



HUBUNGAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN KEMANDIRIAN DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI PADA ANAK 4-6 TAHUN

**Dwi Ummi Fhadlilah*, Nurhenti Dorlina Simatupang, Yes Matheos Lasarus Malaikosa,
Melia Dwi Widayanti**

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Corresponding author: dwi.21056@mhs.unesa.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari anak usia 4-6 tahun. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner yang disebarkan pada responden. Sampel penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun yang berjumlah 139 orang. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji korelasi *Pearson Correlation*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada anak usia 4-6 tahun yang ditunjukkan dengan nilai Sig. < 0.05 dan nilai koefisien korelasi yang ditunjukkan sebesar 0.552 yang artinya kekuatan antar hubungan berada pada kategori sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak menunjukkan penggunaan *gadget* yang ideal yang ditandai dengan adanya peran orang tua yang baik dalam memberikan pengawasan dan kontrol pada anak serta tingkat kemandirian anak dalam melakukan aktivitas keseharian mayoritas berada di kategori yang baik.

Kata Kunci: penggunaan gadget; kemandirian aktivitas sehari-hari; anak usia dini; prasekolah

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between gadget use and independence in daily activities among children aged 4-6 years. This study is a quantitative study using a survey method. Data collection techniques used questionnaires distributed to respondents. The sample for this study consisted of 139 parents who have children aged 4-6 years. The data analysis technique used in this study was Pearson Correlation test. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a relationship between gadget use and independence in daily activities in children aged 4-6 years, as indicated by a Sig. value < 0.05 and a correlation coefficient value of 0.552, which means that the strength of the relationship is in the moderate category. This study shows that most children demonstrate ideal gadget use, characterized by the presence of good parental roles in supervising and controlling children, and the level of children's independence in performing daily activities is mostly in the good category.

Keywords: *gadget use; independence in daily activities; early childhood; preschool*

PENDAHULUAN

Usia dini merupakan suatu tahapan kehidupan yang unik dalam sepanjang hidup manusia dengan tahapan perkembangan setiap anak pada fase yang berbeda-beda. Pada fase usia dini, terdapat berbagai perkembangan yang meningkat pesat dan hanya terjadi sekali dalam sepanjang hidup individu (Widayanti, 2020). Menurut Direktorat Tenaga Teknis dalam Solichah, et al. (2021), pertumbuhan sel jaringan otak pada anak usia 0–4 tahun mencapai 50% hingga pada usia 8 tahun mencapai 80% (Suyadi, 2017). Oleh karena itu, fase ini tidak boleh dilewatkan secara sia-sia.

Karakter mandiri menjadi salah satu karakter yang penting dikenalkan dan dibentuk sejak usia dini sebagai peletak dasar karakter anak nantinya (Firmawanti et al., 2024). Kemandirian merupakan kemampuan seseorang mengelola segala hal yang menjadi

milik sendiri dan mengajarkan cara berpikir dan bertindak secara mandiri serta mampu mengambil resiko dalam menyelesaikan suatu masalah (Sriwidayati et al., 2020). Seseorang yang memiliki karakter mandiri cenderung tenang dan tangguh dalam menghadapi berbagai tantangan dalam hidupnya karena telah terbiasa tidak bergantung pada orang lain. Kemandirian juga merupakan aspek yang dapat muncul dengan sendirinya. Menurut Lestari & Simatupang (2018), dijelaskan bahwa dalam mencapai kemandirian dibutuhkan kesabaran dan pelatihan yang tepat serta melalui fase belajar cukup panjang. Tentunya pembentukan karakter ini membutuhkan dukungan penuh dari lingkungan sekitarnya, khususnya orang tua dengan memberikan kesempatan pada anak untuk menyelesaikan hal-hal sederhana dengan kemampuan anak sendiri tanpa dibantu, memberikan kebebasan pada anak untuk mengambil suatu keputusan sesuai pemikirannya, dan memberikan kesempatan pada anak untuk berkembang sesuai minat bakatnya.

Bentuk kemandirian pada anak menurut Einon dalam Nur'asiah, et al. (2023) yaitu anak mampu mengurus dirinya sendiri misalnya makan, memakai pakaian, mandi, dan pergi ke toilet secara mandiri. Namun, kenyataan yang ditemui hingga saat ini ialah masih terdapat anak-anak yang belum mampu melakukan aktivitas tersebut secara mandiri. Peneliti menemui masih banyak anak-anak usia TK yang belum mampu melakukan aktivitas yang menjadi kebutuhan sehari-harinya secara mandiri. Banyak dari mereka yang masih membutuhkan bantuan orang tua pada saat makan, berpakaian, maupun saat buang air di kamar mandi.

Seiring perkembangan zaman, tantangan dalam membentuk karakter mandiri pada anak usia dini menjadi semakin besar seperti di era globalisasi saat ini banyak sekali terjadi pergeseran nilai karakter mandiri menjadi individualis (Firmawanti et al., 2024). *Gadget* merupakan salah satu wujud perkembangan teknologi di era globalisasi ini yang telah ramai dipergunakan sehingga menjadi suatu hal layaknya kebutuhan utama dan hampir seluruh kalangan masyarakat saat ini, mulai dari dewasa hingga anak-anak, telah mengenal teknologi tersebut. Keistimewaan pada *gadget* ini yaitu selalu menyajikan teknologi terbaru dengan cara yang praktis sehingga membuat teknologi ini banyak diminati oleh masyarakat dibanding perangkat elektronik lainnya (Anggraini, 2019).

Maraknya penggunaan *gadget* di kalangan anak usia dini hingga saat ini masih menjadi pro kontra. Di satu sisi, menurut Aisyah, et al. (2024), adanya *gadget* dapat dimanfaatkan oleh orang tua maupun guru untuk mendukung proses belajar anak yang lebih menyenangkan. Namun, tak jarang pula *gadget* memberikan dampak yang negatif apabila penggunaannya tidak sesuai. Salah satunya menurut Bhattacharyya (2015), bahwa anak yang menggunakan *gadget* secara berlebihan seringkali membuat mereka menjadi malas, tidak aktif, dan lebih agresif. Rasa malas yang timbul akibat rasa nyaman bermain *gadget* inilah yang memungkinkan bisa menghambat perkembangan kemandiriannya. Selain itu, permasalahan *learning loss* yang banyak terjadi pada anak sebagai akibat gagalnya pembelajaran selama pandemi pada beberapa tahun lalu juga memiliki dampak permanen di masa depan, khususnya pada anak usia dini (Engzell et al., 2021). Dalam hal ini, keterlibatan orang tua sangatlah dibutuhkan dalam membuat kebijakan dalam penggunaan *gadget* sehingga anak tetap dapat memanfaatkan perkembangan teknologi tanpa mengganggu proses tumbuh kembangnya, khususnya pada perkembangan kemandiriannya.

Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan anak usia dini secara umum dan masih terbatas penelitian yang secara khusus meneliti hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia dini. Studi sebelumnya lebih berfokus pada aspek kognitif, kemampuan bahasa, atau perilaku sosial anak secara umum, namun belum secara mendalam mengkaji korelasi penggunaan *gadget* terhadap kemampuan anak dalam menjalani aktivitas harian secara mandiri. Oleh karena itu, penelitian ini penting dan relevan untuk dilakukan dengan melihat situasi perkembangan dunia digital saat ini. Peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai bagaimana hubungan antara penggunaan *gadget* pada anak dengan kemandirian anak usia 4–6 tahun dalam hal melakukan aktivitas kesehariannya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei yang belandaskan pada paradigma positivisme. Paradigma ini memandang realitas/gejala/fenomena itu dapat diklasifikasikan, relatif tetap, konkret, teramati, terukur, dan hubungan gejala bersifat sebab akibat (Amruddin, 2022). Metode survei ini dipilih karena sesuai untuk meneliti hubungan antarvariabel, yaitu penggunaan *gadget* sebagai variabel bebas (X) dan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari sebagai variabel terikat (Y). Penelitian ini menggunakan analisis korelasi *pearson product moment* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel dan. pengumpulan data menggunakan kuisioner yang disebarkan kepada responden yang memuat indikator durasi penggunaan *gadget*, peran orang tua, dan kemandirian anak dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari.

Penelitian ini dilakukan di 3 lembaga TK yang berada di bawah naungan satu yayasan di Kota Surabaya. Populasi penelitian ini adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun yang berjumlah 211 orang. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling* dengan *sampling error* 5% sehingga didapatkan sampel sebanyak 139.

Instrumen penelitian memuat 8 butir pernyataan untuk variabel penggunaan *gadget* dan 16 butir pernyataan untuk variabel kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Pernyataan instrumen variabel penggunaan *gadget* memuat indikator peran orang tua tentang pembatasan penggunaan *gadget*, pendampingan saat menggunakan *gadget*, pengaturan akses tontonan pada *gadget*, dan pemberian alternatif kegiatan setelah bermain *gadget*. Pernyataan instrumen variabel kemandirian dalam aktivitas sehari-hari memuat 3 indikator tentang kemampuan makan, kemampuan berpakaian, dan kemampuan mengurus kebersihan diri. Pernyataan pada instrument penelitian ini diukur menggunakan skala likert dengan 4 opsi jawaban antara lain 4 = selalu; 3 = sering; 2 = kadang-kadang; dan 1 = tidak pernah untuk memudahkan proses analisis data.

Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji validitas dan reliabilitas instrumen, uji prasyarat normalitas dan linearitas, dan uji hipotesis menggunakan rumus *pearson product moment* dengan bantuan SPSS. Uji validitas dan realibilitas dilakukan terlebih dahulu sebelum dilakukan uji prasyarat normalitas dan linearitas yang kemudian dilakukan pengambilan keputusan pada uji hipotesis.

Penelitian ini telah dilakukan dengan memperhatikan aspek etika penelitian, termasuk persetujuan dari pihak sekolah serta dari orang tua sebagai responden. Setiap

partisipasi dalam penelitian ini dilakukan secara sukarela serta data yang diberikan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian ini berupa data penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari anak usia 4–6 tahun yang diperoleh melalui pengumpulan kuisioner cetak. Dari keseluruhan populasi, yaitu seluruh orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun yang berjumlah 211, diperoleh sampel sebanyak 139 orang tua. Pada penelitian ini, terdapat 8 butir pernyataan mengenai variabel penggunaan *gadget* dan 16 butir pernyataan mengenai kemampuan kemandirian anak dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari.

Sebelum dilakukan penyebaran kuisioner kepada 139 responden, terlebih dahulu dilakukan pengujian validitas instrumen oleh ahli. Setelah instrumen dinyatakan valid untuk digunakan sebagai alat ukur, kemudian dilakukan penyebaran kuisioner kepada 35 responden di luar sampel untuk dilakukan uji reliabilitas. Hal ini bertujuan untuk mengetahui konsistensi instrumen jika digunakan berulang. Dalam pengujian reliabilitas instrumen ini digunakan rumus *cronbach's alpha* dengan bantuan SPSS dan diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha
Penggunaan <i>Gadget</i>	.730
Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari	.860

Hasil uji reliabilitas pada variabel penggunaan *gadget* diperoleh nilai *cronbach's alpha* 0.730 dan variabel kemandirian dalam aktivitas sehari-hari memperoleh nilai 0.860. Berdasarkan keputusan *cronbach's alpha*, kedua variabel penelitian ini dikatakan reliabel dan instrumen layak disebarkan untuk penelitian karena telah memenuhi syarat reliabel, yaitu > 0.60 . Setelah didapatkan data dari keseluruhan responden, dapat bahwa responden didominasi oleh usia rentang 30–39 tahun, yaitu sebanyak 95 responden (68,3%). Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan tinggi di jenjang D4/S1, yaitu sebanyak 85 responden (61%). Gambaran umum responden berdasarkan usia dan jenjang pendidikan yang dimiliki sebagai berikut.

Tabel 2. Distribusi Data Umum Responden

Keterangan	Frekuensi	Persentase
Usia		
20–29 tahun	19	13.7%
30–39 tahun	95	68.3%
40–49 tahun	25	18%
Pendidikan		
SMA/SMK	29	20.8%
D3	12	8.6%
D4/S1	85	61%
S2	12	8.6%
S3	1	1%

Variabel penggunaan *gadget* diukur melalui indikator durasi penggunaan *gadget* dan peran orang tua saat anak menggunakan *gadget*. Setelah dilakukan penyebaran kuisioner kepada 139 responden, data yang terkumpul kemudian diolah dan

dikategorikan. Durasi penggunaan *gadget* yang diberikan orang tua pada anak paling banyak yaitu dengan durasi selama 0–1 jam sebanyak 65 anak dengan persentase 46%. Di sisi lain, durasi penggunaan *gadget* tertinggi yang diberikan orang tua yaitu dengan durasi 3–4 jam sebanyak 9 anak dengan persentase 6.5%. Diketahui durasi penggunaan *gadget* pada anak-anak di TK Khadijah sebagai berikut.

Tabel 3. Distribusi Data Durasi Penggunaan *Gadget*

Durasi	N	Persentase
0–1 jam	65	46.8%
1–2 jam	51	36.7%
2–3 jam	14	10%
3–4 jam	9	6.5%
4–5 jam	0	0%
5–6 jam	0	0%
6–7 jam	0	0%

Penggunaan *gadget* pada anak usia dini tidak terlepas dari kebijakan orang tua yang memberikan akses tersebut pada anak. Maka dari itu, aspek peran orang tua juga menjadi indikator instrumen variabel penggunaan *gadget* pada penelitian ini yang memuat beberapa subindikator, antara lain pemberian batasan dalam penggunaan *gadget*, pendampingan saat menggunakan *gadget*, pengaturan akses tontonan pada *gadget*, dan pemberian alternatif kegiatan setelah bermain *gadget*. Penggunaan *gadget* pada anak ditinjau dari peran orang tua menunjukkan bahwa sebagian besar menggunakan *gadget* dengan baik yaitu sebanyak 71 anak (51%) dan 59 anak lainnya (42.5%) dalam kategori sangat baik, hanya sebagian kecil saja yang kurang baik dalam penggunaan *gadget*, yaitu 3 anak (2,2%). Hal ini juga mengindikasikan bahwa sebagian besar orang tua telah memiliki wawasan yang baik dalam memberikan akses *gadget* pada anak.

Tabel 4. Distribusi Data Penggunaan *Gadget*

Rentang Skor	Kategori	N	Persentase
26–32	Sangat baik penggunaan	59	42.5%
20–25	Baik penggunaan	71	51%
14–19	Cukup baik penggunaan	6	4.3%
8–13	Kurang baik penggunaan	3	2.2%

Kemandirian terbagi atas beberapa bentuk yaitu kemandirian fisik, kemandirian psikologis, dan kemandirian sosial (Nurfalah, 2010). Penelitian ini berfokus pada kemandirian fisik anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Pada indikator kemandirian fisik memuat kemampuan makan, kemampuan berpakaian, dan kemampuan mengurus kebersihan diri. Berdasarkan 139 responden, diketahui bahwa sebagian besar anak memiliki tingkat kemandirian yang baik yaitu sebanyak 75 anak (54%) dan 52 anak lainnya (37.4%) memiliki tingkat kemandirian sangat baik. Sedangkan anak dengan tingkat kemandirian yang rendah hanya 2 anak (1,4%).

Tabel 5. Distribusi Data Kemandirian Anak

Rentang Skor	Kategori	F	Persentase
52–64	Sangat baik kemandirian	52	37,4%
40–51	Baik kemandirian	75	54%
28–39	Cukup kemandirian	10	7,2%
16–27	Rendah Kemandirian	2	1,4%

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji prasyarat normalitas dan linearitas. Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan yaitu menggunakan uji

Kolmogorov Smirnov. Syarat data dapat dikatakan normal apabila nilai Asymp. Sig. > 0.05.

Tabel 6. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Penggunaan Gadget	Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari
N		139	139
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	26.50	52.09
	Std. Deviation	2.878	4.971
Most Extreme Differences	Absolute	.073	.074
	Positive	.073	.053
	Negative	-.073	-.074
Test Statistic		.073	.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.064 ^c	.061 ^c

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil uji normalitas variabel penggunaan *gadget* (X) adalah 0.064 dan variabel kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (Y) adalah 0.061. Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel telah memenuhi uji normalitas dan data dikatakan normal karena nilai Asymp. Sig. > 0.05. Nilai Sig. *Deviation from Linearity* menunjukkan hasil 0.351. Sesuai dengan kriteria acuan, kedua variabel dikatakan linear apabila nilai Sig. *Deviation from Linearity* > 0.05 sehingga pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel telah memenuhi uji linearitas. Dilakukan uji linearitas dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 7. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari * Penggunaan Gadget	Between Groups	(Combined)	1233.038	11	112.094	6.540	.000
		Linearity	1040.730	1	1040.730	60.720	.000
		Deviation from Linearity	192.308	10	19.231	1.122	.351
	Within Groups		2176.746	127	17.140		
	Total		3409.784	138			

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada anak. pada penelitian ini, digunakan rumus uji korelasi *pearson product moment*. uji korelasi pada penelitian ini menunjukkan angka Sig. (2-tailed) yaitu 0.00. Sesuai dengan kriteria pengujian *Pearson Product Moment*, maka pada penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara Penggunaan *Gadget* dengan Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari pada Anak dengan nilai koefisien sebesar 0.552 atau masuk ke dalam tingkat hubungan sedang. Uji korelasi memperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 8. Uji Hipotesis

Correlations			
		Penggunaan <i>Gadget</i>	Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari
Penggunaan <i>Gadget</i>	Pearson Correlation	1	.552**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	139	139
Kemandirian dalam Aktivitas Sehari-hari	Pearson Correlation	.552**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	139	139

Penelitian ini meneliti terkait hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak usia 4-6 tahun. Berdasarkan data responden, menunjukkan bahwa responden didominasi oleh orang tua yang berusia 30–39 tahun sebanyak 95 responden, sementara golongan usia yang paling rendah yaitu antara 20-29 tahun sebanyak 19 responden. Dari segi pendidikan, menunjukkan bahwa angka paling banyak terdapat pada orang tua yang memiliki jenjang pendidikan D4/S1 yaitu sebanyak 85 responden.

Dari hasil uji normalitas dan uji linearitas, data yang diperoleh menunjukkan hasil yang normal dan linear. Maka dari itu, dilanjutkan uji korelasi. Berdasarkan hasil uji korelasi, menunjukkan angka Sig. (2-tailed) bernilai 0.000, yang artinya angka tersebut < 0.005 sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada anak usia 4–6 tahun. Hasil uji korelasi antara kedua variabel menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.552, sehingga menurut pedoman interpretasi korelasi (Sugiyono, 2022) menunjukkan bahwa tingkat hubungan penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari berada pada kategori sedang yang berkisar 0.40–0.599.

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan bahwa sebagian besar anak memiliki kebiasaan penggunaan *gadget* yang baik dilihat dari segi peran orang tua dalam memfasilitasi *gadget* yaitu dengan persentase 51% serta persentase durasi penggunaan *gadget* yang ideal sesuai dengan teori (Sigman, 2010) yaitu selama 30 menit-1 jam sebanyak 46.8%. Hal ini mengindikasikan bahwa peran orang tua sangat diperlukan dalam memfasilitasi *gadget* pada anak. Anak belum mampu mengontrol waktu dalam menggunakan *gadget* sehingga orang tua berperan penting dalam memberikan bimbingan kepada anak dalam menggunakan teknologi *gadget* (Yustina & Setyowati, 2021).

Kemandirian merupakan keterampilan dasar yang sangat diperlukan setiap individu untuk menjalani kehidupannya dengan baik dan stimulasi yang tepat terhadap kemandirian anak sejak dini dapat membantu mereka mempersiapkan diri dalam menghadapi tantangan kehidupan di masa mendatang (Mutawakila et al., 2024). Pada penelitian ini ditemukan hasil bahwa tingkat kemandirian anak usia 4–6 tahun dalam melakukan aktivitas keseharian mereka berada pada kategori baik yaitu sebesar 54%.

Penggunaan *gadget* pada anak usia dini tidak selalu memberikan dampak negatif terhadap perkembangan kemandirian anak. Dari hasil penelitian ini, sebanyak 139 orang tua yang telah memberikan akses pada anak untuk menggunakan *gadget*, sebagian besar menunjukkan penggunaan *gadget* yang ideal yang ditandai dengan adanya peran orang tua yang baik dalam memberikan pengawasan dan kontrol pada anak. Dari temuan penelitian ini juga didapatkan bahwa tingkat pendidikan tinggi yang dimiliki oleh mayoritas orang tua juga mendukung bagaimana memberikan aturan dalam penggunaan *gadget*. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Nikken &

Schols (2015) yang menemukan bahwa terdapat perbedaan strategi penggunaan *gadget* pada anak antara orang tua yang berpendidikan tinggi dan orang tua yang berpendidikan rendah, yakni orang tua yang berpendidikan tinggi lebih memilih untuk melakukan mediasi aktif dan melakukan pengawasan dengan menggunakan *gadget* bersama anak. Di sisi lain, orang tua yang berpendidikan rendah lebih banyak memberikan pembatasan teknis dan jarang melakukan mediasi aktif dengan anak.

Berdasarkan analisis dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari yaitu semakin baik penggunaan *gadget* dari segi peran orang tua maka semakin baik pula tingkat kemandirian pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Annisa, et al. (2022) yang menyatakan bahwa perkembangan anak akan optimal apabila orang tua mempertimbangkan pengawasan dan frekuensi dalam penggunaan *gadget* pada anak. Mengelola penggunaan *gadget* pada anak sambil mendorong kemandirian adalah tantangan yang sulit di era teknologi saat ini sehingga penting untuk menemukan keseimbangan antara pengawasan dan kebebasan demi perkembangan anak. Selain memberi batasan yang jelas, orang tua juga perlu memberi contoh dan mengajarkan anak menggunakan teknologi secara aman dan bertanggung jawab melalui literasi digital (Patil, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada anak usia 4–6 tahun dengan tingkat kekuatan hubungan sedang. Hasil temuan menunjukkan bahwa sebagian besar anak menunjukkan penggunaan *gadget* yang ideal yang ditandai dengan adanya peran orang tua yang baik dalam memberikan pengawasan dan kontrol pada anak serta tingkat kemandirian anak dalam melakukan aktivitas keseharian sebagian besar berada di kategori yang baik. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* pada anak usia dini tidak selalu berdampak negatif apabila dikelola dengan bijak dan disertai pengawasan orang tua. Peneliti berharap supaya penelitian ini dapat menjadi wawasan bagi para orang tua agar aktif terlibat dalam melakukan kontrol penggunaan *gadget* pada anak serta tetap menyediakan ruang bagi anak untuk belajar mandiri melalui aktivitas sehari-hari tanpa bergantung pada perangkat digital. Selain itu, peneliti juga berharap untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih jauh terkait komponen-komponen yang terdapat dalam variabel penelitian ini serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin memiliki pengaruh terhadap kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, S. (2017). *Instrumen Perangkat Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Alifia, A. S., Palupi, W., & Jumiatmoko, J. (2022). Alat permainan edukatif board game untuk meningkatkan kemampuan mengenal huruf anak usia 4–5 tahun. *Kumara Cendekia*, 10(2), 130–138. <https://doi.org/10.20961/kc.v10i2.58600>.
- Cahya, I. P., Tirtaningsih, M. T., & Pramono. (2024). Pengembangan permainan ular tangga dalam pemahaman gizi seimbang anak usia 5–6 tahun. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, 11(2), 117–129. <http://doi.org/10.25273/jcare.v11i2.20302>
- Dewi, N. M. P., Suarni, N. K., & Antara, P. A. (2017). Media pembelajaran untuk anak usia dini berbasis karakter. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 4(1), 18–26.
- Dinalar, W., Sulandjari, S., Purwidiani, N., & Bahar, A. (2020). Pengembangan media permainan *Makan Sehat Yuk!* sebagai pengenalan slogan *Isi Piringku* pada siswa

- usia sekolah dasar. *Jurnal Tata Boga*, 9(2), 785–794.
- Halimatuzzuhrotulaini, B., Muslihan, D. J. H., Muslimin, S. Z., Izzah, N., Sulastri, M., Al Bawani, C., Mannarina, R., Yaqut, L., Aisyah, S., Solayanti, T. S., Ani, D. M., Maswandi, & Fitriana, I. (2024). *Buku Ajar Gizi dan Kesehatan Anak*. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Group.
- Hana, N., Salsabila, K., & Werdiharini, A. E. (2024). Pengembangan media permainan ular tangga *Isi Piringku* sebagai media edukasi gizi untuk anak sekolah di SDN Jember Lor 1. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*, 5(2), 74–83.
- Kasmawati, S. Y. G., Astati, & Tasentimbang, H. V. (2022). Media kartu *Isi Piringku* meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang: Penelitian kuasi eksperimen. *Jurnal Health Information*, 14(2), 261–270. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i2.762>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Korompis, B. S., & Hasan, V. (2023). Media ular tangga sebagai sarana edukasi gizi dalam upaya peningkatan pengetahuan gizi pada anak. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(4), 3069–3078. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15471>.
- Mahyuddin, M. (2023). Board game sebagai media pembelajaran menyenangkan untuk anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 8(2), 134–142.
- Mahyuddin, N. (2023). *Permainan Board Game Berbasis Neurosains dalam Pembelajaran Anak Usia Dini*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Mahyuddin, R. (2023). Peran board game dalam pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Inovasi Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 115–123.
- Mayar, F., & Astuti, Y. (2021). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 9695–9704.
- Natalina, S. L. (2023). Edukasi gizi *Isi Piringku* dengan media permainan puzzle di TK Tri Insani Permata Pekanbaru. *Community Development Journal*, 4(2), 4680–4686.
- Nita, V. (2024). Edukasi gizi seimbang pada anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 35–38.
- Nita, V., & Mayangsari, A. (2023). Edukasi *Isi Piringku* pada anak usia dini dengan media permainan food model terhadap perilaku pemilihan makanan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 60–65.
- Nuryati. (2022). Model pengembangan bahan ajar alat permainan edukatif (APE) untuk mahasiswa PAUD. *Research and Development Journal of Education*, 8(2), 536–543. <https://doi.org/10.30998/rdje.v8i2.13121>.
- Pramono, N., Kusnanik, N. W., & Winarno, M. E. (2019). Playing motion activity model development to improve early childhood creative thinking. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(4), 219–236.
- Purnama, S., Hijriyani, Y. S., & Heldanita. (2019). *Pengembangan Alat Permainan Edukatif Anak Usia Dini*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ramadhanti, N., & Taulany, H. (2024). Pengaruh *vegetable eating token economy* terhadap peningkatan perilaku makan sayur anak. *Jurnal Kumara Cendekia*, 12(3), 297–304. <https://doi.org/10.20961/kc.v12i3.96375>.
- Ramadhon, N., Patriansah, M., & Yullus, Y. (2023). Board game sebagai media pengenalan ragam sayuran ungu pada anak usia 6–12 tahun di Kota Palembang. *Jurnal Seni Rupa dan Desain*, 1(2), 110–126.
- Rismadani, F., Satria, D., & Kurnia, R. (2022). Pengembangan alat permainan edukatif (APE) ular tangga untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5

- tahun. *Jurnal Generasi Emas*, 5(1), 51–64.
[https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2022.vol5\(1\).8646](https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2022.vol5(1).8646).
- Sapil, N. (2024). Pengembangan media pop-up book (makanan bergizi) untuk stimulasi pengenalan makanan sehat bergizi pada anak usia 4–6 tahun. *Jurnal Global Education*, 2(2), 173–182.
- Saputra, A. (2019). Permainan edukatif untuk anak usia dini. *Jurnal Pelangi: Pemikiran dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 102–113.
<https://doi.org/10.52266/pelangi.v1i1.283>.
- Sulistiyawati, A. (2014). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Yuliati, E. (2020). Pengenalan konsep makanan sehat pada anak usia dini melalui media edukatif. *Jurnal Golden Age*, 5(1), 12–20.