penggunaan *gadget* dengan kemandirian tidak hanya berkaitan dengan durasi penggunaan, tetapi juga dengan cara penggunaan *gadget* dikelola oleh lingkungan anak.

Penelitian mengenai penggunaan *gadget* pada anak usia dini telah menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* berkaitan dengan perkembangan anak. (Kusuma et al., 2022) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *gadget* dan perkembangan anak usia 4–6 tahun dengan nilai p = 0,001. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa anak dengan intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi lebih banyak mengalami keterlambatan perkembangan dibandingkan dengan anak yang memiliki intensitas penggunaan lebih rendah. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan *gadget* telah banyak dikaji dalam kaitannya dengan perkembangan anak, tetapi kajian mengenai kemandirian sebagai salah satu aspek perkembangan masih perlu dipahami secara lebih khusus.

Meskipun penelitian terdahulu telah membahas penggunaan *gadget* dalam kaitannya dengan perkembangan dan kemandirian anak, temuan mengenai keterkaitan intensitas penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia 4–5 tahun masih tersebar dalam berbagai penelitian dengan karakteristik dan rentang usia yang beragam. (Kusuma et al., 2022) berfokus pada hubungan intensitas penggunaan *gadget* dengan perkembangan anak usia 4–6 tahun, sedangkan (Fhadlilah et al., 2025) mengkaji penggunaan *gadget* dan kemandirian anak pada rentang usia 4–6 tahun. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kajian yang secara sistematis menghimpun dan menganalisis hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun.

Kesenjangan tersebut penting untuk dikaji karena usia 4–5 tahun merupakan periode ketika anak mulai menunjukkan kemampuan untuk melakukan tugas dan tanggung jawab sederhana secara mandiri. Anak pada usia tersebut mulai berusaha menyelesaikan tugas tanpa selalu bergantung pada bantuan orang dewasa, seperti merawat diri, menjaga kebersihan, merapikan benda, dan menyelesaikan tugas yang diberikan sesuai dengan kemampuannya. Pembiasaan melakukan aktivitas secara mandiri memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan rasa percaya

diri, tanggung jawab, dan kemampuan menyelesaikan masalah sederhana (Febriyani & Arbarini, 2025).

Berdasarkan kesenjangan tersebut, kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada penyusunan sintesis sistematis mengenai kemandirian anak usia 4–5 tahun dalam konteks intensitas penggunaan *gadget* berdasarkan hasil penelitian terdahulu. Kajian ini tidak melakukan pengumpulan data empiris baru pada anak, tetapi mengintegrasikan temuan dari berbagai penelitian untuk mengidentifikasi pola keterkaitan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian, serta faktor-faktor yang berkaitan dengan keterkaitan tersebut. Faktor-faktor yang diperhatikan meliputi durasi penggunaan, tujuan penggunaan, jenis konten, kondisi keluarga, regulasi diri, serta pendampingan orang tua.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis temuan penelitian mengenai kemandirian anak usia 4–5 tahun dalam konteks intensitas penggunaan *gadget*. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi keterkaitan intensitas penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak, faktor-faktor yang memengaruhi keterkaitan tersebut, serta kondisi penggunaan *gadget* yang berpotensi mendukung atau menghambat perkembangan kemandirian anak. Hasil kajian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun, serta menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dan pendidik dalam memberikan pendampingan dan mengatur penggunaan *gadget* agar anak tetap memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kemampuan mandiri.

B. Landasan Teori

1. Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun

Kemandirian merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak usia dini yang berkaitan dengan kemampuan anak melakukan aktivitas tanpa selalu bergantung pada bantuan orang lain. Pada usia 4–5 tahun, kemandirian mulai terlihat melalui kemampuan anak melakukan kegiatan sehari-hari, seperti makan, berpakaian, menjaga kebersihan diri, menyelesaikan tugas sederhana, serta mengambil keputusan sesuai dengan tahap perkembangannya. Kemandirian juga berkaitan dengan kemampuan anak mengatur perilaku, memiliki inisiatif, dan bertanggung jawab terhadap aktivitas yang dilakukan (Febriyani & Arbarini, 2025; Wahyuni et al., 2023).

Kemandirian tidak berkembang secara otomatis, tetapi membutuhkan kesempatan, pembiasaan, pengalaman langsung, dan dukungan lingkungan. Anak perlu diberikan ruang untuk mencoba melakukan tugas sendiri sehingga secara bertahap mampu mengenali kemampuan dan tanggung jawabnya. Dalam konteks keluarga, orang tua berperan sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan tugas sendiri, mengambil keputusan sederhana, serta bertanggung jawab atas pilihannya (Aprilia et al., 2024). Dengan demikian, kesempatan bagi anak untuk melakukan aktivitas nyata menjadi bagian penting dalam proses pembentukan kemandirian.

2. Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini

Intensitas penggunaan *gadget* menggambarkan tingkat keterlibatan anak dalam menggunakan perangkat digital yang dapat dilihat, antara lain, melalui durasi dan frekuensi penggunaan. (Kusuma et al., 2022) mengelompokkan intensitas penggunaan *gadget* berdasarkan lama dan frekuensi penggunaannya ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi. Intensitas penggunaan *gadget* tidak hanya berkaitan dengan lamanya anak menggunakan perangkat tersebut, tetapi juga perlu ditinjau berdasarkan frekuensi, tujuan penggunaan, jenis konten, situasi penggunaan, serta pendampingan orang tua dalam konteks perkembangan anak.

Penggunaan *gadget* pada anak usia dini dapat memberikan manfaat apabila dilakukan secara terarah. *Gadget* dapat mendukung literasi digital, pembelajaran, kreativitas, pemecahan masalah, dan pengembangan keterampilan tertentu. Namun, penggunaan yang berlebihan dan tidak terarah dapat mengurangi kesempatan anak untuk memperoleh pengalaman langsung, melakukan aktivitas fisik, berinteraksi dengan lingkungan, serta mengembangkan kemampuan komunikasi dan pengaturan diri (Batubara et al., 2023; Setyawati et al., 2024). Oleh karena itu, intensitas penggunaan *gadget* perlu dipahami tidak hanya berdasarkan jumlah waktu yang dihabiskan, tetapi juga berdasarkan kualitas dan konteks penggunaannya.

3. Intensitas Penggunaan Gadget dan Kemandirian Anak

Hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak dapat dijelaskan melalui kesempatan anak untuk memperoleh pengalaman nyata. Penggunaan *gadget* yang terlalu tinggi berpotensi mengurangi waktu anak untuk bermain secara aktif, berinteraksi dengan orang lain, mengeksplorasi lingkungan, dan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kondisi tersebut dapat memengaruhi berbagai kemampuan perkembangan yang menjadi dasar pembentukan kemandirian. (Tasya et al., 2023) menunjukkan adanya hubungan antara durasi dan intensitas penggunaan *adget* dengan perkembangan sosial anak usia 4–6 tahun, sedangkan (Febriyanti et al., 2026) menemukan hubungan negatif yang kuat antara intensitas penggunaan smartphone dan perkembangan anak usia 4–6 tahun.

Penelitian yang secara lebih langsung mengkaji kemandirian menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* juga memiliki keterkaitan dengan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari. (Fhadlilah et al., 2025) menemukan adanya hubungan antara penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–6 tahun dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan penggunaan *gadget*, termasuk pembatasan durasi, pendampingan, dan pengaturan aktivitas anak, menjadi bagian penting yang perlu diperhatikan dalam mendukung perkembangan kemandirian.

Meskipun demikian, penggunaan *gadget* tidak dapat dipandang secara sederhana sebagai penyebab rendahnya kemandirian anak. Dampaknya dapat dipengaruhi oleh durasi, frekuensi, tujuan penggunaan, jenis konten, lingkungan keluarga, serta pendampingan orang tua. Penggunaan teknologi yang terarah juga dapat memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar dan mengembangkan kemampuan tertentu. Oleh karena itu, perhatian tidak hanya perlu diarahkan pada

lamanya anak menggunakan *gadget*, tetapi juga pada bagaimana perangkat tersebut digunakan dan apakah penggunaannya tetap memberikan ruang bagi anak untuk beraktivitas secara nyata.

4. Regulasi Diri dan Peran Orang Tua

Regulasi diri merupakan salah satu kemampuan yang berkaitan erat dengan kemandirian anak di era digital. Anak yang memiliki kemampuan regulasi diri lebih baik cenderung lebih mampu mengendalikan perilaku, mengikuti aturan, dan menghentikan aktivitas digital ketika diperlukan. (Mallawaarachchi et al., 2026) menunjukkan bahwa regulasi diri berkaitan dengan kemampuan anak untuk menghentikan penggunaan layar digital secara mandiri.

Selain regulasi diri, orang tua memiliki peran penting dalam mengatur pengalaman digital anak. Orang tua tidak hanya berfungsi sebagai pengontrol durasi penggunaan *gadget*, tetapi juga sebagai pendamping dan fasilitator yang memastikan anak tetap memperoleh kesempatan untuk bermain, bereksplorasi, berinteraksi, mengambil keputusan, dan menyelesaikan tugas secara mandiri. (Aprilia et al., 2024) menegaskan bahwa pemberian kesempatan kepada anak untuk melakukan tugas sendiri, mengambil keputusan, dan bertanggung jawab merupakan bagian penting dalam mendorong kemandirian anak usia 4–5 tahun.

Berdasarkan uraian tersebut, kemandirian anak usia 4–5 tahun dalam konteks penggunaan *gadget* dipahami sebagai kemampuan anak melakukan aktivitas sehari-hari, mengatur perilaku, mengambil keputusan sederhana, dan bertanggung jawab sesuai dengan tahap perkembangannya. Intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi dan tidak terarah berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk memperoleh pengalaman langsung yang mendukung perkembangan kemandirian. Namun, hubungan tersebut tidak hanya ditentukan oleh durasi penggunaan, tetapi juga oleh frekuensi, tujuan penggunaan, jenis konten, regulasi diri, pendampingan orang tua, serta keseimbangan antara aktivitas digital dan aktivitas nyata.

C. Metodologi Penelitian

Penelitian berjudul "*Tumbuh Mandiri di Era Digital: Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun dalam Konteks Intensitas Penggunaan Gadget*" menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi, menelaah, dan menyintesis hasil penelitian mengenai intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia dini. Proses kajian dilakukan melalui tahapan pencarian literatur, seleksi artikel, penilaian kualitas metodologis, ekstraksi data, serta analisis dan sintesis temuan penelitian (Paramitha & Apriza, 2026).

Literatur diperoleh melalui Google Scholar, ERIC, DOAJ, ScienceDirect, Garuda, dan Publish or Perish dengan menggunakan kata kunci "*intensitas penggunaan gadget*", "*penggunaan gadget*", "*kemandirian anak*", "*anak usia 4–5 tahun*", "*gadget use intensity*", "*gadget use*", dan "*children independence*". Kata kunci dikombinasikan menggunakan operator Boolean AND dan OR untuk memperoleh artikel yang relevan (Paramitha & Apriza, 2026). Pencarian literatur dilakukan pada 2–29 September 2026. Strategi pencarian disesuaikan dengan karakteristik setiap basis data melalui kombinasi kata kunci berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Pada Google Scholar,

Garuda, dan Publish or Perish, pencarian dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci dalam kedua bahasa tersebut. Sementara itu, pada ERIC, DOAJ, dan ScienceDirect, pencarian menggunakan kata kunci berbahasa Inggris dan istilah lain yang relevan dengan fokus penelitian. Hasil pencarian dari seluruh sumber dikumpulkan untuk diperiksa, diidentifikasi duplikasinya, dan diseleksi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian yang membahas intensitas atau penggunaan *gadget*, kemandirian anak, maupun aspek perkembangan yang berkaitan dengan pembentukan kemandirian anak usia dini; melibatkan anak usia 4–5 tahun atau rentang usia yang mencakup kelompok usia tersebut; diterbitkan pada periode 2022–2026; menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris; tersedia dalam bentuk teks lengkap (*full text*); dan diterbitkan dalam jurnal ilmiah. Artikel yang membahas aspek perkembangan lain, seperti perkembangan sosial, interaksi keluarga, kreativitas, dan regulasi diri, dapat disertakan apabila temuannya relevan untuk menjelaskan konteks hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak. Namun, temuan dari artikel yang tidak mengukur kemandirian secara langsung diperlakukan sebagai bukti pendukung dan tidak disamakan dengan bukti langsung mengenai hubungan intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun. Artikel yang melibatkan kelompok usia lebih luas tetap dipertimbangkan dengan memperhatikan keterbatasan kesesuaiannya dengan kelompok usia yang menjadi fokus penelitian. Kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan fokus kajian, melibatkan subjek di luar kelompok anak usia dini, berupa opini atau esai, merupakan artikel duplikat, atau tidak tersedia dalam bentuk teks lengkap. Rentang publikasi dipilih untuk menjaga keterkinian dan relevansi bukti ilmiah yang digunakan dalam sintesis penelitian.

Seleksi artikel dilakukan dengan mengacu pada tahapan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang meliputi identifikasi, penghapusan duplikasi, penyaringan (*screening*), penilaian kelayakan (*eligibility*), dan penetapan artikel yang disertakan (*included*). Artikel duplikat dihapus, kemudian judul dan abstrak diperiksa berdasarkan relevansinya dengan fokus penelitian. Artikel yang memenuhi kriteria awal selanjutnya ditelaah melalui pembacaan teks lengkap untuk menentukan kelayakannya sebagai sumber data penelitian (Hendri & Ismaniar, 2025). Setelah proses seleksi, artikel terpilih ditelaah berdasarkan kejelasan tujuan, desain dan metode penelitian, karakteristik subjek, instrumen pengumpulan data, teknik analisis, serta penyajian hasil dan kesimpulan. Penelaahan ini digunakan untuk mengidentifikasi kekuatan dan keterbatasan masing-masing penelitian serta mempertimbangkan relevansi temuannya terhadap fokus kajian. Perbedaan desain penelitian dan indikator yang digunakan juga diperhatikan agar hasil penelitian yang mengukur kemandirian secara langsung dapat dibedakan dari penelitian yang membahas aspek perkembangan lain yang berkaitan dengan kemandirian.

Tabel 1. Tahapan Seleksi Artikel Berdasarkan PRISMA

Tahap	Nama Tahap	Deskripsi
1	Identifikasi (*Identification*)	Pencarian artikel dari berbagai database menggunakan kata kunci yang telah ditentukan sesuai topik penelitian

2	Penghapusan Duplikasi (*Duplicate Removal*)	Artikel yang muncul lebih dari satu kali akibat pencarian di beberapa database diperiksa dan dihapus
3	*Screening* (Penyaringan)	Judul dan abstrak artikel diperiksa untuk menyingkirkan artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian
4	*Eligibility* (Kelayakan)	Artikel f*ull-text* dibaca secara menyeluruh dan dinilai berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan
5	*Included* (Termasuk)	Artikel yang memenuhi seluruh kriteria kelayakan ditetapkan sebagai artikel final untuk dianalisis
6	Ekstraksi dan Sintesis (*Extraction* & *Synthesis*)	Data dari artikel yang lolos diekstrak secara sistematis, kemudian disintesis secara naratif maupun kuantitatif

Berdasarkan proses seleksi literatur menggunakan tahapan PRISMA, diperoleh sebanyak 90 artikel pada tahap identifikasi dari berbagai sumber basis data. Artikel tersebut selanjutnya melalui proses penghapusan duplikasi, penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, serta penilaian kelayakan melalui telaah teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah seluruh tahapan seleksi dilakukan, diperoleh 15 artikel yang memenuhi kriteria dan digunakan sebagai sumber utama dalam proses ekstraksi serta sintesis data penelitian. Rincian jumlah artikel pada setiap tahap seleksi dicatat berdasarkan hasil proses penyaringan yang dilakukan.

Data yang diekstraksi meliputi nama penulis, tahun publikasi, judul penelitian, desain penelitian, karakteristik subjek, rentang usia anak, variabel yang dikaji, indikator intensitas penggunaan *gadget*, indikator kemandirian, instrumen penelitian, teknik analisis, dan hasil penelitian. Selain itu, dicatat pula informasi mengenai keterbatasan penelitian serta relevansi temuan terhadap fokus kajian. Data mengenai intensitas penggunaan *gadget* mencakup durasi dan frekuensi penggunaan, sedangkan indikator kemandirian mencakup aktivitas sehari-hari, seperti makan, berpakaian, menjaga kebersihan diri, dan menyelesaikan tugas sederhana (Alim & Cholimah, 2025). Untuk artikel yang tidak mengukur kemandirian secara langsung, data yang diekstraksi difokuskan pada aspek perkembangan yang relevan, seperti perkembangan sosial, interaksi keluarga, kreativitas, regulasi diri, dan kemampuan belajar mandiri.

Data dari 15 artikel selanjutnya dianalisis secara deskriptif dan disintesis secara tematik dengan mengelompokkan temuan ke dalam empat tema utama, yaitu (1) intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun, (2) penggunaan *gadget* dan perkembangan sosial serta interaksi anak, (3) regulasi diri dan pembentukan kemandirian anak di era digital, serta (4) peran orang tua dalam mengelola penggunaan *gadget*. Temuan dari setiap artikel dibandingkan untuk mengidentifikasi persamaan, perbedaan, pola hubungan, serta faktor kontekstual yang berkaitan dengan kemandirian anak. Sintesis dilakukan dengan membedakan temuan yang secara langsung mengkaji kemandirian dari temuan yang memberikan bukti pendukung melalui aspek perkembangan lain. Hasil analisis tersebut digunakan untuk

mengidentifikasi kecenderungan temuan dan kesenjangan penelitian (*research gap*) mengenai kemandirian anak usia 4–5 tahun dalam konteks intensitas penggunaan *gadget* (Purwanti et al., 2023).

D. Tumbuh Mandiri Di Era Digital: Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun Dalam Konteks Intensitas Penggunaan *Gadget*

Tabel 2. Hasil Sintesis 15 Artikel Penelitian

No	Penulis & tahun	Judul penelitian	Hasil
1	Tasya, Alini, & Erlinawati (2023)	Hubungan Durasi dan Intensitas Penggunaan *gadget* dengan Perkembangan Sosial Anak Pra Sekolah Usia 4–6 Tahun	Terdapat hubungan signifikan antara durasi dan intensitas penggunaan *gadget* dengan perkembangan sosial anak ($p<0,05$).
2	Munastiwi (2023	Merdeka Belajar: Solusi untuk Mengembangkan Kreativitas dan Kemandirian Anak Usia Dini di Era Revolusi Industri 4.0	Terdapat hubungan signifikan antara kreativitas dan kemandirian anak ($r=0,684$; $p=0,000$). Kreativitas yang baik berkaitan dengan meningkatnya kemandirian anak dalam menghadapi perkembangan teknologi.
3	Febriyanti, Mawarti, Sari, Ekawaty, & Kamariyah (2026)	Hubungan antara Intensitas Penggunaan Ponsel Pintar dan Perkembangan Anak Usia 4–6 Tahun di Taman Kanak-Kanak	Terdapat hubungan kuat antara intensitas penggunaan smartphone dan perkembangan anak ($r=-0,794$; $p<0,001$). Semakin tinggi intensitas penggunaan smartphone, semakin besar kemungkinan penurunan perkembangan anak.
4	Dinda Wulandari & Jamaris (2023)	Hubungan antara Penggunaan *gadget* dengan Interaksi Pendidikan pada Anak Usia 4-6 Tahun dalam Keluarga di Jorong Rambai Nagari Koto Malintang Kecamatan Tanjung Raya	Penggunaan *gadget* anak usia 4–6 tahun tergolong tinggi, sedangkan interaksi pendidikan keluarga tergolong rendah. Terdapat hubungan signifikan ($r=0,683$), dengan semakin tinggi penggunaan *gadget*, semakin rendah interaksi pendidikan orang tua dan anak

5	Muhammad Akbar Syafruddin & Agus Sutriawan (2024)	Dampak Radiasi *gadget* Terhadap Tumbuh Kembang Anak	Penggunaan *gadget* secara berlebihan berpotensi mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama aspek motorik dan kognitif, serta dapat menyebabkan gangguan tidur, berkurangnya aktivitas fisik, dan penurunan konsentrasi.
6	Misirli, Fotakopoulou, Dardanou, & Komis (2025)	Dampak Paparan Teknologi Digital Layar Sentuh terhadap Perkembangan Sosial dan Komunikasi Anak: Tinjauan Sistematis	Penggunaan teknologi layar sentuh memberikan dampak beragam terhadap perkembangan sosial dan komunikasi anak. Dampaknya dipengaruhi jenis perangkat, kualitas konten, pendampingan orang dewasa, dan konteks penggunaan.
7	Zikra Ihtasya Annabila, Mauliza, Cut Sidrah Nadira (2025)	Pengaruh Penggunaan *gadget* terhadap Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah di Kecamatan Banda Sakti Lhokseumawe	42% anak memiliki intensitas *gadget* tinggi, dengan gangguan terbanyak pada sosialisasi-kemandirian (37,5%) dan bicara-bahasa (30,4%). Terdapat hubungan signifikan antara penggunaan *gadget* dan perkembangan anak (p = 0,001).
8	Morris & Pannone (2024)	Homeschooling di Era Digital: Menumbuhkan Kecintaan Anak terhadap Pembelajaran Sepanjang Hayat (yang Mandiri) – melalui Pemanfaatan Teknologi Digital secara Konstruktif	Teknologi digital dapat mendukung kemandirian, pembelajaran mandiri, kolaborasi, dan pencapaian tujuan belajar anak, dengan tetap memerlukan pengawasan dan literasi digital.
9	Nurrahmah, Rizqi, & Qonita (2024)	Analisis Karakter Anak Usia Dini dengan Pengasuhan Minim *gadget*	Anak dengan pengasuhan minim *gadget* menunjukkan tingkat kemandirian dan kedisiplinan yang tinggi, serta karakter sosial yang baik.
10	Syarifudin & Syamsurrijal (2022)	Peran Orang Tua terhadap Penggunaan *gadget* pada Perkembangan Sosial Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID-19	Penggunaan *gadget* dapat memengaruhi perkembangan sosial anak, sehingga peran dan pengawasan orang tua

			diperlukan untuk mencegah penggunaan *gadget* secara berlebihan.
11	Batubara, Nasution, Syahrin, Lubis, Nujaima, & Husna (2023)	Pengaruh *gadget* terhadap Anak Usia Dini	*gadget* memiliki dampak positif terhadap literasi digital, pemecahan masalah, dan motorik halus, tetapi penggunaan berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan, gangguan tidur, dan penurunan kemampuan komunikasi sosial.
12	Aprilia, Elan, & Rizqi (2024)	Peran Orang Tua dalam Mendorong Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun	Orang tua berperan sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing dalam mendukung kemandirian anak melalui pemberian kesempatan untuk melakukan tugas sendiri, mengambil keputusan, dan bertanggung jawab
13	Eka Setyawati dkk. (2024).	Literature Review: Pengaruh *gadget* terhadap Perkembangan Anak	Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat berdampak pada perkembangan emosional dan psikomotorik anak usia dini serta meningkatkan ketergantungan *gadget*.
14	Vasconcellos, Sanders, Lonsdale, Parker, Conigrave, Tang, dkk.. (2025)	Penggunaan Layar Elektronik dan Masalah Sosioemosional Anak: Tinjauan Sistematis dan Meta-Analisis Studi Longitudinal	Terdapat hubungan dua arah antara penggunaan layar dan masalah sosioemosional anak. Penggunaan layar berhubungan dengan peningkatan masalah sosioemosional, terutama pada penggunaan untuk bermain gim, sehingga perlu memperhatikan durasi, jenis konten, dan konteks penggunaan.
15	Sumudu Mallawaarachchi, Cathrine Neilsen-Hewett, dan Steven J. Howard (2026)	Kemampuan Anak Usia Dini untuk Melepaskan Diri dari Menonton Program vs. Bermain Aplikasi dan Peran Regulasi Diri	Regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap kecepatan dan kemandirian anak dalam berhenti menggunakan layar digital, tanpa perbedaan berdasarkan jenis penggunaan layar.

Hasil sintesis terhadap 15 artikel menghasilkan empat tema utama, yaitu (1) intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun, (2) penggunaan *gadget* dan perkembangan sosial serta interaksi anak, (3) regulasi diri dan pembentukan kemandirian anak di era digital, serta (4) peran orang tua dalam mengelola penggunaan *gadget*. Keempat tema tersebut menunjukkan bahwa hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak perlu dipahami melalui berbagai aspek perkembangan dan kondisi lingkungan yang menyertainya. Namun, tidak semua artikel yang dikaji mengukur kemandirian secara langsung sehingga kekuatan bukti dari setiap tema perlu dibedakan sesuai dengan fokus dan indikator penelitian yang digunakan.

1. Intensitas Penggunaan Gadget dan Kemandirian Anak Usia 4–5 Tahun

   Berdasarkan hasil analisis, tema intensitas penggunaan *gadget* dan perkembangan anak mencakup enam artikel atau 40% dari keseluruhan artikel. Temuan dalam kelompok ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* berkaitan dengan sejumlah aspek perkembangan yang relevan dengan pembentukan kemandirian anak. (Tasya et al., 2023) menemukan hubungan yang signifikan antara durasi dan intensitas penggunaan *gadget* dengan perkembangan sosial anak usia 4–6 tahun. Sementara itu, (Febriyanti et al., 2026) menemukan hubungan negatif yang kuat antara intensitas penggunaan smartphone dan perkembangan anak, dengan koefisien korelasi r=-0,794 dan p<0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa intensitas penggunaan smartphone yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat perkembangan anak yang lebih rendah dalam penelitian tersebut. (Annabila et al., 2025) juga melaporkan bahwa aspek sosialisasi-kemandirian merupakan salah satu aspek perkembangan yang banyak mengalami gangguan pada anak dengan paparan *gadget*.

   Ketiga penelitian tersebut memiliki kesamaan dalam menunjukkan keterkaitan penggunaan *gadget* dengan aspek perkembangan anak yang relevan dengan kemandirian. Namun, indikator yang digunakan berbeda. (Tasya et al., 2023) berfokus pada perkembangan sosial, (Febriyanti et al., 2026) mengkaji perkembangan anak secara lebih luas, sedangkan (Annabila et al., 2025) melaporkan temuan pada aspek sosialisasi-kemandirian. Dengan demikian, ketiga penelitian tersebut memberikan bukti pendukung dari sudut pandang yang berbeda, tetapi belum dapat diperlakukan sebagai bukti yang sepenuhnya setara mengenai hubungan langsung antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun.

   Perbedaan indikator tersebut penting diperhatikan karena kemandirian anak berkembang bersama aspek perkembangan lainnya. Pada usia 4–5 tahun, anak mulai belajar melakukan aktivitas sehari-hari, mengambil keputusan sederhana, menyelesaikan tugas, dan mengatur perilakunya. Penggunaan *gadget* yang berlebihan berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk berlatih melalui aktivitas nyata. (Batubara et al., 2023) serta (Syafruddin & Sutriawan, 2024) juga membahas potensi risiko penggunaan *gadget* secara berlebihan terhadap perkembangan anak, termasuk berkurangnya aktivitas fisik, gangguan tidur, ketergantungan, dan penurunan kemampuan komunikasi sosial. Kondisi tersebut

relevan untuk memahami lingkungan perkembangan anak, meskipun tidak seluruhnya menunjukkan dampak langsung terhadap kemandirian.

Meskipun demikian, temuan-temuan tersebut perlu diinterpretasikan secara hati-hati. Berkurangnya kesempatan anak untuk melakukan aktivitas secara langsung dapat menjadi salah satu penjelasan yang mungkin atas keterkaitan penggunaan *gadget* dengan kemandirian. Namun, mekanisme tersebut belum dapat dipastikan berdasarkan seluruh artikel yang dikaji. Oleh karena itu, hubungan penggunaan *gadget* dan kemandirian perlu dipahami dengan mempertimbangkan kesempatan anak untuk berlatih mandiri, karakteristik penggunaan *gadget*, serta lingkungan pengasuhan.

2. Penggunaan Gadget dan Perkembangan Sosial serta Interaksi Anak

Tema penggunaan *gadget* dan perkembangan sosial serta interaksi anak ditemukan pada lima artikel atau 33,3% dari keseluruhan artikel. Tema ini relevan dengan kemandirian karena kemampuan anak untuk melakukan aktivitas secara mandiri juga berkembang melalui pengalaman berinteraksi, berkomunikasi, bekerja sama, dan menyelesaikan kegiatan bersama orang lain. (Wulandari & Jamaris, 2023) menemukan hubungan yang signifikan antara penggunaan *gadget* dan interaksi pendidikan dalam keluarga, dengan koefisien korelasi sebesar 0,683. Berdasarkan hasil yang dilaporkan, semakin tinggi penggunaan *gadget*, semakin rendah interaksi pendidikan antara orang tua dan anak. (Syarifudin & Syamsurrijal, 2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* berkaitan dengan perkembangan sosial anak sehingga peran dan pengawasan orang tua perlu diperhatikan.

Kedua penelitian tersebut memiliki kesamaan dalam menempatkan lingkungan keluarga sebagai konteks penting bagi perkembangan anak. Namun, keduanya tidak secara langsung mengukur kemandirian anak. Oleh karena itu, temuan mengenai interaksi pendidikan dalam keluarga lebih tepat digunakan untuk menjelaskan kondisi lingkungan yang mungkin berkaitan dengan pembentukan kemandirian, bukan sebagai bukti langsung bahwa penggunaan *gadget* menyebabkan rendahnya kemandirian anak.

Interaksi dengan orang tua dan lingkungan memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar berkomunikasi, mengikuti aturan, bekerja sama, menyelesaikan konflik sederhana, dan bertanggung jawab. Apabila penggunaan *gadget* mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi secara langsung, pengalaman untuk melatih kemampuan tersebut juga berpotensi berkurang. Meskipun demikian, keterkaitan tersebut tidak selalu menunjukkan pola yang sama pada setiap anak karena kualitas interaksi, jenis aktivitas digital, dan pendampingan orang dewasa dapat menghasilkan pengalaman penggunaan *gadget* yang berbeda.

Temuan (Misirli et al., 2025) mendukung pentingnya mempertimbangkan konteks penggunaan teknologi. Kajian tersebut menunjukkan bahwa dampak teknologi layar sentuh terhadap perkembangan sosial dan komunikasi anak dipengaruhi oleh jenis perangkat, kualitas konten, pendampingan orang dewasa, dan konteks penggunaan. Sementara itu, (Sanders et al., 2025) melaporkan adanya hubungan dua arah antara penggunaan layar dan masalah sosioemosional anak.

Temuan ini menunjukkan bahwa keterkaitan penggunaan layar dan kondisi sosioemosional tidak selalu dapat dipahami sebagai hubungan satu arah.

Perbedaan temuan tersebut mengindikasikan bahwa durasi penggunaan *gadget* bukan satu-satunya aspek yang perlu diperhatikan. Jenis aktivitas digital, kualitas interaksi sosial, dan kondisi perkembangan anak juga perlu dipertimbangkan. Namun, hubungan dua arah antara penggunaan layar dan masalah sosioemosional tidak dapat langsung digeneralisasikan sebagai hubungan yang sama pada kemandirian anak usia 4–5 tahun. Dengan demikian, temuan pada tema ini terutama berfungsi menjelaskan kondisi sosial dan interaksi keluarga yang relevan dalam memahami hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak.

3. Regulasi Diri dan Pembentukan Kemandirian Anak di Era Digital

Regulasi diri dan pembentukan kemandirian merupakan tema penting untuk memahami penggunaan *gadget* pada anak usia dini. (Morris & Pannone, 2024) menunjukkan bahwa teknologi digital dapat mendukung pembelajaran mandiri dan pencapaian tujuan belajar apabila digunakan secara konstruktif serta disertai pengawasan dan literasi digital. (Munastiwi, 2023) juga menemukan hubungan positif antara kreativitas dan kemandirian anak, dengan koefisien korelasi sebesar 0,684 dan nilai p=0,000, yang secara pelaporan statistik lebih tepat ditulis sebagai p<0,001. Sementara itu, (Mallawaarachchi et al., 2026) menemukan bahwa regulasi diri berkaitan dengan kemampuan anak untuk menghentikan aktivitas layar secara mandiri.

Ketiga penelitian tersebut memberikan perspektif yang saling melengkapi, tetapi mengkaji aspek yang berbeda. (Morris & Pannone, 2024) menekankan potensi teknologi untuk mendukung pembelajaran mandiri, (Munastiwi, 2023) menyoroti hubungan kreativitas dan kemandirian, sedangkan (Mallawaarachchi et al., 2026) secara khusus membahas regulasi diri dalam konteks penggunaan layar. Persamaannya terletak pada pentingnya keterlibatan aktif anak dalam mengatur perilaku dan aktivitasnya. Namun, pembelajaran mandiri, kreativitas, dan kemampuan menghentikan penggunaan layar bukanlah indikator yang identik dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

Dalam konteks anak usia 4–5 tahun, kemandirian tidak hanya berkaitan dengan kemampuan melakukan aktivitas tanpa bantuan, tetapi juga mencakup kemampuan mengikuti aturan, memilih kegiatan sederhana, mengendalikan keinginan, dan menyelesaikan tugas sesuai tahap perkembangannya. Regulasi diri relevan dalam proses tersebut karena anak masih membutuhkan dukungan orang dewasa untuk mengatur perilaku dan menghentikan aktivitas yang menarik perhatiannya. Kemampuan menghentikan penggunaan layar secara mandiri dapat dipandang sebagai salah satu bentuk pengaturan perilaku, tetapi tidak dengan sendirinya menunjukkan bahwa anak telah mandiri dalam kegiatan sehari-hari.

Di sisi lain, (Nurrahmah et al., 2024) menemukan bahwa anak dengan pengasuhan yang meminimalkan penggunaan *gadget* menunjukkan tingkat kemandirian dan kedisiplinan yang tinggi serta karakter sosial yang baik. Temuan ini memiliki penekanan berbeda dari (Morris & Pannone, 2024), yang menunjukkan bahwa teknologi juga dapat mendukung pembelajaran mandiri.

Perbedaan tersebut dapat berkaitan dengan konteks penggunaan teknologi, kesempatan anak melakukan aktivitas non-digital, dan pola pengasuhan yang diterapkan. Namun, karena karakteristik penelitian dan indikator yang digunakan tidak sepenuhnya sama, perbedaan tersebut belum dapat dipastikan sebagai akibat langsung dari tingkat penggunaan *gadget*.

Sintesis kedua kelompok temuan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang rendah bukan satu-satunya kondisi yang dapat mendukung kemandirian, sebagaimana penggunaan *Gadget* juga tidak secara otomatis meningkatkan kemandirian. Hal yang perlu diperhatikan adalah apakah pengalaman digital dan non-digital memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi, mengambil keputusan, memecahkan masalah sederhana, dan mengatur perilakunya secara bertahap. Teknologi dapat menjadi sarana pembelajaran, tetapi penggunaannya perlu tetap memberikan ruang bagi anak untuk memperoleh pengalaman nyata yang mendukung perkembangan kemandirian.

4. Peran Orang Tua dalam Mengelola Penggunaan Gadget

Peran orang tua dalam mengelola penggunaan *gadget* dibahas dalam lima artikel atau 33,3% dari keseluruhan artikel. Syarifudin dan Syamsurrijal (2022) menegaskan pentingnya pengawasan orang tua untuk mencegah penggunaan *gadget* secara berlebihan. (Misirli et al., 2025) juga menunjukkan bahwa pendampingan orang dewasa merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan dampak penggunaan teknologi terhadap perkembangan sosial dan komunikasi anak. Sementara itu, (Aprilia et al., 2024) menunjukkan bahwa orang tua dapat mendukung kemandirian dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan tugas sendiri, mengambil keputusan sederhana, dan bertanggung jawab.

Ketiga penelitian tersebut sama-sama menempatkan orang tua sebagai bagian penting dari lingkungan perkembangan anak, tetapi menyoroti aspek yang berbeda. (Syarifudin & Syamsurrijal, 2022) menekankan pengawasan penggunaan *gadget*, (Misirli et al., 2025) menyoroti pendampingan dalam penggunaan teknologi, sedangkan (Aprilia et al., 2024) berfokus pada dukungan terhadap kemandirian anak. Sintesis ini menunjukkan bahwa pengelolaan *gadget* dan pembentukan kemandirian merupakan dua aspek yang saling berkaitan, tetapi tidak identik.

Dalam praktiknya, pengelolaan penggunaan *gadget* tidak cukup hanya dengan membatasi durasi. Orang tua juga perlu memperhatikan tujuan penggunaan, kualitas konten, serta keseimbangan antara aktivitas digital dan kegiatan sehari-hari. Anak perlu memperoleh kesempatan untuk melakukan aktivitas sesuai dengan tahap perkembangannya, seperti makan sendiri, berpakaian, merapikan mainan, memilih kegiatan sederhana, dan menyelesaikan tugas. Kesempatan tersebut memungkinkan anak berlatih melakukan aktivitas secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa konteks pendampingan dan kesempatan anak untuk beraktivitas secara mandiri perlu diperhatikan ketika memahami hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian. Pembatasan

gadget tanpa menyediakan alternatif kegiatan belum tentu memberikan pengalaman belajar yang dibutuhkan anak. Sebaliknya, pendampingan yang disertai kesempatan bereksplorasi dan berlatih melakukan tugas sendiri berpotensi mendukung perkembangan kemandirian. Meskipun demikian, peran pendampingan tersebut perlu dipahami sebagai faktor kontekstual yang mungkin berkaitan dengan perkembangan anak, bukan sebagai bukti bahwa pola pendampingan tertentu selalu menghasilkan tingkat kemandirian yang lebih tinggi.

Sintesis Temuan dan Implikasi Penelitian

Berdasarkan perbandingan empat tema, terdapat tiga pola utama dalam hasil kajian. Pertama, penelitian mengenai intensitas penggunaan *gadget* dan perkembangan anak cenderung menunjukkan keterkaitan antara penggunaan *gadget* yang tinggi dan permasalahan pada sejumlah aspek perkembangan, termasuk sosialisasi-kemandirian. Kedua, penelitian mengenai regulasi diri dan pembelajaran digital menunjukkan bahwa teknologi juga dapat mendukung proses belajar mandiri apabila penggunaannya bersifat konstruktif. Ketiga, penelitian mengenai interaksi keluarga dan pengasuhan menegaskan pentingnya lingkungan dalam memahami keterkaitan penggunaan *gadget* dengan perkembangan anak.

Perbedaan temuan tersebut dapat berkaitan dengan karakteristik dan rentang usia subjek, desain penelitian, indikator yang digunakan, jenis aktivitas digital, serta kondisi pengasuhan. Selain itu, sebagian artikel mengukur perkembangan sosial, komunikasi, kreativitas, atau regulasi diri, bukan kemandirian secara langsung. Oleh karena itu, bukti yang tersedia lebih kuat untuk menunjukkan keterkaitan penggunaan *gadget* dengan berbagai aspek perkembangan yang relevan terhadap kemandirian daripada untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat langsung antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun.

Secara teoretis, kemandirian anak usia 4–5 tahun dapat dipahami sebagai kemampuan yang berkembang melalui interaksi antara karakteristik anak, lingkungan keluarga, pengalaman langsung, dan penggunaan teknologi. Intensitas penggunaan *gadget* merupakan salah satu konteks yang perlu diperhatikan, terutama ketika penggunaannya berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi, bereksplorasi, dan menyelesaikan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Namun, hubungan tersebut juga perlu dipahami dengan mempertimbangkan tujuan penggunaan, kualitas konten, regulasi diri, serta pendampingan orang tua.

Secara praktis, orang tua dan guru PAUD perlu membangun keseimbangan antara penggunaan teknologi dan pengalaman nyata anak. Orang tua dapat menerapkan aturan penggunaan *gadget* yang sesuai dengan usia, mendampingi anak dalam memilih konten, dan menyediakan aktivitas alternatif. Guru dapat memperkuat kemandirian melalui pembiasaan, permainan, pemecahan masalah sederhana, dan pemberian tanggung jawab sesuai tahap perkembangan anak. Kolaborasi antara keluarga dan sekolah diperlukan agar anak memperoleh kesempatan berlatih mandiri secara konsisten.

Kajian ini memiliki beberapa keterbatasan. Tidak seluruh artikel yang dianalisis secara langsung mengukur hubungan intensitas penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia 4–5 tahun. Sebagian artikel membahas aspek perkembangan

lain yang digunakan sebagai bukti pendukung. Selain itu, terdapat perbedaan desain penelitian, karakteristik subjek, instrumen, dan indikator sehingga hasil antarpenelitian tidak dapat dibandingkan secara langsung. Oleh karena itu, temuan kajian ini lebih tepat dipahami sebagai sintesis kecenderungan hubungan dan faktor kontekstual, bukan sebagai bukti bahwa intensitas penggunaan *gadget* secara langsung menyebabkan rendah atau tingginya kemandirian anak.

Penelitian selanjutnya perlu menguji hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak usia 4–5 tahun dengan menggunakan indikator kemandirian yang jelas dan terukur. Penelitian juga perlu membedakan penggunaan *gadget* untuk kegiatan edukatif, hiburan, komunikasi, dan permainan, serta mempertimbangkan peran pendampingan orang tua dan regulasi diri anak.

Secara keseluruhan, sintesis 15 artikel menunjukkan bahwa hubungan intensitas penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak tidak dapat dijelaskan hanya berdasarkan lamanya penggunaan. Jenis aktivitas digital, kualitas interaksi sosial, kesempatan melakukan aktivitas nyata, regulasi diri, dan pendampingan orang tua merupakan konteks penting yang perlu dipertimbangkan. Dengan demikian, upaya menumbuhkan kemandirian anak di era digital bukan semata-mata menjauhkan anak dari teknologi, melainkan memastikan bahwa penggunaannya tidak menggantikan pengalaman langsung yang diperlukan anak untuk belajar mengambil keputusan, menyelesaikan tugas, dan mengatur perilakunya secara bertahap.

E. Simpulan

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review* terhadap 15 artikel, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* berkaitan dengan kemandirian anak usia 4–5 tahun, meskipun bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhinya. Penggunaan *gadget* yang berlebihan dan tidak terkontrol berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk melakukan aktivitas fisik, berinteraksi sosial, bereksplorasi, serta menyelesaikan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Sebaliknya, penggunaan *gadget* yang terarah, sesuai tujuan, dan disertai pendampingan orang tua dapat mendukung pembelajaran mandiri, kreativitas, dan kemampuan pemecahan masalah anak.

Kajian ini menegaskan bahwa hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kemandirian anak perlu dipahami dengan mempertimbangkan konteks penggunaan teknologi, kemampuan regulasi diri, kualitas interaksi sosial, serta peran orang tua dalam pendampingan. Oleh karena itu, dalam praktik pendidikan anak usia dini, diperlukan kolaborasi antara orang tua dan guru untuk mengatur penggunaan *gadget* secara proporsional serta memastikan anak tetap memperoleh pengalaman langsung melalui aktivitas fisik, eksplorasi lingkungan, interaksi sosial, dan pembiasaan kemandirian sesuai tahap perkembangannya.

DAFTAR PUSTAKA

Alim, R. N., & Cholimah, N. (2025). Perbedaan Pola Asuh Antar Generasi Terhadap Perkembangan Perilaku Anak : A Systematic Literature Review. *Jambura Early Childhood Education Journal*, *7*, 133–145.

https://doi.org/10.37411/jecej.v7i1.3157

Annabila, Z. I., Mauliza, & Nadira, C. S. (2025). Pengaruh penggunaan *Gadget* terhadap perkembangan anak usia pra sekolah di kecamatan banda sakti lhokseumawe. *Inovasi Kesehatan Globa*, *September*. https://doi.org/10.62383/ikg.v2i4.2358

Aprianingrum, A. I., Kismawati, & Umami, R. (2023). Hubungan penggunaan *Gadget* dengan perkembangan anak prasekolah usia 5-6 tahun di tk dharma wanita I tempurejo. *Malang Journal of Midwifery (MAJORY)*, *5*(2), 76–83.

Aprilia, C. W., Elan, E., & Rizqi, A. M. (2024). Peran Orang Tua dalam Mendorong Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun. *Indonesian Research Journal on Education*, *4*(2), 65.

Ardini, P. P., Tine, N., & Mangantjo, A. K. (2025). *Dampak Pembelajaran di Era Digital terhadap Ketercapaian Kemandirian Anak di RA Al-Hidayah Bulango timur*. *12*(2), 191–200. https://doi.org/10.29407/e.v12i2.25429

Batubara, M., Nasution, M. I. M., Syahrin, T. A., Lubis, M. Y., Nujaima, I., & Husna, A. U. (2023). Pengaruh *Gadget* terhadap anak usia dini. *Communnity Development Journal*, *4*(4), 7429–7435.

Febriyani, V. R., & Arbarini, M. (2025). Pola asuh dan perannya dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kemandirian pada anak usia sini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *9*(June), 1568–1581. https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.7060

Febriyanti, E., Mawarti, I., Sari, L. A., Ekawaty, F., & Kamariyah. (2026). The relationship between smartphone use intensity and the development of children aged 4-6 years in kindergarten. *Akrab Juara : Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, *11*, 48–58.

Fhadlilah, D. U., Simatupang, N. D., Malaikosa, Y. M. L., & Widayanti, M. D. (2025). Hubungan penggunaan *Gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada anak 4-6 tahun. *Jurnal Kumara Cendekia*, *13*(4), 666–675. https://doi.org/10.20961/kc.v13i4.102292

Hendri, D. N., & Ismaniar. (2025). Dampak Pengalaman Pengasuhan dan Kontrol Sosial Masyarakat Terhadap Perilaku Verbal Abuse Pada Anak Usia Dini Sebuah Systematic Literature Review. *Jurnal Riset Pendidikan Dan Bahasa*, *4*(November), 251–274. https://doi.org/10.58192/insdun.v4i4.3914

Kusuma, A., Yunitasari, E., Anggraini, R., & Mukhlis, H. (2022). Hubungan intensitas penggunaan *Gadget* dengan perkembangan anak usia 4-6 tahun. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*, 123–128. https://doi.org/10.30604/jika.v7iS1.1212

Mallawaarachchi, S., Neilsen-hewett, C., & Howard, S. J. (2026). Kemampuan anak usia dini untuk beralih dari menonton tayangan ke bermain aplikasi serta peran regulasi diri. *International Journal of Child-Computer Interaction*, *48*(December 2025), 100827. https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2026.100827

Misirli, A., Fotakopoulou, O., & Dardanou, M. (2025). The impact of touchscreen digital exposure on children ' s social development and communication : a systematic

review. *Frontiers in Psychology*, *October*, 1–18. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1613625

Morris, T. H., & Pannone, S. J. (2024). Homeschooling in a digital age: children fostering a love for (self-directed) lifelong learning – with constructive use of digital technologies. *ResearchSPAce*, 29–50. https://doi.org/10.1007/s11159-023-10041-x

Munastiwi, E. (2023). Merdeka belajar :solution for developing creativity and independence in early childhood in the era of the industrial. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, *12*(4), 615–626. https://doi.org/10.23887/jpiundiksha.v12i4.61500

Muti'ah, & Taningsih, E. (2026). Fenomena gentle parenting pada keluarga muda dan pengaruh terhadap kemandirian anak usia dini. *KANAKA : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *1*(2), 35–43. https://doi.org/10.55681/kanaka.v4i1.xxx

Nurrahmah, S., Rizqi, A. M., & Qonita, Q. (2024). Analisis karakter anak usia dini dengan pengasuhan minim *Gadget*. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 1062–1073. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.692

Paramitha, T., & Apriza, B. (2026). Pelatihan profesional guru PAUD dalam meningkatkan kualitas pembelajaran : studi systematic literature review. *JPIM: Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, *03*(01), 882–892.

Purwanti, S., Apriliany, D. P., & Universitas, U. M. (2023). Menumbuhkan kesantunan berbahasa indonesia menggunakan media kotak kata pada siswa TPQ mdtu Al-hayari. *Literasi*, *7*(April 2023), 25–31.

Rahayu, N. S., Elan, & Mulyadi, S. (2021). Analisis penggunaan *Gadget* pada anak usia dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, *5*(2), 202–210.

Sanders, R. P. V. T., Lonsdale, C., Parker, P., Conigrave, J., Tang, S., Cruz, B. del P., Biddle, S. J. H., Taylor, R., Innes-Hughes, C., Salmela-Aro, K., Vasconcello, D., Wilhite, K., Tremaine, E., Booker, B., & Noetel, M. (2025). *Electronic screen use and children ' s socioemotional problems : a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies* (Vol. 151, Issue 5). https://doi.org/10.1037/bul0000468

Setyawati, E., Agustina, R., Rahayu, E., & Kusmiati, S. (2024). Literature review : pengaruh *Gadget* terhadap perkembangan anak. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan*, *3*(2), 3152–3161.

Syafruddin, M. A., & Sutriawan, A. (2024). Dampak radiasi *Gadget* terhadap tumbuh kembang anak. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, *5*(November), 178–191.

Syarifudin, A., & Syamsurrijal, M. (2022). Peran orang tua terhadap penggunaan *Gadget* pada perkembangan sosial anak usia dini di masa pandemi covid-19. *Jurnal Tunas Aswaja (JTA)*, *1*, 23–38.

Tasya, A., Alini, & Erlinawati. (2023). Hubungan durasi dan intensitas penggunaan *Gadget* dengan perkembangan sosial anak pra sekolah usia 4-6 tahun. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, *11*(1), 69–78.

Wahyuni, S. U. A., Pudyanigtyas, A. R., & Jumiatmoko. (2023). Perbedaan kemandirian anak usia 4-5 tahun ditinjau dari status pekerjaan orang tua. *Kumara Cendekia*, *11*(2). https://doi.org/10.20961/kc.v11i2.59791

Wulandari, D., & Jamaris. (2023). Hubungan antara Penggunaan *Gadget* dengan Interaksi Pendidikan pada Anak Usia 4-6 Tahun dalam Keluarga di Jorong Rambai Nagari Koto Malintang Kecamatan Tanjung Raya. *Jurnal Family Education*, *3*(2), 268–275. https://doi.org/10.24036/jfe.v3i2.111