

ANALISIS DAMPAK GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL-EMOSIONAL ANAK: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Amirotun Nabila Hisyam¹⁾, Nova Lusiana²⁾

^{1,2} Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, Jawa Timur

email: 11020125062@student.uinsa.ac.id¹, novalusiana@uinsa.ac.id²

Abstrak

Penggunaan gadget pada anak usia dini (0-6 tahun) di Indonesia mencapai 33,44%, sering melebihi rekomendasi WHO maksimal 1 jam/hari untuk usia 2-5 tahun, memicu kekhawatiran terhadap masa *golden age* perkembangan sosial-emosional mereka akibat paparan pasif tanpa pendampingan. Penelitian ini bertujuan mensintesis dampak konsisten gadget dan faktor penentunya melalui *Systematic Literature Review* (SLR). Pencarian sistematis di Google Scholar (2021-2026) dengan kata kunci terkait menghasilkan 8 artikel kualitatif *peer-reviewed* setelah seleksi PRISMA. Analisis tematik mengungkap dampak negatif dominan: individualisme sosial, rendahnya partisipasi kelompok, dan gangguan regulasi emosi seperti tantrum/agresivitas. Penelitian ini mengidentifikasi empat faktor yang memengaruhi variabel: mediasi orang tua aktif, jenis konten edukatif-interaktif, durasi <1 jam, serta usia anak yang menjelaskan variasi dampak tidak seragam. Temuan ini memberikan kerangka komprehensif bagi orang tua, pendidik, dan kebijakan untuk mediasi efektif, mencegah isolasi sosial-emosional di era digital.

Kata kunci: *gadget anak usia dini, perkembangan sosial-emosional, tinjauan pustaka sistematis*

Abstract

Gadget use among early childhood children (0-6 years) in Indonesia reaches 33.44%, often exceeding WHO recommendations of a maximum of 1 hour/day for ages 2-5 years, raising concerns about their golden age of social-emotional development due to passive exposure without parental supervision. This study aims to synthesize consistent gadget impacts and their moderating factors through a Systematic Literature Review (SLR). Systematic searches in Google Scholar (2021-2026) using relevant keywords yielded 8 qualitative peer-reviewed articles after PRISMA selection. Thematic analysis revealed dominant negative impacts: social individualism, low group participation, and emotional dysregulation such as tantrums/aggressiveness, consistent across cultures. The novelty lies in identifying 4 interactive moderating factors: active parental mediation, educational-interactive content types, duration <1 hour, and child age which explain variations in impact magnitude. These findings provide a comprehensive framework for parents, educators, and policymakers to implement effective mediation strategies, preventing social-emotional isolation in the digital era

Keywords: *early childhood gadgets, social-emotional development, systematic literature review*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang berlangsung pesat dalam dua dekade terakhir telah membawa perubahan mendasar dalam kehidupan anak usia dini. Gadget kini bukan lagi barang eksklusif milik orang dewasa, melainkan telah menjadi bagian dari keseharian anak-anak bahkan sejak usia yang sangat muda. Data Badan Pusat Statistik mencatat bahwa lebih dari 34,44% anak usia dini di Indonesia telah aktif menggunakan gadget, dan sebagian di antaranya melebihi batas durasi yang direkomendasikan WHO (2019) yaitu tidak lebih dari satu jam per hari untuk anak usia 3–4 tahun (Rahayu, 2026). Kekhawatiran utama dari fenomena ini adalah dampaknya terhadap masa *golden age*, yakni

periode usia 0–6 tahun di mana otak anak berkembang dengan kecepatan luar biasa dan sangat peka terhadap kualitas stimulasi yang diterimanya (Adwiah & Diana, 2023). Persoalannya, di lapangan orang tua justru kerap menggunakan gadget sebagai "pengasuh elektronik" ketika anak rewel, bukan sebagai media belajar yang terstruktur dan didampingi, sehingga anak terpapar konten digital secara pasif dan kehilangan kesempatan untuk belajar berinteraksi, bernegosiasi, dan mengelola emosi melalui pengalaman sosial langsung.

Secara teoretis, kondisi ini bertentangan dengan sejumlah teori perkembangan anak. Vygotsky (1978) menegaskan bahwa pengalaman sosial adalah fondasi bagi

perkembangan kognitif dan emosional anak, sementara Bronfenbrenner (1979) menunjukkan bahwa kualitas interaksi dalam sistem keluarga dan kelompok sebaya merupakan penentu utama arah perkembangan. Lebih jauh, Gross (2014) menekankan bahwa kemampuan regulasi emosi dibangun melalui pengalaman menghadapi frustrasi dan ketidaknyamanan secara langsung, sebuah proses yang terganggu ketika anak terbiasa mendapatkan kepuasan instan dari layar digital (Kamilla et al., 2025).

Berbagai penelitian empiris telah berusaha mendokumentasikan dampak ini. Adwiah & Diana (2023) menemukan bahwa anak yang menggunakan gadget berlebihan cenderung individualis dan tidak merespons panggilan di sekitarnya. Kamilla et al (2025) menemukan bahwa kecanduan gadget memicu tantrum dan perilaku agresif, dengan dua subjek yang menunjukkan respons berbeda meski dalam kondisi yang sama mengisyaratkan adanya faktor moderator yang belum terjelaskan. Sari et al (2025) mengungkapkan data yang lebih konkret, di mana 52% anak dengan waktu layar tinggi berpartisipasi rendah dalam tugas kelompok dan 43% lebih memilih bermain sendiri. Octaviana & Asih (2022) mencatat bahwa mayoritas anak berada pada kategori "Belum Berkembang" dalam indikator sikap kooperatif pascapandemi, sementara Orfanidou et al (2025) mempertegas bahwa pola hambatan sosial-emosional akibat gadget ini bersifat lintas budaya dan tidak terbatas pada konteks Indonesia.

Meski demikian, seluruh penelitian tersebut memiliki beberapa keterbatasan. Semua menggunakan metode kualitatif dengan sampel terbatas, masing-masing berfokus pada aspek yang berbeda-beda, dan belum ada satu pun yang mensintesis temuan-temuan tersebut ke dalam satu kerangka analisis yang utuh. Yang paling krusial, belum ada penelitian yang secara sistematis memetakan faktor-faktor yang memoderasi dampak gadget, seperti durasi, jenis konten, usia anak, dan pola mediasi orang tua sehingga sulit bagi praktisi maupun pembuat kebijakan untuk mengetahui kondisi seperti apa yang membuat dampaknya lebih parah atau lebih ringan. Kekosongan inilah yang menjadi justifikasi dilakukannya *Systematic Literature Review* (SLR) ini, dengan dua pertanyaan penelitian utama: pertama, apa saja dampak yang

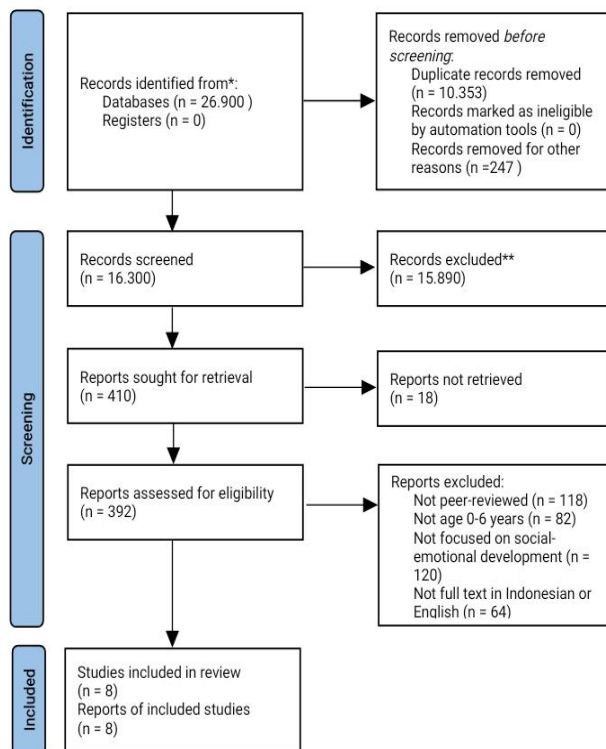
secara konsisten ditemukan dalam literatur empiris terkait pengaruh gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini?; dan kedua, faktor-faktor penentu apa saja yang terbukti memperlemah atau memperkuat dampak tersebut? Hasil tinjauan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam sekaligus saran praktis bagi orang tua dan pihak terkait dalam menjaga tumbuh kembang anak di dunia digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR), yaitu metode tinjauan pustaka yang dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan, menyaring, dan mensintesis temuan dari berbagai penelitian yang relevan dengan topik yang dikaji. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menarik kesimpulan yang lebih komprehensif dari kumpulan studi yang ada dibandingkan hanya mengandalkan satu penelitian tunggal.

Pencarian literatur dilakukan melalui satu basis data elektronik, yaitu Google Scholar dengan menggunakan kata kunci "gadget dan perkembangan sosial emosional anak usia dini". Pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan antara tahun 2021 hingga 2026 guna memastikan aktualitas data.

Artikel yang diikutsertakan dalam kajian ini harus memenuhi kriteria berikut: merupakan artikel jurnal peer-reviewed, berfokus pada anak usia dini rentang usia 0–6 tahun, membahas dampak penggunaan gadget terhadap aspek sosial atau emosional anak, serta tersedia dalam teks penuh berbahasa Indonesia atau Inggris. Artikel yang tidak memenuhi salah satu dari kriteria tersebut dikecualikan dari analisis. Proses seleksi dilakukan dalam empat tahap mengacu pada panduan PRISMA, yaitu identifikasi, skrining judul dan abstrak serta penilaian kelayakan teks penuh, dan inklusi akhir, hingga diperoleh 8 artikel yang memenuhi seluruh kriteria. Alur lengkap proses seleksi artikel disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Bagan Alur Metode PRISMA

Kedelapan artikel yang terpilih berasal dari peneliti di Indonesia sebanyak 7 artikel dan Yunani sebanyak 1 artikel, dengan subjek penelitian berupa anak usia dini rentang usia 3–6 tahun beserta orang tua dan guru sebagai informan pendukung. Seluruh artikel menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain yang bervariasi, meliputi deskriptif kualitatif, studi kasus, dan fenomenologi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam studi-studi tersebut mencakup wawancara mendalam, observasi langsung, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Data dari seluruh artikel kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik dengan cara mengidentifikasi tema-tema yang muncul secara berulang lintas studi, khususnya terkait dampak gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak dan faktor-faktor yang memengaruhi dampak tersebut

HASIL

Berdasarkan hasil proses seleksi menggunakan pendekatan PRISMA, diperoleh 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis dalam penelitian ini. Artikel-artikel tersebut terdiri dari berbagai pendekatan, mayoritas menggunakan metode kualitatif dengan desain deskriptif dan studi kasus. Seluruh penelitian berfokus pada anak usia dini serta mengkaji penggunaan gadget dalam kaitannya dengan perkembangan sosial emosional.

Secara umum, hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan gadget memiliki pengaruh terhadap perkembangan sosial emosional anak, baik dalam bentuk dampak negatif maupun positif. Namun, temuan yang paling dominan dalam penelitian-penelitian tersebut adalah adanya kecenderungan dampak negatif, terutama jika penggunaan gadget tidak terkontrol.

Berdasarkan analisis tematik, hasil penelitian dapat dikelompokkan ke dalam beberapa tema utama, yaitu dampak terhadap interaksi sosial, regulasi emosi, dampak positif penggunaan gadget, serta peran orang tua dalam penggunaan gadget.

Pada tema interaksi sosial, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan menyebabkan anak cenderung menjadi lebih individualis, kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar, serta mengalami penurunan kemampuan komunikasi. Anak lebih tertarik pada layar dibandingkan bermain dengan teman sebaya, sehingga kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial menjadi berkurang.

Pada tema regulasi emosi, ditemukan bahwa anak yang sering menggunakan gadget menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi. Hal ini ditandai dengan munculnya perilaku seperti tantrum, mudah marah, dan ketergantungan terhadap gadget sebagai alat penenang. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa anak menjadi kurang sabar dan sulit mengontrol diri ketika penggunaan gadget dibatasi.

Meskipun demikian, beberapa penelitian juga menemukan adanya dampak positif dari penggunaan gadget. Gadget dapat berfungsi sebagai media pembelajaran yang membantu anak mengenal angka, huruf, warna, serta meningkatkan keterampilan kognitif. Selain itu, gadget juga dapat digunakan sebagai sarana komunikasi, terutama dalam situasi tertentu seperti berinteraksi dengan keluarga yang berada jauh.

Selain dampak penggunaan gadget, peran orang tua juga menjadi salah satu temuan penting dalam penelitian ini. Hampir seluruh artikel menekankan bahwa pendampingan orang tua sangat berpengaruh terhadap dampak yang ditimbulkan. Orang tua yang aktif dalam mengawasi, membatasi durasi penggunaan, serta memilihkan konten yang sesuai dapat

meminimalkan dampak negatif dan memaksimalkan manfaat penggunaan gadget.

Untuk memperjelas hasil analisis, ringkasan temuan dari artikel yang dianalisis disajikan dalam tabel berikut:

No	Penulis & Tahun	Jurnal	Desain Penelitian	Karakteristik Subjek	Temuan Utama
1	Adwiah & Diana (2023)	Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini	Kualitatif deskriptif	Orang tua anak usia 4–6 tahun di Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta	Penggunaan gadget berlebihan memicu perilaku individualis dan ketidakresponsifan anak terhadap lingkungan sosialnya; pendampingan aktif dan pembatasan durasi terbukti memitigasi dampak negatif tersebut.
2	Rahayu (2026)	Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini	Kualitatif deskriptif	Anak usia di bawah 6 tahun di Indonesia; fokus pada lingkungan panti asuhan	Paparan gadget tanpa literasi digital dan kontrol orang tua menurunkan kualitas interaksi sosial, menghambat perkembangan komunikasi verbal, dan memicu lemahnya regulasi emosi.
3	Kamilla et al. (2025)	Aulad: Journal on Early Childhood	Kualitatif studi kasus	2 anak usia 4–5 tahun beserta ibu sebagai informan utama, Samarinda	Kecanduan gadget secara langsung menghambat kemampuan regulasi emosi; dua subjek menunjukkan respons berbeda saat gadget dibatasi berupa satu menangis, satu lagi menunjukkan agresivitas fisik.
4	Octaviana & Asih (2024)	JIPSI: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sains Islam Interdisipliner	Deskriptif kualitatif	Anak usia 4–5 tahun di PAUD Darul Aman Temanggung beserta orang tua siswa	Mayoritas anak berada pada kategori "Belum Berkembang" dalam indikator sikap kooperatif; intensitas penggunaan gadget yang meningkat selama pandemi Covid-19 diidentifikasi sebagai faktor utama.
5	Ramadani et al. (2025)	Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (JUPAUD)	Kualitatif studi kasus	Anak usia 3–6 tahun, orang tua, dan guru PAUD sebagai informan	Pola penggunaan gadget sebagai <i>digital babysitter</i> merusak kemandirian emosional; anak dengan durasi tinggi sulit bergabung dalam kelompok dan cenderung meniru karakter digital daripada bermain kreatif.
6	Sari et al. (2025)	Journal of Educational Management Research	Kualitatif studi kasus	Anak usia 5–6 tahun, guru, dan orang tua di lingkungan PAUD	Sebanyak 52% anak dengan <i>screen time</i> tinggi berpartisipasi rendah dalam tugas kelompok dan 43% memilih bermain sendiri; mediasi aktif orang tua terbukti meningkatkan empati dan kemampuan negosiasi anak.
7	Orfanidou et al. (2024)	Children & Society	Kualitatif eksploratif	13 orang tua anak prasekolah di Yunani melalui wawancara gaya naratif	Hambatan regulasi emosi dan interaksi sosial akibat waktu layar berlebih bersifat lintas budaya; orang tua melaporkan kesulitan dalam menetapkan dan menegakkan batasan penggunaan perangkat.

No	Penulis & Tahun	Jurnal	Desain Penelitian	Karakteristik Subjek	Temuan Utama
8	Sriandila & Suryana (2024)	Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan	Kualitatif studi kasus dan fenomenologi	Anak usia dini 1–5 tahun beserta orang tua dan pengasuh sebagai informan	Fenomena <i>technoference</i> (gangguan interaksi orang tua–anak akibat penggunaan gadget oleh orang tua itu sendiri) memperparah isolasi sosial anak; konten interaktif memberikan dampak lebih positif dibanding konsumsi konten pasif.

Tabel 1. Ringkasan Karakteristik dan Temuan Utama Artikel yang Diikutsertakan

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget memiliki hubungan yang erat dengan perkembangan sosial emosional anak. Dampak yang muncul sangat dipengaruhi oleh intensitas penggunaan serta peran orang tua dalam mendampingi anak.

PEMBAHASAN

Hasil sintesis dari delapan artikel yang dianalisis secara konsisten menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dan tanpa pendampingan berdampak negatif terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini, khususnya pada aspek interaksi sosial dan kemampuan regulasi emosi. Temuan ini dapat dipahami secara lebih mendalam apabila dikaitkan dengan sejumlah teori perkembangan anak dalam psikologi perkembangan.

Dari perspektif teori perkembangan sosiokultural Vygotsky (1978), kemampuan sosial anak tidak tumbuh secara alami dari dalam diri anak itu sendiri, melainkan dibangun secara aktif melalui interaksi dengan orang lain di sekitarnya, baik orang dewasa maupun teman sebaya. Vygotsky menyebut ruang di antara kemampuan anak yang sudah dimiliki dan kemampuan yang dapat dicapainya dengan bantuan orang lain sebagai *zone of proximal development*. Ruang ini hanya dapat diaktifkan melalui interaksi sosial yang nyata dan bermakna, bukan melalui layar digital. Ketika anak menghabiskan sebagian besar waktunya berinteraksi dengan gadget, proses *scaffolding* sosial yang seharusnya terjadi secara alami dalam kehidupan sehari-hari menjadi terhambat. Hal ini menjelaskan mengapa ditemukan bahwa anak-anak dengan durasi penggunaan gadget yang tinggi membutuhkan waktu lebih lama untuk bergabung dalam kelompok bermain dan kesulitan membangun hubungan kooperatif dengan teman sebayanya (Sriandila & Suryana, 2023). Penurunan inisiatif sosial dan munculnya perilaku individualis yang dilaporkan secara

konsisten lintas studi merupakan tanda konkret bahwa kapasitas sosial anak tidak mendapatkan stimulasi yang memadai karena interaksi dengan manusia nyata tergantikan oleh interaksi satu arah dengan layar.

Teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner (1979) memperkuat pemahaman ini dengan menekankan bahwa anak tidak berkembang dalam ruang hampa, melainkan dalam sistem berlapis yang saling mempengaruhi, mulai dari keluarga sebagai mikrosistem terkecil hingga budaya sebagai makrosistem yang paling luas. Kualitas interaksi dalam mikrosistem keluarga yaitu hubungan sehari-hari antara anak, orang tua, dan saudara merupakan fondasi utama yang menentukan arah perkembangan sosial dan emosional anak. Dalam konteks inilah fenomena *technoference* yang diidentifikasi dalam SLR ini menjadi sangat relevan. Ditemukan bahwa gangguan interaksi orang tua–anak tidak hanya disebabkan oleh gadget yang digunakan anak, tetapi juga oleh gadget yang digunakan orang tua itu sendiri (Sriandila & Suryana, 2023). Orang tua yang terdistraksi oleh perangkat digitalnya tidak hanya gagal menjalankan peran sebagai mediator yang efektif bagi anak, tetapi juga secara tidak langsung mengirimkan pesan bahwa penggunaan gadget adalah perilaku yang wajar dan dapat diterima dalam keluarga. Akibatnya, kualitas mikrosistem keluarga sebagai lingkungan perkembangan utama anak mengalami penurunan yang signifikan. Pola ini menjadikan dampak gadget bukan sekadar persoalan perilaku anak secara individual, melainkan persoalan ekosistem keluarga secara keseluruhan.

Berkaitan dengan dimensi emosional, temuan SLR ini dapat dipahami melalui kerangka teori regulasi emosi (Gross, 2014). Teori ini menjelaskan bahwa kemampuan mengelola emosi bukan sesuatu yang dimiliki anak sejak lahir, melainkan dibangun secara bertahap melalui pengalaman-pengalaman yang menuntut anak untuk menghadapi ketidaknyamanan secara

langsung, seperti menunggu giliran, menerima penolakan dari teman, atau menegosiasikan konflik dalam permainan. Setiap kali anak berhasil melewati situasi-situasi tersebut, kapasitas regulasi emosinya bertumbuh sedikit demi sedikit. Persoalannya, ketika gadget dijadikan alat penenang emosi secara rutin oleh orang tua, anak kehilangan kesempatan untuk menjalani proses pembelajaran emosional yang tidak nyaman namun sangat penting tersebut. Gadget memberikan kepuasan instan yang memotong proses frustrasi sebelum anak sempat belajar menghadapinya. Mekanisme inilah yang menjelaskan mengapa ditemukan bahwa anak-anak yang terbiasa mendapatkan ketenangan dari layar menunjukkan reaksi emosional yang ekstrem berupa tantrum, teriakan, atau bahkan perilaku agresif fisik ketika akses terhadap gadget dibatasi (Ramadani et al., 2025). Temuan bahwa dua subjek dalam studi yang sama menunjukkan respons yang berbeda saat gadget diambil, yakni satu menangis dan satu lagi merusak benda di sekitarnya, juga mengisyaratkan bahwa kemampuan regulasi emosi bukan hanya dipengaruhi oleh gadget itu sendiri, melainkan oleh faktor-faktor lain yang berinteraksi dengannya (Kamilla et al., 2025).

Penelitian ini berupaya menghubungkan empat faktor utama yang menentukan besarnya dampak penggunaan gadget pada anak. Fokus utamanya adalah menyatukan berbagai temuan tersebut ke dalam satu pembahasan yang lebih utuh, mengingat studi-studi sebelumnya cenderung membahas faktor tersebut secara terpisah. Faktor pertama dan paling kuat adalah kualitas mediasi orang tua. Ditemukan bahwa anak yang didampingi secara aktif saat menggunakan gadget termasuk mendiskusikan konten yang ditonton dan menentukan batas waktu bersama menunjukkan dampak negatif yang jauh lebih ringan, bahkan menunjukkan perkembangan empati dan kemampuan negosiasi yang lebih baik di sekolah (Sari et al., 2025). Yang perlu ditekankan di sini adalah bahwa sekadar berada di dekat anak saat ia menggunakan gadget tidak setara dengan pendampingan aktif. Pendampingan yang efektif mensyaratkan keterlibatan orang tua dalam proses memilih konten, mendiskusikan apa yang dilihat, dan secara eksplisit menghubungkan pengalaman digital anak dengan nilai-nilai kehidupan nyata.

Faktor kedua adalah jenis konten yang dikonsumsi. Ditemukan bahwa konten interaktif dan edukatif yang dikonsumsi bersama pendamping dapat memberikan stimulasi

kognitif yang positif, sementara konten pasif seperti menonton video tanpa interaksi justru memperparah hambatan sosial-emosional (Rahayu, 2026). Perbedaan ini penting karena implikasinya berbeda secara mendasar, bukan berarti gadget harus dilarang sepenuhnya, melainkan bahwa jenis konten yang dipilih menentukan apakah teknologi akan menjadi alat stimulasi atau alat penghambat perkembangan.

Faktor ketiga adalah durasi penggunaan harian. Penggunaan lebih dari satu jam per hari secara konsisten dikaitkan dengan gejala ketergantungan dan gangguan regulasi emosi yang lebih berat (Kamilla et al., 2025). Temuan ini selaras dengan rekomendasi WHO (2019) yang menempatkan batas satu jam sebagai ambang maksimal bagi anak usia 3–4 tahun, dan memperkuat urgensi penerapan batas durasi tersebut dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

Faktor keempat adalah rentang usia anak. Ditemukan bahwa anak pada rentang usia 3–4 tahun menunjukkan kerentanan yang lebih tinggi dibandingkan anak usia 5–6 tahun yang sudah memiliki kapasitas regulasi diri yang lebih berkembang (Sari et al., 2025). Hal ini dapat dipahami karena pada usia 3–4 tahun, sistem regulasi emosi anak masih dalam tahap pembentukan yang sangat dasar, sehingga gangguan pada proses stimulasi sosial-emosional di usia tersebut berpotensi meninggalkan dampak yang lebih dalam dan lebih sulit dipulihkan.

Yang menjadikan keempat faktor ini semakin bermakna adalah fakta bahwa keempatnya tidak bekerja secara terpisah, melainkan saling berinteraksi. Durasi penggunaan yang sama dapat menghasilkan dampak yang sangat berbeda tergantung pada apakah anak didampingi atau tidak, dan apakah konten yang dikonsumsi bersifat aktif-interaktif atau pasif. Interaksi antarvariabel inilah yang menjelaskan mengapa dua anak dengan kondisi paparan gadget yang tampak serupa bisa menunjukkan hasil perkembangan yang sangat berbeda.

Dimensi lintas budaya yang disumbangkan oleh temuan dari latar penelitian yang berbeda memperkuat validitas eksternal dari seluruh temuan SLR ini. Ditemukan bahwa pola hambatan sosial-emosional yang identik muncul pada anak-anak prasekolah di Yunani (Orfanidou et al., 2025). Fakta bahwa pola yang sama muncul di dua konteks budaya yang berbeda mengindikasikan bahwa dampak negatif gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini bukan sekadar produk dari satu budaya tertentu, melainkan sebuah fenomena

yang memiliki karakter universal dan relevan untuk menjadi perhatian kebijakan di tingkat global.

Terlepas dari hasil yang ditemukan, penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, seluruh delapan artikel yang diikutsertakan menggunakan metode kualitatif, sehingga penelitian ini tidak dapat menghitung ukuran efek atau menentukan kekuatan hubungan antarvariabel secara statistik. SLR ini lebih bersifat memberikan gambaran deskriptif yang mendetail mengenai situasi yang diamati. Temuan ini berfungsi untuk memahami keragaman fenomena yang ada, bukan untuk menarik kesimpulan sebab-akibat secara luas. Kedua, tujuh dari delapan artikel berasal dari konteks Indonesia, sehingga meskipun satu studi dari Yunani memberikan dimensi lintas budaya yang berharga, kehati-hatian tetap diperlukan dalam menarik kesimpulan untuk konteks budaya lain yang berbeda. Ketiga, pembatasan pencarian pada rentang tahun 2021 hingga 2026, meskipun menjamin aktualitas data, berpotensi melewatkan studi-studi penting yang diterbitkan sebelum periode tersebut. Keempat, tidak tersedianya studi kuantitatif dalam kumpulan artikel yang memenuhi kriteria inklusi menunjukkan perlunya penelitian lanjutan dengan desain kuantitatif atau campuran untuk mengukur secara lebih presisi kekuatan dan arah pengaruh dari masing-masing faktor penentu yang telah berhasil diidentifikasi dalam SLR ini.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dan tanpa pendampingan berdampak negatif terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini secara konsisten, baik lintas studi maupun lintas budaya, dengan manifestasi utama berupa kemunduran kapasitas sosial dan gangguan regulasi emosi. Lebih dari itu, penelitian ini menemukan bahwa besar kecilnya dampak tersebut tidak bersifat seragam, melainkan ditentukan oleh interaksi antara empat faktor penentu, yaitu kualitas mediasi orang tua, jenis konten yang dikonsumsi, durasi penggunaan harian, dan rentang usia anak. Temuan ini berupaya memperluas perspektif mengenai dampak perangkat digital pada anak. Temuan yang ada menunjukkan bahwa pengaruh gadget tidak hanya ditentukan oleh faktor waktu, tetapi juga dipengaruhi oleh interaksi antara

lingkungan keluarga dan tahap perkembangan anak itu sendiri. Penelitian lanjutan dengan desain kuantitatif atau longitudinal diperlukan untuk mengukur kekuatan relatif masing-masing faktor moderator tersebut secara lebih presisi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Nova Lusiana, M.Keb atas bimbingan, arahan metodologis, serta berbagai tips berharga yang telah diberikan selama proses penyusunan penelitian ini. Apresiasi dan terima kasih juga penulis sampaikan kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberikan saran kritis, masukan, dan diskusi yang membangun demi penyempurnaan manuskrip ini.

REFERENSI

- Adwiah, A. R., & Diana, R. R. (2023). *Strategi Orang Tua dalam Mengatasi Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini*. 7(2), 2463–2473. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3700>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of emotion regulation (2nd ed.)*. The Guilford Press.
- Kamilla, K. N., Putri, A. A. P., & Azainil. (2025). *Dampak Kecanduan Gadget Pada Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 4 –5 Tahun*. 8(2), 878–888. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i2.1173>
- Octaviana, E., & Asih, S. W. A. (2022). *Analisis Penggunaan Gadget pada Perkembangan Sosial Emosional Anak di PAUD Darul Aman Kabupaten Temanggung*. 1(1), 53–62. <https://doi.org/10.59944/jipsi>
- Orfanidou, M., Theodosiadou, S., & Koliouli, F. (2025). *Screens and Preschool Children: A Qualitative Exploration of Parental Experiences*. 40(3), 438–448. <https://doi.org/10.1111/chso.12994>
- Rahayu, S. M. (2026). Dampak Teknologi Digital terhadap Perkembangan Kognitif, Sosial, dan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 1–13. <https://doi.org/10.47134/paud.v3i2.2453>

- Ramadani, F., Khodijah, S., Rizki, C. A., & Hasanuddin, M. (2025). *Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia 3-6 Tahun*. 1(1), 14–19. <https://doi.org/10.64803/jupaud.v1i1.69>
- Sari, F., Lilawati, A., & Umairi, M. A. (2025). *Screen Time and Early Childhood Social–Emotional Development Among Children Aged Five to Six Years*. 4(6), 2770–2784. <https://doi.org/10.61987/jemr.v4i6.1567>
- Sriandila, R., & Suryana, D. (2023). *Childhood Exploring the Impact of Digital Devices on Social Development in Young Children*. 15(2), 2230–2239. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3735>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5 Years of Age*. WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>.