

# Implementasi Gentle Parenting dalam mengoptimalkan perkembangan emosional anak usia dini: Pendekatan berbasis kasih sayang dan komunikasi efektif

Laila Nur Fitria

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail: fitriatjs@gmail.com

## Kata Kunci:

Gentle parenting, anak usia dini, perkembangan emosional, komunikasi efektif, kasih sayang

## Keywords:

Gentle parenting, early childhood, emotional development, effective communication, compassion

## ABSTRAK

Gentle parenting adalah gaya pengasuhan dengan pendekatan yang menekankan kasih sayang, komunikasi terbuka, dan pembentukan hubungan emosional yang kuat antara orang tua dan anak. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis dampak gentle parenting terhadap perkembangan sosial dan emosional anak usia dini, terutama dalam konteks budaya pengasuhan di Indonesia. Melalui metode tinjauan pustaka dan analisis literatur terkini, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana prinsip gentle parenting, seperti kesabaran, empati, dan penetapan batasan yang sehat, dapat meningkatkan kepercayaan diri, kemandirian, dan kemampuan regulasi diri pada anak. Temuan menunjukkan bahwa anak-anak yang diasuh dengan pendekatan ini cenderung memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang tua dan menunjukkan perilaku yang lebih positif di lingkungan sosial. Selain itu, artikel ini juga mengidentifikasi tantangan yang dihadapi orang tua dalam menerapkan metode ini di tengah-tengah ekspektasi masyarakat yang sering kali menuntut pendekatan pengasuhan yang lebih otoriter. Kesimpulannya, gentle parenting berpotensi menjadi strategi efektif dalam mendukung perkembangan karakter anak usia dini secara holistik, namun membutuhkan pemahaman yang komprehensif dan dukungan lingkungan sosial yang konsisten.

## ABSTRACT

Gentle parenting is a parenting style with an approach that emphasizes affection, open communication, and the formation of a strong emotional connection between parents and children. This article aims to analyze the impact of gentle parenting on the social and emotional development of early childhood, especially in the context of parenting culture in Indonesia. Through library observation methods and analysis of current literature, this research explores how the principles of gentle parenting, such as patience, empathy, and setting healthy boundaries, can increase children's self-confidence, independence, and self-regulation abilities. Findings show that children raised with this approach tend to have better relationships with their parents and show more positive behavior in social settings. In addition, this article also identifies the challenges parents face in implementing this method amidst societal expectations that often demand a more authoritarian parenting approach. In conclusion, gentle parenting has the potential to be an effective strategy in supporting holistic early childhood character development, but requires comprehensive understanding and consistent social environmental support.



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

## Pendahuluan

Pengasuhan anak usia dini menjadi landasan penting dalam perkembangan karakter dan perilaku anak, yang berdampak jangka panjang pada kehidupan mereka di masa depan. Pola asuh anak yang tepat melalui parenting positif dapat membentuk karakter, perilaku, dan kebiasaan anak yang sehat, baik secara emosional maupun sosial(Cholili, 2023). Gentle parenting merupakan salah satu pendekatan pengasuhan yang menitikberatkan pada kedekatan emosional yang sehat antara orang tua dan anak, serta komunikasi yang berdasarkan penghargaan, kesabaran, empati, serta komunikasi yang efektif dengan anak. Berbeda dari pola pengasuhan otoriter atau permisif, gentle parenting memberi ruang bagi anak untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosional dan kepercayaan diri. Konsep ini diuraikan oleh ahli pengasuhan seperti Michele Borba (2009) dalam bukunya *The Big Book Of Parenting Solutions* yang menyatakan bahwa gentle parenting sebagai pendekatan menyeluruh yang mendorong tumbuh kembang anak melalui lingkungan yang aman, penuh kasih sayang, dan mendukung. Pengasuhan gentle parenting juga dapat membantu anak tumbuh serta berkembang dengan perasaan aman serta nyaman, penuh cinta kasih, serta memiliki kepercayaan diri dan control yang penuh tanggungjawab.

Pendekatan gentle parenting ini juga berfokus pada pemenuhan kebutuhan emosional anak melalui interaksi yang penuh perhatian tanpa harus mengandalkan hukuman fisik atau tekanan psikologis. Anak-anak yang diasuh dengan pola gentle parenting cenderung mengembangkan perilaku empatik dan kemampuan berkomunikasi yang baik karena mereka belajar mengekspresikan emosi dan memahami batasan secara alami (Wong, 2001). Prinsip pengasuhan ini semakin relevan seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental pada anak usia dini dan pengaruhnya terhadap kesehatan psikologis jangka Panjang (Ummah, 2019). Artinya dalam hal ini gentle parenting juga salah satu gaya pengasuhan yang sangat membantu anak dalam pertumbuhan dan perkembangan anak melalui peran yang dibangun dengan hubungan yang kuat serta pengajaran nilai-nilai yang positif, fleksibel, namun masih tetap dalam Batasan yang wajar dan jelas.

Berbagai Data menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang mengedepankan empati dan interaksi positif membawa dampak yang signifikan terhadap perkembangan karakter anak. Berdasarkan data grafik laporan dari American Academy of Pediatrics (2021) menyatakan bahwa anak-anak yang mengalami pola pengasuhan yang penuh kasih sayang dan penghargaan memiliki kemungkinan 33% lebih kecil untuk menunjukkan gangguan perilaku di masa remaja dibandingkan dengan anak-anak yang diasuh secara otoriter atau dengan pola pengasuhan yang kurang empati. Data ini menunjukkan bahwa pengasuhan yang penuh perhatian, seperti yang dijalankan dengan gaya pengasuhan gentle parenting berperan penting dalam membentuk pola perilaku yang lebih positif dan stabil pada anak.

Gaya pengasuhan gentle parenting juga mengajak orang tua untuk menjadi contoh perilaku yang baik bagi anak, yang dikenal sebagai role model pembelajaran sosial (Rolina, 2018). Dalam pendekatan ini, anak belajar tidak hanya melalui instruksi verbal tetapi juga dengan mengamati dan meniru tindakan orang tua. Dengan menjadi teladan

yang baik, orang tua membantu anak menginternalisasi nilai-nilai penting seperti kerjasama, kepedulian, dan tanggung jawab sosial, yang menjadi dasar pengembangan karakter di masa depan(LESILOLO, 2019).

Di Indonesia sendiri, gentle parenting atau gaya pengasuhan dengan cara lembut masih relatif baru, meskipun konsep ini sudah lama diterapkan di beberapa negara dengan pendekatan pengasuhan yang lebih terbuka. Dalam masyarakat dengan budaya adat serta norma pengasuhan yang cenderung otoriter seperti halnya di negara kita, gentle parenting menghadapi tantangan, terutama dalam hal perubahan persepsi dan adaptasi oleh orang tua. Meskipun tantangan ini ada, beberapa studi menunjukkan bahwa gentle parenting dapat memberikan manfaat besar bagi perkembangan anak yang sehat secara emosional dan sosial dalam konteks budaya yang beragam.

Fakta menarik lainnya adalah meningkatnya jumlah orang tua di Indonesia yang mulai menerapkan gentle parenting seiring dengan perkembangan teknologi dan akses informasi yang lebih luas serta perkembangan yang sangat pesat . Berdasarkan survei dari UNICEF (2020) menyatakan lebih dari 40% orang tua di Indonesia yang tinggal di perkotaan mengaku tertarik untuk menerapkan pendekatan gentle parenting setelah mendapatkan informasi lebih mengenai manfaatnya bagi perkembangan anak usia dini. Hal tersebut menunjukkan adanya pergeseran pola pikir di kalangan orang tua modern yang lebih terbuka untuk mengeksplorasi pendekatan pengasuhan yang mendukung perkembangan karakter anak secara positif. Berbeda halnya dengan orangtua dalam lingkup pedesaan yang mungkin masih mengikuti budaya orangtua/ nenek dengan budaya pengasuhan masa lampau yang masih kental

Penelitian ini menggunakan pendekatan teoretis dengan metode kajian literatur yang relevan dengan melakukan pencatatan serta mengelola literatur penelitian dan untuk menelaah lebih dalam mengenai konsep gentle parenting, prinsip-prinsip penerapannya, serta manfaat yang diperoleh dari perspektif perkembangan karakter anak usia dini. Pendekatan ini juga akan menganalisis tantangan yang dihadapi orang tua dalam menerapkan gentle parenting di Indonesia serta peluang yang dapat dimanfaatkan untuk memperkenalkan metode ini kepada masyarakat luas. Pendekatan ini bertujuan untuk mengeksplorasi teori-teori pengasuhan yang mendasari gentle parenting serta efeknya terhadap perkembangan psikologis anak-anak, terutama dalam aspek kelekanan, kendali emosi, dan keterampilan sosial. Penelitian ini mengintegrasikan berbagai sumber teoretis untuk memberikan gambaran yang komprehensif tentang gentle parenting sebagai pola pengasuhan yang berpotensi membentuk generasi anak-anak dengan karakter dan emosi yang sehat(Muzzammil, 2022). Data ataupun teori harus berdasar pada sumber yang valid, jelas, dan dapat dibuktikan dengan fakta yang terjadi pada umumnya.

Lebih lanjut berdasarkan hal tersebut, tentunya untuk lebih menggali serta mendukung data penelitian ini, diambil dari beberapa rujukan/ teori penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan dalam pengembangan dan permasalahan yang diangkat pada artikel ini. Teori dari beberapa rujukan yang dikutip penulis mendeskripsikan mengenai gaya pengasuhan gentle parenting, dimana gaya pengasuhan tersebut termasuk salah satu pengasuhan yang sehat dengan menekankan komunikasi yang positif antara orangtua dengan anak melalui empati, kasih sayang, dan disiplin yang positif. Serta

dalam hal ini penulis juga menggali dari berbagai rujukan untuk mengetahui prinsip utama gaya pengasuhan gentle parenting dan tantangan yang dihadapi dalam gaya pengasuhan tersebut. Penulis juga ingin mengetahui manfaat dari diterapkannya gaya pengasuhan gentle parenting terhadap anak usia dini.

Artikel ini disusun dengan alur tertentu. Langkah pertama adalah mengumpulkan berbagai penelitian, baik berupa data teoretis maupun literatur yang relevan. Selanjutnya, membaca secara menyeluruh, menyimpan, dan menganalisis teori-teori dari penelitian sebelumnya yang telah saya kutip. Langkah ketiga adalah menyertakan kutipan dari artikel yang dijadikan referensi penelitian. Terakhir, teori-teori pendukung dari artikel yang telah dibaca disusun, dilengkapi dengan teori lain yang memperkuat penjelasan, termasuk sudut pandang dan interpretasi pribadi dari hasil penelitian tersebut.

## Pembahasan

Gentle parenting atau gaya pengasuhan lembut merupakan pola pendekatan pengasuhan melalui cara mendidik anak dengan fokus utama pada cinta kasih sayang, komunikasi efektif yang dibangun dengan anak. Tidak seperti halnya pola asuh otoriter yang cenderung mengandalkan hukuman dan kontrol ketat serta pola pengasuhan yang menakankan fungsi utama pada control orangtua, sangat berbeda jika dibandingkan dengan pola gaya pengasuhan gentle parenting yang mengutamakan pengembangan empati, kepercayaan, dan komunikasi terbuka(Asiva Noor Rachmayani, 2015). Pendekatan ini memberi ruang bagi anak untuk tumbuh dalam lingkungan yang aman dan penuh kasih, sambil belajar mengendalikan diri dan bertanggung jawab atas tindakannya (Santrock, n.d.). Melalui gentle parenting, anak merasa dihargai dan didukung, sehingga mereka tumbuh dengan fondasi emosional yang kuat dan mandiri.

Penerapan pola asuh gentle parenting dalam hal ini orangtua perlu meperhatikan anak melalui bimbingan ketika proses pengambilan keputusan agar mereka menjadi lebih percaya diri, dan lebih dapat mempunyai pilihan. Gaya pendekatan ini pula menekankan kolaborasi antara orang tua dan anak untuk mendukung perkembangan anak yang optimal. Filosofi utama gentle parenting adalah mengupayakan untuk selalu memahami perilaku dan emosi anak sehari-hari melalui pengamatan dan keterbukaan(Pezalla & Davidson, 2024). Pada pengasuhan masa lampau dapat diibaratkan "gaya asuh harimau" yang banyak diterapkan orangtua pada zaman dahulu. Dimana pola asuh tersebut menuntut anak untuk memenuhi ekspektasi tinggi dan menekankan disiplin ketat, sehingga terkesan otoriter(Dp, 2017).

Lalu, mengapa "gaya asuh harimau" kini semakin jarang diterapkan pada anak. Saat ini, masih ada orang tua yang menerapkan "gaya asuh harimau" untuk menanamkan nilai kerja keras pada anak sejak dini. Namun, banyak yang meninggalkan pola asuh ini karena cenderung meningkatkan tingkat stres dan mengabaikan kebutuhan perkembangan emosional anak(Zeanah, 1990). Pentingnya penerapan pola pengasuhan otoritatif melalui program excellent parenting, yang menyeimbangkan antara kontrol dan kebebasan anak dalam proses tumbuh kembangnya(Hidayah, 2021). Pola asuh ini memiliki keterkaitan erat dengan konsep gentle parenting, di mana orang

tua memberikan bimbingan penuh empati dan kolaborasi dalam pengambilan keputusan anak agar mereka lebih percaya diri serta mampu mengelola emosinya. Berbeda dengan pola pengasuhan masa lampau seperti “gaya asuh harimau” yang cenderung otoriter dan menekankan disiplin ketat, pendekatan pengasuhan modern lebih mengedepankan keseimbangan emosional dan dukungan perkembangan anak secara optimal.

### **Prinsip- Prinsip Dasar Pengasuhan Gentle Parenting**

#### **1. Penghargaan dan Empati**

Gentle parenting menekankan pentingnya menghargai perasaan dan kebutuhan anak. Orang tua berupaya memahami perspektif anak serta merespons emosinya dengan empati. Sebagai contoh, ketika halnya terjadi peristiwa/ kejadian yang membuat anak merasa kecewa dan menangis, maka dalam hal ini orang tua akan mendengarkan dan mengakui perasaannya daripada sekedar menyuruhnya berhenti menangis.

#### **2. Komunikasi Positif**

Komunikasi positif antara orang tua dan anak merupakan salah satu kunci utama dalam pembentukan karakter(Toifah, 2021). Dengan prinsip gentle parenting yang menekankan pentingnya keterbukaan, empati, dan dialog yang sehat antara orang tua dan anak, sehingga dapat menciptakan lingkungan pengasuhan yang penuh kasih sayang sekaligus mendukung perkembangan karakter anak secara optimal. Orang tua didorong untuk menggunakan bahasa yang positif dan menjelaskan alasan di balik setiap keputusan. Ketika anak membuat kesalahan, orang tua berbicara dengan lembut dan membimbing anak agar belajar dari kesalahan tersebut, tanpa memberlakukan hukuman yang keras.

#### **3. Disiplin dan Batasan pada Anak**

Gentle parenting tidak berarti membiarkan anak bebas tanpa batasan. Disiplin tetap diterapkan, namun bertujuan untuk membantu anak memahami dampak dari tindakannya. Kemudian dalam hal ini memberikan batasan tidak berarti melarang anak melakukan suatu hal. Batasan ini bertujuan untuk menerapkan aturan yang disertai penjelasan mengenai alasan di baliknya, sehingga anak dapat memahami tujuan dari aturan tersebut.

#### **4. Pengasuhan yang Konsisten**

Konsistensi adalah aspek penting dalam gentle parenting. Orang tua perlu memberikan teladan perilaku baik dan mempertahankan konsistensi dalam aturan yang diterapkan. Melalui konsistensi ini, anak akan lebih mudah menyerap dan mengikuti nilai-nilai yang sama.

#### **5. Kolaborasi Orangtua dan Anak**

Mengasuh anak bukan hanya sekedar peran yang harus dijalankan, melainkan juga harus membangun kedekatan dengan anak melalui berbagai hal seperti halnya membuat kesepakata bersama anak. aturan yang dibuat juga

harus persetujuan bersama agar mudah dan ringan ketika dijalankan Bersama (Setyorini & Kurnaedi, 2018). Kesepakatan yang dibuat orangtua berdasarkan perkembangan anak seusianya.

Berbagai pola gaya pengasuhan pastinya memiliki dampak/ efek bagi anak dalam penerapannya. Tak jarang setiap gaya pengasuhan memiliki berbagai manfaat yang terasa ketika dalam proses perawatan dan pengasuhannya bagi anak, gentle parenting memiliki berbagai manfaat diantaranya :

- a. Meningkatkan kercerdasan emosional
- b. Peningkatan rasa percaya diri dan tangguh anak
- c. Kemampuan anak dalam regulasi emosi yang baik
- d. Membangun hubungan yang penuh cinta dan harmonis dengan Anak
- e. Mendorong jiwa kreativitas dan mandiri pada anak
- f. Penerapan disiplin yang positif bagi anak

Seiring dengan berkembangnya zaman yang semakin pesat, sehingga mendukung bagi para ibu muda saat ini menerapkan pola/ gaya pengasuhan gentle parenting bagi anaknya sesuai dengan tuntutan dan keadaan saat ini. Dimana perkembangan informasi yang sangat mudah diakses melalui internet dengan alat gawai/ handphone. Faktanya sering kita jumpai banyak anak-anak yang seusia mereka sudah pandai atau lihai dalam mengakses internet baik hanya untuk sekedar menonton video youtube, bermain game dan lain sebagainya.

Namun, hal tersebut menjadi fokus utama orangtua dalam memberikan pengawasan penggunaan gadget bagi anak agar tidak mengganggu proses perkembangan serta pembelajaran anak. sesuai dengan halnya gaya pengasuhan gentle parenting lebih pada adanya kesepakatan yang dibangun bersama anak untuk menentukan batasan yang telah disepakati bersama. Berikut tips dan trik membangun serta menerapkan gaya pengasuhan gentle parenting:

1. Bangun komunikasi baik dengan anak

Untuk membangun komunikasi yang hangat dengan anak, sediakan waktu khusus untuk mendengarkan mereka dengan sepenuh hati, seakan-akan segala hal berhenti sejenak demi suara dan perasaan mereka. Ajaklah mereka berbicara tentang apa yang mereka rasakan dan pikirkan, menggunakan bahasa sederhana yang mudah dimengerti, seperti hembusan lembut angin yang menyampaikan pesan penuh kasih

2. Sampaikan apresiasi dan penghargaan

Ingatlah bahwa setiap anak adalah individu yang unik dengan bakat dan kecepatan belajarnya masing-masing. Hargailah setiap usaha dan pencapaian anak, sekecil apa pun, layaknya menanam benih kebaikan yang kelak akan tumbuh menjadi pohon kebanggaan.

### 3. Terapkan Batasan yang Jelas

Konsistensi sangat penting dalam menetapkan batasan. Bayangkan, Bu, jika hari ini diizinkan tetapi besok dilarang, anak akan kebingungan dan sulit memahami mana yang benar. Dengan memberikan konsekuensi yang masuk akal, kita mengajarkan kepada anak bahwa setiap tindakan membawa dampak. Namun, ingatlah, tujuan kita bukanlah untuk menghukum, melainkan untuk membimbing anak agar belajar dari kesalahan.

### 4. Ajarkan Cara menghadapi Masalah

Kesalahan adalah bagian yang wajar dalam proses belajar. Jangan khawatir jika anak melakukan kesalahan, Bu. Justru dari kesalahan itulah anak bisa memetik banyak pelajaran. Dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar dari kekeliruannya, kita membantu mereka menjadi lebih berhati-hati dan mencegah mereka mengulangi kesalahan yang sama di masa depan

### 5. Jadilah Contoh yang Baik

Perkataan dan tindakan kita perlu selaras. Jika orangtua ingin anak belajar menghormati orang lain, orangtua pun harus menunjukkan sikap hormat kepada mereka dan orang-orang di sekitar. Dengan mengakui kesalahan dan meminta maaf, Orangtua mengajarkan anak bahwa manusia tidak ada yang sempurna dan bahwa meminta maaf adalah sebuah kekuatan.

Kemudian tak jarang gaya pengasuhan gentle parenting ini kurang sesuai dengan gaya pengasuhan masa lampau dari orangtua atau nenek moyang terdahulu. Hal tersebut dikarenakan gaya pola pengasuhan gentle parenting ini cenderung mengarah pada gaya pengasuhan yang permissif (Sari, 2014). Karena gaya pengasuhan gentle parenting sering diartikan dengan gaya pengasuhan yang membiarkan anak memilih sendiri apa yang menjadi pilihannya, namun pandangan akan hal tersebut salah. Gaya pengasuhan gentle parenting adalah gaya pengasuhan yang dibangun pada anak melalui komunikasi yang baik dengan membangun kepercayaan diri mereka untuk mampu membuat keputusan sesuai dengan peristiwa/ pengalaman yang dilalui anak.

Jika dibandingkan dengan gaya pengasuhan masa lampau, gentle parenting juga mempunyai kelebihan serta kekurangan dalam penerapannya. Dapat diukur serta dipertimbangkan jika halnya gaya pengasuhan lampau cenderung bersifat otoriter, kaku, dan banyak Batasan yang masih bersifat tradisional. Pola asuh gentle parenting cenderung membentuk hubungan yang erat antara anak dengan orangtua melalui komunikasi yang kuat serta empati dan rasa sosial yang tinggi, sehingga anak cenderung merasa lebih mandiri, percaya diri dan lebih bahagia.

Lebih lanjut dapat kita uraikan tantangan yang dihadapi dalam penerapan pola asuh gentle parenting pada anak yakni dalam hal ini gentle parenting mungkin membutuhkan kesabaran ekstra, terutama dalam menghadapi situasi yang menantang. Misalnya, saat anak mengalami tantrum atau tidak mau mendengarkan, penting bagi orang tua untuk tetap tenang dan konsisten menerapkan prinsip gentle parenting. Selain itu, orang tua mungkin juga akan menerima kritik dari lingkungan yang

menganggap pendekatan ini terlalu "lembut" atau kurang efektif. Dalam hal ini, penting bagi orang tua untuk menyadari bahwa metode ini memberikan dampak positif jangka panjang bagi perkembangan anak. Perlu diingat bahwa tidak semua orang tua akan merasa cocok dengan pendekatan gentle parenting, karena metode ini memerlukan kedisiplinan, sikap proaktif, serta kesabaran yang tinggi. Tanpa hal tersebut, orang tua mungkin akan kesulitan menerapkan cara mendidik yang lembut dan berkolaboratif dengan anak.

## **Kesimpulan dan Saran**

Berdasarkan dari paparan pembahasan diatas mengenai Implementasi gentle parenting dalam mengoptimalkan perkembangan emosional anak usia dini memberikan pendekatan yang menekankan kasih sayang dan komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak. Pendekatan ini tidak hanya membentuk lingkungan yang positif dan aman, tetapi juga membantu anak mengembangkan rasa empati, kedisiplinan, serta kemampuan mengelola emosi. Gentle parenting menekankan pentingnya kesabaran, ketenangan, dan konsistensi dalam pola asuh, sehingga anak merasa dihargai dan dipahami. Dengan demikian, gentle parenting memungkinkan anak tumbuh dalam lingkungan yang mendukung perkembangan emosionalnya secara optimal.

Meskipun gentle parenting memiliki banyak manfaat, penerapannya membutuhkan komitmen serta pemahaman yang mendalam dari orang tua untuk konsisten dalam menghadapi berbagai situasi yang menantang, seperti tantrum atau penolakan. Tantangan ini bisa memunculkan ketidaknyamanan, terutama jika orang tua mendapatkan kritikan atau merasa kesulitan mengikuti metode ini. Namun, dengan pemahaman bahwa pendekatan ini membawa dampak positif jangka panjang bagi perkembangan karakter dan kesehatan mental anak, orang tua dapat lebih termotivasi untuk terus menerapkan gentle parenting secara berkelanjutan.

### **Saran**

1. Orangtua dalam hal ini perlu melakukan pembelajaran dan latihan untuk lebih memahami prinsip-prinsip gentle parenting agar penerapannya lebih konsisten.
2. Orangtua harus memiliki kesabaran tinggi dan kesediaan untuk selalu berkomunikasi secara terbuka dengan anak.
3. Orangtua mampu menciptakan rutinitas dan pola yang konsisten agar anak merasa aman dan tahu apa yang diharapkan dari mereka.
4. Berikan dukungan emosional melalui kasih sayang dan pengertian, terutama ketika anak menghadapi tantangan emosional.
5. Libatkan lingkungan sekitar (seperti keluarga besar dan teman) dalam memahami konsep gentle parenting untuk mengurangi tekanan sosial.
6. Buat komunitas atau kelompok diskusi dengan orang tua lain yang menerapkan gentle parenting sebagai wadah berbagi pengalaman dan dukungan.

7. Evaluasi secara berkala perkembangan emosional anak dan sesuaikan pendekatan parenting jika diperlukan untuk memastikan pertumbuhan optimal.

## Daftar Pustaka

- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *Emotional Intelligence*.
- Cholili, A. H. (2023). *Parenting pola asuh anak*. <https://repository.uin-malang.ac.id/15500/>
- Dp, T. T. (2017). Pola Asuh Otoritatif dalam Pembentukan Karakter Anak di Keluarga. *At-Ta'lim*, 3(2), 216–226.
- Hidayah, R. (2021). Meningkatkan pola pengasuhan otoritatif melalui program excellent parenting. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 204–216. <https://repository.uin-malang.ac.id/8833/>
- LESILOLO, H. J. (2019). Penerapan Teori Belajar Sosial Albert Bandura Dalam Proses Belajar Mengajar Di Sekolah. *KENOSIS: Jurnal Kajian Teologi*, 4(2), 186–202. <https://doi.org/10.37196/kenosis.v4i2.67>
- Muzzammil, F. M. (2022). Parenting Communication: Penerapan Komunikasi Empatik dalam Pola Pengasuhan Anak. *IKOMIK: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Informasi*, 2(2), 116–126. <https://doi.org/10.33830/ikomik.v2i2.3881>
- Pezalla, A. E., & Davidson, A. J. (2024). “Trying to remain calm. . .But I do reach my limit sometimes”: An exploration of the meaning of gentle parenting. *PLoS ONE*, 19(7 July), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0307492>
- Rolina, N. (2018). Keluarga: Sebagai Sumber Belajar Pada Pendidikan Anak Usia Dini (Suatu Tinjauan Menurut Teori Sosial Kognitif Bandura). *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 2(2), 212.
- Santrock, J. W. (n.d.). *LIFE- SPAN DEVELOPMENT*.
- Sari, A. (2014). Komunikasi dan Pola Asuh Anak Balita—Remaja dalam Keluarga Betawi Jakarta dan Bekasi. *Jurnal ASPIKOM*, 2(2), 63. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v2i2.60>
- Setyorini, W. W., & Kurnaedi, N. (2018). Pentingnya Figur Orang Tua dalam Pengasuhan Anak. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula: Penguatan Keluarga Di Zaman Now: Fakultas Psikologi*, 139–144.
- Toifah, N. (2021). Mendidik karakter anak melalui komunikasi positif di masa Pendemi Covid-19. In: Suka Duka Mendampingi Anak Belajar di Masa Pandemi. *SatuPress*, Tulungagung, 1–285. <https://repository.uin-malang.ac.id/8220/>
- Ummah, M. S. (2019). Parenting With Love. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
- Zeanah, C. H. (1990). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. In *The Journal of Nervous and Mental Disease* (Vol. 178, Issue 1). <https://doi.org/10.1097/00005053-199001000-00017>