



Penerapan *Gentle Parenting* Orang Tua Generasi Y dan Z Pada Anak Usia 4-6 Tahun

Aulia Imroatun Fadlila¹, Reni Pawestuti Ambari Sumanto²

^{1,2}Universitas Negeri Semarang, Indonesia

E-mail: auliafadlila851@students.unnes.ac.id, renipawest@mail.unnes.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2025-05-13 Revised: 2025-06-23 Published: 2025-07-10	Early childhood social-emotional development is strongly influenced by parenting. Gentle parenting, which emphasizes empathy, emotion validation and positive communication, is gaining popularity among Generation Y and Z parents, in part through the influence of social media. However, its application in the Indonesian family context has rarely been studied. This study aims to understand the practice of gentle parenting in children aged 4-6 years and identify its supporting and inhibiting factors. The study used a qualitative approach with a phenomenological method. Informants were selected through snowball sampling technique and data were collected through interviews, observation, and documentation. The results show that parents apply gentle parenting through warm communication, emotional validation, and avoiding physical punishment. This parenting tends to resemble the authoritative type. Supporting factors include education, spousal support, and access to digital information. Major barriers include emotional distress, time constraints, and lack of social support. Gentle parenting is understood as a long-term commitment that requires patience and adaptability to child and family dynamics.
Keywords: <i>Gentle Parenting;</i> <i>Generation Y And Z</i> <i>Parents;</i> <i>Social Media.</i>	

Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2025-05-13 Direvisi: 2025-06-23 Dipublikasi: 2025-07-10	Perkembangan sosial-emosional anak usia dini sangat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua. Gentle parenting, yang menekankan empati, validasi emosi, dan komunikasi positif, semakin dikenal di kalangan orang tua Generasi Y dan Z, salah satunya melalui pengaruh media sosial. Namun, penerapannya dalam konteks keluarga Indonesia masih jarang diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk memahami praktik gentle parenting pada anak usia 4-6 tahun serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambatnya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Informan dipilih melalui teknik snowball sampling dan data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil menunjukkan bahwa orang tua menerapkan gentle parenting melalui komunikasi hangat, validasi emosi, serta menghindari hukuman fisik. Pola asuh ini cenderung menyerupai tipe authoritative. Faktor pendukung meliputi pendidikan, dukungan pasangan, dan akses informasi digital. Hambatan utama berupa tekanan emosional, keterbatasan waktu, dan kurangnya dukungan sosial. Gentle parenting dipahami sebagai komitmen jangka panjang yang menuntut kesabaran dan kemampuan beradaptasi terhadap dinamika anak dan keluarga.
Kata kunci: <i>Gentle Parenting;</i> <i>Orang Tua Generasi Y Dan Z;</i> <i>Sosial Media.</i>	

I. PENDAHULUAN

Sejak pandemi, media sosial menjadi sumber utama pembelajaran bagi orang tua dalam memahami pengasuhan anak. Platform seperti YouTube, Instagram, dan Facebook memudahkan akses informasi hanya dengan koneksi internet (Ibrahim & Irawan, 2021). Kehadiran teknologi tersebut memberikan dampak signifikan terhadap perubahan sosial di masyarakat, khususnya dalam cara orang tua mendidik anak, termasuk di kalangan Generasi Y dan Generasi Z (Zis, Effendi, & Roem, 2021). Salah satu konsep yang semakin sering diperbincangkan melalui platform tersebut adalah *gentle parenting*. *Gentle parenting* pertama kali diperkenalkan pada tahun 2015 oleh Sarah Ockwell-Smith penulis

sekaligus orang tua asal Inggris. Metode pengasuhan ini semakin digemari oleh orang tua masa kini karena menekankan pendekatan yang lembut, empatik, dan berbasis komunikasi (Pezalla & Davidson, 2024).

Di Indonesia, penggunaan internet sangat meluas di berbagai kelompok usia. Data menunjukkan bahwa 91% pengguna berasal dari kelompok usia 15-19 tahun, diikuti oleh 88,5% pada usia 20-24 tahun, 82,7% pada usia 25-29 tahun, 76,5% pada usia 30-34 tahun, dan 68,5% pada usia 35-39 tahun (Maulana, Manulang, & Salsabila, 2020). Tingginya tingkat penetrasi internet ini menandakan bahwa generasi muda memiliki akses yang luas terhadap berbagai informasi, termasuk dalam bidang pengasuhan.

Kondisi ini turut membentuk pola asuh modern yang lebih adaptif terhadap perkembangan zaman.

Generasi Y, yang lebih dikenal sebagai Milenial lahir antara tahun 1981-1996, sedangkan Generasi Z lahir antara tahun 1997-2012 (Dimock, 2019). Saat ini, banyak individu dari kedua generasi tersebut telah memasuki tahap kehidupan yang produktif, termasuk berperan sebagai orang tua muda. Dengan akses informasi yang luas serta nilai-nilai baru bagi anak-anak mereka, mereka juga membentuk cara mengasuh anak yang relevan dengan tantangan dan kebutuhan zaman, salah satunya melalui penerapan prinsip-prinsip *gentle parenting*.

Kecenderungan ini semakin kuat mengingat hampir seluruh orang tua dari Generasi Y dan Z di Indonesia saat ini telah melek teknologi. Hal ini terutama terlihat pada mereka yang tinggal di wilayah perkotaan, termasuk di Kota Semarang yang merupakan Ibu Kota Provinsi Jawa Tengah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kota Semarang (2023) jumlah penduduk Generasi Z dan Y pada tahun 2023 cukup besar diantaranya; usia 10-14 tahun sebanyak 124.657 jiwa, 15-19 tahun sebanyak 128.960 jiwa, 20-24 tahun sebanyak 129.453 jiwa, 25-29 tahun sebanyak 127.625 jiwa, 30-34 tahun sebanyak 130.860, 35-39 tahun sebanyak 130.860 jiwa, dan 40-44 tahun sebanyak 135.199 jiwa. Tingginya jumlah penduduk usia produktif di Kota Semarang yang berasal dari Generasi Y dan Z menunjukkan besarnya potensi penerapan pola asuh modern di kota ini, termasuk *gentle parenting*. Kombinasi antara akses luas terhadap teknologi dan dominasi generasi muda di wilayah perkotaan menjadi faktor yang mendukung perubahan cara pandang terhadap pengasuhan anak, dari yang konvensional menjadi lebih reflektif, sadar emosi, dan responsif terhadap kebutuhan perkembangan anak masa kini.

Sementara itu, menurut data BPS Kota Semarang tahun 2021, wilayah administrasi Kota Semarang terbagi menjadi 16 kecamatan, dengan Kecamatan Semarang Barat memiliki jumlah penduduk 156.252 jiwa. Tingginya jumlah penduduk usia produktif di kota ini, khususnya Kecamatan Semarang Barat, menunjukkan bahwa kawasan ini memiliki potensi besar sebagai tempat tumbuhnya praktik-praktik pengasuhan moder, termasuk pola asuh yang diterapkan Generasi Y dan Z.

Pola pengasuhan anak sendiri telah mengalami perubahan yang signifikan seiring dengan perkembangan zaman. Jika generasi sebelumnya umumnya mempelajari cara

mengasuh anak dari pengalaman turun-temurun yang diwariskan oleh orang tua atau anggota keluarga, maka orang tua masa kini cenderung lebih aktif mencari referensi melalui internet, buku, dan para ahli (Diananda, 2021). Generasi Y dan Z yang sejak kecil sudah akrab dengan teknologi, tumbuh menjadi individu yang terbuka terhadap perubahan, adaptif terhadap perkembangan zaman, dan cenderung berorientasi pada (Meinanti, 2023). Dengan akses yang tak terbatas ke berbagai sumber di dunia maya, mereka secara aktif mencari ilmu pengasuhan, mengikuti tren parenting, serta membagikan informasi pengalaman dan cerita melalui berbagai platform media sosial (Lao, 2024).

Gentle parenting memiliki keterkaitan dengan teori pola asuh yang dikemukakan oleh Diana Baumrind. Teori Diana Baumrind mengklasifikasikan terdapat tiga jenis pola asuh yang dilakukan orang tua terhadap anak yaitu pola asuh authoritarian, pola asuh authoritative dan pola asuh permissive (Baumrind, 1971 dalam Sunariyadi & Yuni Andari, 2021). Dibandingkan dengan gaya pengasuhan lainnya, *gentle parenting* paling mendekati pendekatan demokratis atau otoritatif, namun dengan sentuhan yang lebih empatik dan hangat. Pendekatan ini menekankan pentingnya hubungan yang saling menghormati antara orang tua dan anak, serta mendorong komunikasi yang terbuka dan positif, selain itu pola asuh ini juga mendukung perkembangan kemandirian anak secara bertanggung jawab (Fauzi, 2023). Orang tua tidak hanya menetapkan batasan, tetapi juga memperhatikan kebutuhan emosional anak dengan penuh empati (Anjasari & Raharjo, 2023).

Pada usia 4-6 tahun, anak sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal sehingga rentan mengalami perubahan. Agar perkembangan sosial emosionalnya berjalan optimal, pola asuh perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak, dan metode pembelajaran harus bervariasi untuk mencegah kejenuhan (Meo et al., 2024). Pola asuh yang tepat dapat membantu anak mengelola emosi dan membangun kemandirian secara sehat. *Gentle parenting* merupakan salah satu pendekatan pengasuhan yang relevan, karena menekankan empati, komunikasi positif, serta penghargaan terhadap kebutuhan anak sesuai tahap perkembangannya (Teresa & Tyas, 2024).

Beberapa studi yang membahas mengenai *gentle parenting*, salah satunya dilakukan oleh Anne E Pezalla dan Alice Davidson (2024). Studi ini menemukan bahwa pendekatan *gentle parenting* menekankan pentingnya kasih sayang yang kuat dari orang tua serta kemampuan

dalam mengelola emosi, baik oleh anak maupun orang tua. Temuan ini menyoroti perlunya dukungan tambahan bagi orang tua yang memilih menerapkan pola asuh ini, terutama dalam hal keterampilan regulasi emosi dan komunikasi. Penelitian lain mengenai pola asuh orang tua Generasi Y dilakukan oleh Salma Aulia Khosibah (2024). Studi ini menunjukkan bahwa orang tua yang mengikuti parent influencers cenderung mengadopsi pendekatan pengasuhan yang bersifat demokratis dengan kecenderungan permisif. Pola pengasuhan ini sangat menekankan pada pentingnya nilai kemandirian dan kesehatan mental anak usia dini.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena bertujuan untuk memahami makna mendalam dari pengalaman subjektif partisipan. Menurut Creswell (2016), penelitian kualitatif bertujuan mengeksplorasi dan memahami makna yang dianggap oleh individu atau kelompok sebagai berasal dari permasalahan sosial atau kemanusiaan. Sejalan dengan itu, Sari et al. (2024) menegaskan bahwa pendekatan kualitatif fokus pada pemahaman terhadap makna, pengalaman, dan sudut pandang individu dalam konteks kehidupan nyata.

Desain fenomenologi dipilih karena penelitian ini ingin menggali pengalaman pribadi orang tua Generasi Y dan Z dalam menerapkan gentle parenting pada anak usia 4–6 tahun. Desain ini sesuai dengan pendapat Moustakas (1994) yang menyatakan bahwa pendekatan fenomenologi digunakan untuk memahami esensi dari pengalaman yang dialami oleh beberapa individu terkait suatu fenomena tertentu. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi cara orang tua memaknai dan menjalani pola asuh mereka dalam keseharian, serta memahami makna mendalam dari praktik gentle parenting yang mereka terapkan.

Sumber data yang digunakan meliputi data primer dan sekunder. Data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam, sementara data sekunder diperoleh dari dokumentasi, artikel, buku, jurnal ilmiah, dan sumber relevan lainnya. Menurut Bogdan dan Biklen (2007), kombinasi sumber data ini penting untuk memastikan validitas temuan serta memperkaya konteks pemahaman terhadap objek yang diteliti.

Teknik pengumpulan data mencakup wawancara, observasi, dan dokumentasi guna memperoleh informasi mengenai pengalaman, pemahaman, dan persepsi partisipan terhadap

gentle parenting. Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik snowball sampling, di mana satu responden merekomendasikan responden lainnya. Menurut Noy (2008), snowball sampling sangat efektif digunakan dalam studi kualitatif, khususnya ketika subjek penelitian tergolong kelompok dengan karakteristik khusus dan tidak mudah diakses secara langsung.

Adapun kriteria partisipan mencakup orang tua dari Generasi Y dan Z yang memahami konsep gentle parenting, memiliki anak usia 4–6 tahun, serta berdomisili di Kecamatan Semarang Barat. Untuk analisis data, penelitian ini menggunakan metode dari Miles dan Huberman (1992), yang terdiri dari tiga tahapan yaitu: *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing/verification* (penarikan dan verifikasi kesimpulan). Tahapan ini memungkinkan peneliti untuk mengelola data secara sistematis, sehingga hasil analisis dapat disusun secara valid dan terstruktur (Ahmad & Muslimah, 2021).

Dalam menyusun kerangka analisis, peneliti merujuk pada teori gentle parenting yang dikembangkan oleh Sarah Ockwell-Smith, yang menekankan pentingnya empati, pemahaman, dan penghormatan dalam relasi antara orang tua dan anak. Ockwell-Smith (2016) menolak penggunaan hukuman fisik maupun verbal dan menekankan pada komunikasi terbuka, pengendalian emosi, serta peran aktif orang tua dalam mendukung perkembangan emosional dan sosial anak. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan anak oleh Erikson, yang menyatakan bahwa dukungan dan kasih sayang dari orang tua merupakan faktor penting dalam membentuk rasa percaya diri dan identitas anak pada tahap usia dini.

Prinsip-prinsip gentle parenting inilah yang menjadi landasan pengembangan alat penelitian, yang digunakan untuk mengeksplorasi bagaimana generasi orang tua masa kini mengimplementasikan nilai-nilai tersebut dalam praktik pengasuhan mereka.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Wawancara dilakukan dengan lima informan utama yang semuanya adalah perempuan dan berperan sebagai ibu, dengan rentang usia antara 28 hingga 31 tahun. Dari kelima ibu tersebut, dua di antaranya memiliki anak berusia 4 tahun, dua lainnya memiliki anak berusia 6 tahun, dan satu ibu memiliki anak berusia 5 tahun. Dilihat dari

generasinya, tiga orang ibu termasuk dalam Generasi Y, sementara dua lainnya berasal dari Generasi Z. Dalam hal pekerjaan, tiga ibu diketahui memiliki aktivitas di luar rumah, yaitu dua orang berwirausaha dan satu orang bekerja sebagai guru. Sedangkan dua ibu lainnya memilih fokus menjadi ibu rumah tangga. Dari sisi pendidikan, tiga ibu telah menempuh pendidikan tinggi, dengan dua di antaranya merupakan lulusan S1 dan satu orang lulusan D4. Sementara dua ibu lainnya menyelesaikan pendidikan di jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

Berikut rangkuman data dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Data Informan

Informan	Usia	Pekerjaan	Pendidikan Terakhir	Usia Anak
1	28 Tahun	Ibu Rumah Tangga	D4	4 Tahun
2	28 Tahun	Wiraswasta	SMK	6 Tahun
3	31 Tahun	Wiraswasta	SMK	6 Tahun
4	29 Tahun	Guru	S1	5 Tahun
5	30 Tahun	Ibu Rumah Tangga	S1	4 Tahun

Selain mewawancarai para ibu sebagai informan utama, peneliti juga melibatkan lima orang informan pendukung untuk memperkuat dan menguji keabsahan data yang diperoleh. Setiap ibu didampingi oleh satu informan pendukung, yang merupakan orang terdekat atau anggota keluarga yang cukup mengenal dan sering menyaksikan langsung bagaimana pola asuh gentle parenting diterapkan dalam keseharian. Informan pendukung ini terdiri dari ibu kandung untuk informan 4 dan 5, adik ipar untuk informan 2 dan 3, serta mertua dari informan 1. Mereka memberikan sudut pandang tambahan yang tidak hanya memperkaya data, tetapi juga membantu menggambarkan lebih utuh bagaimana penerapan pola asuh tersebut berlangsung di rumah. Kesaksian mereka menjadi bagian penting dalam memastikan bahwa informasi yang diberikan para ibu sesuai dengan kenyataan yang mereka jalani.

Berikut rangkuman data dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Data Informan Pendukung

Usia	Hubungan dengan Informan	Lama Mengenal	Pendukung Informan
58 Tahun	Mertua	4 Tahun	1
21 Tahun	Adik Ipar	6 Tahun	2
20 Tahun	Adik Ipar	6 Tahun	3
50 Tahun	Ibu Kandung	Sejak Lahir	4
61 Tahun	Ibu Kandung	Sejak Lahir	5

1. Pemahaman Orang Tua Generasi Y dan Z terhadap *Gentle Parenting*

Berdasarkan hasil wawancara dengan lima orang tua yang menjadi informan utama, ditemukan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai konsep gentle parenting. Mereka menggambarkan gentle parenting sebagai cara mengasuh anak yang mengutamakan komunikasi yang lembut, pengakuan terhadap perasaan anak, dan menghindari bentuk kekerasan, baik secara verbal maupun fisik.

Para orang tua ini melihat gentle parenting bukan sekadar metode pengasuhan, tetapi sebagai pendekatan yang membangun kedekatan emosional antara orang tua dan anak, menciptakan suasana yang penuh kasih sayang, dan membantu membentuk karakter anak melalui pemahaman dan empati, bukan melalui otoritas atau paksaan. Sebagian informan yakni Informan 1, 2, dan 5 juga memasukkan nilai-nilai agama dan sopan santun ke dalam pola pengasuhan mereka. Mereka meyakini bahwa gentle parenting sejalan dengan ajaran agama yang mengajarkan kasih sayang, kesabaran, dan saling menghargai. Sementara itu, Informan 2 dan 4 menekankan pentingnya komunikasi yang rutin dan terbuka dengan anak, serta melakukan refleksi terhadap pengalaman masa kecil mereka sendiri. Bagi mereka, pengalaman masa lalu menjadi pelajaran penting dalam membentuk gaya pengasuhan yang lebih positif di masa kini.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua yang memahami dan menerapkan gentle parenting cenderung menciptakan hubungan yang lebih harmonis dengan anak-anak mereka, serta lebih sadar akan pentingnya membimbing anak dengan empati dan kesadaran diri.

2. Penerapan Gentle Parenting

Dalam praktik sehari-hari, para orang tua menerapkan pendekatan lembut dengan berbagai cara. Misalnya, Informan 1, 3, dan 5 memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosinya, termasuk saat tantrum atau marah, tanpa langsung mengekang atau memarahi. Semua informan sepekat untuk menjelaskan aturan dan konsekuensi dengan nada tenang dan pendekatan yang rasional tanpa bentakan, apalagi hukuman fisik. Informan 2, 3, dan 5 juga menekankan pentingnya komunikasi dua arah, di mana anak diajak bicara untuk menggali alasan di balik perilaku mereka, bukan sekadar ditegur.

Sementara itu, Informan 1 dan 5 menunjukkan empati melalui sentuhan fisik yang menenangkan, seperti pelukan dan belaian, saat anak sedang emosional, sedangkan informan 1 dan 2 memperlihatkan sikap fleksibel dalam menghadapi situasi sulit. Ketika anak melanggar aturan, mereka lebih memilih memberikan nasihat atau mengalihkan perhatian anak daripada menjatuhkan hukuman. Pendekatan ini mencerminkan upaya untuk tetap menjaga hubungan yang hangat dan saling menghargai antara orang tua dan anak. Para orang tua dalam penelitian ini menggunakan strategi komunikasi yang mencerminkan prinsip gentle parenting, seperti memvalidasi perasaan anak dengan kalimat:

"Mama tahu kamu sedih,"

"Bunda paham kamu kecewa."

Kalimat-kalimat ini menunjukkan bahwa orang tua berusaha memahami emosi anak, bukan memaksakan kendali lewat ketakutan atau ancaman. Strategi komunikasi yang digunakan umumnya berbasis pada dialog reflektif dan validasi emosi. Orang tua menanggapi pertanyaan atau sikap anak dengan ajakan berdiskusi, terutama ketika terjadi konflik atau kesalahpahaman. Contohnya, Informan 1 menenangkan anak yang kesandung, memvalidasi rasa sakit, lalu meminta maaf atas ketidaksengajaan tersebut. Ini mencerminkan adanya kesadaran emosi dan penghargaan terhadap perasaan anak. Namun demikian, masih terdapat variasi dalam pendekatan komunikasi. Informan 4 dan pendukungnya terkadang mengguna-

kan perintah langsung dan bersikap lebih otoriter dalam situasi tertentu, meskipun tetap menghindari hukuman keras.



Gambar 1. Anak Melakukan Kegiatan Seni

Informan 1 menunjukkan penerapan gentle parenting melalui pendekatan yang memberi ruang penuh bagi anak untuk bereksplorasi secara mandiri. Pada dokumentasi visual, tampak anak sedang fokus melakukan kegiatan seni menggunakan kapas dan cat pada media kertas. Informan 1 menyampaikan bahwa ia sengaja memberikan waktu dan tempat bagi anak untuk mengekspresikan kreativitasnya, tanpa banyak intervensi atau koreksi. Ia mengatakan,

"Aku biarin dia mencoba sendiri dulu, nanti kalau bingung baru aku bantu. Soalnya aku pengen dia percaya diri dan tahu kalau idenya juga penting."

Pendekatan ini mencerminkan prinsip gentle parenting yang menekankan pada penghargaan terhadap perasaan dan otonomi anak.



Gambar 2. Informan 5 menemani anak bermain

Informan 5 menunjukkan penerapan prinsip gentle parenting melalui keterlibatannya dalam aktivitas bermain anak. Salah satu momen yang terekam adalah ketika ia mendampingi kedua

anaknya bermain balok susun. Ia duduk bersama di atas alas bermain, tidak hanya mengamati, tetapi juga ikut aktif merespons dan membangun interaksi selama kegiatan berlangsung. Momen ini menunjukkan adanya pola komunikasi dua arah dan kehadiran emosional yang kuat antara orang tua dan anak. Informan 5 menyampaikan:

"Kan anak itu punya tipe sendiri-sendiri. Kalau dia ini tipenya quality time, jadi ketika dia main dia harus ditemenin, kita harus sepenuhnya hadir sama dia. Kalau dia ngobrol kita harus natap mata dia, kita harus dekat. Kalau dia ngomong kita enggak lihat dia manggil-manggil, pokoknya kita harus sampe lihati."

Pernyataan ini mencerminkan kesadaran reflektif dalam pengasuhan, di mana kedekatan emosional dibangun bukan melalui perintah, tetapi lewat keterlibatan yang hangat dan suportif.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

Dalam penerapan gentle parenting, seluruh informan menekankan pentingnya dukungan dari pasangan dan lingkungan sekitar sebagai faktor penunjang keberhasilan. Mereka merasakan bahwa memiliki pasangan yang sejalan dalam pola asuh serta lingkungan yang mendukung pendekatan non-kekerasan sangat membantu dalam menjaga konsistensi pengasuhan.

Informan 2 dan 4 menyampaikan bahwa media sosial menjadi salah satu sumber inspirasi dalam menerapkan pola pengasuhan modern. Mereka mengakses berbagai konten edukatif seputar gentle parenting yang memberi wawasan baru dan membantu menghadapi tantangan sehari-hari. Di sisi lain, beberapa informan juga mengadaptasi nilai-nilai tradisional dari orang tua mereka dahulu. Pendekatan ini menunjukkan adanya proses intergenerasional dalam pengasuhan, yaitu menggabungkan pengalaman masa lalu dengan nilai-nilai pengasuhan masa kini. Informan 5 secara menjelaskan bagaimana ia menggabungkan dua pendekatan ini. Ia menyampaikan,

"Kalau aku, parenting itu tak gabungkan pendidikan orang tuaku dulu sama sekarang. Tapi lebih banyak yang sekarang. Jadi yang dari orang tuaku yang baik bisa

diterapkan, tapi yang tidak bisa aku pakai, aku pakai caraku sendiri."

Pernyataan ini mencerminkan kemampuan reflektif dan selektif dalam mengambil nilai-nilai lama yang dianggap masih relevan, sekaligus berani membentuk pola pengasuhan yang lebih sesuai dengan kebutuhan anak masa kini. Meskipun memiliki pemahaman dan komitmen yang kuat, para orang tua tetap menghadapi tantangan dalam penerapan gentle parenting. Informan 2 dan 5 mengakui bahwa kondisi emosional mereka, seperti kelelahan dan stres, kerap kali menjadi penghambat dalam merespons anak dengan tenang. Informan 5 juga menghadapi tantangan berupa perbedaan nilai dengan pasangan atau keluarga besar, yang kadang menimbulkan konflik dalam konsistensi pengasuhan.

Sementara itu, Informan 2 dan 4 menyebut keterbatasan waktu akibat pekerjaan sebagai kendala, terutama dalam membangun komunikasi berkualitas dengan anak. Informan 3 menghadapi tantangan lain, yaitu kesulitan anak dalam memahami aturan atau diskusi, yang membuat proses pengasuhan membutuhkan kesabaran dan pendekatan yang lebih kreatif. Meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan, semua informan tetap berusaha konsisten dalam menerapkan gentle parenting. Mereka menjalani proses pengasuhan secara reflektif, terus belajar, dan menyesuaikan pendekatan mereka dengan kebutuhan anak dan dinamika keluarga masing-masing.

B. Pembahasan

Temuan dalam penelitian ini selaras dengan pemikiran Sarah Ockwell-Smith tentang gentle parenting, yang menekankan pentingnya empati, komunikasi, dan pengasuhan tanpa kekerasan. adalah pendekatan pengasuhan yang menekankan empati, rasa hormat, pemahaman, dan batasan (Ockwell-Smith, 2016). Orang tua pada penelitian ini berusaha memahami perasaan anak, memperlakukannya dengan penghargaan yang setara, menyesuaikan komunikasi sesuai tahap perkembangan, dan tetap menetapkan aturan yang jelas tanpa kekerasan.

Prinsip-prinsip ini tidak hanya tercermin dalam sikap orang tua yang sabar dan penuh pengertian, tetapi juga dalam cara mereka

memvalidasi emosi anak, terutama ketika anak berada dalam fase tantrum atau frustrasi. Anak cenderung merasakan dan mengalami dampak dari keterampilan regulasi emosi orang tua, yang tercermin melalui ekspresi verbal, nonverbal, maupun perilaku keseharian (Puspitasari, Maharani, & Tarmuji, 2022). Pada usia prasekolah, saat anak masih belajar mengenali dan mengelola emosi, dukungan emosional orang tua menjadi fondasi perilaku sosial yang sehat. Di era kecerdasan buatan, pola asuh lembut bukan sekadar pilihan, melainkan keharusan untuk membentuk anak yang cerdas, kreatif, dan mampu menjalin hubungan sosial yang baik. (Azzahra, 2024).

Dari sudut pandang teori pengasuhan Diana Baumrind, sebagian besar informan menunjukkan pola asuh yang mendekati tipe *authoritative*. Mereka hangat, responsif, namun tetap mampu menetapkan batasan yang jelas (Fadlillah & Fauziah, 2022). Orang tua biasanya memulai interaksi dengan menunjukkan ketertarikan terhadap kegiatan anak sepanjang hari. Ketika anak menghadapi kesalahan atau masalah, orang tua memilih untuk berdialog dan mencari solusi bersama, menetapkan aturan yang jelas dan wajar, serta menerapkan disiplin yang membimbing, bukan menghukum (Arifiyanti, 2019). Pendekatan ini terlihat dari bagaimana mereka menjelaskan aturan dengan tenang, mendengarkan alasan anak, dan membangun komunikasi dua arah yang terbuka. Interaksi orang tua dengan anak sejak usia dini memiliki dampak yang signifikan dan jangka panjang terhadap perkembangan psikologis anak, termasuk pembentukan kepercayaan diri dan munculnya rasa tidak aman (Anggraini & Agustini, 2024). Ini menunjukkan bahwa pengasuhan yang penuh kasih tidak berarti membiarkan anak berbuat semaunya, melainkan mendampingi mereka untuk belajar memahami konsekuensi secara rasional.

Pada kenyataannya dinamika pengasuhan tidak selalu konsisten, dalam beberapa kasus seperti yang terlihat pada Informan 4 dan pendukungnya, muncul pergeseran sementara menuju pola *authoritarian*, terutama ketika orang tua berada dalam kondisi stres atau kelelahan. Pengasuhan otoriter dianggap sebagai pendekatan yang kurang ideal dan sering menimbulkan dampak psikologis yang merugikan. Ketika orang tua terlalu mengontrol tanpa disertai perhatian emosional atau

kepekaan terhadap kebutuhan anak, bahkan terlalu melindungi, anak-anak cenderung kehilangan kemampuan untuk membuat keputusan sendiri dan mengembangkan kesadaran akan diri mereka (Chen, 2023).

Pada situasi seperti ini, suara menjadi lebih tegas, dan respons menjadi lebih kaku. Ini menggambarkan bahwa meskipun *gentle parenting* menjadi pilihan utama, kenyataan sehari-hari sering kali menuntut penyesuaian emosional yang tidak mudah. Perbedaan pendekatan di antara para informan tampak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk latar belakang pendidikan. Orang tua berpendidikan tinggi umumnya lebih sadar akan pentingnya stimulasi kognitif dan lebih aktif melibatkan anak dalam kegiatan yang mendukung perkembangan otak, seperti membaca, berdiskusi, atau bermain edukatif (Hardiyanti, 2024). Selain itu, sejauh mana mereka terpapar informasi dari media digital, serta seberapa kuat dukungan sosial yang mereka miliki, baik dari pasangan maupun lingkungan sekitar juga menjadi faktor yang mempengaruhi penerapan *gentle parenting*.

Menariknya, media sosial memainkan peran penting dalam memperluas kesadaran parenting, terutama di kalangan Generasi Y dan Z. Media sosial menyediakan beragam platform bagi orang tua milenial untuk memperoleh pengetahuan, berbagi pengalaman, serta mendapatkan dukungan dalam menjalani peran sebagai pengasuh anak (Raihanah & Nuraeni, 2024). Banyak orang tua muda mendapatkan inspirasi, validasi, dan bahkan bimbingan dari konten-konten seputar pengasuhan yang tersebar luas secara online.

Secara keseluruhan, penelitian ini menggambarkan bahwa *gentle parenting* bukan sekadar metode atau teknik dalam mendidik anak, melainkan sebuah komitmen emosional jangka panjang. Ini adalah proses yang menuntut kesabaran, refleksi diri, dan kemampuan untuk terus beradaptasi dengan perubahan perilaku anak serta dinamika kehidupan keluarga modern. Dalam kesehariannya, *gentle parenting* hadir sebagai upaya sadar untuk tumbuh bersama anak bukan hanya membesarkan mereka, tetapi juga membentuk diri sendiri sebagai orang tua yang lebih peka, bijak, dan penuh kasih.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua Generasi Y dan Z umumnya telah memahami dan berupaya menerapkan gentle parenting dalam pengasuhan anak usia 4–6 tahun. Pendekatan ini ditandai dengan komunikasi yang empatik, validasi emosi, serta penghindaran kekerasan verbal dan fisik. Meskipun terdapat tantangan seperti stres, keterbatasan waktu, dan perbedaan nilai dengan pasangan atau keluarga besar, para orang tua tetap menunjukkan komitmen untuk menjalankan pola asuh yang reflektif dan hangat. Untuk mendukung keberhasilan gentle parenting, penting bagi orang tua untuk terus mengembangkan kesadaran emosional, saling mendukung dalam keluarga, serta memanfaatkan sumber belajar yang relevan, termasuk media sosial. Lembaga pendidikan dan penyuluh parenting juga diharapkan dapat menyediakan akses edukasi pengasuhan yang praktis dan kontekstual agar pendekatan ini dapat diterapkan secara lebih konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

B. Saran

Diharapkan orang tua dari Generasi Y dan Z terus meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan gentle parenting melalui pelatihan, literatur, dan komunitas berbagi pengalaman. Pemerintah dan lembaga pendidikan juga sebaiknya menyediakan program edukasi pengasuhan yang mendukung pendekatan ini untuk mendukung perkembangan optimal anak usia dini.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad, N., & Muslimah, S. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif: Teori dan praktik*. Surabaya: LPPM Universitas Negeri Surabaya.
- Ahmad, N., & Muslimah, S. (2021). Memahami teknik pengolahan dan analisis data kualitatif. *Prosiding PICIS*, 1, 173–186. Retrieved from <https://e-proceedings.iain-palangkaraya.ac.id/index.php/PICIS/article/view/605/841>
- Anggraini, D. A., & Agustini. (2024). Ketika pola asuh membentuk kepribadian: Dampak gentle parenting dan parental gaslighting terhadap insecurity anak. *Jurnal Komputer Multidisipliner*, 7(1), 95–100.
- Anjasari, T., & Raharjo, A. B. (2023). Suppress students' bullying through collaborative guidance and counseling services with democratic parenting. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 255–272.
- Arifiyanti, N. (2019). Relationship between authoritative parenting style and preschools prosocial behavior. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 311. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.166>
- Azzahra, A. C. (2024). Pola asuh model gentle parenting di era digital ekosistem kecerdasan artifisial. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 25(September), 54–59.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (2007). *Qualitative research for education: An introduction to theory and methods* (5th ed.). Boston: Pearson Education.
- Chen, Y. (2023). The psychological impact of authoritarian parenting on children and the youth. In *Proceedings of the 2022 2nd International Conference on Modern Educational Technology and Social Sciences (ICMETSS 2022)*. Atlantis Press SARL. <https://doi.org/10.2991/978-2-494069-45-9>
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed* (Edisi keempat, diterjemahkan oleh Achmad Fawaid). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dimock, M. (2019). Where millennials end and Generation Z begins | Pew Research Center. *Pew Research Center*, 1–7. Retrieved from <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2019/01/17/where-millennials-end-and-generation-z-begins/>
- Fadlillah, M., & Fauziah, S. (2022). Analysis of Diana Baumrind's parenting style on early childhood development. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 2127–2134. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v14i2.487>
- Fauzi, R. (2023). Pola asuh orang tua dalam kajian komunikasi: Implikasi terhadap hubungan keluarga. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 5(01), 64–87. Retrieved from

- [http://repository.uinsu.ac.id/6961/1/DISERTASI HJR - UINSU MeDAN.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/6961/1/DISERTASI%20HJR%20-%20UINSU%20MeDAN.pdf)
- Hardiyanti, R. (2024). Penerapan gentle parenting dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis, logis dan kreatif pada anak usia dini. *Jurnal Studi Riset Psikologi*, 2(2), 134–145. <https://doi.org/10.61590/srp.v2i2.157>
- Ibrahim, M. M., & Irawan, R. E. (2021). Pengaruh konten media sosial terhadap sumber informasi pandemi Covid-19. *Representamen*, 7(02). <https://doi.org/10.30996/representamen.v7i02.5727>
- Khosibah, S. A. (2024). Pengaruh peran parent influencers media sosial pada pola asuh orang tua milenial. *Jurnal Obsesi*, 8(5), 926–935. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i5.6025>
- Maulana, I., Manulang, J. M. br., & Salsabila, O. (2020). Pengaruh social media influencer terhadap perilaku konsumtif di era ekonomi digital. *Majalah Ilmiah Bijak*, 17(1), 28–34. <https://doi.org/10.31334/bijak.v17i1.823>
- Meo, V., Meka, M., Ita, E., Guru, P., Anak, P., Dini, U., ... Kindergarten, N. W. (2024). Analisis perkembangan kemampuan sosial emosional anak usia 4–6 tahun di TKN Nazaret Were. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 6, 402–407.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1992). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode baru*. Jakarta: UI Press. (Dalam Ahmad & Muslimah, 2021)
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Noy, C. (2008). Sampling knowledge: The hermeneutics of snowball sampling in qualitative research. *International Journal of Social Research Methodology*, 11(4), 327–344. <https://doi.org/10.1080/13645570701401305>
- Ockwell-Smith, S. (2016). *The gentle parenting book: How to raise calmer, happier children from birth to seven*. London: Piatkus.
- 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. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3886137/v1>
- Puspitasari, I., Maharani, E. A., & Tarmuji, A. (2022). Identifikasi kemampuan regulasi emosi dalam pengasuhan anak usia dini di Yogyakarta. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 5(3), 393–400. <https://doi.org/10.31004/aulad.v5i3.398>
- Raihanah, Y. N., & Nuraeni, R. (2024). Analisis resepsi Generasi Y terhadap penerapan gentle parenting pada akun TikTok @dhannicha. *Jurnal Komunikasi dan Media*, 11(6), 6621–6627.
- Sari, D. A., Wulandari, A., & Prasetya, D. (2024). Pendekatan kualitatif dalam penelitian sosial. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 12(1), 45–58.
- Sari, M. N., Abdillah, L. A. M., Asmarany, A. I., Rakhmawati, I., Pattiasina, P. J., Kusnadi, Iwan Henri Hasanuddin, R., ... Hadikusumo, R. A. (2024). *Metode penelitian kualitatif (Konsep & Aplikasi)* (F. Kurniadi & L. A. Abdillah, eds.). Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=gPVNEQAAQBAJ>
- Semarang, B. (2023). Penduduk kelompok umur (jiwa) 2021–2023. *Badan Pusat Statistik Kota Semarang*. Retrieved from <https://semarangkota.bps.go.id/id/statistiks-table/2/NDkjMg==/penduduk-kelompok-umur.html>
- Teresa, A., & Tyas, M. (2024). Gentle parenting dalam meminimalisir gejala stres pada proses perkembangan anak usia 5–11 tahun. *Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, 10, 18.
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan perilaku komunikasi generasi milenial dan generasi Z di era digital. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87. <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>