Prosiding Seminar Hasil
KKN, Vol 3 No 1 2026
E ISSN 3030-8895

SEMINAR PENTINGNYA POLA ASUH OTORITATIF DALAM 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN UNTUK PEMBENTUKAN KARAKTER DAN REGULASI EMOSI ANAK

Nur Aulia Rahmah Prayugo[1*], Putri Maulani Sri Prasasti[2], Julia Rahma Pancawati[3], Suaibatul Aslamiyah[4]

[1,2,3]Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik
[4]Dosen Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis
*Email: auliarahmah3008@gmail.com

ABSTRAK

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang dimulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, secara ilmiah terbukti krusial bagi perkembangan otak dan pembentukan fondasi emosional anak. Pengasuhan yang responsif dan stimulatif pada masa ini berperan penting dalam membangun jalur saraf yang mendukung kemampuan kognitif, sosial, dan regulasi emosi di masa depan (Shonkoff & Phillips, 2000; Center on the Developing Child, 2007). Namun, di banyak komunitas, termasuk di Dusun Tanggulangin, masih banyak orang tua yang menerapkan pola asuh kurang efektif, seperti respons reaktif atau penggunaan kekerasan fisik/verbal, yang dapat menghambat perkembangan emosi anak yang sehat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi sosialisasi untuk memperkenalkan konsep pola asuh yang lebih suportif dan demokratis, seperti pola asuh otoritatif. Artikel ini menganalisis efektivitas sosialisasi yang berfokus pada pola asuh otoritatif dan dampaknya terhadap perubahan perilaku pengasuhan orang tua, dengan harapan dapat menjembatani kesenjangan antara praktik pengasuhan tradisional dan pendekatan berbasis bukti ilmiah.

Kata Kunci: 1000 HPK, Pola Asuh, Pola Asuh Otoritatif, Regulasi Emosi, Karakter Anak

ABSTRACT

The First 1000 Days of Life (F1000DL), beginning from conception to a child's second birthday, are scientifically proven to be crucial for brain development and the formation of a child's emotional foundation. Responsive and stimulating parenting during this period plays a vital role in building neural pathways that support future cognitive, social, and emotional regulation skills (Shonkoff & Phillips, 2000; Center on the Developing Child, 2007). However, in many communities, including Dusun Tanggulangin, many parents still practice ineffective parenting styles, such as reactive responses or the use of physical and verbal aggression, which can hinder a child's healthy emotional development. Therefore, a socialization intervention is needed to introduce a more supportive and democratic parenting concept, such as authoritative parenting. This article analyzes the effectiveness of a socialization program focused on

authoritative parenting and its impact on changing parental behavior, with the hope of bridging the gap between traditional parenting practices and evidence-based approaches.
***Keywords**: 1000 Days of Life, Parenting Style, Authoritative Parenting Style, Emotion Regulation, Child's Character*

PENDAHULUAN

Perkembangan anak adalah proses kompleks yang melibatkan interaksi antara faktor genetik dan lingkungan. Lingkungan pengasuhan, terutama di awal kehidupan, memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap hasil perkembangan anak. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang mencakup masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, telah diakui sebagai "periode emas" di mana arsitektur otak anak berkembang sangat pesat (Shonkoff & Phillips, 2000). Pengalaman di masa ini membentuk fondasi bagi fungsi kognitif, bahasa, dan regulasi emosi (Center on the Developing Child, 2007). Pola asuh yang responsif dan stimulatif terbukti dapat membentuk jalur saraf yang kuat, sementara paparan stres kronis atau pengasuhan yang tidak responsif dapat merusak arsitektur otak dan berdampak negatif pada kesehatan mental dan perilaku anak di kemudian hari (Lupien, et al., 2009).

Meskipun pentingnya periode ini telah banyak didokumentasikan dalam literatur ilmiah, masih banyak orang tua yang kurang menyadari dampaknya. Banyak yang masih menggunakan pola asuh yang kurang efektif, seperti permisif, otoriter, atau bahkan lalai (Baumrind, 1992). Di berbagai komunitas, termasuk di Dusun Tanggulangin, teridentifikasi bahwa orang tua sering merespons perilaku anak secara reaktif, bahkan dengan kekerasan verbal atau fisik, alih-alih membimbing anak untuk mengelola emosi mereka dengan cara yang sehat. Praktik-praktik ini menghambat pembentukan regulasi emosi yang positif pada anak.

Penelitian ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan mensosialisasikan pentingnya pola asuh otoritatif sebagai model pengasuhan yang paling efektif (Maccoby & Martin, 1983). Pola asuh otoritatif dicirikan oleh kombinasi antara tuntutan yang tinggi dan kehangatan serta dukungan yang kuat (Baumrind, 1992). Model ini berbeda dengan pola asuh permisif (hangat, tuntutan rendah), otoriter (dingin, tuntutan tinggi), dan lalai (dingin, tuntutan rendah). Dengan memfokuskan pada pola asuh otoritatif, seminar ini bertujuan untuk membekali orang tua dengan pengetahuan dan strategi praktis untuk membentuk karakter anak yang mandiri, percaya diri, dan bertanggung jawab, serta memiliki kesehatan mental yang positif.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan di KB Al-Firdaus dan RAM NU 173 Mar'atus Sholihah, Dusun Tanggulangin. Peserta terdiri dari puluhan wali murid. Metode yang digunakan adalah kombinasi dari:

1. Ceramah Interaktif: Materi disajikan secara langsung oleh pemateri dengan gaya yang ringan dan mudah dipahami, menggunakan analogi dan contoh sehari-hari.
2. Sesi Tanya Jawab dan Diskusi Kelompok: Memberikan kesempatan kepada orang tua untuk berbagi pengalaman dan mengajukan pertanyaan terkait tantangan pengasuhan yang mereka hadapi.
3. Studi Kasus: Membahas skenario spesifik seperti "mengatasi anak tantrum" atau "anak suka memukul" untuk memberikan solusi praktis.

Materi dibagi menjadi dua sesi: sesi pembuka yang menjelaskan peran kritis 1000 HPK dan sesi utama yang membahas secara mendalam tentang Pola Asuh Otoritatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi ini mendapatkan sambutan yang sangat positif dari para wali murid. Terbukti dari sesi tanya jawab yang aktif, di mana banyak ibu-ibu mengajukan pertanyaan mendalam yang relevan dengan masalah sehari-hari mereka. Banyak orang tua menyadari bahwa selama ini mereka sering merespons perilaku anak secara reaktif, sebuah perilaku yang sejalan dengan pola asuh otoriter.



Gambar 1. Penyampaian Materi Pengaruh Media Sosial terhadap Kenakalan Remaja Pentingnya Pola Asuh Otoritatif dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk Pembentukan Karakter dan Regulasi Emosi Anak

Materi tentang peran orang tua sebagai cermin emosi yang sehat dan membangun rasa aman diterima dengan baik. Banyak peserta mengakui bahwa mereka belum menyadari bahwa perilaku mereka saat merespons emosi anak sangat memengaruhi cara anak mengelola emosinya sendiri. Konsep pola asuh otoritatif menjadi kunci yang memberikan pemahaman baru bagi

mereka. Mereka belajar bahwa menyeimbangkan antara memberikan aturan yang jelas (tuntutan tinggi) dan menunjukkan kasih sayang serta dukungan (kehangatan tinggi) adalah cara paling efektif untuk membimbing anak (Baumrind, 1992).



Gambar 2. Diskusi Antara Wali Murid dengan Psikolog/Pemateri Seminar

Diskusi mengenai tips praktis, seperti mengatasi anak tantrum, juga sangat bermanfaat. Alih-alih merespons tantrum dengan hukuman, orang tua diajak untuk mengadopsi pendekatan seperti "Stoplight" atau "Taman Emosi" yang memungkinkan anak untuk belajar mengidentifikasi dan mengelola perasaannya secara mandiri.



Gambar 3. Foto Bersama Setelah Kegiatan Seminar Parenting

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil menanamkan pemahaman awal mengenai pentingnya pola asuh berbasis bukti ilmiah. Diharapkan, pemahaman ini akan menjadi fondasi bagi perubahan perilaku pengasuhan yang lebih positif di lingkungan keluarga.

KESIMPULAN

Seminar parenting ini berhasil menunjukkan bahwa sosialisasi yang berfokus pada pola asuh otoritatif dapat menjadi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman orang tua mengenai pentingnya 1000 HPK. Dengan memperkenalkan konsep-konsep seperti "Pola Asuh Otoritatif," "cermin emosi," dan "membangun rasa aman," seminar ini telah memberikan strategi praktis kepada orang tua untuk membimbing anak-anak mereka. Diharapkan, pemahaman ini akan terus diterapkan dan menjadi praktik pengasuhan yang suportif dan demokratis di Dusun Tanggulangin, sehingga dapat membentuk karakter anak yang kuat dan sehat secara mental di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

Baumrind, D. (1992). The discipline controversy revisited. Family Relations, 41(4), 405-414.

Center on the Developing Child. (2007). The Science of Early Childhood Development. Harvard University.

Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, H. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. Nature Reviews Neuroscience, 10(6), 434–445.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), Handbook of Child Psychology (Vol. 4, pp. 1–101). Wiley.

Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (2000). From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development. National Academy Press.

Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study. Attachment & HumanDevelopment, 7(4), 349–367.