

Transformasi Komunikasi dalam *Gentle Parenting*: Studi Naratif Penulis Buku “*Gentle Souls*”

Danasty Naesyah Wandina¹, Khusnul Khotimah², Mustain³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto
E-mail: Danastynw00@gmail.com

Abstract: *This research aims to delve deeper into Dhannisa Dwilagustino's experience as a mother in implementing gentle parenting which is reflected in the narrative of the book "Gentle Souls". The research uses a qualitative research method with a narrative study approach on the author of the book "Gentle Souls". The results of the study show that Dhannisa has gone through many processes to transform from authoritarian parenting to gentle parenting. This research will also include how the gentle parenting practice applied by Dhannisa. Textual narrative analysis and family communication will also reinforce the findings that this approach builds an equal relationship between children and parents, especially mothers, and provides support for healthy children's emotional growth and development. It is hoped that this research can be a motivation and self-awareness for mothers to immediately recover from their past and create a more confident generation, have a high sense of empathy.*

Keywords: “*Gentle Souls*” Book; *gentle parenting*; *communication transformation*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam pengalaman Dhannisa Dwilagustino sebagai seorang ibu dalam menerapkan *gentle parenting* yang terefleksikan dalam narasi buku “*Gentle Souls*”. Penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi naratif terhadap penulis buku “*Gentle Souls*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Dhannisa telah melalui banyak proses untuk bertransformasi dari pola asuh otoriter menuju *gentle parenting*. Penelitian ini juga akan menyertakan bagaimana praktik *gentle parenting* yang diterapkan oleh Dhannisa tersebut. Analisis naratif teks dan komunikasi keluarga juga akan memperkuat temuan bahwa pendekatan ini membangun relasi yang setara antara anak dan orang tua khususnya ibu, serta memberikan dukungan terhadap tumbuh kembang emosional anak yang sehat. Diharapkan penelitian ini mampu menjadi motivasi dan kesadaran diri bagi para ibu untuk segera sembuh dari luka masa lalunya dan menciptakan generasi yang lebih percaya diri serta memiliki rasa empati yang tinggi.

Kata kunci: Buku “*Gentle Souls*”; *gentle parenting*; transformasi komunikasi

Pendahuluan

Pengasuhan anak menjadi sebuah perjalanan kompleks dan dinamis yang seringkali melibatkan transformasi signifikan dalam diri seorang ibu, dimana ia telah melakukan transformasi dari yang dulunya anak-anak, menjadi remaja, dewasa, hingga bertransformasi menjadi seorang istri, dan bertransformasi lagi menjadi seorang ibu. Komunikasi, sebagai fondasi utama dalam berinteraksi antara ibu dan anak memiliki peran sangat krusial dalam membentuk hubungan, menyampaikan nilai-nilai agama dan moral, serta dalam mendukung pertumbuhan anak (Sabarua & Mornene, 2020). Sesuai dengan syair Hafidz Ibrahim yang berbunyi “*Ibu adalah madrasah (sekolah) pertama (bagi anak-anaknya), jika engkau*

mempersiapkannya (dengan baik), maka engkau telah mempersiapkan generasi yang baik pula” (Faizin, 2020).

Syair di atas menunjukkan bahwa kelak karakter dan kepribadian seorang anak dipengaruhi oleh cara seorang ibu mengasuh dan mendidiknya (Rayhaniah, 2021). Orang tua khususnya ibu memiliki peran yang strategis sebagai madrasah atau pendidikan pertama bagi sang anak yang bertanggung jawab atas pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, intelektual, dan spiritual. (Nuzuli & Rimin, 2024). Ibu menjadi panutan dan suri tauladan bagi anak-anaknya, maka sudah seharusnya ia memiliki kemampuan komunikasi yang baik sehingga dapat menyampaikan dan menjalankan tugas serta fungsinya sebagai ibu yang baik di dalam rumah tangga.

Menjalin komunikasi merupakan kebutuhan bagi setiap individu, tidak hanya ibu yang memerlukan komunikasi, namun anak juga membutuhkan komunikasi yang baik demi kebutuhan pribadinya. Sebagaimana teori yang dikemukakan oleh William Schutz yang disebut dengan Teori *Fundamental International Relations Orientation* atau biasa disebut dengan Teori Kebutuhan Interpersonal. Teori ini memiliki tiga macam kebutuhan antar pribadi, salah satu yang sesuai dengan kajian ini adalah kebutuhan antarpribadi untuk afeksi. Kebutuhan di sini adalah sebagai kebutuhan untuk mengadakan serta mempertahankan hubungan yang memuaskan dengan orang lain untuk memperoleh cinta, kasih sayang, dan afeksi. Di mana kebutuhan afeksi yang paling mendasar adalah kebutuhan untuk disukai dan kesempatan untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan orang lain (Humairo, 2019).

Selain itu, Teori Kognitif Sosial milik Albert Bandura juga sesuai dengan transformasi komunikasi yang dialami oleh Dhannisa. Teori ini menjelaskan bahwa seseorang melakukan perubahan atau mengalami transformasi berdasarkan pengalaman yang dialami di masa lampau. Selain pengalaman, juga bisa terjadi melalui observasi dan pemodelan dengan interaksi dinamis antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan (Yanuardianto, 2019). Sehingga, dalam konteks ini, pengalaman seorang ibu dalam bertransformasi menjadi fokus menarik untuk diteliti terutama mengenai bagaimana pengalaman tersebut dapat memicu perubahan dalam cara ibu berkomunikasi dengan anaknya, dan bagaimana upaya yang dilakukan oleh seorang ibu demi mencukupi kebutuhan afeksi yang dibutuhkan oleh anaknya.

Dhannisa Dwilagustino membagikan pengalaman transformasinya dalam perjalanan *gentle parenting* dengan narasi yang dibukukan, yakni *“Gentle Souls”*. *Gentle parenting* merupakan sebuah pendekatan pengasuhan yang menekankan pada rasa empati, hormat, pemahaman, dan batasan yang tegas yang sangat dipengaruhi oleh bagaimana seorang ibu mengomunikasikan kepada anaknya (Sasmita & Zannatunnisya, 2025). Dalam buku ini tergambar sebuah proses transformasi dalam diri Dhannisa terkait bagaimana cara berkomunikasi dengan anak yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman dan refleksi diri pada masa lampau.

Tentang bagaimana anak meniru apa yang dilakukan oleh seorang ibu, juga disampaikan oleh Dhannisa dalam bukunya yang bisa dilihat pada halaman 7 (Dwilagustino, 2025). Ia menuliskan pernyataan yang juga diadopsi oleh orang lain yang berharga bagi Dhannisa dalam hidupnya, seperti *“Tell your kids, the words you want them to believe”*, *“Treat your kids, the way you want them to treat others”*, *“Think of your kids, the way you*

want them to think of you”, *“Love your kids, the way you want your parents to love you”*. Kalimat-kalimat tersebut menjelaskan bahwa apa yang orang tua ingin dapatkan dari anaknya haruslah juga orang tua terlebih dahulu memberikannya. Maka dari kutipan di atas jelas terlihat bahwa Dhannisa mengajak para ibu untuk menyadari bahwa bagaimana anak-anak bersikap adalah berdasarkan apa yang dilakukan oleh ibunya.

Melalui akun Instagram resminya bernama @dhannicha, ia aktif membagikan praktik *gentle parenting* dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagaimana ia melakukan komunikasi emosi dengan anaknya, Seiji, sekaligus menerapkan nilai-nilai empati serta keterbukaan dalam keluarga meskipun ia adalah anak laki-laki. Dhannisa banyak membagikan contoh-contoh praktik *gentle parenting* yang sesuai dengan isi pada buku *“Gentle Souls”*. Konten-kontennya berhasil memotivasi banyak ibu di luaran sana, bahkan menjangkau hingga kepada calon ibu atau perempuan-perempuan muda yang belum berumah tangga namun tertarik dengan prinsip tersebut.

Meskipun kajian ilmiah yang secara khusus menganalisis buku *“Gentle Souls”* karya Dhannisa belum ditemukan, namun beberapa penelitian terkait *gentle parenting* dan komunikasi keluarga telah banyak dilakukan. Beberapa penelitian yang dihasilkan menjelaskan bahwa keluarga yang menerapkan pola komunikasi demokratis dan empatik cenderung memiliki anak yang lebih percaya diri dan memiliki kontrol emosi yang baik (Suryani et al., 2025). Komunikasi keluarga yang sehat merupakan sebuah faktor kritis dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja (Purba et al., 2024). Penelitian lain menjelaskan bahwa tujuh dari sepuluh orang tua mengaku telah meninggalkan pola asuh otoriter dan digantikan dengan pola asuh yang lebih memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan tugas dan tanggung jawabnya sendiri (Sabarua & Mornene, 2020). Berbagai macam subbab parenting mulai dari konsep dasar parenting, jenis pola asuh, pola asuh anak berkebutuhan khusus, pengaruh agama dalam parenting, hingga peran pengasuhan terhadap penelusuran bakat dan minat sejak dini, dan lain sebagainya (Nurhayati et al., 2023).

Penelitian mengenai transformasi seorang ibu juga menjelaskan pentingnya edukasi digital yang mendalam terhadap para ibu supaya mampu bertransformasi di era digital ini agar mampu memahami batasan *“sosmedika mom”* agar tidak memberikan dampak negatif terhadap anaknya (Sugitanata et al., 2024). perkawinan anak kerap menemui permasalahan di mana perhatian terhadap hak reproduksi wanita masih kurang diberikan sehingga banyak wanita yang kesulitan menyuarakan pendapatnya mengenai belum siap melahirkan, belum memiliki kesiapan secara mental untuk menjaga anak, hingga KDRT yang berujung perceraian (Junaedi, 2023). Dengan demikian, meskipun karya Dhannisa Dwilagustino belum dikaji secara khusus, namun pemikiran dan praktik yang diangkat dalam buku *“Gentle Souls”* memiliki relevansi dan kesesuaian dengan temuan-temuan penelitian terbaru tentang *gentle parenting* dan komunikasi keluarga khususnya di Indonesia. Dan justru hal ini yang menjadikan *novelty* pada penelitian ini sebab berfokus pada transformasi yang dialami oleh seorang ibu dalam menerapkan *gentle parenting*.

Buku *“Gentle Souls”* karya Dhannisa menjadi salah satu referensi utama dalam praktik pola asuh modern di Indonesia. Dhannisa mengajak para pembaca untuk dapat berdamai dengan luka *parenting* yang pernah dialami melalui proses *self reparenting* yakni memahami,

memaafkan, dan mencintai diri sendiri sebelum menerapkan *gentle parenting* terhadap anak. Dhannisa menyampaikan pentingnya transformasi komunikasi dalam keluarga, yang bermula dari pola asuh otoriter menuju pola *gentle parenting*. Pola otoriter adalah pola asuh yang cenderung menerapkan standar mutlak yang harus dituruti oleh anak, dan juga biasanya disertai dengan ancaman-ancaman. Biasanya pola asuh otoriter juga tidak memberikan penerapan yang bertahan lama, sebab ketika orang tua tidak disampingnya, anak akan sering bertindak berbanding terbalik dari apa yang diajarkan orang tuanya (Jessup, 2024)

Transformasi komunikasi yang dialami oleh Dhannisa juga tidak hanya berdampak pada hubungan antara anak dan ibu, melainkan juga terhadap tumbuh kembang emosional dan sosial anak secara keseluruhan. Bagi masyarakat Indonesia yang masih kental dengan budaya patriarki dan hierarki, perubahan pola komunikasi dalam mendidik anak bukanlah hal yang mudah (Aryanti, 2024). Penelitian ini mengkaji mengenai transformasi komunikasi yang dilalui oleh Dhannisa Dwilagustino berdasarkan apa yang dituliskannya dalam buku "*Gentle Souls*" dengan data pendukung berupa konten *parenting* yang juga dibagikannya dalam akun Instagram milik pribadinya. Penelitian ini menguraikan perjalanan sosok Dhannisa mulai dari fase anak-anak, fase remaja, fase menikah, fase kehamilan, hingga fase setelah melahirkan. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman dan pembelajaran yang memadai kepada para ibu dan calon ibu yang mengalami kesulitan dalam bertransformasi menjadi seorang ibu dan yang ingin mempelajari dan menerapkan *gentle parenting*. Anggapan bahwa kepatuhan anak terhadap orang tua adalah mutlak sebagai tanda keberhasilan pengasuhan, menjadikan komunikasi yang bersifat satu arah dan instruktif masih sangatlah mendominasi. Namun, akses informasi yang semakin luas telah membuka peluang bagi munculnya alternatif pola komunikasi dalam mendidik anak yang lebih manusiawi dan berorientasi terhadap kebutuhan anak (Thoha et al., 2023).

Metode

Penelitian ini berjenis kualitatif dengan pendekatan studi naratif. Studi naratif cocok digunakan untuk meneliti tentang pengalaman satu atau dua orang terhadap suatu peristiwa atau tindakan yang dibagikan oleh individu tersebut baik melalui lisan maupun tulisan (Creswell, 2015). Objek penelitian ini adalah transformasi komunikasi Dhannisa dalam menerapkan *gentle parenting*, sedangkan subjeknya adalah Dhannisa Dwilagustino, seorang ibu penulis buku "*Gentle Souls*". Dalam penelitian ini, yang dimaksud individu adalah Dhannisa Dwilagustino dengan pengalamannya melakukan transformasi komunikasi dari fase anak-anak, fase remaja, fase menikah, fase kehamilan, hingga fase setelah melahirkan dengan menggunakan metode *gentle parenting*.

Sumber data utama dari penelitian ini adalah buku "*Gentle Souls*" itu sendiri dengan cara membaca mendalam dan berulang, serta mengidentifikasi elemen-elemen naratif yang terdapat dalam buku tersebut seperti latar, tokoh, alur, konflik dan tema, serta interpretasi dari bagaimana transformasi komunikasi yang dialami oleh Dhannisa Dwilagustino. Data yang didapatkan juga diperoleh melalui sumber data lain yakni melalui observasi terhadap konten *gentle parenting* yang juga dibagikan oleh Dhannisa pada akun Instagramnya bernama @dhannica. Observasi ini dilakukan guna menemukan kesesuaian antara apa yang dituliskan pada buku "*Gentle Souls*" dengan apa yang diterapkan pada kehidupan sehari-hari. Data yang

didapatkan dianalisis menggunakan teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* milik William Schutz dan Teori Kognitif Sosial milik Albert Bandura sebagai kerangka analisis.

Hasil dan Pembahasan

Profil Buku “*Gentle Souls*”

Buku “*Gentle Souls*” karya Dhannisa Cho bernama asli Dhannisa Dwilagustino adalah sebuah karya yang mendalam dan inspiratif, fokus pada esensi kelembutan yang berakar dari proses pengasuhan kembali diri sendiri (*self-reparenting*). Terdiri dari 220 halaman dan melalui narasi yang personal dan reflektif, Dhannisa mengajak pembaca untuk menjelajahi bagaimana pengalaman pengasuhan di masa lalu membentuk jiwa seseorang, dan bagaimana luka-luka emosional tersebut dapat disembuhkan. Dhannisa berargumen bahwa kemampuan seseorang untuk memberikan kasih sayang dan kelembutan secara otentik kepada orang lain, terutama dalam konteks pengasuhan anak, sangat bergantung pada sejauh mana individu tersebut telah berhasil berdamai dengan diri sendiri dan menumbuhkan rasa cinta yang mendalam. Buku “*Gentle Souls*” mengintegrasikan kisah nyata yang menyentuh, refleksi filosofis, dan strategi praktis untuk memutus siklus pola asuh yang kurang sehat, mendorong pembaca untuk mengadopsi pendekatan yang lebih sadar, penuh kasih, dan berbelas kasih terhadap diri sendiri dan orang lain. Ini bukan sekadar buku *self-help*, melainkan sebuah ajakan untuk melakukan transformasi batin yang fundamental demi mencapai kesejahteraan jiwa dan kualitas hubungan yang lebih baik. Dalam bukunya, Dhannisa menuliskan “tanpa kita sadari, ada sebuah pola pengasuhan yang diwariskan oleh orang tua kita. Pola itu mungkin akan memengaruhi cara kita melihat dunia dan mendidik anak. Baik atau kurang baik pola pengasuhan orang tua kita, pilihannya adalah bagian pola mana yang mau kita lanjutkan”.

Dhannisa merupakan sarjana jurusan *Fashion Business and Marketing* dan pernah bekerja sebagai seorang model profesional pada majalah-majalah dan butik-butik baju sejak umur 16 hingga 20 tahun. Juga ketika lulus, Dhannisa sudah mempunyai merek sepatu hasil rancangan tangannya sendiri. Meskipun Dhannisa hidup di keluarga yang sejahtera dalam bidang ekonomi, namun Dhannisa tetap memilih bekerja agar segera mendapatkan kebebasan finansial. Dhannisa mengaku sejak remaja dia sangat senang mengeksplorasi dunia luar, mulai dari mengubah-ubah penampilan dan gaya rambut, menindik semua bagian telinga, memberontak, bergaul dengan siapapun yang ia mau, mempelajari semua agama yang pernah didengarnya, kabur dari rumah, membangun bisnis yang sangat impulsif, diam-diam pergi ke terapi, mempelajari agama Islam, hingga memutuskan untuk menikah muda diumurnya yang ke-21 tahun dan akhirnya mempunyai seorang anak. Bahkan pada tahun 2008, Dhannisa pernah didiagnosis mengidap *general anxiety disorder* oleh tiga dokter yang ia kunjungi sebab adanya rasa cemas berlebih akan kehilangan keluarga dan orang terkasihnya.

Dhannisa tumbuh dalam keluarga yang masih menurunkan *authoritarian parenting* dari oma dan opanya dahulu. *Parenting* yang melahirkan luka dan trauma, sebab tangki cinta yang seharusnya dia dapatkan, namun dibiarkan kosong terlalu lama. Opinions tidak dihargai, suaranya tidak didengar, dan usahanya tidak diapresiasi. Itulah yang menyebabkan Dhannisa mencoba seluruh hal pada masa remajanya, sebab sejatinya Dhannisa merasa sangat senang

ketika ia mencapai sesuatu dan mendapatkan tepuk tangan dari orang lain. Hingga akhirnya ia memutuskan untuk memutus rantai komunikasi yang menciptakan trauma itu agar tidak diturunkan terhadap anaknya, sehingga mampu memberikan pola asuh yang sesuai untuk diterapkan dalam rumah tangganya sendiri yang disebutnya dengan istilah *gentle parenting*.

Authoritarian Parenting dan Gentle Parenting

Authoritarian parenting atau pola asuh otoriter sangat familiar dikalangan generasi X dan generasi Y atau lebih dikenal dengan generasi milenial. Ciri dari pola asuh otoriter adalah memiliki aturan yang ketat dan tuntutan yang tinggi, memiliki keterbatasan dalam kehangatan maupun respon komunikasi, serta mengontrol penuh setiap langkah atau keputusan yang akan diambil oleh sang anak (Lubis et al., 2022). Orang tua di generasi X dan generasi milenial kerap tidak memberikan kebebasan terhadap anaknya, bahkan anak-anak kerap diberikan hukuman apabila melanggar atau melawan apa yang diperintahkan oleh orang tuanya dengan cara dipukul, dimarahi, dan dibentak. Orang tua generasi X dan generasi milenial selalu merasa bahwa orang tua selalu benar dan anaknya harus selalu patuh terhadap orang tuanya tanpa ada kompromi, tanpa ada komunikasi yang terbuka di dalamnya (Muawiyah et al., 2025). Kurangnya kesempatan menyuarakan pendapat dari sang anak terhadap aturan orang tuanya inilah yang kemudian membentuk prinsip baru bagi generasi milenial yang kini telah menjadi orang tua dari pola asuh otoriter menuju pola asuh yang lebih lembut atau *gentle parenting* (Riad, 2024).

Dhannisa kecil mendapati pola asuh otoriter ini dari kedua orang tuanya. Meskipun dibekali ekonomi keluarga yang menengah ke atas, justru hal ini menjadikan semakin banyaknya tuntutan kepada Dhannisa agar meraih banyak prestasi dan harapan dari orang tuanya. Sama seperti orang tua generasi X dan orang tua generasi milenial yang sejatinya hanya menginginkan yang terbaik untuk anaknya, orang tua Dhannisa-pun begitu. Namun, orang tua Dhannisa mengalami kesulitan untuk mengomunikasikan rasa kasih dan sayang terhadap Dhannisa. Itulah sebabnya Dhannisa memilih untuk memutus pola asuh tersebut dan menggantinya dengan pola asuh yang lebih *gentle*.

Banyak definisi yang telah diberikan untuk istilah *gentle parenting*, seperti yang diberikan oleh salah satu sampel pada sebuah penelitian yang mengatakan bahwa *gentle parenting* adalah “*gentle refers to my response (parent regulates own emotions) in frustrating or highly emotional situations with our daughter. We do not hit, spank, demean, or punish our child to make them feel like less of a person. Gentle refers to our discipline techniques and how we respect our child enough to make better decisions on her own. Even if we have to say something many times, we still are not towards our child to get the point across*” (Pezalla & Davidson, 2024).

Transformasi Komunikasi dalam Penerapan Gentle Parenting

Kesadaran terhadap pola asuh otoriter baru Dhannisa sadari setelah dia dinyatakan hamil. Banyak fase yang telah dilalui sebelum akhirnya ia menyadari hal tersebut, bahwa orang tua juga adalah manusia yang pasti akan melakukan kesalahan dan kekurangan, namun pastilah memiliki kesempatan untuk memperbaiki (Ubaidillah, 2024). Banyak orang tua yang belum mengerti bagaimana caranya berempati terhadap anaknya (Abdillah & Tohari, 2025),

mengisi tangki cinta bukan justru mengabaikannya, dan memahami bahasa isyarat dari anak kecil yang hanya bisa menangis sebab belum bisa mengomunikasikan dengan baik apa yang sebenarnya diinginkan. Padahal, melalui komunikasi dan interaksi yang baik antara ibu dan anak mampu menumbuhkan rasa empati yang tinggi, sebab rasa empati akan tumbuh seiring dengan berjalannya proses mengenal dirinya sendiri dengan bercermin pada perilaku orang terdekatnya salah satunya adalah ibu (Marlina, 2018).

Pada masa kehamilan, banyak sekali hal yang terjadi dalam rumah tangga Dhannisa. Masa kehamilan yang juga berdampak pada perubahan hormon, fisik, ekspektasi, keinginan, dan kebutuhan, memberikan rasa takut berlebih (Musfiroh et al., 2023). Rasa takut akan kegagalan Dhannisa menjaga satu nyawa di dalam perutnya, mulai dari pemberian nutrisi, komunikasi dan didikan sejak dalam kandungan, dan lain sebagainya. Ketakutan itu menjadi sebuah bumerang bagi dirinya sehingga kesulitan untuk mengomunikasikan hal tersebut terhadap pasangannya. Pada masa kehamilan ini, Dhannisa dan suaminya sering memperdebatkan banyak hal mulai dari hal paling kecil sekalipun. Perdebatan ini sebenarnya dipicu dari adanya rasa takut tersebut yang juga dialami oleh keduanya, sehingga ketakutan tersebut memunculkan pemikiran-pemikiran liar dalam benaknya yang enggan untuk dikomunikasikan berdua. Karena mereka merasa bahwa mereka berdua juga barulah pertama kali mengalami fase ini. Komunikasi yang buruk, tanpa pengertian, dukungan, kasih sayang, kompromi menjadikan mereka saling menjauh, saling menyalahkan diri sendiri dalam diam. Perdebatan ini terus berlanjut hingga lahirnya putra mereka bernama Seiji.

Beruntungnya, Dhannisa dan suaminya, Ardha memiliki pemikiran terbuka dan segera menyadari adanya kekeliruan dan keresahan dalam rumah tangganya sejak perdebatan itu terjadi secara terus menerus. Mereka memutuskan untuk mengunjungi konseling pernikahan agar bisa menjembatani komunikasi keduanya dan memberikan saran terbaik bagi rumah tangganya (Ningsih et al., 2025). Selain itu, Dhannisa dan Ardha juga kerap berkonsultasi dengan psikolog anak demi mengupayakan yang terbaik untuk anaknya. Mulai dari step awal menjadi orang tua, stimulus yang tepat pada setiap fase perkembangannya mulai dari *new born* (0-3 bulan), bayi (3-12 bulan), dan balita (1-3 tahun) (Fadli, 2023).

Dari ketiga fase perkembangan ini tentu memiliki tipe temperamen yang berbeda. Pertama, anak yang mudah diatur, pandai beradaptasi, menyukai permainan baru, dan teratur dalam hal makan dan tidur. Kedua, anak yang tidak mudah diatur seperti memberontak dengan rutinitas sehari-hari, mudah menangis, gelisah saat tidur, dan memerlukan tenaga lebih untuk bisa menghabiskan makanannya. Ketiga, anak yang terlihat agak malas dan pasif, enggan terlibat secara aktif dan cenderung menunggu perintah dan arahan sebelum melakukan sesuatu. Tentu dari ketiga tipe temperamen ini merupakan bawaan dari pola asuh yang diberikan sejak kecil (Nurasyiah & Atikah, 2023). Sedangkan untuk kebutuhan afeksi (cinta, kasih sayang) sebagaimana yang disebutkan oleh William Schutz dalam teori *Fundamental International Relations Orientation* yakni telah dibutuhkan oleh anak sejak usia dini. Maka ini perlu menjadi perhatian bagi para orang tua untuk selalu memperhatikan kebutuhan afeksi yang dibutuhkan oleh anak-anaknya.

Dalam *podcast*-nya pada kanal Youtube Beforia Media yang berjudul Perkenalan Momma dan Babeh Seiji, mereka menyampaikan bahwa hingga saat inipun mereka memegang teguh prinsip adanya evaluasi dalam rumah tangga mereka yang di dalamnya

meliputi evaluasi *parenting* terhadap anak, evaluasi komunikasi dengan pasangan, saling berbagi perasaan yang dirasakan, dan sebagainya. Evaluasi ini juga bersifat harian, bulanan, bahkan mereka mengatakan bahwa evaluasi ini akan terus berjalan hingga Seiji memasuki masa *baligh*. Contoh evaluasi yang disebutkan Dhannisa dan Ardha pada *podcast* di atas juga sudah pernah Dhannisa unggah pada tanggal 19 November 2024 di Instagram pribadinya dengan judul Evaluasi Kesalahan Ketika Bau Jadi Orang Tua. Dengan Dhannisa duduk di bawah sedangkan suaminya duduk di kursi. Pembahasan diawali oleh Dhannisa dengan meminta maaf atas dirinya yang pada masa kehamilan hingga telah lahir putranya, ia lebih berfokus pada dirinya sendiri, sedangkan di sisi lain Ardha juga baru pertama kali menjadi seorang ayah. Evaluasi ini dikemas dengan obrolan ringan mengenai hal tersebut. Ini menjadi salah satu contoh yang diharapkan juga bisa dilakukan oleh para pengikutnya Dhannisa terkait bagaimana cara mengomunikasikan evaluasi dari hal yang pernah dialami oleh keduanya.

Hal lain yang sering dibahas adalah bagaimana cara menghadapi anak yang mengalami fase GTM (Gerakan Tutup Mulut), yakni anak yang menolak makan (Maulidya & Muniroh, 2020). Dalam bukunya, Dhannisa mengatakan bahwa cara yang dilakukan saat menghadapi anak GTM adalah dengan memberi pemahaman kepada anak bahwa makan itu menjadi sebuah kebutuhan bagi setiap individu (Likumahua et al., 2025). Meskipun Dhannisa juga mengaku dalam kontennya bahwa GTM anak yang bisa diartikan sebagai bentuk penolakan juga sakit dan menimbulkan trauma. Dalam kontennya Dhannisa membagikan momen dimana Seiji menolak untuk makan dan hanya meminta *snack*. Terlihat sikap Dhannisa yang tetap tenang dan tetap berkata dengan lembut saat menghadapi Seiji yang merengek minta *snack* dan terus mengatakan “*I don't want to eat*”, padahal Dhannisa saat itu sedang merasa sangat lelah. Dhannisa terus mencoba memahami Seiji, mencari akar masalahnya. Setelah mendapatkan jawaban, Dhannisa melanjutkan dengan memberikan pemahaman kepada putranya itu: “Seiji kan tahu kita beli *snack* ini untuk sehabis Dinner. Seiji tahu kenapa kita harus dinner sayang? Makan itu bukan *a matter of want or not*. *I know that you don't feel like eating now*, tapi sebenarnya makan itu kan kita butuh 3x sehari. Apalagi umur Seiji sekarang nih lagi *growing up, you need the nutrition, you need the fuel, you need the energy*”. Meskipun saat mengatakan hal tersebut sang anak dalam posisi berguling-guling di sofa dan terus merengek “*I don't want to eat*”, namun sikap Dhannisa tetaplah tenang dan berbicara dengan nada yang sangat lembut, penuh perhatian, dan tanpa ada sedikitpun menimbulkan suasana yang menyudutkan sang anak, tanpa harus menunggu sang anak menatap mata Dhannisa. Hal ini tentu yang menjadi pembeda antara anak laki-laki dan perempuan yang harus diketahui oleh para orang tua, khususnya ibu. Berbicara dengan anak laki-laki tidak bisa dengan memaksanya bertatap mata, sedangkan anak perempuan lebih senang berbicara dengan bertatap mata (Yunilawati, 2021). Dalam video tersebut Dhannisa juga melanjutkan: “*Look*, mama nggak akan paksa Seiji mau makan apa, Seiji boleh pilih. Ada nasi, ada pasta, ada *noodle*, ada telur, ada ayam, ada udang. Seiji mau yang mana?”

Setelah mengatakan hal tersebut, Dhannisa kemudian mengajak Seiji untuk membantunya memotong buah semangka di dapur. Menurutnya, cara paling ampuh adalah *redirection and include them to participate* atau mengalihkan perhatiannya dan melibatkan anak dalam suatu hal. Terbukti setelah berada di dapur, Seiji sangat semangat untuk membantu Dhannisa dan akhirnya mengatakan bahwa Seiji ingin makan. Hal ini bisa menjadi

jawaban bagi para ibu di luar sana yang kerap bertanya bagaimana cara penanganan yang tepat untuk anak yang melakukan Gerakan Tutup Mulut (GTM) yang seringkali dilakukan oleh sang anak saat telah memasuki fase memiliki keinginan mandiri untuk memasukan sesuatu ke dalam mulutnya. Fase ini biasanya terjadi pada saat anak mulai memasuki umur satu hingga tiga tahun (Chumairoh & H, 2021).

Hal lain yang juga kerap diperhatikan oleh seorang ibu adalah bagaimana caranya bersikap dan mempersiapkan segala hal pada saat sang anak baru pertama kali masuk sekolah (Putri et al., 2024). Berbeda dengan Dhannisa kecil pada saat hari pertama sekolah merasakan kemarahan dan kebingungan dalam satu waktu. Sebab, pagi hari yang biasa ia gunakan untuk menonton televisi, tiba-tiba berubah dengan aktivitas sebagai siswa. Dhannisa menceritakan bahwa orang tuanya pada saat itu hanya memberitahu bahwa hari itu adalah hari pertamanya sekolah, dan kalimat yang sering diulang adalah untuk segera bergegas agar tidak terlambat. Dhannisa kecil bahkan belum tau apa itu sekolah, dan apa hukuman bagi yang terlambat. Namun Dhannisa kecil tidak mendapatkan pemahaman terkait hal itu dari orang tuanya.

Dari pengalamannya itulah kini Dhannisa sudah lebih siap memberikan edukasi terhadap Seiji mengenai hari pertama sekolah itu seperti apa. Sebagaimana yang juga dikatakan oleh Albert Bandura dalam Teori Kognitif Sosial bahwa manusia akan berubah berdasarkan pengalamannya. Dimulai dari membangunkan Seiji dengan lembut, bersiap diri, bersama-sama menyiapkan sarapan dan bekal, memakai sepatu, memakai helm, dan hal lainnya. Tampak dalam kontennya juga Seiji mengatakan dengan gembira bahwa “*it’s my first day of school*”. Hal lain yang juga menjadi perhatian peneliti pada video yang diunggah pada 6 Februari 2025 tersebut adalah pada bagian Seiji mengucapkan kata tolong dan terima kasih saat di meja makan. Seiji mengatakan “momma tolong ambilin minum aku dong” dan tak lupa mengucapkan *thank you* setelah Dhannisa mengambilkannya minuman yang dimaksud. Ini juga menjadi salah satu contoh keberhasilan dari *gentle parenting* yang diterapkan oleh Dhannisa bahwa anak akan lebih berempati dan menghargai orang lain dari hal sesederhana meminta tolong dan berterima kasih yang tidak semua orang bisa (Alifatus, 2023).

Selain meminta tolong dan berterima kasih, hal lain yang juga kerap mendapatkan perhatian adalah kata maaf. Perihal kata maaf, Dhannisa telah banyak menyebutkan di dalam bukunya. Memaafkan diri sendiri dalam proses *self-parenting for gentle parenting*. Dhannisa berhasil memaafkan luka dan trauma yang dialami saat bersama orang tuanya, saat awal-awal hidup bersama suaminya, dan saat awal ia menjadi seorang ibu. Menurutnya, luka, trauma, dan rasa-rasa lain yang berdampak negatif sangat perlu untuk dihadapi. Sebab, saat perasaan itu dihindari, mereka tidak pergi ke mana-mana dan tetap menunggu di depan pintu hingga nanti pada saat pemiliknya lengah, ia akan menerobos masuk tanpa memberikan aba-aba. Sedangkan apabila rasa itu dihadapi, maka perlahan rasa itu akan berbaur dengan perasaan positif lain dan perlahan akan sembuh. Proses Dhannisa berdamai dengan diri sendiri juga merupakan upaya untuk menghadirkan cinta tanpa syarat kepada orang-orang yang dia kasihi di sekelilingnya. Menurutnya, bagaimana mungkin kita bisa memberikan kelembutan dan kasih sayang pada anak jika diri sendiri belum pernah merasakannya.

Bahkan perihal kata maaf ini juga sudah bisa Seiji terapkan dalam kehidupan sehari-harinya. Seiji sudah mengerti tentang mengakui kesalahan dengan meminta maaf. Praktiknya bisa dilihat pada konten yang diunggah pada tanggal 19 Agustus 2024. Dalam video ditunjukkan

saat Seiji menangis ingin menonton *handphone* namun oleh Dhannisa tidak diperbolehkan. Seiji merasa kesal kemudian memukul mommnya. Namun setelah itu ia berlari memeluk babehnya dan diberikanlah pemahaman bahwa jika merasa sedih dan kesal tidak boleh melampiaskannya ke orang lain. Memukul momma ketika marah bukanlah hal yang dibenarkan. Setelah itu Seiji paham dan menghampiri Dhannisa untuk mengatakan “maaf momma Icha”. Sehingga berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa transformasi komunikasi yang dialami oleh Dhannisa juga memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap tumbuh kembang emosional dan sosial anak secara keseluruhan.

Transformasi komunikasi dalam *gentle parenting* yang diusung Dhannisa Dwilagustino dapat diidentifikasi melalui beberapa aspek utama. Pertama, Dhannisa menekankan pentingnya komunikasi empatik, di mana orang tua berusaha memahami perasaan dan perspektif anak. Komunikasi tidak lagi bersifat satu arah, melainkan dialog dua arah yang mengedepankan rasa saling mendengarkan dan menghargai. Dhannisa memberikan contoh nyata bagaimana ia berdialog dengan anaknya pada setiap situasi emosional. Ia tidak melarang atau menghakimi anak, melainkan membantu anak meregulasi emosi melalui teknik sederhana seperti mengatur napas dan mengajak bicara secara lembut sebagaimana yang juga telah banyak dicontohkan pada paragraf sebelumnya.

Kedua, Dhannisa mengajak orang tua untuk lebih terbuka dan jujur dalam berkomunikasi dengan anak. Anak diberi ruang untuk mengungkapkan emosi dan pendapatnya, bahkan untuk hal-hal yang secara tradisional dianggap tabu, seperti anak laki-laki yang menangis. Pendekatan ini berbeda dengan pola asuh lama yang sering menuntut anak laki-laki untuk selalu kuat dan tidak boleh menangis (Siron et al., 2023). Contohnya bisa dilihat pada video yang diunggah oleh Dhannisa di Instagramnya pada November 2024 yang berjudul *Gentle Parenting – Regulasi, Bukan Pendam Emosi*. Dalam video tersebut tampak Dhannisa cukup dikejutkan dengan ucapan sang anak yang mengatakan bahwa laki-laki tidak boleh menangis. Dhannisa mencoba mencari tahu alasan mengapa ia menangis dan dari siapa ia mendapatkan pernyataan bahwa laki-laki tidak boleh nangis. Setelah ditelusuri, ternyata Seiji menangis sebab dirinya ingin membaca buku namun ia belum memiliki kemampuan membaca. Seiji tahu dia merasa sedih akan hal itu, tapi dia bingung apakah ia boleh menangis atau tidak. Setelah itu, Dhannisa memberikan pengertian bahwa tidak apa-apa bersedih, laki-laki juga boleh menangis kok. Dan Dhannisa juga bersedia untuk membacakan buku yang ingin dibaca Seiji tersebut.

Ketiga, Dhannisa menekankan pentingnya penghargaan dan penghormatan atas emosi dan pendapat anak. Setiap anak dipandang sebagai individu yang layak dihargai pendapat dan perasaannya (Putri, 2025). Komunikasi diarahkan untuk membangun kepercayaan dan rasa aman, bukan sekadar menuntut kepatuhan. Pernah suatu ketika Dhannisa mendapati anaknya mencorat coret tembok. Hal itu menjadi pertama kalinya Dhannisa menghadapi hal tersebut, bahkan suaminya pun mengatakan “*welcome to threenager*” sembari tertawa dan mengatakan “akhirnya nyampe juga di *stage* ini” setelah Dhannisa mengucapkan *istighfar* ketika melihat temboknya telah penuh dengan warna warni perbuatan Seiji. Seiji di sini menunjukkan kebahagiaan dan semangat yang tinggi saat menunjukkan gambarnya kepada babeh dan mommnya, seolah ingin menunjukkan bahwa dia sangat senang dengan hasil gambarnya tersebut. Dhannisa pun membalas nya dengan kalimat yang sangat positif yakni “*this is really*

awesome drawing” sebagai bentuk apresiasi terhadap perasaannya kala itu sebelum akhirnya memberikan edukasi.

Selain sikap Dhannisa yang tergambar dalam video unggahannya pada 26 Oktober 2024 yang sangat tenang meskipun tetap tergambar betapa kagetnya ia mendapati hal tersebut. Hal lain yang juga menarik perhatian adalah *caption* yang dituliskannya: “*Children does not yet understand a lot of things. Jadi aku dan babeh juga baru belajar kalau ternyata salah satu tugas besar kita ketika diamanahkan seorang anak adalah menjelaskan. Geperlu diancam, gaperlu dimarahin, gaperlu dihukum, apalagi kalau belum pernah dijelasin. Imagine if you’re new at work and then let’s say your boss, see you make a mistake that you never know was wrong to do in the first place. Terus dia langsung marah-marah dan menghakimi perbuatanmu tanpa kasih tau dengan logika sebab akibat dan pilihan lain yang lebih baik untuk kamu lakukan. Sucks, isn’t it? Don’t do that to our children. They deserve an explanation.*”

Dhannisa mengajak pengikutnya untuk membayangkan jika diri sendiri yang berada dalam situasi tersebut dimana kita yang tidak tahu apapun namun ternyata melakukan kesalahan dan seketika dihukum, tentu kita akan merasakan kebingungan dan bertanya-tanya mengapa, salah apa, kenapa, dan sebagainya. Dalam *caption*, Dhannisa melanjutkan bahwa sejatinya seorang anak itu berhak mendapatkan pengertian, kelembutan, dan penjelasan yang logis dari kita, orang tuanya. *Last but not least, don’t forget to step aside, have a bit of laugh because you can always repaint the walls, but not their memories of how their parents raise them.* Biarkan anak-anak memilih dari hasil informasi yang sudah disampaikan orang tuanya, kemudian doakanlah semoga mereka mampu membuat pilihan-pilihan baik dimasa depan.

Keempat, Dhannisa menolak penggunaan hukuman fisik atau verbal dalam pengasuhan. Sebagai gantinya, Dhannisa menekankan pengajaran melalui konsekuensi alami dan pembelajaran dari kesalahan dengan cara yang membangun. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membangun hubungan yang harmonis antara orang tua dan anak, serta mendukung perkembangan emosional anak yang sehat. Dhannisa juga mengajarkan arti tanggung jawab terhadap anaknya. Praktiknya bisa dicontoh melalui video unggahannya pada 19 Februari 2025 dengan judul *Berusaha Ga Over React Sama Anak*. Tampak di video menunjukkan Seiji sedang menangis sebab ia telah menumpahkan biskuit ke dalam kolam renang. Dhannisa yang masih mengenakan mukenapun menghampiri dengan tetap bersikap tenang. Dhannisa mengatakan: “*It’s okay. Seiji jangan panik, jangan takut dimarahin. Ayo kamu harus bertanggung jawab. Kita sapu sama-sama yuk.*” Kemudian Dhannisa juga melanjutkan memberikan edukasi terhadap Seiji bahwa dari kejadian itu Seiji juga akhirnya bisa belajar bagaimana caranya membersihkan kolam renang, dan belajar bagaimana caranya menyapu. Dan selalu, Dhannisa mengakhiri percakapan mereka dengan mengucapkan terima kasih terhadap anaknya.

Selain nilai moral, empati, dan regulasi emosi yang diajarkan terhadap Seiji, Dhannisa juga mengajak anaknya untuk selalu menuntaskan kewajiban sebagai umat Islam dengan melaksanakan salat berjamaah lima waktu, sholat Jumat bagi laki-laki, dan mengaji. Pernah Dhannisa membagikan *story* di Instagram ketika Seiji menangis histeris ketika ia menyadari bahwa Seiji ditinggalkan oleh babehnya saat salat Jumat. Seiji sangat ingin mengikuti babehnya ke masjid untuk melaksanakan salat Jumat, namun saat itu Seiji masih tertidur

sehingga babeh meninggalkan Seiji di rumah bersama mommnya. Pada saat terbangun, Seiji-pun menangis mengetahui hal tersebut.

Kepatuhan terhadap Allah SWT dan pemahaman mengenai hak dan kewajiban yang harus dilakukan umat muslim memang harus diajarkan sejak dini, terutama salat (Yasin, 2025). Bukan berarti karena masih berumur empat tahun kurang belum waktunya diajarkan salat. Justru sejak dalam kandunganpun, anak harus sudah dikenalkan dan dibiasakan untuk beribadah seperti membaca Al-Quran, mengenalkan doa-doa, dan menuntaskan kewajibannya sebagai umat Islam (Wardhani, 2022). Pembiasaan ini sudah diterapkan oleh Dhannisa sejak Seiji kecil tentunya, dan kini Dhannisa tinggal memetik buah dari usahanya tersebut dengan terus mendampingi Seiji dalam tumbuh kembangnya.

Sebagai seorang *influencer*, tentu pertanyaan terhadap Dhannisa mengenai apakah prinsip *gentle parenting* itu hanya menjadi sebuah konten saja, sedangkan di *real life*-nya mereka sama seperti keluarga otoriter yang lain?. Menjawab pertanyaan itu, dalam *podcast*-nya Dhannisa mengaku bahwa ia hanya akan mengunggah konten setelah ia telah selesai dengan fase tersebut. Sebagai contoh ketika Dhannisa membagikan konten berupa penerapan toilet *training* terhadap anaknya, maka sebelum konten itu diunggah, Dhannisa telah terlebih dahulu melalui fase *trial and error* berulang kali hingga akhirnya ia berhasil menerapkan hal tersebut kepada anaknya.

Contoh lain adalah pada saat meregulasi emosi anak. Lagi-lagi dalam *podcast*-nya dan juga dalam buku “*Gentle Souls*”, Dhannisa mengatakan ketika sang anak tantrum, memecahkan gelas atau piring, memasukan biskuit ke dalam kolam renang, mencoret-coret tembok, dan lain sebagainya, sejatinya Dhannisa-pun merasakan marah. Katanya, “kalau anak lagi tantrum, atau melakukan hal-hal di luar nalar apalagi saat kita sedang merasa lelah setelah kerja seharian, atau sedang pusing karena Zoom *Meeting* seharian, naluri kita sebagai manusia ya kita pasti marah. Ga mungkin kalau kita ga marah.” Tapi kemudian Dhannisa juga melanjutkan “tapi kan bukan berarti kita bisa seenaknya marah di depan anak-anak kita. *Take your time*. Babeh juga sering ngingetin kalau aku lagi gabisa kontrol emosi, babeh sering kali ambil alih Seiji untuk kasih aku waktu meregulasikan emosiku sendiri.”

Hal di atas juga bisa kita lihat pada salah satu kontennya yang diunggah pada 18 Februari 2025 dengan judul Pentingnya *Stepping Away* Ketika Cape, Biar Ga Kebawa Emosi dan Lampiasin ke Anak. Kondisi rumah pada video tersebut sangatlah berantakan. Kaki meja patah, mainan Seiji berserakan di mana-mana, Seiji enggan membereskan. Tampak sekali dari raut wajahnya Dhannisa sangatlah kelelahan dengan situasi tersebut. Hingga kemudian ia meminta bantuan Ardha untuk mengatasi hal tersebut. Suaminya itu dengan sikap yang tetap tenang dengan mengatakan “*istighfar* lagi aja udah jangan marah-marah”. Setelah itu Dhannisa keluar ruangan untuk meregulasikan emosinya sesaat, dan kembali lagi untuk duduk di depan anaknya dengan meminta maaf atas tindakannya tadi yang belum bisa mengontrol emosi. Namun hal ini menjadi salah satu contoh yang baik juga bahwasanya kita harus jujur terhadap perasaan sendiri agar kita bisa kembali menjadi versi yang baik untuk berhadapan dengan orang lain.

Penerapan prinsip *gentle parenting* oleh Dhannisa juga sejalan dengan teori Komunikasi Keluarga Fitzpatrick (Fitzpatrick, 2004), yang menekankan pentingnya keterbukaan dan fleksibilitas dalam komunikasi keluarga atau disebut dengan tipe pluralistis. Keluarga tipe ini

sering melakukan percakapan secara terbuka dan setiap orang di dalamnya memiliki hak untuk mengambil keputusannya masing-masing. Orang tua tidak perlu berlebihan mengontrol anak-anak mereka, sebab setiap pendapat yang ada dinilai berdasarkan sisi kebaikannya yaitu pendapat mana yang terbaik, dan setiap anggota keluarga juga turut serta dalam pengambilan keputusan tersebut (Morrison, 2014). Keluarga yang menerapkan prinsip ini cenderung lebih harmonis dan anak-anaknya lebih percaya diri. Selain itu, pendekatan ini juga mendukung perkembangan emosional dan sosial anak secara optimal. Terbukti di umur Seiji yang belum genap empat tahun sudah luwes berbicara dengan bahasa yang baik dan benar, berperilaku lembut, penuh empati, dan mampu memahami serta mengontrol emosinya sendiri. Selain itu dari adanya *gentle parenting* ini juga menciptakan hubungan yang penuh kasih sayang antar Dhannisa dan Ardha, serta hubungan keluarga kecil mereka dengan kedua orang tua dan mertuanya.

Gentle parenting tidak bisa dikatakan sebagai pola asuh yang sangat tepat untuk diterapkan oleh seluruh orang tua di dunia ini. Karena sejatinya sebagaimana yang juga disampaikan Dhannisa dalam *podcast*-nya bahwa *good parenting is not gentle parenting, tiger parenting, or whatever you named it. But good parenting is loving your kids unconditionally* yang artinya pola asuh yang terbaik bukanlah *gentle parenting, tiger parenting*, atau apapun orang-orang memberikan nama terhadap berbagai macam pola asuh yang ada, melainkan pola asuh yang terbaik sejatinya adalah disaat orang tua bisa mencintai anakmu dengan tanpa syarat apapun.

Transformasi komunikasi yang dialami Dhannisa Dwilagustino dalam menerapkan *gentle parenting* tidak hanya merefleksikan pergeseran pola asuh, tetapi juga sejalan dengan prinsip komunikasi keluarga efektif: empati, kejujuran, dan penghormatan hak anak. Studi ini memperkuat teori bahwa *gentle parenting* bertumpu pada komunikasi transformatif yang membangun relasi setara antara orang tua dan anak. Hasil observasi dan dokumentasi juga menunjukkan bahwa keluarga yang menerapkan prinsip ini mengalami peningkatan kepercayaan dan kedekatan emosional dengan anak-anak mereka. Dalam konteks budaya Indonesia, transformasi komunikasi ini menjadi sangat relevan untuk menjawab tantangan pengasuhan di era modern. Banyak orang tua yang masih terjebak dalam pola komunikasi otoriter karena pengaruh budaya dan norma sosial yang kuat (Taib et al., 2020). Namun, dengan akses informasi yang semakin luas, semakin banyak keluarga yang mulai terbuka terhadap alternatif pola pengasuhan yang lebih humanis dan berorientasi pada kebutuhan anak.

Simpulan

Transformasi komunikasi Dhannisa Dwilagustino bermula dari pola asuh otoriter atau *authoritarian parenting* yang dia terima di masa lalu, kemudian bertransformasi menuju pola asuh yang lembut dan penuh empati atau *gentle parenting*. *Gentle parenting* ini lebih menekankan pada komunikasi empatik, terbuka, dan penuh penghargaan terhadap emosi anak tanpa memberikan hukuman terhadapnya. Dhannisa telah melalui banyak fase yang menjadikannya mampu menggeser pola asuh otoriter ke pola asuh yang lebih *gentle*. Mulai dari fase anak-anak yang belum mengerti bagaimana cara mengomunikasikan keinginannya. Fase remaja yang selalu ingin dimengerti. Fase menuju dewasa yang ingin menjadi tomboi

hingga mencoba berbagai hal dan mengeksplorasi banyak hal di dunia, fase awal menikah, fase kehamilan, hingga kemudian fase memiliki seorang anak. Dhannisa menerapkan *gentle parenting* dalam kesehariannya dengan cara mempraktikkan komunikasi yang berempati, mengedukasi atau memberikan pemahaman kepada anak, mendengarkan dan menghargai pendapat anak, menghindari hukuman fisik dan verbal, serta mengajarkan tanggung jawab dan konsekuensi alami. Dhannisa juga tidak lupa mengajarkan serta menerapkan nilai-nilai dan praktik agama Islam dalam kehidupan sehari-hari bersama keluarga kecilnya tersebut untuk menunjukkan kepada anaknya, Seiji, bahwa dalam kehidupan selalulah sertakan Allah SWT di dalamnya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa transformasi komunikasi perempuan dari masa anak-anak hingga masa menjadi seorang ibu tidaklah mudah, terbukti dari banyaknya hal yang harus dilalui agar bisa bertransformasi dengan baik dari setiap fase yang ada. Dhannisa membuktikan bahwa bagaimana orang tuanya menerapkan pola asuh terhadap dirinya tidaklah semata-mata harus diikuti secara keseluruhan. Pola asuh yang diberikan orang tua juga bukanlah semata-mata sebuah kesalahan yang tidak bisa dimaafkan, karena orang tua pun sama seperti kita yang baru pernah “menjadi” namun ingin selalu memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya. Dhannisa memberikan afirmasi positif kepada para ibu untuk dapat yakin terhadap apa yang sudah menjadi keputusan dalam menerapkan pola asuh sesuai dengan zaman anaknya. Dhannisa juga memberikan gambaran bagaimana langkah atau cara yang bisa diambil ketika seorang ibu maupun calon ibu mengalami hambatan pada setiap fase menuju transformasi komunikasi yang optimal.

Referensi

- Abdillah, B. R., & Tohari, M. A. (2025). Intensitas Komunikasi Interpersonal Orang Tua Kepada Anak Terhadap Kenakalan Anak. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 249–262. <https://doi.org/10.62383/WISSEN.V3I1.577>
- Alifatus, P. (2023). *Sederhana Namun Tidak Semua Orang Bisa: Maaf, Tolong, dan Terima kasih*. Kompasiana.Com. <https://www.kompasiana.com/putrialifa06/6566c71ec57afb47b568b7e2/jangan-lupakan-maaf-tolong-dan-terima-kasih>
- Aryanti, D. (2024). *Budaya Patriarki di Indonesia*. Kompasiana.Com. <https://www.kompasiana.com/dhindaaryanti8251/66690950ed641522c9222d25/budaya-patriarki-di-indonesia>
- Chumairoh, N., & H, I. I. S. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Feeding Rules pada Batita Gerakan Tutup Mulut (GTM). *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 1(3), 148–154. <https://doi.org/10.37148/COMPHIJOURNAL.V1I3.28>
- Creswell, J. W. (n.d.). *Qualitative Inquiry & Research Design Choosing Among Five Approaches* (Second; L. C. Shaw, K. Greene, D. Santoyo, & J. Robinson, Eds.). United State of America: Sage Publications, Inc.
- Dwilagustino, D. (2025). *Gentle Souls*. Gagas Media.
- Fadli, R. (2023). Perkembangan Anak. Retrieved from Halodoc.com website: <https://www.halodoc.com/kesehatan/perkembangan-anak>
- Faizin, M. (2020). Kiai Said Ajak Para Ibu Tanamkan Akhlak dan Budaya pada Generasi Muda. Retrieved from NU Online website: <https://nu.or.id/nasional/kiai-said-ajak-para-ibu-tanamkan-akhlak-dan-budaya-pada-generasi-muda-Yx6Fr>

- Fitzpatrick, M. A. (2004). Family Communication Patterns Theory: Observations on Its Development and Application. *Journal of Family Communication*, 4(3–4), 167–179. <https://doi.org/10.1080/15267431.2004.9670129>
- Humairo, N. Z. (2019). Pengalaman Komunikasi Antar Pribadi Komunitas Cah Hijrah Kota Semarang (Studi Fenomenologi Dalam Memelihara Hubungan Dengan Teman Dekat). *Jurnal Ilmiah UNISSULA*, (Walgito 2010), 650.
- Jessup. (2024). The Psychology Behind Different Types of Parenting Styles. *Jessup University*. Jessup.edu.
- Junaedi, M. (2023). Perkawinan Anak, Hak Reproduksi Perempuan (Studi Perubahan Sosial Masyarakat Muslim di Wonosobo). *Media Online*, 1(2), 14–26. Retrieved from <http://ojs.nuwonosobo.or.id/index.php/>
- Likumahua, D., Talakua, B. A., & Sohilait, O. (2025). Pengembangan Potensi Desa dan Pengelolaan Keuangan Menghadapi Hari Besar Gerejawi (Kelompok Wadah Pelayanan Perempuan Desa Makububui). *MAREN: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.69765/MJPPM.V6I1.1554>
- Lubis, H. Z., Sani, F., Tanjung, D. R., Sari, N., Harahap, S. A., Swandari, P. N., Barus, A., & Sitorus, F. K. (2020). Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Perilaku Sosial Anak Desa Payalombang Kecamatan Tebing Tinggi. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 18–27. <https://journal.penerbitjurnal.com/index.php/educational/article/view/8>
- Marlina, M. (2018). Pengaruh Media Sosial Terhadap Intensitas Hubungan Komunikasi Orang Tua Dan Anak Usia Dini. *Komunikasiana: Journal of Communication Studies*, 1(1). <https://doi.org/10.24014/KJCS.V1I1.6288>
- Maulidya, H., & Muniroh, L. (2020). Hubungan Perilaku Ibu Dalam Pemberian MP-ASI Dengan Kejadian Gerakan Tutup Mulut (GTM) Dan Status Gizi Pada Baduta. *Media Gizi Kesmas*, 9(1), 23. <https://doi.org/10.20473/mgk.v9i1.2020.23-28>
- Morrisan. (2014). *TEORI KOMUNIKASI Individu Hingga Massa* (1st ed.). Jakarta: Kencana. Retrieved from https://imuacid-my.sharepoint.com/personal/naidi_imu_ac_id/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%252Fpersonal%252Fnaidi_imu_ac_id%252FDocuments%252FDATA_NAIDI%252CS.SOS.%252CMM%252FEBOOK_INDO_01%252DFIND_2021123.pdf&parent=%252Fpersonal%252Fnaidi_imu_ac_id%252FDocuments%252FDATA_NAIDI%25
- Muawiyah, S., Sudirlan, I. F., Nurlatifah, N., Habibah, R., & Julianingsih, W. (2025). Perbedaan Pola Asuh Antargenerasi: Sudi Komparatif Antara Generasi X, Y, dan Z. *Caruban Proceeding*, 1(1), 136–148. <https://carubanproceeding.ipbcirebon.ac.id/index.php/carubanproceeding/article/view/43>
- Musfiroh, S., Yulianti, R. T., Nabilah, A., Marnisa, F. B., Enjel L, I. A., Fransiska, O., ... Aisyah, Z. N. (2023). Literature Review: Hubungan Hormon Dan Psikologi Pada Ibu Masa Perinatal. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2), 205–219.
- Ningsih, E., Novianti, S., Diniaty, A., & Asra, Y. K. (2025). Konseling Perkawinan: Solusi Mewujudkan Keluarga Bahagia. *JAMPARING Jurnal Akuntansi Manajemen Pariwisata Dan Pembelajaran Konseling*, 3(1), 322–333. <https://doi.org/10.57235/jamparing.v3i1.5008>
- Nurasyiah, R., & Atikah, C. (2023). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini. *Khazanah Pendidikan*, 17(1), 75. <https://doi.org/10.30595/jkp.v17i1.15397>
- Nurhayati, A., Dewi, N. N. A. I., Retnoningtias, D. W., Fitri, Z., Herwina, Yusuf, M., ...

- Palupi, T. N. (2023). *Parenting Anak Usia Dini (Memaksimalkan Potensi dan Pengembangan Karakter di Masa Golden Age)* (1st ed.). Sukabumi: CV. Haura Utama.
- Nuzuli, A. K., & Rimin. (2024). Penguatan Literasi Agama pada Anak melalui Komunikasi Dakwah. *Komunikasiana*, 6(2).
- Pezalla, A. E., & Davidson, A. J. (2024). "Trying to remain calm. . .but I do reach my limit sometimes": An exploration of the meaning of gentle parenting. *PLoS ONE*, 19(7 July), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0307492>
- Purba, I. W., Nasution, R. H., & Muliatno. (2024). Peran Komunikasi Keluarga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Kelurahan Tambangan Lingkungan II Kota Tebing Tinggi. *At-Tadzkir: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Komunikasi*, 1(2), 38–44. <https://journal.staittd.ac.id/index.php/atz/article/view/105>
- Putri, N. A. (2025). *Suara Anak Indonesia: Hak untuk Didengar dan Dihargai*. <https://www.kompasiana.com/nandyaamelia/685adbd8ed641559d0777535/suara-anak-indonesia-hak-untuk-didengar-dan-dihargai>
- Putri, Z. S., Suryani, L., & Kaso, N. (2024). Analisis Peran Orangtua dalam Menyiapkan Anak Pembelajaran Tatap Muka Pasca Pandemi Kelurahan Benteng Kota Palopo. *Media Komunikasi FPIPS*, 23(1), 29–45. <https://doi.org/10.23887/MKFIS.V23I1.78230>
- Rayhaniyah, S. A. (2021). Pola Komunikasi Islam dalam Mengasuh Anak. *Komunida: Media Komunikasi Dan Dakwah*, 11, 29–41. <https://doi.org/10.35905/komunida.v11i01>
- Riad, O. (2024). *7 Reasons Why Millennials Are Gentle Parenting*. <https://www.healwelltherapy.ca/blogs/7-reasons-why-millennials-are-gentl-parenting>
- Sabarua, J. O., & Mornene, I. (2020). Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak. *International Journal of Elementary Education*, 4(1), 83–89. <https://doi.org/10.23887/IJEE.V4I1.24322>
- Sasmita, I., & Zannatunnisya. (2025). The Role of Gentle Parenting in Families to Prevent the Negative Impact of the Digital Era on Early Childhood. *Scientific Journal of History Education and Social Studies*, 10, 159–167. <https://doi.org/https://doi.org/10.24815/jimps.v10i1.33888>
- Siron, Y., Asbi, S. A., Amalia, P. R., & Cahyani, L. (2023). Anak Laki-laki Tidak Boleh Menangis?: Bias Gender Pengasuhan Anak Usia Dini. *NANAEKE: Indonesian Journal of Early Childhood Education*, 6(2), 75–94. <https://doi.org/10.24252/NANANEKE.V6I2.31738>
- Sugitanata, A., Aqila, S., Tribakti Lirboyo, I., Timur, J., Wachid Hasyim No, J. K., Lor, B., ... Kediri, K. (2024). Transformasi Pengasuhan Anak di Era Digital: Analisis Fenomena "Sosmedika Mom" dan Dampaknya terhadap Ibu-Ibu Modern" Transformation of Child Care in the Digital Era: Analysis of the "Sosmedika Mom" Phenomenon and Its Impact on Modern Mothers. *SPECTRUM: Journal of Gender and Children Studies*, 4(1), 17–31. Retrieved from <http://journal.iain-manado.ac.id/index.php/SPECTRUM>
- Suryani, I., Fatiha, P. A., Salsa, N. H., Rizqiah, N., Rahmadani, S., Sari, V., & Hakiki, M. (2025). Dampak Teknologi Terhadap Komunikasi Keluarga. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2), 900–913. <https://doi.org/https://doi.org/10.37680/almikraj.v5i2.6852>
- Taib, B., Ummah, D. M., & Bun, Y. (2020). Analisis Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Moral Anak. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(2), 128–137. <https://doi.org/10.33387/CAHAYAPD.V2I2.2090>
- Thoha, P. M., Kurniawan, R. P., & Faristiana, A. R. (2023). Perubahan Komunikasi Orang Tua Terhadap Anak Di Era Digital. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(4), 415–431. <https://doi.org/10.55606/SSCJ-AMIK.V1I4.1682>
- Ubaidilah. (2024). Penjelasan Hadis Arbain Part 39: Sifat Salah dan Lupa pada Manusia. *Majalah Nabawi*. Retrieved from <https://majalahnabawi.com/penjelasan-hadis-arbain->

- part-39-sifat-salah-dan-lupa-pada-manusia/
Wardhani, I. W. (2022). Pentingnya Menanamkan Iman dan Islam Pada Anak Sejak Dalam Kandungan. Retrieved from Jombang.Nu.or.id website: <https://jombang.nu.or.id/author/ira-wahyu-wardhani>
- Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi). *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111. <https://doi.org/10.36835/au.v1i2.235>
- Yasin, M. (2025). Khutbah Jumat: Isra Mi'raj, Momen yang Tepat Mengenalkan Shalat Kepada Anak. Retrieved from NU Online website: <https://islam.nu.or.id/khutbah/khutbah-jumat-isra-mi-raj-momen-yang-tepat-mengenalkan-shalat-kepada-anak-njh73>
- Yunilawati. (2021). Ayah Bunda Harus Tahu, Beda Cara Komunikasi Antara Anak Perempuan & Laki-Laki. Retrieved from Farah.id website: <https://www.farah.id/read/2021/11/02/7356/ayah-bunda-harus-tahu-beda-cara-komunikasi-antara-anak-perempuan-n-laki-laki>