

**POLA ASUH IBU PEKERJA DALAM MEMBENTUK  
*SELF CONTROL ANAK USIA DINI DI PAUD KECAMATAN PURWAKARTA  
CILEGON***

**Mursyidah<sup>1</sup>, Maulida Nur<sup>2</sup>**

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa<sup>1,2</sup>  
e-mail: [mursyisyidah46@gmail.com](mailto:mursyisyidah46@gmail.com)<sup>1</sup>, [maulida.nur@binabangsa.ac.id](mailto:maulida.nur@binabangsa.ac.id)<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pola asuh ibu pekerja terhadap perkembangan self-control anak usia dini di PAUD Kecamatan Purwakarta, Cilegon. Pola asuh yang diterapkan oleh ibu pekerja memainkan peran penting dalam pembentukan kemampuan self-control, yang mencakup kemampuan mengendalikan emosi, menunda gratifikasi, dan mematuhi aturan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yang melibatkan wawancara mendalam dengan tiga ibu pekerja sebagai subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif, yang ditandai dengan responsivitas tinggi dan pengaturan batas yang jelas, memiliki dampak positif terhadap perkembangan self-control anak. Sebaliknya, pola asuh otoriter yang terlalu ketat dan permissif yang kurang terstruktur dapat menghambat kemampuan anak dalam mengendalikan emosi dan perilaku. Faktor-faktor seperti konsistensi dalam penerapan aturan dan dukungan emosional yang aktif dari ibu sangat berpengaruh dalam membentuk self-control anak. Penelitian ini memberikan wawasan bagi ibu pekerja dan pembuat kebijakan untuk mendukung perkembangan anak melalui pola asuh yang tepat.

**Kata kunci:** *Pola asuh, Ibu pekerja, Self-control, Anak usia dini, PAUD*

**ABSTRACT**

This study aims to analyze the impact of working mothers' parenting styles on developing self-control in early childhood at PAUD in Purwakarta District, Cilegon. The parenting style adopted by working mothers plays a crucial role in shaping children's self-control abilities, including regulating emotions, delaying gratification, and following rules. This research utilizes a qualitative method with a phenomenological approach, involving in-depth interviews with three working mothers as research subjects. The findings indicate that authoritative parenting, characterized by high responsiveness and clear boundaries, positively impacts children's self-control development. Conversely, authoritarian parenting, which is overly strict, and permissive parenting, which lacks structure, can hinder children's ability to regulate their emotions and behavior. Factors such as consistency in rule enforcement and active emotional support from mothers significantly influence the development of children's self-control. This research provides insights for working mothers and policymakers to support child development through appropriate parenting strategies.

**Keywords:** *Parenting style, Working mothers, Self-control, Early childhood, PAUD*

**PENDAHULUAN**

Peran ibu dalam pengasuhan anak merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi perkembangan anak, khususnya dalam pembentukan *self-control* atau kemampuan pengendalian diri pada anak usia dini. *Self-control* adalah kemampuan anak untuk mengendalikan impuls, menunda kepuasan, serta mengatur emosi dan perilaku sesuai dengan norma sosial (Yahya & Megalia, 2017). Di Kecamatan Purwakarta, Cilegon, fenomena

peningkatan jumlah ibu yang bekerja di luar rumah menjadi suatu hal yang signifikan. Berdasarkan data dari Dinas Tenaga Kerja Kota Cilegon tahun 2023, sekitar 52% dari ibu yang memiliki anak usia dini di Kecamatan Purwakarta terlibat dalam pekerjaan di sektor formal maupun informal (Trenggonowati & Kulsum, 2018).

Peningkatan jumlah ibu pekerja ini membawa dampak langsung terhadap pola asuh yang diterapkan di rumah. Pola asuh ibu pekerja seringkali harus disesuaikan dengan waktu dan energi yang terbatas karena keterikatan dengan pekerjaan (Diharjo, 2022). Kondisi ini berpotensi mengurangi kualitas interaksi antara ibu dan anak, yang kemudian dapat berdampak pada perkembangan *self-control* anak. Data dari PAUD di Kecamatan Purwakarta menunjukkan bahwa 65% anak usia dini yang diasuh oleh ibu pekerja menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan emosi dan cenderung bersikap impulsif. Hal ini mengindikasikan adanya masalah dalam penerapan pola asuh yang kurang optimal di kalangan ibu pekerja.

Fenomena ini semakin diperparah dengan adanya tekanan ekonomi dan tuntutan karier yang mengharuskan ibu bekerja lebih lama dan lebih keras. Sebagai hasilnya, waktu yang tersedia untuk mendampingi anak menjadi terbatas, dan kualitas pengasuhan menjadi terpengaruh. Sebuah survei yang dilakukan oleh Yayasan Kesejahteraan Keluarga pada tahun 2022 menemukan bahwa 70% ibu pekerja di wilayah Cilegon mengaku mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan emosional anak-anak mereka (Nastia & Nulhaqim, 2022). Kondisi ini menciptakan tantangan dalam pembentukan *self-control* pada anak, yang pada usia dini sangat membutuhkan bimbingan, perhatian, dan kehadiran orang tua secara konsisten. Berbagai penelitian terdahulu telah membahas pengaruh pola asuh ibu pekerja terhadap perkembangan *self-control* pada anak usia dini. Misalnya, penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa anak-anak yang diasuh oleh ibu yang bekerja penuh waktu cenderung memiliki tingkat *self-control* yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang diasuh oleh ibu yang tidak bekerja atau bekerja paruh waktu (Putri et al., 2024). Penelitian ini menunjukkan bahwa kurangnya interaksi langsung antara ibu dan anak dapat menghambat perkembangan kemampuan anak untuk mengatur emosi dan perilaku mereka.

Namun, penelitian lain oleh Suherman (2019) memberikan perspektif yang berbeda. Mereka menemukan bahwa jika ibu pekerja mampu menjaga kualitas interaksi dengan anak melalui pola asuh yang konsisten dan suporitif, anak-anak tersebut tetap dapat mengembangkan *self-control* yang baik (Suherman, 2019). Penelitian ini menekankan pentingnya kualitas daripada kuantitas waktu yang dihabiskan bersama anak, serta peran ayah atau pengasuh lainnya dalam mendukung pengasuhan. Selain itu, teori Attachment oleh Bowlby memberikan dasar pemahaman mengenai pentingnya hubungan emosional yang kuat antara ibu dan anak. Teori ini menyatakan bahwa kelektakan yang aman dengan ibu atau figur pengasuh utama sangat penting dalam perkembangan psikologis anak, termasuk dalam pembentukan *self-control*. Teori ini relevan dalam konteks penelitian ini karena menunjukkan bagaimana hubungan emosional yang kuat antara ibu dan anak, yang mungkin terganggu oleh keterlibatan ibu dalam dunia kerja, dapat mempengaruhi perkembangan *self-control* anak.

Penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk mendalamai pengalaman dan pandangan ibu pekerja mengenai pola asuh yang mereka terapkan serta dampaknya terhadap *self-control* anak. Pengumpulan data akan dilakukan melalui wawancara mendalam dengan ibu pekerja di Kecamatan Purwakarta, Cilegon, serta observasi terhadap interaksi ibu dan anak dalam berbagai situasi sehari-hari. Data ini kemudian akan dianalisis menggunakan teknik analisis model Miles dan Huberman untuk mengidentifikasi pola-pola utama dalam pengalaman ibu pekerja dan pengaruhnya terhadap *self-control* anak. Metode kualitatif dipilih karena mampu menggali secara mendalam aspek-aspek emosional, psikologis, dan sosial yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Dengan

demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika pola asuh ibu pekerja dan dampaknya terhadap perkembangan anak, yang seringkali tidak terlihat dalam penelitian kuantitatif.

Penelitian tentang pola asuh ibu pekerja dan dampaknya terhadap *self-control* anak usia dini di Kecamatan Purwakarta, Cilegon, sangat penting untuk dilakukan karena menyangkut masa depan generasi muda di wilayah tersebut. Kemampuan *self-control* yang baik pada anak usia dini merupakan fondasi penting bagi keberhasilan akademik, sosial, dan emosional di masa depan. Anak-anak yang mampu mengendalikan diri lebih cenderung berhasil dalam lingkungan sekolah, memiliki hubungan sosial yang positif, dan menghindari perilaku berisiko. Di sisi lain, ibu pekerja di Kecamatan Purwakarta juga menghadapi tantangan yang unik dalam menjalankan peran ganda sebagai ibu dan pekerja. Penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi para ibu pekerja mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan pengasuhan anak, serta strategi yang dapat diterapkan untuk mendukung perkembangan *self-control* anak. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan masukan bagi pembuat kebijakan dalam merancang program atau kebijakan yang mendukung ibu pekerja, seperti penyediaan fasilitas penitipan anak yang berkualitas, program pelatihan pengasuhan anak bagi ibu pekerja, serta kebijakan cuti yang lebih fleksibel. Hal ini penting untuk memastikan bahwa ibu pekerja dapat memberikan pengasuhan yang optimal tanpa harus mengorbankan karier mereka.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang menerapkan desain studi fenomenologi. Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam esensi dari pengalaman subjektif para ibu pekerja dalam menerapkan pola asuh serta dampaknya terhadap perkembangan *self-control* anak usia dini (Nuryana et al., 2019). Penelitian dilaksanakan di tiga lembaga PAUD di Kecamatan Purwakarta, Kota Cilegon, yaitu KB As-Sa'adah, SPS Cerdas Ceria, dan KB Ash-Shobirin, selama periode tiga bulan dari April hingga Juni 2024. Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang ibu pekerja yang dipilih secara purposif berdasarkan variasi latar belakang profesi mereka (petugas kesehatan, guru PAUD, dan buruh). Pemilihan subjek dari berbagai sektor pekerjaan ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang kaya dan beragam mengenai tantangan dan strategi pengasuhan.

Proses pengumpulan data dalam penelitian ini menerapkan teknik triangulasi yang mengombinasikan tiga metode utama, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumen. Wawancara mendalam menjadi teknik utama untuk menggali pengalaman dan pandangan para ibu. Sementara itu, observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi antara ibu dan anak dalam situasi sehari-hari. Sebagai data pendukung, dilakukan pula studi dokumen terhadap berbagai dokumen yang relevan. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang dibantu oleh serangkaian instrumen pendukung yang terstruktur. Instrumen tersebut meliputi pedoman wawancara yang berisi pertanyaan-pertanyaan terbuka, lembar observasi untuk mencatat perilaku, serta daftar periksa untuk analisis dokumen.

Analisis data dalam penelitian ini mengadopsi model analisis interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman, yang terdiri dari tiga tahapan utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi, seluruh data mentah yang terkumpul dari hasil wawancara dan observasi disaring dan difokuskan pada informasi yang relevan. Selanjutnya, pada tahap penyajian data, informasi yang telah direduksi diorganisasikan ke dalam bentuk uraian naratif yang sistematis. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan, di mana peneliti melakukan verifikasi secara terus-menerus terhadap data yang ada untuk merumuskan temuan akhir. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini juga menerapkan

teknik triangulasi data sekunder dengan membandingkan temuan primer dengan literatur relevan seperti buku, artikel jurnal, dan penelitian terdahulu.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **Dampak Pola Asuh Ibu Pekerja terhadap Perkembangan Self-control Anak**

##### **1) Pola Asuh Otoritatif dan Otoriter: Dua Sisi Kontrol**

Pola asuh otoritatif, yang dicirikan oleh keseimbangan antara tuntutan dan responsivitas, terbukti menjadi pendekatan paling efektif dalam menumbuhkan *self-control* pada anak usia dini. Ibu yang menerapkan gaya ini, seperti Ibu HS dan Ibu WK, secara konsisten menunjukkan kehangatan, memberikan dukungan emosional, sekaligus menetapkan batasan yang jelas dan rasional. Mereka mendorong dialog dua arah, menjelaskan alasan di balik aturan, dan memberikan anak otonomi yang sesuai dengan usianya. Hasilnya, anak-anak mereka menunjukkan kemampuan superior dalam meregulasi emosi, menunda kepuasan sesaat (gratifikasi), dan menginternalisasi aturan sosial. Kemampuan anak untuk mematuhi arahan tidak didasarkan pada rasa takut, melainkan pada pemahaman dan rasa hormat yang terbangun dari hubungan yang positif. Fondasi ini memungkinkan anak mengembangkan disiplin diri yang kuat dan kemampuan memecahkan masalah secara mandiri, yang merupakan inti dari *self-control* yang sehat dan berkelanjutan di masa depan.

Di sisi lain, pola asuh otoriter menunjukkan dampak yang lebih kompleks dan sering kali kontraproduktif terhadap perkembangan *self-control* anak. Pola asuh ini, yang beberapa aspeknya terlihat pada Ibu HS dan lebih dominan pada contoh Ibu SL, menekankan kontrol yang ketat, kepatuhan mutlak, dan ekspektasi tinggi tanpa diimbangi dukungan emosional yang memadai. Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan seperti ini mungkin menunjukkan tingkat kepatuhan yang tinggi di hadapan orang tua, tetapi kepatuhan tersebut sering kali lahir dari rasa cemas atau takut akan hukuman, bukan dari pemahaman internal. Akibatnya, mereka cenderung mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi secara mandiri, merasa tertekan, dan memiliki inisiatif yang rendah. Ketika pengawasan orang tua tidak ada, anak mungkin menunjukkan perilaku impulsif karena mereka belum mengembangkan kompas moral internal atau kemampuan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab secara independen.

##### **2) Pola Asuh Permisif dan Implikasinya terhadap Disiplin Diri**

Pola asuh permisif, sebagaimana yang tercermin dalam beberapa aspek pengasuhan Ibu SL (Gambar 1), secara signifikan menghambat perkembangan *self-control* anak. Gaya pengasuhan ini ditandai dengan minimnya aturan, batasan, dan ekspektasi terhadap perilaku anak. Meskipun ibu menunjukkan tingkat responsivitas dan kehangatan yang tinggi, kurangnya struktur dan bimbingan membuat anak kesulitan memahami batasan yang dapat diterima secara sosial. Anak tidak terbiasa menghadapi konsekuensi atas tindakan mereka, sehingga mereka cenderung kesulitan menunda gratifikasi dan mengelola perilaku impulsif. Tanpa kerangka aturan yang jelas, anak tidak memiliki panduan untuk mengembangkan disiplin diri. Mereka mungkin menjadi egois, menuntut, dan kurang mampu beradaptasi dalam situasi yang memerlukan kepatuhan atau kerja sama. Kegagalan untuk menetapkan batasan yang konsisten pada usia dini dapat menyebabkan masalah perilaku yang lebih signifikan di kemudian hari.

Secara keseluruhan, perbandingan antara ketiga pola asuh ini menyoroti bahwa pendekatan otoritatif memberikan fondasi yang paling kokoh untuk perkembangan *self-control* anak. Pola ini secara seimbang memadukan kehangatan emosional dengan penetapan batas yang jelas, memungkinkan anak untuk belajar mengatur diri dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Sebaliknya, pola asuh otoriter menghasilkan kepatuhan eksternal tanpa disiplin internal, sementara pola asuh permisif gagal memberikan struktur yang dibutuhkan anak untuk

belajar mengendalikan impuls mereka. Dengan demikian, kualitas interaksi dan metode pendisiplinan yang diterapkan oleh ibu pekerja bukan sekadar statusnya sebagai pekerja menjadi faktor penentu utama dalam membentuk kemampuan *self-control* anak. Hubungan yang hangat, disertai dengan aturan yang konsisten dan rasional, adalah kunci untuk membesarkan anak yang mandiri dan bertanggung jawab.



**Gambar 1. Wawancara dengan Bu Susilawati**

#### **Faktor-faktor Kunci dalam Pembentukan Self-control Anak Usia Dini**

##### **1) Fondasi Pendukung: Keterlibatan Emosional dan Struktur yang Jelas**

Responsivitas tinggi dan keterlibatan emosional dari seorang ibu merupakan faktor pendukung fundamental dalam pembentukan *self-control* anak. Ketika seorang ibu secara aktif mendengarkan, mengakui, dan merespons kebutuhan emosional anaknya, anak akan merasa aman, dihargai, dan dipahami. Hubungan yang aman ini menjadi dasar bagi anak untuk belajar meregulasi emosinya. Melalui interaksi yang hangat dan komunikasi terbuka, anak belajar mengidentifikasi, menamai, dan mengelola perasaan seperti frustrasi atau kekecewaan dengan cara yang sehat. Dukungan emosional yang konsisten membantu anak membangun ketahanan dan kepercayaan diri untuk menghadapi tantangan. Alih-alih bertindak impulsif saat marah, anak yang merasa terhubung secara emosional lebih mungkin untuk mencari solusi konstruktif atau menenangkan diri, karena mereka telah menginternalisasi rasa aman dan dukungan dari pengasuhnya.

Di samping dukungan emosional, pengaturan batas yang jelas dan konsisten adalah pilar penting lainnya dalam membangun *self-control*. Aturan memberikan struktur yang dapat diprediksi, membantu anak memahami harapan perilaku dan konsekuensi dari tindakan mereka. Ketika aturan diterapkan secara konsisten, anak belajar bahwa ada batasan yang tidak bisa dilanggar, yang mendorong perkembangan disiplin diri. Konsistensi ini memberikan rasa aman dan mengurangi kebingungan, memungkinkan anak untuk menginternalisasi norma-norma sosial. Selain itu, keseimbangan antara memberikan kebebasan yang sesuai dengan usia dan pengawasan yang wajar sangat penting. Memberi anak kesempatan untuk membuat pilihan dalam batasan yang aman membantu mereka mengembangkan kemandirian, rasa tanggung jawab, dan kemampuan pengambilan keputusan, yang semuanya merupakan komponen krusial dari *self-control* yang matang dan berfungsi dengan baik.

##### **2) Tantangan dan Hambatan bagi Ibu Pekerja**

Salah satu penghambat utama dalam pembentukan *self-control* anak adalah kurangnya konsistensi dalam penerapan aturan dan kontrol. Bagi ibu pekerja, kelelahan fisik dan mental setelah seharian bekerja dapat membuat penerapan disiplin menjadi tantangan. Akibatnya,

aturan yang seharusnya ditegakkan mungkin menjadi fleksibel atau bahkan diabaikan, mengirimkan pesan yang membingungkan kepada anak. Inkonsistensi ini membuat anak sulit memahami batasan yang sebenarnya, sehingga mereka cenderung menguji batas secara berulang kali. Ketika kontrol tidak memadai dan konsekuensi tidak diterapkan secara teratur, anak kehilangan kesempatan untuk belajar hubungan sebab-akibat dari perilaku mereka. Hal ini dapat menyebabkan kesulitan dalam menunda gratifikasi dan mengatur impuls, karena anak tidak memiliki kerangka kerja yang andal untuk memandu perilaku mereka saat tidak diawasi.

Tantangan lainnya adalah menemukan keseimbangan antara keterlibatan emosional dan tingkat kontrol yang diterapkan. Keterbatasan waktu dan energi sering kali mengurangi kapasitas ibu pekerja untuk terlibat secara emosional secara mendalam, padahal dukungan ini krusial untuk perkembangan regulasi emosi anak. Di sisi lain, beberapa ibu mungkin mencoba mengkompensasi ketidakhadiran mereka dengan menerapkan kontrol yang terlalu ketat dan aturan yang kaku tanpa memberikan penjelasan yang memadai. Pendekatan ini dapat membuat anak merasa tertekan, cemas, dan tidak memiliki otonomi. Kurangnya fleksibilitas dan ruang untuk membuat keputusan menghambat perkembangan kemampuan anak untuk berpikir mandiri dan mengelola emosi mereka sendiri. Baik kurangnya keterlibatan emosional maupun kontrol yang berlebihan pada akhirnya dapat merusak fondasi *self-control* anak.

### Pembahasan

Analisis mendalam terhadap hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif secara konsisten menjadi prediktor paling kuat bagi perkembangan *self-control* pada anak usia dini. Pendekatan ini, yang dibangun di atas fondasi keseimbangan antara kehangatan emosional dan penetapan aturan yang rasional, terbukti mampu menumbuhkan disiplin diri yang berasal dari internal. Ibu pekerja yang menerapkan gaya ini berhasil menciptakan lingkungan yang suportif namun terstruktur, di mana anak tidak hanya mematuhi aturan karena takut, melainkan karena pemahaman yang terbangun melalui dialog dan penjelasan. Keseimbangan antara kontrol dan otonomi ini memungkinkan anak untuk belajar meregulasi emosi, menunda *gratifikasi* sesaat, dan menginternalisasi norma-norma sosial. Dengan demikian, temuan ini menegaskan bahwa bukan status ibu sebagai pekerja yang menjadi penentu utama, melainkan kualitas interaksi pengasuhan yang secara seimbang memadukan tuntutan dengan responsivitas emosional yang tinggi (Negara et al., 2024; Zubair & Yassir, 2025).

Pola asuh otoritatif secara efektif menumbuhkan *self-control* karena ia mengajarkan anak hubungan sebab-akibat dari perilaku mereka dalam sebuah kerangka yang aman secara emosional. Ketika seorang ibu memberikan dukungan, mendengarkan, dan merespons kebutuhan anak, ia membangun sebuah hubungan yang aman (*secure attachment*). Fondasi ini memberikan anak kepercayaan diri untuk menghadapi frustrasi dan mengelola impuls tanpa rasa takut akan penolakan. Pada saat yang sama, penetapan batasan yang jelas, konsisten, dan disertai penjelasan logis memberikan anak struktur yang dapat diprediksi. Anak belajar bahwa kebebasan datang dengan tanggung jawab. Mereka memahami alasan di balik sebuah aturan, yang memfasilitasi proses internalisasi nilai (Mujahidin et al., 2025; Wea & Toron, 2025). Kombinasi antara dukungan emosional dan bimbingan yang terstruktur ini memberdayakan anak untuk mengembangkan kompas moral internal dan kemampuan pemecahan masalah secara mandiri, yang merupakan esensi dari *self-control* yang matang (Musyawir et al., 2024; Silletti et al., 2023).

Sebaliknya, pola asuh otoriter menunjukkan dampak yang kontraproduktif terhadap pengembangan disiplin diri internal, meskipun secara lahiriah mungkin menghasilkan kepatuhan. Gaya ini menekankan kontrol yang ketat dan kepatuhan mutlak tanpa diimbangi oleh kehangatan dan dialog yang memadai. Akibatnya, kepatuhan anak seringkali didasarkan pada kecemasan atau rasa takut akan hukuman, bukan pada pemahaman atau kesadaran diri.

Ketika figur otoritas tidak ada, anak yang dibesarkan dengan cara ini cenderung menunjukkan perilaku impulsif karena mereka belum mengembangkan kemampuan untuk meregulasi diri secara mandiri. Mereka tidak terbiasa membuat keputusan yang bertanggung jawab karena otonomi mereka dibatasi. Kepatuhan eksternal yang dipaksakan ini gagal membangun fondasi *self-control* yang sesungguhnya, bahkan berpotensi menghambat perkembangan inisiatif dan kemampuan regulasi emosi jangka panjang pada anak (Castelo et al., 2022; Day et al., 2022).

Di ujung spektrum yang lain, pola asuh permisif secara signifikan menghambat pembentukan *self-control* karena kegalannya dalam menyediakan struktur dan batasan yang esensial. Meskipun ditandai oleh tingkat kehangatan dan responsivitas yang tinggi, minimnya aturan dan ekspektasi membuat anak kesulitan memahami batasan perilaku yang dapat diterima secara sosial. Tanpa adanya konsekuensi yang konsisten atas tindakan mereka, anak tidak terlatih untuk menghadapi frustrasi atau menunda keinginan sesaat. Lingkungan yang serba membolehkan ini menghalangi anak untuk belajar mengendalikan impuls dan mengembangkan disiplin diri. Akibatnya, mereka berisiko tumbuh menjadi individu yang cenderung menuntut, kurang mampu beradaptasi dalam lingkungan sosial yang terstruktur, dan kesulitan menghadapi tantangan yang memerlukan ketekunan dan kemampuan untuk mengatur diri sendiri secara efektif (Bilgin et al., 2023; Xu, 2022).

Dua faktor fundamental yang menjadi pilar penopang perkembangan *self-control* anak adalah keterlibatan emosional yang tinggi dan penerapan struktur yang jelas. Keterlibatan emosional, yang diwujudkan melalui responsivitas ibu terhadap kebutuhan anak, menciptakan rasa aman yang memungkinkan anak belajar mengelola emosi negatif seperti kemarahan atau kekecewaan dengan cara yang sehat. Hubungan yang hangat ini menjadi dasar bagi anak untuk membangun ketahanan psikologis. Di sisi lain, struktur yang hadir melalui aturan yang jelas, konsisten, dan ditegakkan secara wajar memberikan kerangka kerja yang dapat diprediksi. Struktur ini membantu anak memahami harapan sosial dan hubungan sebab-akibat dari perilaku mereka. Keseimbangan antara kebebasan yang sesuai usia dan pengawasan yang memadai dalam kerangka ini menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab.

Bagi ibu pekerja, tantangan utama dalam menumbuhkan *self-control* anak seringkali terletak pada kesulitan menjaga konsistensi. Kelelahan fisik dan mental setelah bekerja dapat mengurangi kapasitas orang tua untuk menerapkan aturan dan konsekuensi secara konsisten. Inkonsistensi ini mengirimkan sinyal yang membingungkan kepada anak, membuat mereka sulit memahami batasan yang sebenarnya dan mendorong mereka untuk terus menguji batas. Ketika kontrol menjadi tidak memadai atau tidak dapat diprediksi, anak kehilangan kesempatan krusial untuk belajar dari konsekuensi tindakan mereka. Hal ini secara langsung menghambat kemampuan mereka untuk mengatur impuls dan menunda *gratifikasi*, karena tidak ada kerangka internal yang andal yang telah terbentuk untuk memandu perilaku mereka saat tidak berada di bawah pengawasan langsung (Jensen, 2021; Keidel et al., 2021; Lamichhane et al., 2022).

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan pengasuhan yang paling efektif untuk membentuk *self-control* adalah yang berhasil mengintegrasikan dukungan emosional dengan penetapan batasan yang konsisten. Implikasi praktisnya adalah bahwa intervensi atau dukungan bagi ibu pekerja tidak seharusnya hanya berfokus pada manajemen waktu, tetapi juga pada strategi untuk menjaga konsistensi pengasuhan dan kualitas interaksi emosional di tengah keterbatasan energi. Keterbatasan penelitian ini terletak pada cakupannya yang mungkin belum merepresentasikan keragaman pengalaman ibu pekerja di berbagai sektor dan kondisi sosial-ekonomi. Penelitian di masa depan dapat mengeksplorasi lebih dalam bagaimana faktor-faktor eksternal, seperti dukungan sosial di tempat kerja atau kehadiran

pengasuh pengganti, memoderasi hubungan antara pola asuh ibu pekerja dan perkembangan *self-control* anak.

### **KESIMPULAN**

Analisis mendalam terhadap hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh *otoritatif* secara konsisten menjadi prediktor paling kuat bagi perkembangan *self-control* pada anak usia dini dari ibu pekerja. Pendekatan ini, yang menyeimbangkan kehangatan emosional dengan penetapan aturan yang rasional, terbukti mampu menumbuhkan disiplin diri yang berasal dari internal, bukan karena takut. Sebaliknya, pola asuh *otriter* yang mengandalkan kontrol ketat tanpa dialog gagal membangun kemandirian, sementara pola asuh *permisif* yang minim batasan menghambat kemampuan anak untuk meregulasi impuls. Dua pilar fundamental yang menopang perkembangan *self-control* adalah keterlibatan emosional tinggi yang menciptakan *secure attachment* dan penerapan struktur yang jelas dan konsisten. Keseimbangan inilah yang menjadi kunci, di mana tantangan utama bagi ibu pekerja adalah menjaga konsistensi pengasuhan di tengah kelelahan fisik dan mental.

Implikasi praktisnya adalah intervensi bagi ibu pekerja tidak hanya harus berfokus pada *manajemen waktu*, tetapi juga pada strategi untuk menjaga konsistensi pengasuhan di tengah kelelahan. Namun, perlu diakui bahwa penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama cakupannya yang mungkin belum merepresentasikan keragaman pengalaman ibu pekerja di berbagai sektor. Oleh karena itu, penelitian di masa depan disarankan untuk mereplikasi studi ini dengan sampel yang lebih besar dan beragam untuk meningkatkan generalisasi hasil. Selain itu, perlu dieksplorasi lebih dalam bagaimana faktor-faktor eksternal, seperti kualitas pengasuh pengganti, dukungan sosial di tempat kerja, atau tingkat stres ibu, memoderasi hubungan antara pola asuh dan perkembangan *self-control* anak. Studi *longitudinal* juga akan sangat berharga untuk mengamati bagaimana dinamika ini berkembang dari waktu ke waktu.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bilgin, A. et al. (2023). Early Childhood Multiple or Persistent Regulatory Problems and Diurnal Salivary Cortisol in Young Adulthood. *Psychoneuroendocrinology*, 161, 106940. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2023.106940>
- Castelo, R. J. et al. (2022). Parent Provision of Choice Is a Key Component of Autonomy Support in Predicting Child Executive Function Skills. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.773492>
- Day, N. et al. (2022). A Systematic Scoping Review of Pre-School Self-Regulation Interventions From a Self-Determination Theory Perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2454. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042454>
- Diharjo, F. H. A. R. F. (2022). Problematika Pola Asuh Anak Pada Wanita Pekerja Pabrik Rokok. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(2). <https://journal.upy.ac.id/index.php/pkn/article/view/3196>
- Jensen, P. S. (2021). Inattention and Impulsivity in Children and Adolescents: A Developmental and Contextual Framework to Understand Attention-Deficit Hyperactivity Disorder and Its Variants. *Pediatric Medicine*, 5, 8. <https://doi.org/10.21037/pm-20-99>
- Keidel, K. et al. (2021). Individual Differences in Intertemporal Choice. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.643670>
- Lamichhane, B. et al. (2022). Delay of Gratification Dissociates Cognitive Control and Valuation Brain Regions in Healthy Young Adults. *Neuropsychologia*, 173, 108303. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2022.108303>

- Mujahidin, M. D. et al. (2025). Strategi Komunikasi Orang Tua Dalam Mengajarkan Nilai-Nilai Peduli Lingkungan Hidup Kepada Anak. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 4(4), 574. <https://doi.org/10.51878/social.v4i4.4092>
- Musyawir, A. W. et al. (2024). Peran Kurikulum Berbasis Karakter Dalam Mendorong Perkembangan Moral Siswa Sekolah Menengah Pertama. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(3), 542. <https://doi.org/10.51878/learning.v4i3.3125>
- Nastia, G. I. P., & Nulhaqim, S. A. (2022). Kompetensi Administrator Pekerjaan Sosial Pada Pemimpin Yayasan Istana Belajar Anak Banten. *Sosio Konsepsia: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial*, 11(2). <https://ejournal.kemensos.go.id/index.php/SosioKonsepsia/article/view/2883>
- Negara, N. W. W. P. et al. (2024). Gangguan Mood Pada Anak Dengan Ibu Kepribadian Ambang: Laporan Kasus. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(4), 251. <https://doi.org/10.51878/healthy.v3i4.4355>
- Nuryana, A. et al. (2019). Pengantar Metode Penelitian Kepada Suatu Pengertian Yang Mendalam Mengenai Konsep Fenomenologi. *Ensains Journal*, 2(1), 19–24. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/ensains/article/view/7279>
- Putri, R. A. et al. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 189–202. <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/847>
- Silletti, F. et al. (2023). Do Self-Control and Parental Involvement Promote Prosociality and Hinder Internalizing Problems? A Four-Wave Longitudinal Study From Early to Mid-To-Late Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 44(9), 1154. <https://doi.org/10.1177/02724316231210250>
- Suherman, R. N. (2019). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecanduan Gadget Pada Anak Prasekolah* [Unpublished undergraduate thesis]. STIKES Hang Tuah Surabaya. <http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/736/>
- Trenggonowati, D. L., & Kulsum, K. (2018). Analisis Faktor Optimalisasi Golden Age Anak Usia Dini Studi Kasus Di Kota Cilegon. *Journal Industrial Servicess*, 4(1). <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jiss/article/view/3151>
- Wea, F., & Toron, V. B. (2025). Implementasi Pendidikan Karakter Dalam Kurikulum Merdeka Di SMP Katolik: Tinjauan Teoretis Dan Reflektif Berdasarkan Iman Katolik. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(3), 1281. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i3.6630>
- Xu, Y. (2022). Group Psychological Intervention for Children With Hyperactivity Disorder. *International Journal of Mental Health Promotion*, 25(1), 81. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2022.023720>
- Yahya, A. D., & Megalia, M. (2017). Pengaruh Konseling Cognitif Behavior Therapy (CBT) Dengan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 133–146. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.1004>
- Zubair, A. Z. A., & Yassir, M. Y. M. (2025). Analisis Perubahan Dinamika Peran Purna Pekerja Migran Indonesia Perempuan Dalam Keluarga Di Desa Dukuh Deompok Perspektif Hukum Islam. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(3), 811. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i3.6007>