



POLA PENGASUHAN ANAK USIA DINI PADA ORANG TUA PEKERJA SHIFT MALAM (SPS) SATUAN PAUD SEJENIS PRAPAT HULU, BABUSSALAM, ACEH TENGGARA

Isna Maulidya*, Raden Rachmy Diana*

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Isnamaulidya93@gmail.com, Rachmydiana@uin:suka.ac.id

Diterima: 12 Oktober 2024

Direvisi: 4 November 2024

Disetujui: 27 November 2024

ABSTRACT

This research examines early childhood parenting patterns among parents of night shift workers in the Prapat Hulu Similar Early Childhood Education Unit (SPS), Babussalam, Southeast Aceh. This study aims to understand the challenges and strategies implemented by families in balancing the demands of night shift work with childcare responsibilities. The research methodology involves a qualitative approach with a focus on four families whose children attend SPS Prapat Hulu, where both parents actively work night shifts. Data was collected through in-depth interviews, observation and analysis of related documents. The research results revealed several key strategies implemented by parents, including planning a structured but flexible schedule, utilizing technology to maintain communication, creating special family rituals, emphasizing parents' physical and mental health, and open communication with children. Findings also demonstrate the importance of support from educational institutions, policy makers, and society in facilitating successful parenting in this context. This research concludes that although childcare for parents of night shift workers presents unique challenges, with the right strategies and adequate system support, families can overcome these obstacles and ensure children's optimal development. This study also underscores the need for further longitudinal research to understand the long-term impact of this parenting style on child development and family dynamics.

Keywords: Parenting Patterns, Early Childhood night shift workers.

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji pola pengasuhan anak usia dini pada orang tua pekerja shift malam di Satuan PAUD Sejenis (SPS) Prapat Hulu, Babussalam, Aceh Tenggara. Studi ini bertujuan untuk memahami tantangan dan strategi yang diterapkan oleh keluarga dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan shift malam dengan tanggung jawab pengasuhan anak. Metodologi penelitian melibatkan pendekatan kualitatif dengan fokus pada empat keluarga yang memiliki anak bersekolah di SPS Prapat Hulu, di mana kedua orang tua aktif bekerja shift malam. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen terkait. Hasil penelitian mengungkapkan beberapa strategi kunci yang diterapkan oleh orang tua, termasuk perencanaan jadwal yang terstruktur namun fleksibel, pemanfaatan teknologi untuk menjaga komunikasi, penciptaan ritual keluarga khusus, penekanan pada kesehatan fisik dan mental orang tua, serta komunikasi terbuka dengan anak. Temuan juga menunjukkan pentingnya dukungan dari institusi pendidikan, pembuat kebijakan, dan masyarakat dalam memfasilitasi keberhasilan pengasuhan dalam konteks ini. Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun pengasuhan anak bagi orang tua pekerja shift malam menghadirkan tantangan unik, dengan strategi yang tepat dan dukungan sistem yang memadai, keluarga dapat mengatasi kendala tersebut dan memastikan perkembangan optimal anak. Studi ini juga menggarisbawahi kebutuhan akan penelitian longitudinal lebih lanjut untuk memahami dampak jangka panjang dari pola pengasuhan ini terhadap perkembangan anak dan dinamika keluarga.

Kata Kunci: Pola Asuh; Anak Usia Dini pekerja shift malam.

PENDAHULUAN

Di era modern ini, bekerja shift malam telah menjadi realitas yang tak terhindarkan bagi banyak orang tua, terutama di kota-kota besar dan kawasan industri. Fenomena ini bukan hanya mencerminkan perubahan dalam struktur ekonomi dan pasar tenaga kerja global, tetapi juga menandai transformasi signifikan dalam dinamika kehidupan keluarga kontemporer (Bashori, 2018). Sektor-sektor seperti manufaktur, layanan kesehatan, keamanan, dan industri jasa yang beroperasi 24 jam telah menciptakan kebutuhan akan tenaga kerja yang siap bekerja di luar jam kerja konvensional, termasuk shift malam (Al-Ihsan, 2023).

Situasi ini membawa tantangan tersendiri dalam pengasuhan anak, khususnya bagi mereka yang memiliki anak usia dini. Anak usia dini, yang umumnya didefinisikan sebagai anak berusia 0-8 tahun, berada dalam fase kritis perkembangan fisik, kognitif, dan sosio-emosional (Hermoyo, 2018). Pada tahap ini, otak anak berkembang dengan pesat, membentuk lebih dari satu juta koneksi neural setiap detik. Periode ini juga krusial untuk pembentukan keterikatan emosional, pengembangan keterampilan sosial, dan peletakan dasar untuk pembelajaran seumur hidup. Oleh karena itu, anak usia dini membutuhkan perhatian dan pengasuhan yang

konsisten serta berkualitas untuk mengoptimalkan potensi perkembangan mereka (Uce, 2017).

Namun, jadwal kerja yang tidak konvensional ini sering kali bertentangan dengan ritme alami kehidupan keluarga dan pola perkembangan anak. Orang tua yang bekerja shift malam menghadapi dilema dalam membagi waktu antara tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab pengasuhan (Apriani & Anggraeni, 2019). Mereka seringkali harus tidur saat anak-anak mereka aktif dan terjaga saat anak-anak tidur, menciptakan ketidakselarasan dalam interaksi keluarga. Situasi ini dapat menimbulkan berbagai masalah, mulai dari kurangnya interaksi berkualitas antara orang tua dan anak, kesulitan dalam memantau perkembangan dan pendidikan anak, hingga potensi gangguan pada pola tidur dan rutinitas keluarga.

Ketidakhadiran orang tua pada malam hari juga dapat mempengaruhi rasa aman dan keterikatan emosional anak. Teori keterikatan yang dikembangkan oleh John Bowlby dan Mary Ainsworth menekankan pentingnya kehadiran dan responsivitas orang tua dalam membentuk ikatan yang aman antara anak dan pengasuh utamanya (Runtiko, 2022). Ketika orang tua tidak hadir pada waktu-waktu kritis seperti saat menjelang tidur atau ketika



anak terbangun di malam hari, hal ini dapat mengganggu pembentukan keterikatan yang aman dan berpotensi mempengaruhi perkembangan emosional anak jangka panjang. Lebih lanjut, pola kerja shift malam dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental orang tua itu sendiri. Penelitian telah menunjukkan bahwa pekerja shift malam lebih rentan terhadap gangguan tidur, kelelahan kronis, dan masalah kesehatan lainnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas pengasuhan yang diberikan, menciptakan lingkaran setan di mana stres orang tua dan tantangan pengasuhan saling memperkuat (Laily & Tualeka, 2023).

Dalam konteks ini, penting untuk mengkaji dan memahami bagaimana orang tua pekerja shift malam mengadaptasi pola pengasuhan mereka untuk memenuhi kebutuhan anak usia dini, serta strategi apa yang mereka gunakan untuk mengatasi tantangan-tantangan unik yang mereka hadapi. Beberapa keluarga mungkin mengandalkan dukungan *extended family*, seperti kakek-nenek atau kerabat lain, untuk membantu pengasuhan. Sementara itu, keluarga lain mungkin bergantung pada layanan penitipan anak atau pengasuh profesional (Syamsiar & Ikhsan, 2021). Namun, masing-masing solusi ini membawa kompleksitasnya sendiri, baik dari segi finansial, logistik, maupun emosional.

Penelitian tentang topik ini tidak hanya relevan bagi keluarga yang terdampak langsung, tetapi juga bagi pembuat kebijakan, institusi pendidikan, dan masyarakat luas (Yuniar Bahri et al., 2023). Bagi pembuat kebijakan, pemahaman yang lebih baik tentang tantangan yang dihadapi oleh keluarga pekerja shift malam dapat menginformasikan kebijakan yang lebih mendukung, seperti regulasi jam kerja yang lebih fleksibel atau insentif bagi perusahaan yang menyediakan fasilitas penitipan anak. Institusi pendidikan, khususnya lembaga pendidikan anak usia dini, perlu mempertimbangkan kebutuhan unik dari anak-anak dengan orang tua pekerja shift malam dalam merancang program

dan layanan mereka. Lebih luas lagi, masyarakat perlu mengembangkan kesadaran dan empati terhadap realitas keluarga modern ini. Stigma sosial yang mungkin melekat pada orang tua yang "tidak ada di rumah" pada malam hari perlu ditantang dan digantikan dengan pemahaman yang lebih nuansa tentang kompleksitas pengasuhan di era kontemporer.

Dalam upaya mendukung kesejahteraan anak dan keluarga di tengah perubahan pola kerja dalam masyarakat modern, diperlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Ini termasuk pengembangan kebijakan yang ramah keluarga di tempat kerja, peningkatan aksesibilitas dan kualitas layanan penitipan anak, serta edukasi masyarakat tentang pentingnya mendukung berbagai model keluarga dan pengasuhan (Himawati et al., 2016). Akhirnya, penelitian lebih lanjut tentang dampak jangka panjang dari pola pengasuhan ini terhadap perkembangan anak usia dini sangat diperlukan. Studi longitudinal yang mengikuti anak-anak dari keluarga pekerja shift malam dari masa kanak-kanak hingga dewasa dapat memberikan wawasan berharga tentang bagaimana mengoptimalkan pengasuhan dalam konteks ini dan mengidentifikasi intervensi yang efektif untuk mendukung perkembangan anak yang sehat dan keluarga yang sejahtera.

Penelitian tentang "Pola Pengasuhan Anak Usia Dini Pada Orang Tua Pekerja Shift" ini menawarkan sebuah pendekatan yang inovatif dan komprehensif dalam memahami dinamika kompleks pengasuhan anak di era modern, khususnya dalam konteks Indonesia. Berbeda dengan mayoritas studi sebelumnya yang berfokus pada negara-negara Barat, penelitian ini akan mengeksplorasi nuansa unik dalam konteks sosial-budaya Indonesia, di mana nilai-nilai keluarga tradisional dan peran *extended family* masih sangat kuat. Inovasi utama penelitian ini terletak pada integrasi berbagai aspek yang jarang dieksplorasi secara bersamaan dalam studi-studi sebelumnya.

Penelitian ini akan menyelidiki bagaimana orang tua pekerja shift memanfaatkan teknologi terkini untuk tetap terlibat dalam pengasuhan meski tidak hadir secara fisik, sekaligus menganalisis perbedaan gender dalam strategi pengasuhan antara ayah dan ibu. Pendekatan longitudinal yang diadopsi akan memungkinkan pengamatan perubahan pola pengasuhan seiring waktu, memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika keluarga dalam jangka panjang. Fokus khusus akan diberikan pada dampak pola interaksi tidak konvensional terhadap perkembangan bahasa anak usia dini, sebuah aspek yang sering terabaikan dalam penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan deskriptif kualitatif untuk menggali fenomena pola pengasuhan anak usia dini pada orang tua pekerja shift. Fokus utamanya adalah untuk memahami proses pengasuhan, perilaku anak terkait pola asuh yang diterapkan, serta dampak dari pola asuh pada orang tua pekerja shift malam dalam pengasuhan anak usia dini yang bersekolah di Satuan PAUD Sejenis Prapat Hulu, Babussalam, Aceh Tenggara. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, terdiri dari 8 orang tua (4 ayah dan 4 ibu) yang bekerja shift dan memiliki anak yang bersekolah di Satuan PAUD Sejenis Prapat Hulu, Babussalam, Aceh Tenggara. Pemilihan subjek ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam dan relevan dengan tujuan penelitian.

Untuk pengumpulan data, peneliti menggunakan kombinasi metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penggunaan metode yang beragam ini dimaksudkan untuk memperoleh data yang komprehensif, dapat dipercaya, dan akurat, dengan memastikan informasi bersumber langsung dari subjek penelitian. Observasi memungkinkan peneliti untuk mengamati langsung interaksi orang tua-anak dan dinamika keluarga, wawancara memberikan kesempatan untuk menggali pe-

ngalaman dan perspektif orang tua secara mendalam, sedangkan dokumentasi membantu dalam mengumpulkan data pendukung yang relevan (Rahmanda, Ismi, 2024). Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif, mengikuti model Miles dan Huberman. Proses analisis ini tidak hanya dilakukan setelah pengumpulan data, tetapi juga berlangsung secara bersamaan dengan proses pengumpulan data. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk secara kontinyu merefleksikan data yang terkumpul, mengidentifikasi tema-tema yang muncul, dan menyesuaikan strategi pengumpulan data jika diperlukan (Yoesoep Edhie Rachmad, 2024).

Melalui pendekatan metodologis ini, penelitian bertujuan untuk menghasilkan deskripsi yang kaya dan mendalam tentang pola pengasuhan anak usia dini pada keluarga dengan orang tua pekerja shift. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang tantangan dan strategi pengasuhan dalam konteks kerja shift, serta memberikan dasar untuk pengembangan intervensi dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan anak dan keluarga dalam situasi ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang dihimpun dari Satuan PAUD Sejenis (SPS) Prapat Hulu di Babussalam, Aceh Tenggara, terungkap suatu gambaran menarik mengenai komposisi pekerjaan orang tua murid. Dari keseluruhan orang tua yang terdaftar, tercatat 13 pasangan di mana baik ayah maupun ibu sama-sama memiliki pekerjaan di luar rumah. Sementara itu, 8 pasangan lainnya menunjukkan pola yang berbeda, di mana salah satu orang tua – umumnya ayah - bekerja di luar rumah, sedangkan pasangannya berperan sebagai pengurus rumah tangga penuh waktu. Keberagaman ini mencerminkan dinamika sosial-ekonomi yang terjadi di masyarakat setempat, di mana terdapat keseimbangan antara keluarga dengan dua penghasilan dan keluarga dengan pembagian peran tradisional.



Lebih lanjut, para orang tua murid di SPS Prapat Hulu menunjukkan variasi yang signifikan dalam hal jenis pekerjaan dan pola waktu kerja mereka. Keragaman profesi ini mengindikasikan adanya spektrum yang luas dari aktivitas ekonomi di wilayah tersebut, mulai dari sektor formal hingga informal, dari pekerjaan dengan jam kerja tetap hingga yang lebih fleksibel. Perbedaan jadwal kerja ini tentunya membawa implikasi tersendiri terhadap pola pengasuhan anak, manajemen waktu keluarga, dan dinamika hubungan antara orang tua dan anak. Rincian spesifik mengenai jenis-jenis pekerjaan yang digeluti oleh para orang tua murid SPS Prapat Hulu memberikan gambaran yang lebih konkret tentang lanskap pekerjaan di Babussalam, Aceh Tenggara, serta potensi tantangan dan peluang dalam konteks pengasuhan anak usia dini.

Tabel 1. Data Pekerjaan Orang Tua Siswa SPS Prapat Hulu di Babussalam, Aceh Tenggara.

Jenis Pekerjaan	Jumlah
Pendidik	1 orang
Penjual	4 orang
Pemilik rumah makan dan angkringan	4 orang
Petani	1 orang
Mekanik	1 orang
Wirausahaan	6 orang
Penjahit	2 orang
Pengrajin kayu	2 orang
Pengantar Barang	1 orang
Supir	1 orang
Tidak bekerja (Ibu rumah tangga)	5 orang
Total	41 orang

Sumber: *Observasi, wawancara Orang Tua Siswa SPS Prapat Hulu di Babussalam, Aceh Tenggara, 2024*

Penelitian ini berfokus pada empat keluarga pekerja yang memiliki anak bersekolah di SPS Prapat Hulu, dengan sampel terdiri dari empat pasang orang tua - empat ayah dan empat ibu - yang keduanya aktif bekerja. Keragaman profesi yang ditemui di antara orang tua siswa SPS Prapat Hulu mencerminkan dinamika ekonomi dan sosial di masyarakat setempat. Dengan memilih empat keluarga

ini sebagai subjek penelitian, studi ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang representatif tentang pola pengasuhan anak usia dini dalam konteks keluarga dengan kedua orang tua bekerja. Melalui eksplorasi mendalam terhadap pengalaman, tantangan, dan strategi yang diterapkan oleh delapan individu ini - empat ayah dan empat ibu - dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab pengasuhan, penelitian ini diharapkan dapat mengungkap wawasan berharga tentang dinamika pengasuhan anak di era modern, khususnya dalam lingkungan di mana kedua orang tua memiliki komitmen profesional di luar rumah.

Tabel 2. Data Subjek Penelitian

Nama	Pendidikan	Pekerjaan	Jam Kerja
AN	SMA	Pedagog angkringan	8 jam
AR	SMK	Pedagog makanan	7 jam
AY	SMP	Pengrajin kayu	8 jam
SD	SMK	Buruh jahit	5-6 jam
AY	SMA	Karyawan vendor	9 jam
FR	SMP	Karyawan konter pulsa dan wirausaha	8 jam
IM	S1	Perawat	6 dan 12 jam
SI	SMA	Pedagog bakso	Tidak menentu
NA	SMA	Pedagog angkringan	8 jam
AT	SMK	Pedagog makanan	7 jam
AF	SMK	Pengrajin kayu	8 jam

Sumber: *Observasi, wawancara Orang Tua Siswa SPS Prapat Hulu di Babussalam, Aceh Tenggara, 2024*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap empat keluarga dengan orang tua pekerja yang memiliki anak usia dini bersekolah di Satuan PAUD Sejenis Prapat Hulu, beberapa temuan penting dapat disampaikan. Studi ini mengamati dan menganalisis dinamika pengasuhan dalam konteks di mana kedua orang tua aktif bekerja di luar

rumah, menciptakan situasi unik dalam hal manajemen waktu, pembagian peran, dan strategi pengasuhan.

Penelitian ini menggali berbagai aspek kehidupan keluarga, termasuk pola komunikasi antara orang tua dan anak, strategi yang digunakan untuk memaksimalkan waktu bersama yang terbatas, serta cara orang tua mengatasi tantangan dalam memenuhi kebutuhan perkembangan anak usia dini mereka. Temuan-temuan ini memberikan wawasan berharga tentang realitas pengasuhan anak dalam keluarga modern di mana kedua orang tua bekerja, khususnya dalam konteks masyarakat di sekitar SPS Prafat Hulu.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas pengasuhan anak usia dini dalam keluarga pekerja, serta dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan anak dan keluarga dalam situasi serupa. Selanjutnya, temuan spesifik dari penelitian ini akan dijabarkan secara lebih rinci.

1. Pola pengasuhan Anak Usia Dini pada Orang Tua Pekerja Shift Malam

a. Pengaturan Jadwal harian

Perencanaan jadwal pengasuhan yang terperinci sangat penting untuk keluarga dengan orang tua yang bekerja (Wartiningsih, 2020). Ini melibatkan pembuatan kalender bersama yang mencakup jadwal kerja orang tua, jadwal sekolah atau daycare anak, serta pembagian tugas pengasuhan secara jelas.

Dalam contoh ini, orang tua yang bekerja shift malam bertanggung jawab untuk memandikan anak dan membacakan cerita sebelum berangkat kerja. Sementara itu, pasangan atau pengasuh lain bertugas membangunkan anak, menyiapkan sarapan, dan mengantarkan ke sekolah. Kakek-nenek juga dapat dilibatkan, misalnya untuk menjemput anak dari sekolah dan merawatnya sampai orang tua pulang kerja (Wawancara Ferdi Rashid (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Selain pembagian tugas rutin, penting

juga untuk merencanakan waktu berkualitas bersama keluarga. Ini bisa dilakukan dengan menetapkan "hari keluarga" setiap minggu untuk melakukan aktivitas bersama. Keluarga juga menciptakan tradisi khusus seperti sarapan pancake setiap Minggu pagi atau movie night setiap Jumat malam (Wawancara Ayuni (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Untuk memaksimalkan waktu bersama di tengah kesibukan, keluarga merencanakan mini-aktivitas harian. Misalnya, menyisihkan 15 menit untuk bermain puzzle bersama sebelum orang tua berangkat kerja (Wawancara Indah Mulyani (Orang Tua Siswa SPS), 2024). Melibatkan anak dalam tugas rumah tangga sederhana, seperti menyiram tanaman atau melipat pakaian, juga bisa menjadi cara yang baik untuk menghabiskan waktu bersama sambil mengajarkan tanggung jawab (Febria Annisa, 2023).

Dengan perencanaan yang matang dan kreativitas dalam menciptakan momen kebersamaan, keluarga dengan orang tua yang bekerja dapat memastikan bahwa waktu yang terbatas dapat dimanfaatkan secara optimal untuk membangun ikatan dan memberikan pengasuhan yang berkualitas (Savitry et al., 2022).

b. Mendidik rutinitas anak

Membangun rutinitas yang konsisten dan menyesuaikannya dengan jadwal kerja orang tua merupakan aspek krusial dalam pengasuhan anak, terutama bagi keluarga dengan orang tua yang bekerja (Yulia, 2023). Pendekatan ini tidak hanya membantu anak merasa aman dan terprediksi, tetapi juga memastikan bahwa ikatan keluarga tetap terjaga meski dalam keterbatasan waktu.

Untuk menciptakan konsistensi dalam rutinitas, keluarga membuat jadwal visual yang menarik dan mudah dipahami oleh anak. Penggunaan gambar atau stiker berwarna-warni untuk menandai waktu makan, tidur, bermain, dan belajar bisa membuat anak lebih antusias dalam mengikuti rutinitas. Jadwal ini bisa ditempel di tempat yang mudah dilihat,



seperti di pintu kulkas atau di kamar anak (Wawancara Ayuni (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Menetapkan ritual khusus untuk transisi antar aktivitas juga sangat membantu. Misalnya, menyanyikan lagu pendek sebelum tidur atau melakukan gerakan peregangan sederhana sebelum mulai belajar. Ritual-ritual kecil ini bisa menjadi penanda yang membantu anak mempersiapkan diri untuk aktivitas selanjutnya. Penggunaan timer atau alarm yang ramah anak, seperti yang berbentuk karakter kartun favorit atau menggunakan nada lagu yang menyenangkan, bisa membantu menandai pergantian aktivitas tanpa terasa mengganggu atau menekan.

Dalam menyesuaikan rutinitas dengan jadwal kerja orang tua yang mungkin tidak selalu bisa hadir secara fisik, kreativitas menjadi kunci. Merekam video "selamat pagi" atau "selamat malam" yang bisa diputar saat orang tua sedang bekerja bisa menjadi cara yang efektif untuk tetap memberikan rasa kehadiran. Video ini bisa berisi ucapan sayang, nasihat singkat, atau bahkan cerita pendek yang bisa menjadi bagian dari rutinitas anak sehari-hari (Wawancara Ayuni (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Menyiapkan kotak makan spesial dengan catatan kasih sayang untuk dibawa anak ke sekolah menjadi cara manis untuk menunjukkan perhatian. Catatan ini bisa berisi pesan penyemangat, lelucon kecil, atau bahkan teka-teki sederhana yang bisa menghibur anak saat makan siang (Wawancara Solehatin (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Ini tidak hanya membuat anak merasa diperhatikan, tetapi juga bisa menjadi topik percakapan yang menyenangkan saat keluarga berkumpul di akhir hari (Handayani, 2017). Mengatur panggilan video singkat saat istirahat makan siang di sekolah, jika memungkinkan, bisa menjadi momen berharga untuk tetap terhubung di tengah hari. Meski singkat, interaksi ini bisa sangat berarti bagi anak dan membantu mereka merasa dekat dengan orang tua meski terpisah jarak.

Ide kreatif lainnya adalah menyiapkan aktivitas "bersama namun terpisah". Misalnya, orang tua dan anak bisa menggambar atau menulis jurnal pada waktu yang sama meski berada di tempat yang berbeda. Hasil karya ini kemudian bisa dibagikan dan didiskusikan bersama saat bertemu, menciptakan pengalaman berbagi meski tidak berada di lokasi yang sama.

c. **Melibatkan keluarga besar/pengasuh**

Melibatkan keluarga besar atau pengasuh profesional dalam pengasuhan anak merupakan strategi yang sangat bermanfaat, terutama bagi keluarga dengan orang tua yang bekerja (Masni, 2021). Pendekatan ini tidak hanya membantu dalam pembagian tugas pengasuhan, tetapi juga memberikan dukungan emosional dan praktis yang sangat diperlukan.

Salah satu langkah penting dalam melibatkan keluarga besar atau pengasuh adalah mengadakan pertemuan rutin. Pertemuan ini bisa dilakukan secara berkala, misalnya setiap bulan atau dua minggu sekali, untuk membahas perkembangan anak dan strategi pengasuhan. Dalam pertemuan ini, semua pihak yang terlibat dalam pengasuhan dapat berbagi pengamatan mereka tentang perkembangan anak, mendiskusikan tantangan yang dihadapi, dan merencanakan strategi bersama untuk mendukung pertumbuhan anak secara optimal (Wawancara Ferdi Rashid (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Untuk memfasilitasi komunikasi yang cepat dan efektif di antara semua pihak yang terlibat dalam pengasuhan, membuat grup chat atau email bersama bisa menjadi solusi yang praktis. Melalui platform ini, informasi penting seperti perubahan jadwal, kondisi kesehatan anak, atau perkembangan baru dapat dibagikan dengan cepat kepada semua pihak yang berkepentingan (Wawancara Ayuni (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Mengatur "rotasi pengasuhan" di mana anggota keluarga yang berbeda bertanggung jawab pada hari-hari tertentu juga bisa men-

jadi cara yang efektif untuk membagi beban pengasuhan. Sistem ini tidak hanya membantu mengurangi kelelahan pengasuh utama, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan berbagai anggota keluarga, memperkaya pengalaman sosial dan emosionalnya (Sidjabat, 2021).

Untuk memastikan konsistensi dan kualitas pengasuhan, menyediakan buku panduan detail tentang rutinitas, preferensi, dan kebutuhan khusus anak sangatlah penting. Buku panduan ini bisa berisi informasi seperti jadwal makan dan tidur anak, makanan kesukaan dan alergi, rutinitas mandi dan bermain, serta instruksi khusus untuk situasi tertentu. Dengan adanya panduan ini, setiap pengasuh dapat memberikan perawatan yang konsisten dan sesuai dengan kebutuhan unik anak (Lestari et al., 2023).

Menjaga konsistensi pola asuh di antara berbagai pengasuh merupakan tantangan tersendiri, namun sangat penting untuk perkembangan anak yang sehat. Salah satu cara untuk mencapai ini adalah dengan membuat "aturan rumah" yang jelas dan tertulis yang berlaku untuk semua pengasuh. Aturan ini bisa mencakup hal-hal seperti batasan waktu layar, rutinitas sebelum tidur, atau ekspektasi perilaku (Yusuf, 2024). Dengan memiliki aturan yang jelas dan konsisten, anak akan merasa lebih aman dan memahami ekspektasi yang ada, terlepas dari siapa yang mengasuhnya saat itu.

Mengadakan sesi pelatihan singkat untuk semua pengasuh tentang metode disiplin positif atau teknik pengasuhan tertentu juga sangat bermanfaat. Ini bisa melibatkan workshop mini tentang cara berkomunikasi efektif dengan anak, teknik manajemen perilaku, atau strategi untuk mendorong kemandirian anak. Dengan membekali semua pengasuh dengan pengetahuan dan keterampilan yang sama, konsistensi dalam pendekatan pengasuhan dapat lebih mudah dicapai.

Mendokumentasikan "best practices" dalam menangani situasi tertentu, seperti tantrum atau penolakan tidur, juga merupakan

strategi yang efektif. Ini bisa berupa panduan langkah demi langkah tentang cara merespons situasi tersebut, berdasarkan pengalaman yang telah terbukti berhasil. Dengan adanya panduan ini, setiap pengasuh dapat menghadapi situasi yang menantang dengan lebih percaya diri dan konsisten.

Penggunaan aplikasi atau buku log untuk mencatat perkembangan, masalah, atau keberhasilan anak setiap hari juga sangat membantu dalam menjaga konsistensi dan komunikasi antarpengasuh. Melalui alat ini, setiap pengasuh dapat dengan mudah berbagi informasi tentang apa yang terjadi selama shift mereka, memungkinkan pengasuh berikutnya untuk melanjutkan dengan mulus dan memberikan perawatan yang konsisten.

Dengan menerapkan strategi-strategi ini, keluarga dapat memastikan bahwa meskipun ada beberapa orang yang terlibat dalam pengasuhan anak, pendekatan yang digunakan tetap konsisten dan selaras dengan nilai-nilai dan tujuan pengasuhan keluarga. Hal ini tidak hanya membantu dalam memberikan lingkungan yang stabil dan mendukung bagi anak, tetapi juga memungkinkan orang tua yang bekerja untuk merasa lebih tenang, mengetahui bahwa anak mereka mendapatkan perawatan yang berkualitas dan konsisten, bahkan ketika mereka tidak bisa hadir secara fisik.

d. Memantau Perkembangan anak

Memantau perkembangan anak dan memberikan stimulasi yang cukup merupakan aspek krusial dalam pengasuhan, terutama bagi orang tua yang bekerja dan memiliki waktu terbatas dengan anak mereka. Pendekatan yang terstruktur namun fleksibel dapat membantu memastikan bahwa perkembangan anak tetap optimal meski dalam keterbatasan waktu.

Untuk memantau perkembangan anak secara efektif, penggunaan teknologi dapat sangat membantu. Aplikasi perkembangan anak yang tersedia saat ini memungkinkan orang tua untuk melacak milestone perkembangan dengan mudah. Aplikasi-aplikasi ini



biasanya menyediakan daftar kemampuan yang diharapkan pada usia tertentu dan memungkinkan orang tua untuk mencatat ketika anak mencapai milestone tersebut. Beberapa aplikasi bahkan memberikan saran aktivitas untuk mendorong perkembangan area tertentu.

Selain menggunakan teknologi, penting juga untuk menjalin komunikasi yang baik dengan guru atau pengasuh anak. Mengadakan pertemuan rutin, misalnya setiap bulan atau triwulan, untuk mendiskusikan kemajuan anak dapat memberikan perspektif yang lebih komprehensif tentang perkembangan anak di berbagai lingkungan. Dalam pertemuan ini, orang tua dapat mendapatkan informasi tentang perilaku anak di sekolah atau daycare, kemajuan akademisnya, dan interaksi sosialnya dengan teman sebaya.

Untuk membuat proses pemantauan perkembangan lebih menarik dan melibatkan anak, pembuatan "peta perkembangan" visual di rumah bisa menjadi ide yang bagus. Ini bisa berupa poster besar atau papan bulletin yang menampilkan berbagai area perkembangan seperti fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Bersama anak, orang tua dapat menambahkan stiker atau gambar setiap kali anak mencapai milestone baru atau menguasai keterampilan tertentu. Aktivitas ini tidak hanya membantu dalam melacak perkembangan, tetapi juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi anak.

Melakukan asesmen perkembangan sederhana secara berkala menjadi cara yang efektif untuk memantau kemajuan anak. Banyak sumber daya *online* yang menyediakan alat asesmen yang dapat digunakan oleh orang tua. Meskipun alat-alat ini tidak menggantikan evaluasi profesional, mereka dapat memberikan gambaran umum tentang area di mana anak berkembang sesuai harapan dan area yang mungkin memerlukan perhatian lebih.

Dalam hal memberikan stimulasi yang cukup, kreativitas dan perencanaan yang baik sangat diperlukan, terutama bagi orang tua

yang memiliki waktu terbatas. Menciptakan "stasiun aktivitas" di rumah untuk berbagai area perkembangan menjadi solusi yang efektif. Misalnya, sudut motorik halus bisa berisi bahan-bahan untuk meronce, playdough, atau puzzle. Sudut kognitif mungkin memiliki permainan angka dan huruf, buku-buku, atau permainan memori. Sudut seni bisa dilengkapi dengan berbagai alat menggambar dan kerajinan tangan. Dengan adanya stasiun-stasiun ini, anak memiliki akses ke berbagai aktivitas stimulatif, dan orang tua dapat dengan mudah mengarahkan anak ke aktivitas tertentu sesuai dengan area perkembangan yang ingin difokuskan.

Merencanakan aktivitas mingguan yang fokus pada keterampilan tertentu juga bisa menjadi cara yang efektif untuk memastikan stimulasi yang seimbang. Misalnya, Senin bisa difokuskan pada aktivitas motorik halus seperti menggambar atau menggunting, Selasa untuk aktivitas bahasa seperti membaca buku atau bermain tebak kata, Rabu untuk aktivitas matematika sederhana, dan seterusnya. Pendekatan ini membantu memastikan bahwa berbagai area perkembangan mendapat perhatian yang cukup sepanjang minggu.

Bagi orang tua yang bekerja, memanfaatkan waktu perjalanan atau waktu tunggu untuk aktivitas edukatif bisa menjadi strategi yang efektif. Misalnya, selama perjalanan ke sekolah, orang tua bisa mengajak anak bermain permainan kata, menghitung mobil dengan warna tertentu, atau berdiskusi tentang apa yang mereka lihat di sekitar. Waktu tunggu, seperti saat mengantre di supermarket, bisa dimanfaatkan untuk permainan tebak-tebakan atau latihan menghitung sederhana.

Terakhir, melibatkan anak dalam kegiatan sehari-hari sebagai kesempatan belajar bisa menjadi cara yang efektif untuk memberikan stimulasi tanpa memerlukan waktu khusus. Misalnya, saat belanja bersama, anak bisa diajak menghitung item yang dibeli atau mencari produk dengan huruf tertentu. Saat memasak, anak bisa dilibatkan dalam mengukur bahan, memberikan kesempatan untuk

belajar tentang ukuran dan pecahan. Aktivitas-aktivitas ini tidak hanya memberikan stimulasi kognitif, tetapi juga membantu anak memahami aplikasi praktis dari apa yang mereka pelajari.

Dengan menggabungkan strategi-strategi ini, orang tua yang bekerja dapat memastikan bahwa mereka tetap dapat memantau dan mendukung perkembangan anak mereka secara optimal, meskipun dalam keterbatasan waktu. Kunci utamanya adalah konsistensi, kreativitas, dan pemanfaatan setiap momen bersama anak sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang.

e. Bersikap Flesibilitas

Fleksibilitas dalam pengasuhan anak merupakan aspek yang sangat penting, terutama mengingat bahwa kebutuhan dan kemampuan anak terus berubah seiring pertumbuhannya (Masykuroh, K., Chandra Dewi, S., Kons, M. P., Heriyani, E., Kons, M. P., & Widiastuti, 2022). Bagi orang tua yang bekerja, kemampuan untuk menyesuaikan pola asuh dan mengevaluasi strategi pengasuhan secara berkala menjadi kunci dalam memastikan efektivitas pengasuhan mereka (Wawancara Ferdi Rashid (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Menyesuaikan pola asuh seiring pertumbuhan anak bisa dimulai dengan mengadakan "rapat keluarga" secara reguler. Pertemuan ini bisa dijadwalkan, misalnya setiap bulan atau setiap tiga bulan, sebagai forum di mana semua anggota keluarga dapat mendiskusikan apa yang berfungsi dengan baik dalam dinamika keluarga saat ini dan apa yang perlu diubah. Ini bukan hanya kesempatan bagi orang tua untuk mengevaluasi strategi pengasuhan mereka, tetapi juga memberi ruang bagi anak untuk menyuarakan pendapat dan kebutuhan mereka. Rapat keluarga ini juga bisa menjadi sarana untuk membangun keterampilan komunikasi dan negosiasi pada anak.

Seiring anak tumbuh, penting untuk memberikan tanggung jawab bertahap sesuai dengan usianya. Ini bisa dimulai dari tugas-

tugas sederhana seperti membereskan mainan atau menyiapkan meja makan, hingga tanggung jawab yang lebih besar seperti mengatur jadwal belajar sendiri atau mengelola uang saku. Pendekatan ini tidak hanya membantu mengembangkan kemandirian anak, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk tanggung jawab yang lebih besar di masa depan.

Metode komunikasi dan interaksi juga perlu disesuaikan seiring pertumbuhan anak. Misalnya, jika sebelumnya interaksi banyak berpusat pada pembacaan cerita, seiring anak tumbuh, ini bisa berkembang menjadi diskusi buku atau film bersama. Perubahan ini memungkinkan orang tua untuk tetap terhubung dengan anak mereka sambil mendorong perkembangan pemikiran kritis dan kemampuan analisis anak

Melibatkan anak dalam pengambilan keputusan tentang rutinitas atau aturan keluarga, sesuai dengan usianya, juga merupakan cara yang baik untuk menyesuaikan pola asuh. Ini bisa dimulai dari hal-hal sederhana seperti memilih menu makan malam atau aktivitas akhir pekan, hingga keputusan yang lebih besar seperti perencanaan liburan keluarga. Pendekatan ini tidak hanya membantu anak merasa dihargai dan didengar, tetapi juga mengajarkan mereka tentang proses pengambilan keputusan dan konsekuensinya (Wawancara Ferdi Rashid (Orang Tua Siswa SPS), 2024).

Dalam hal mengevaluasi dan merevisi strategi pengasuhan, melakukan "penilaian tahunan" tentang kesejahteraan dan perkembangan anak serta dinamika keluarga bisa menjadi praktik yang sangat bermanfaat. Ini bisa mencakup refleksi mendalam tentang pencapaian dan tantangan selama tahun tersebut, serta penetapan tujuan untuk tahun berikutnya. Penilaian ini bisa dilakukan bersama-sama sebagai keluarga, mungkin bertepatan dengan akhir tahun atau ulang tahun anak.

Berkonsultasi dengan ahli perkembangan anak atau konselor keluarga secara berkala juga bisa memberikan wawasan ber-



harga. Profesional ini dapat memberikan perspektif objektif tentang perkembangan anak dan dinamika keluarga, serta menawarkan strategi berbasis penelitian untuk mengatasi tantangan yang mungkin dihadapi.

Mengikuti seminar atau workshop tentang pengasuhan merupakan cara yang baik untuk mendapatkan ide dan strategi baru. Banyak organisasi dan institusi pendidikan yang menawarkan program semacam ini, baik secara tatap muka maupun online. Ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga kesempatan untuk bertukar pengalaman dengan orang tua lain yang mungkin menghadapi tantangan serupa (Wawancara Ferdi Rashid (Orang Tua Siswa SPS), 2024)..

Terakhir, melakukan survei sederhana pada semua anggota keluarga tentang apa yang mereka suka dan tidak suka dari pengaturan saat ini bisa menjadi cara yang efektif untuk mendapatkan umpan balik yang jujur. Survei ini bisa mencakup pertanyaan tentang rutinitas keluarga, pembagian tugas, waktu berkualitas bersama, dan aspek-aspek lain dari kehidupan keluarga. Informasi yang dikumpulkan dari survei ini dapat menjadi dasar untuk diskusi keluarga dan penyesuaian strategi pengasuhan.

Dengan menerapkan pendekatan-pendekatan ini, orang tua yang bekerja dapat memastikan bahwa strategi pengasuhan mereka tetap relevan dan efektif seiring pertumbuhan anak. Fleksibilitas ini tidak hanya membantu dalam memenuhi kebutuhan anak yang terus berubah, tetapi juga menciptakan lingkungan keluarga yang adaptif dan responsif terhadap tantangan baru. Yang terpenting, pendekatan ini membantu membangun hubungan yang kuat dan komunikatif antara orang tua dan anak, yang akan bermanfaat dalam jangka panjang.

2. Dampak Pola Pengasuhan anak pada Orang Tua Pekerja Shift Malam

Pola pengasuhan anak oleh orang tua yang bekerja shift malam memiliki dampak signifikan, baik pada anak maupun orang tua itu sendiri. Situasi ini menciptakan tantangan

unik yang memerlukan strategi khusus untuk memastikan kesejahteraan seluruh anggota keluarga.

Bagi orang tua yang bekerja shift malam, salah satu dampak utama adalah gangguan pada ritme sirkadian mereka. Tubuh manusia secara alami diprogram untuk aktif di siang hari dan beristirahat di malam hari. Ketika pola ini terganggu secara konsisten, dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti gangguan tidur, kelelahan kronis, dan bahkan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan gangguan metabolik. Hal ini tentu dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam memberikan pengasuhan yang optimal.

Kelelahan fisik dan mental yang dialami orang tua pekerja shift malam juga dapat berdampak pada kualitas interaksi mereka dengan anak. Mungkin ada waktu-waktu di mana mereka merasa kurang sabar atau kurang responsif terhadap kebutuhan anak karena kelelahan. Ini bisa menimbulkan rasa bersalah pada orang tua, yang pada gilirannya dapat meningkatkan stres dan kecemasan mereka.

Dari segi waktu, bekerja shift malam berarti orang tua sering melewatkan momen-momen penting dalam kehidupan sehari-hari anak, seperti makan malam bersama, membantu dengan pekerjaan rumah, atau membacakan cerita sebelum tidur. Hal ini dapat menimbulkan tantangan dalam membangun dan mempertahankan ikatan emosional yang kuat dengan anak.

Namun, penting untuk diingat bahwa situasi ini juga dapat membawa dampak positif jika dikelola dengan baik. Misalnya, orang tua yang bekerja shift malam mungkin memiliki lebih banyak waktu di siang hari untuk terlibat dalam kegiatan sekolah anak atau menghadiri acara-acara penting yang biasanya berlangsung pada jam kerja normal.

Untuk mengatasi tantangan ini, banyak keluarga mengembangkan strategi kreatif. Beberapa mungkin memilih untuk menyesuaikan jadwal tidur anak agar bisa menghabiskan lebih banyak waktu bersama orang tua yang bekerja malam. Lainnya mungkin memanfaatkan

kan teknologi untuk tetap terhubung, seperti mengirim pesan video atau melakukan panggilan video singkat selama istirahat kerja.

Penting juga bagi orang tua pekerja shift malam untuk memprioritaskan waktu berkualitas dengan anak ketika mereka berada di rumah. Ini mungkin berarti menciptakan ritual khusus atau tradisi keluarga yang dapat dilakukan bersama, terlepas dari jadwal kerja yang tidak konvensional. Dukungan dari pasangan, keluarga besar, atau pengasuh profesional juga sangat penting dalam situasi ini. Mereka dapat membantu mengisi celah dalam pengasuhan ketika orang tua yang bekerja shift malam sedang beristirahat atau bekerja.

Orang tua yang bekerja shift malam juga perlu memberikan perhatian ekstra pada kesehatan dan kesejahteraan mereka sendiri. Ini termasuk memastikan tidur yang cukup, menjaga pola makan yang sehat, dan meluangkan waktu untuk relaksasi dan perawatan diri. Dengan menjaga diri mereka sendiri, mereka akan lebih mampu memberikan pengasuhan yang berkualitas kepada anak-anak mereka.

Komunikasi terbuka dalam keluarga juga sangat penting. Orang tua perlu menjelaskan situasi kerja mereka kepada anak-anak dengan cara yang sesuai dengan usia mereka. Ini dapat membantu anak memahami mengapa orang tua mereka tidak selalu hadir pada waktu-waktu tertentu dan mengurangi potensi kesalahpahaman atau perasaan diabaikan.

Terakhir, penting bagi orang tua pekerja shift malam untuk tidak membandingkan diri mereka dengan keluarga yang memiliki jadwal kerja lebih konvensional. Setiap keluarga memiliki dinamika uniknya sendiri, dan yang terpenting adalah bagaimana mereka dapat memaksimalkan waktu yang mereka miliki bersama (Wawancara Solehatin (Orang Tua Siswa SPS), 2024)..

Meskipun bekerja shift malam sambil mengasuh anak memang menantang, dengan perencanaan yang baik, kreativitas, dan dukungan yang tepat, orang tua dapat tetap

membangun hubungan yang kuat dan positif dengan anak-anak mereka. Yang terpenting adalah kualitas interaksi dan kasih sayang yang diberikan, bukan kuantitas waktu yang dihabiskan bersama.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Penelitian ini mengkaji pola pengasuhan anak usia dini oleh orang tua pekerja, terutama yang bekerja shift malam, di SPS Prapat Hulu, Babussalam, Aceh Tenggara. Studi ini mengidentifikasi beberapa strategi kunci untuk mengelola pengasuhan anak dalam situasi tersebut, termasuk pengaturan jadwal harian yang terperinci, membangun rutinitas konsisten, melibatkan keluarga besar atau pengasuh profesional, memantau perkembangan anak secara aktif, serta bersikap fleksibel dalam menyesuaikan pola asuh. Meskipun bekerja shift malam menimbulkan tantangan seperti gangguan ritme sirkadian, kelelahan, dan kesulitan dalam membangun ikatan emosional, penelitian ini juga menemukan potensi dampak positif jika situasi dikelola dengan baik. Untuk mengatasi tantangan tersebut, orang tua dapat mengembangkan cara kreatif untuk tetap terhubung dengan anak, memprioritaskan waktu berkualitas bersama keluarga, menjaga kesehatan diri, mempertahankan komunikasi terbuka, dan memanfaatkan dukungan dari lingkungan sekitar. Kesimpulannya, meskipun pengasuhan anak bagi orang tua pekerja shift malam penuh tantangan, dengan perencanaan yang baik, kreativitas, dan dukungan yang tepat, mereka tetap dapat membangun hubungan yang kuat dan positif dengan anak-anak mereka.

2. Saran

a. Bagi Orang Tua Pekerja Shift Malam

Bagi orang tua pekerja shift malam, mengelola pengasuhan anak memerlukan pendekatan yang terstruktur namun fleksibel. Mereka perlu memprioritaskan perencanaan jadwal yang mencakup semua aktivitas penting keluarga, termasuk waktu khusus untuk inter-



aksi berkualitas dengan anak. Penggunaan teknologi seperti video call dan pesan suara dapat membantu menjaga koneksi dengan anak saat bekerja. Menciptakan ritual dan tradisi keluarga unik, seperti "hari keluarga" mingguan atau "makan malam terbalik", dapat memperkuat ikatan keluarga. Penting juga bagi orang tua untuk menjaga kesehatan fisik dan mental mereka sendiri melalui pola tidur yang konsisten, nutrisi yang baik, olahraga rutin, dan teknik relaksasi. Komunikasi terbuka dengan anak tentang situasi kerja, menggunakan alat visual dan melibatkan mereka dalam mencari solusi, dapat membantu anak memahami dan beradaptasi dengan kondisi ini. Dengan menerapkan strategi-strategi ini, orang tua pekerja shift malam dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak dan kesejahteraan keluarga, meskipun menghadapi tantangan jadwal kerja yang tidak konvensional.

b. Bagi Peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, diperlukan pendekatan komprehensif dan jangka panjang untuk memahami secara mendalam dampak pola kerja shift terhadap dinamika keluarga dan perkembangan anak. Studi longitudinal yang memantau perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak dari keluarga pekerja shift selama beberapa tahun akan memberikan wawasan berharga tentang dampak jangka panjang terhadap prestasi akademik dan karier anak, serta efek kumulatif pada kesehatan mental anak dan orang tua. Selain itu, penelitian harus fokus pada identifikasi strategi coping yang efektif, dengan menganalisis faktor-faktor yang membedakan keluarga yang berhasil beradaptasi dari yang mengalami kesulitan, serta mengembangkan dan menguji intervensi psikologis khusus untuk keluarga pekerja shift. Analisis peran dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi keluarga juga penting. Terakhir, perlu dilakukan kajian perbandingan berbagai model shift kerja, termasuk dampak psikologis dan sosial dari pola shift yang berbeda, perbedaan adaptasi ke-

uarga terhadap shift pagi, sore, dan malam, serta evaluasi efektivitas berbagai model pembagian tugas pengasuhan dalam keluarga dengan orang tua pekerja shift ganda. Penelitian-penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan solusi yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan keluarga pekerja shift.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ihsan, A. D. (2023). *Pengaruh Shift Kerja dan Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja di RSUD Blambangan Banyuwangi*.
- Apriani, F., & Anggraeni, L. D. (2019). Efek Psikososial Pada Perawat Perempuan Yang Menjalani Peran Ganda. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 2(1), 14–23.
- Bashori, K. (2018). Pendidikan Politik di Era Disrupsi. *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 287–310. <https://doi.org/10.32533/02207.2018>
- Febria Annisa. (2023). *Pengaruh Practical Life Dalam Mengembangkan Karakter Mandiri Anak Usia Dini*.
- Handayani, M. (2017). Pencegahan Kasus Kekerasan Seksual Pada Anak Melalui Komunikasi Antarpribadi Orang Tua Dan Anak. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, 12(1), 67–80. <https://doi.org/10.21009/jiv.1201.7>
- Hermoyo, R. P. (2018). Membentuk Komunikasi Yang Efektif Pada Masa Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pedagogi*, 1(1), 1–22.
- Himawati, I. P., Nopianti, H., Hartati, S., & Hanum, S. H. (2016). Analisis Pemenuhan Hak Dasar Anak Pada Program "Kota Layak Anak" Di Kecamatan Gading Cempaka, Bengkulu. *Jurnal Ilmu Sosial Mamangan*, 5(1), 37–49. <https://doi.org/10.22202/mamangan.v5i1.1928>
- Laily, I., & Tualeka, A. R. (2023). Hubungan Antara Shift Kerja Dan Kelelahan Kerja Dengan Tekanan Darah Pada Perawat Di Rumah Sakit X. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 1798–1805.

- Lestari, R., Windarwati, H. D., & Hidayah, R. (2023). The Power of Digital Resilience: Transformasi Berpikir Kritis dan Penguatan Kesehatan Mental Emosional di Era Disrupsi. In *The Power of Digital Resilience: Transformasi Berpikir Kritis dan Penguatan Kesehatan Mental Emosional di Era Disrupsi*. Universitas Brawijaya Press. <https://doi.org/10.11594/ubpress9786232968400>
- Masni, H. (2021). Peran Pola Asuh Demokrais Orangtua Terhadap Pengembangan Potensi Diri dan Kreativitas Siswa. *Jurnal Imiah Dikdaya*, 6(1), 58–74.
- Masykuroh, K., Chandra Dewi, S., Kons, M. P., Heriyani, E., Kons, M. P., & Widiasuti, H. T. (2022). *Modul psikologi perkembangan*. Feniks Muda Sejahtera.
- Rahmanda, Ismi, and Z. Z. (2024). Studi Dampak Pendampingan Orang Tua Dalam Jam Belajar Sekolah Paud Usia 4-5 Tahun. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Din*, 5(1), 1–12. <https://lib.unnes.ac.id/28443/1/1201411091.pdf>
- Runtiko, A. G. (2022). Kajian Literatur Naratif Pendekatan Teoritis Komunikasi Keluarga. *Jurnal Common*, 5(2), 134–143. <https://doi.org/10.34010/common.v5i2.4780>
- Savitry, W., Henriati, A., & Widyawati, Y. (2022). *Menilik Lebih Dalam Anak Usia Dini Peran Orang Tua, Guru, Ddan Institusi*. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=1j12EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=pendidikan+anak+usia+dini+sains+media+pembelajaran+buku&ots=oUfhfCh7c_&sig=r8vY5vWcPu3LtHl83ubflttlLyc
- Sidjabat, B. (2021). *“Membesarkan Anak dengan Kreatif: Panduan Menanamkan Iman Dan Moral Kepada Anak Sejak Dini.”* Penerbit Andi.
- SYAMSIAR, M., & IKHSAN, H. (2021). Kontribusi Keluarga Dalam Pendidikan Anak Korban Perceraian di Kota Ternate. *Etno-histori: Jurnal Ilmiah Kebudayaan Dan...*, VIII(2), 57–65. <http://ejournal.unkhair.ac.id/index.php/etnohis/article/view/4080%0Ahttp://ejournal.unkhair.ac.id/index.php/etnohis/article/view/4080/2621>
- Uce, L. (2017). the Golden Age : Masa Efektif Merancang Kualitas Anak. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, 1(2), 77. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v1i2.1322>
- Wartinarsih. (2020). Desain Kurikulum E-Learning Sebagai Pelatihan Pengasuhan Anak 0-6 Tahun Bagi Orang Tua yang Bekerja. *Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Kependidikan*, 11 (2), 140–148. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/paedagogia>
- Yoesoep Edhie Rachmad. (2024). *Integrasi Metode Kuantitatif dan Kualitatif: Panduan Praktis Penelitian Campuran*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Yulia, L. (2023). *Bimbingan Orang Tua Muslim Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Remaja Pengangguran Di Desa Kertanegara* https://eprints.uinsaizu.ac.id/18568/1/Yulia_Latifah_Bimbingan_Orang_Tua_Muslim_untuk_Membentuk_Kepercayaan_Diri_Pada_Remaja_Pengangguran_Di_Desa_Kertanegara_Purbalingga.pdf
- Yuniar Bahri, S., Juhad, M., Affandy, Y., Hari Santhi, N., Ari Wijaya, S., Studi Administrasi Publik, P., & Muhammadiyah Selong, Itsk. (2023). Strategi Sosialisasi dan Pelatihan Inovatif untuk Meningkatkan Aktivitas Politik dan Partisipasi Generasi Z dalam Kebijakan Publik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(2), 128–136. <https://doi.org/XX..XXXXX/JPMI>
- Yusuf, H. M. (2024). *Profil anak berkonflik dengan hukum ditinjau dari kedisiplinan dan penerimaan orang tua: Studi kasus di LPKA Blitar*).