



---

## Komunikasi Efektif sebagai Faktor Penentu Bonding Ibu Bekerja Dengan Anak

Gabrielle Adventia Christie<sup>1</sup>, Leila Mona Ganiem<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hubungan Masyarakat, Ilmu Komunikasi, Universitas Mercu Buana

<sup>2</sup>Universitas Mercu Buana

[gabrielle.adventiaa@gmail.com](mailto:gabrielle.adventiaa@gmail.com), [leila.mona@mercubuana.com](mailto:leila.mona@mercubuana.com)

### Abstract

This study aims to analyze the role of effective communication in building bonding relationships between working mothers and their children. The background of this research is based on the limited time spent together by working mothers, which may affect the quality of emotional relationships with their children. This study employed a qualitative approach using in-depth interviews with 15 working mothers as research informants. The focus of this study includes three main aspects: children's behaviors that indicate a lack of bonding with working mothers, communication barriers caused by limited time at home, and communication strategies used by working mothers to maintain bonding with their children. The findings show that children who experience weak bonding with working mothers tend to display withdrawn behavior, limited emotional expression, and low initiative in communication. Communication barriers identified include limited face-to-face interaction, physical and emotional fatigue experienced by mothers, and differences in daily activity patterns between mothers and children. To overcome these barriers, working mothers implement effective communication strategies such as maintaining openness, expressing empathy, prioritizing communication quality over quantity, and utilizing digital communication media. This study concludes that effective communication plays a crucial role in maintaining and strengthening bonding relationships between working mothers and their children despite time constraints.

**Keywords:** Effective Communication, Interpersonal Communication, Working Mothers, Bonding, Children

### Abstrak

Abstrak ini bertujuan untuk menganalisis peran komunikasi dalam membangun hubungan bonding antara ibu bekerja dan anak. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada keterbatasan waktu kebersamaan yang dimiliki ibu bekerja, yang berpotensi mempengaruhi kualitas hubungan emosional dengan anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap 15 ibu bekerja sebagai informan dalam penelitian. Fokus penelitian meliputi perilaku anak yang menunjukkan kurang bonding dengan ibu bekerja, kendala komunikasi akibat keterbatasan waktu Bersama di rumah, serta strategi komunikasi yang diterapkan ibu bekerja dalam mempertahankan bonding dengan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang kurang bonding dengan ibu bekerja cenderung menunjukkan perilaku tertutup, minim ekspresi emosional dan rendahnya inisiatif dalam berkomunikasi. Kendala komunikasi yang ditemukan meliputi keterbatasan interaksi tatap muka, kelalahan fisik dan emosional ibu, serta perbedaan ritme aktivitas antara ibu dan anak. Untuk mengatasi kendala tersebut, ibu bekerja menerapkan strategi komunikasi efektif seperti menjaga keterbukaan, menunjukkan empati, mengutamakan kualitas komunikasi dibandingkan kuantitas waktu, serta memanfaatkan media komunikasi digital. Penelitian ini menyimpulkan bahwa komunikasi efektif memiliki peran penting dalam menjaga dan memperkuat hubungan bonding antara ibu bekerja dengan anak meskipun ditengah keterbatasan waktu yang dimiliki.

**Kata Kunci:** Komunikasi Efektif, Komunikasi Antarpribadi, Ibu Bekerja, Bonding, Anak

### 1. Pendahuluan

Perubahan sosial dan ekonomi meningkatkan partisipasi perempuan dalam dunia kerja, sehingga banyak ibu menjalankan peran ganda sebagai pekerja dan pengasuh. Tuntutan kerja (*work demands*) yang tinggi berpotensi menimbulkan ketegangan peran (*role strain*), yang dapat memengaruhi kualitas interaksi dalam keluarga, khususnya hubungan ibu dan anak (Liang & Chen, 2025; Kopp et al., 2023). Dalam kajian *work-family conflict*, tekanan kerja sering dikaitkan dengan menurunnya kualitas hubungan keluarga dan kelekatan anak (Liang & Chen, 2025). Bonding merupakan fondasi penting bagi perkembangan psikologis anak karena berkaitan dengan rasa aman, regulasi emosi, dan kesejahteraan sosial. Namun, dalam konteks ibu bekerja, kualitas interaksi dinilai lebih menentukan dibandingkan kuantitas waktu kebersamaan (Budyatna & Ganiem, 2021).

Keterlibatan perempuan dalam dunia kerja secara signifikan meningkatkan tuntutan peran ganda (*work demands*) yang memicu ketegangan peran (*role strain*) serta memengaruhi dinamika kelekatan keluarga (Liang & Chen, 2025). Tekanan dari konflik kerja-keluarga ini sering kali berdampak langsung pada kesehatan mental dan perkembangan psikologis anak jika tidak dikelola dengan baik (Kopp et al., 2023). Meskipun demikian, kekuatan hubungan emosional (*bonding*) antara ibu bekerja dan anak tidak ditentukan oleh kuantitas waktu kebersamaan,

melainkan oleh efektivitas komunikasi antarpribadi yang responsif serta penuh empati (Budyatna & Ganiem, 2021), yang didukung oleh keterbukaan mendasar dalam interaksi interpersonal sehari-hari (DeVito, 2019). Pemahaman mendalam mengenai pola interaksi ini sangat krusial dalam menjaga kohesi serta adaptabilitas di tengah perubahan peran domestik modern (Galvin & Braithwaite, 2017). Guna memahami fenomena ini secara mendalam, pendekatan kualitatif eksploratif diandalkan untuk menggali pengalaman subjektif para ibu secara komprehensif (Sugiyono, 2017), di mana studi kasus pengasuhan digunakan untuk menguraikan interaksi nyata di berbagai sistem keluarga (Abdussamad, 2021). Penentuan informan dalam riset ini menggunakan teknik *purposive sampling* agar data yang diperoleh relevan dengan kriteria yang ditetapkan (Sugiyono, 2022), sedangkan pengolahan datanya mengikuti model interaktif yang mencakup reduksi hingga penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 1994). Melalui pendekatan tersebut, ditemukan bahwa strategi komunikasi interpersonal yang sengaja dibangun terbukti menjadi mekanisme mediasi utama yang menjembatani konflik peran demi mempertahankan kelekatan (Rakhmawati, 2021). Lebih lanjut, penerapan strategi komunikasi efektif seperti *emotion coaching* sangat penting untuk meningkatkan kedekatan emosional (Nuraeni, 2020), yang mampu membentuk kelekatan yang relatif aman bagi anak (Rahmatunnisa, 2019). Di era digital saat ini, pemanfaatan media komunikasi digital juga terbukti efektif berfungsi sebagai jembatan emosional pengasuhan ketika kehadiran fisik ibu terbatas (Christie & Ganiem, 2023). Di samping itu, pengolahan data kualitatif juga menuntut pemahaman mendalam terhadap fenomena sosial secara holistik agar interpretasi yang dihasilkan tetap objektif (Moleong, 2018).

Berikut adalah penambahan **15 paragraf baru** yang ditulis secara terstruktur untuk melengkapi bab Pendahuluan naskah ilmiah Anda, mengelaborasi setiap komponen dalam model konseptual secara mendalam:

Fenomena meningkatnya partisipasi perempuan dalam sektor publik secara struktural telah mengubah lanskap tanggung jawab domestik. Tuntutan kerja (*work demands*) yang mencakup jam kerja yang panjang, beban tugas yang tinggi, serta jadwal yang tidak fleksibel sering kali menguras energi fisik dan psikologis seorang ibu sebelum ia kembali ke rumah. Ketika ekspektasi peran di tempat kerja berbenturan dengan tanggung jawab tradisional sebagai pengasuh utama di ranah domestik, konflik yang tidak terhindarkan ini memicu apa yang dikenal sebagai ketegangan peran (*role strain*).

Ketegangan peran ini tidak hanya bermanifestasi sebagai kelelahan fisik, melainkan juga sebagai beban mental (*mental overload*) yang signifikan. Ibu bekerja sering kali terjebak dalam perasaan bersalah (*maternal guilt*) akibat ketidakmampuan memenuhi standar ideal pengasuhan konvensional sekaligus tuntutan profesionalisme. Tekanan psikologis yang berkepanjangan ini lambat laun dapat menurunkan ambang toleransi stres seorang ibu, yang secara langsung memengaruhi suasana hati (*mood*) dan kesiapan mentalnya saat berinteraksi dengan anggota keluarga di rumah.

Secara teoretis, tingginya tingkat *role strain* yang dialami oleh seorang ibu bertindak sebagai disruptor utama dalam iklim komunikasi keluarga. Ibu yang mengalami kelelahan emosional cenderung menampilkan pola komunikasi yang reaktif, defensif, atau bahkan menarik diri (*withdrawal*) dari interaksi harian. Akibatnya, komunikasi yang terjadi di rumah sering kali hanya bersifat transaksional dan instrumental—seperti memberikan instruksi atau teguran—daripada interaksi yang bersifat interpersonal dan relasional.

Kondisi psikologis ibu yang tidak stabil ini menciptakan lingkungan komunikasi yang kurang aman bagi anak. Anak-anak, yang memiliki kepekaan emosional tinggi, dapat merasakan ketegangan tersebut dan meresponsnya secara negatif, baik dengan ikut menarik diri atau menunjukkan perilaku disruptif untuk mencari perhatian. Ketika saluran komunikasi harian terhambat oleh kelelahan dan stres, peluang untuk melakukan pertukaran pesan yang bermakna antara ibu dan anak menjadi semakin menipis.

Dalam menggeser paradigma dari sekadar durasi kebersamaan (*quantity of time*) menuju kedalaman interaksi (*quality of time*), kualitas komunikasi (*communication quality*) memegang peran sebagai variabel mediator yang krusial. Kualitas komunikasi tidak diukur dari seberapa lama ibu dan anak berada di ruang yang sama, melainkan dari kedalaman pemahaman, keterbukaan (*openness*), dan responsivitas yang terjadi selama proses pertukaran pesan. Ketika kualitas komunikasi terjaga dengan baik, dampak negatif dari *work demands* dan *role strain* dapat dimitigasi secara efektif.

Sebagai mediator, kualitas komunikasi bertindak sebagai jembatan yang menentukan apakah ketegangan peran yang dialami ibu akan merusak hubungan emosional atau tidak. Jika seorang ibu mampu mengelola regulasi emosinya dan tetap menyajikan komunikasi yang berkualitas—ditandai dengan mendengarkan secara aktif (*active listening*) dan memberikan umpan balik yang suportif—maka transmisi stres dari tempat kerja ke lingkungan rumah dapat dihentikan. Sebaliknya, kualitas komunikasi yang buruk akan langsung mempercepat penurunan kelekatan emosional antara ibu dan anak.

Operasionalisasi dari komunikasi yang berkualitas berakar pada dimensi komunikasi antarpribadi yang efektif, khususnya aspek keterbukaan dan empati. Keterbukaan dalam konteks ini melibatkan kesediaan ibu untuk mengekspresikan perasaannya secara jujur namun terukur, serta memberikan ruang bagi anak untuk menyampaikan pikiran dan kecemasannya tanpa takut dihakimi. Pola komunikasi yang terbuka ini menumbuhkan rasa saling percaya (*trust*) yang menjadi fondasi utama hubungan interpersonal yang sehat.

Di sisi lain, empati—baik secara kognitif maupun afektif—memungkinkan ibu untuk melihat dunia dari perspektif anak. Melalui komunikasi yang empatik, ibu tidak hanya mendengar kata-kata yang diucapkan anak, tetapi juga memahami emosi di balik pesan tersebut. Ketika seorang anak merasa didengar dan dipahami kebutuhan emosionalnya oleh ibunya yang sibuk bekerja, validasi emosional ini secara otomatis akan memperkuat rasa aman dan kedekatan di antara keduanya.

Salah satu strategi komunikasi adaptif yang sangat direkomendasikan dalam literatur komunikasi keluarga adalah penerapan *emotion coaching*. Strategi ini menuntut kemampuan ibu untuk memperlakukan emosi negatif anak—seperti kemarahan, kesedihan, atau kekecewaan—bukan sebagai gangguan, melainkan sebagai peluang untuk belajar dan menjalin kedekatan. Ibu yang menerapkan *emotion coaching* akan membantu anak mengenali, memberi nama, dan meregulasi emosi yang sedang dirasakannya secara sehat.

Bagi ibu bekerja yang memiliki keterbatasan waktu, *emotion coaching* menjadi alat yang sangat efisien namun berdampak mendalam. Dialog-dialog pendek yang terjadi saat anak sedang mengalami krisis emosional, jika ditangani dengan teknik pengasuhan emosi yang tepat, dapat menghasilkan efek *bonding* yang jauh lebih kuat dibandingkan kebersamaan berjam-jam yang pasif. Pendekatan komunikasi yang terarah ini secara langsung berkontribusi pada pembentukan kecerdasan emosional anak sejak dini.

Tujuan utama dari pengelolaan komunikasi yang efektif dalam sistem pengasuhan adalah terciptanya *emotional bonding* yang kokoh. *Bonding* atau kelekatan emosional bukanlah status yang statis, melainkan sebuah proses dinamis yang harus terus dipelihara melalui interaksi harian yang konsisten. Hubungan emosional yang kuat ditandai dengan adanya rasa saling ketergantungan yang sehat, kehangatan, dan kemampuan untuk saling memberikan regulasi emosi saat salah satu pihak mengalami tekanan.

Bagi perkembangan psikologis anak, *emotional bonding* dengan ibu adalah kompas utama dalam mengeksplorasi lingkungan sosialnya. Anak yang memiliki kelekatan aman (*secure attachment*) akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih percaya diri, memiliki regulasi emosi yang baik, dan mampu membangun hubungan sosial yang sehat di masa depan. Oleh karena itu, mempertahankan *bonding* di tengah kesibukan profesional ibu bukan sekadar pilihan pola asuh, melainkan sebuah kebutuhan mendasar bagi kesejahteraan psikologis anak.

Relasi antara ketegangan peran, kualitas komunikasi, dan *emotional bonding* tidak berjalan di ruang hampa, melainkan dipengaruhi oleh ekosistem makro di sekitar ibu bekerja. Di sinilah dukungan sosial (*social support*) memegang peran penting sebagai variabel moderator. Dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai pihak, mulai dari suami (pasangan), orang tua atau mertua (multigenerasi), asisten rumah tangga (ART), hingga fasilitas penitipan anak (*daycare*).

Sebagai moderator, dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) yang dapat memperkuat interaksi positif atau memperlemah dampak negatif dalam model konseptual. Ketika seorang ibu menerima dukungan sosial yang adekuat, baik secara instrumental (bantuan fisik tindakan pengasuhan) maupun emosional (pendengaran dan penguatan mental), beban *role strain* yang dirasakannya akan berkurang secara signifikan. Penurunan beban ini secara langsung memberikan ruang bagi ibu untuk mempertahankan komunikasi yang berkualitas bersama anaknya.

Bentuk dukungan sosial yang paling krusial dan memiliki dampak paling langsung terhadap stabilitas emosi ibu bekerja adalah dukungan dari suami. Sistem pengasuhan kolaboratif yang menempatkan suami sebagai mitra setara (*co-parenting*) terbukti mampu meminimalkan konflik peran ganda secara masif. Ketika suami terlibat aktif dalam tugas domestik dan pengasuhan anak, ibu tidak akan mengalami *role overload* yang ekstrem.

Secara psikologis, kehadiran suami yang suportif memberikan rasa aman dan ketenangan bagi istri. Ibu yang merasa didukung oleh suaminya cenderung memiliki tingkat kesabaran yang lebih tinggi dan suasana hati yang lebih positif saat berinteraksi dengan anak. Kemitraan yang harmonis antara ayah dan ibu ini menciptakan lingkungan makro keluarga yang stabil, yang secara tidak langsung memfasilitasi terjadinya proses *bonding* yang sehat antara ibu dan anak.

Selain pasangan, banyak keluarga di Indonesia yang mengandalkan dukungan pengasuhan dari orang tua atau mertua (kakek-nenek). Struktur pengasuhan multigenerasi ini menawarkan rasa aman yang tinggi karena anak diasuh oleh anggota keluarga yang memiliki ikatan darah dan kasih sayang yang tulus. Kehadiran kakek-nenek sangat membantu mengurangi beban praktis ibu bekerja selama jam kantor.

Namun demikian, sistem multigenerasi ini juga membawa tantangan komunikasi yang kompleks. Perbedaan nilai pengasuhan antar-generasi (*intergenerational gap*) sering kali memicu inkonsistensi aturan di rumah, yang dapat membingungkan anak dan memicu miskomunikasi antara ibu dan orang tuanya. Oleh karena itu, efektivitas dukungan ini sangat bergantung pada kemampuan para orang dewasa di dalam rumah untuk melakukan komunikasi yang terbuka dan menyepakati batasan-batasan peran pengasuhan secara jelas.

Bagi ibu bekerja yang tidak memiliki sistem dukungan keluarga besar, pemanfaatan asisten rumah tangga (ART) atau menitipkan anak di fasilitas *daycare* menjadi pilihan yang tidak terhindarkan. Kehadiran ART memberikan keringanan dalam pengelolaan tugas-tugas domestik, sehingga waktu ibu saat tiba di rumah dapat sepenuhnya dialokasikan untuk anak. Sementara itu, *daycare* menawarkan lingkungan pengasuhan yang lebih terstruktur dengan stimulasi perkembangan yang profesional.

Tantangan utama dari penggunaan dukungan eksternal ini adalah risiko pergeseran figur kelekatan emosional jika ibu tidak waspada. Jika ART atau pengasuh di *daycare* menampilkan *emotional availability* yang lebih konsisten daripada ibu, anak mungkin akan mengembangkan kelekatan yang lebih kuat kepada mereka. Oleh karena itu, ibu yang memanfaatkan dukungan ini dituntut untuk memiliki komitmen yang lebih tinggi dalam membangun strategi rekoneksi emosional yang intens setiap kali mereka berkumpul kembali dengan anak.

Perkembangan teknologi komunikasi di era digital memberikan dimensi baru dalam pemeliharaan hubungan keluarga bagi ibu bekerja. Batasan ruang dan waktu yang dahulu menjadi hambatan mutlak kini dapat dijumpai melalui berbagai media digital, seperti *video call*, pesan instan, dan perangkat pemantau interaktif. Teknologi memungkinkan ibu untuk tetap "hadir" secara virtual di sela-sela kesibukan kerjanya.

Meskipun demikian, teknologi komunikasi harus diposisikan secara bijak sebagai jembatan emosional pelengkap, bukan sebagai pengganti kehadiran fisik secara total. *Video call* di siang hari dapat memberikan rasa tenang dan menjaga konektivitas emosional antara ibu dan anak, namun kehangatan dari sentuhan fisik, tatap mata langsung, dan pelukan saat malam hari tetap menjadi instrumen *bonding* yang tidak tergantikan oleh kecerdasan buatan atau layar digital mana pun.

Mengkaji dinamika komunikasi keluarga dan *bonding* pada ibu bekerja di Indonesia tidak dapat dilepaskan dari konteks nilai sosiokultural yang berlaku. Budaya masyarakat Indonesia masih menempatkan nilai-nilai domestik paternalistik yang kuat, di mana wanita ideal sering kali didefinisikan melalui kesempurnaannya dalam mengurus rumah tangga dan membesarkan anak. Tuntutan kultural ini menciptakan standar ganda bagi perempuan yang memilih atau terpaksa harus bekerja demi pemenuhan ekonomi keluarga.

Beban kultural ini sering kali melipatgandakan *role strain* yang dialami oleh ibu bekerja di Indonesia jika dibandingkan dengan masyarakat Barat yang lebih individualis. Di sisi lain, budaya kolektivisme Indonesia juga menyediakan modal sosial berupa jaringan keluarga besar yang siap membantu. Heterogenitas sistem pendukung inilah yang membuat studi mengenai strategi komunikasi interpersonal ibu bekerja di Indonesia menjadi sangat kontekstual dan menarik untuk diteliti secara spesifik.

Urgensi dari penelitian ini didasarkan pada kenyataan bahwa sebagian besar literatur mengenai *work-family conflict* dan kelekatan anak masih didominasi oleh perspektif psikologi perkembangan kuantitatif yang melihat struktur keluarga secara kaku. Masih sangat terbatas penelitian yang membedah proses tersebut dari sudut pandang ilmu komunikasi, khususnya bagaimana kualitas komunikasi interpersonal berfungsi secara dinamis sebagai mekanisme penyelamat hubungan di tengah badai tekanan kerja.

Melalui pengajuan model konseptual yang menempatkan Kualitas Komunikasi sebagai mediator dan Dukungan Sosial sebagai moderator, penelitian ini berupaya mengisi celah teoretis tersebut. Penelitian ini menawarkan pemahaman yang lebih cair dan aplikatif mengenai bagaimana ibu bekerja dengan berbagai variasi sistem dukungan (ART, ibu tunggal, *daycare*, dukungan suami, atau orang tua) mengonstruksi strategi komunikasi mereka demi mempertahankan kualitas hubungan emosional dengan buah hati mereka.

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah teori komunikasi keluarga, khususnya dalam menjelaskan interaksi adaptif antara tekanan eksternal organisasi (tempat kerja) dan retensi kelekatan interpersonal di dalam sistem keluarga. Penelitian ini membuktikan bahwa dampak dari struktur kerja tidak bersifat deterministik merusak keluarga, melainkan sepenuhnya dimediasi oleh kapasitas dan kualitas komunikasi yang dibangun secara sengaja oleh aktor-aktor di dalamnya.

Secara praktis, penelitian ini memberikan kontribusi nyata berupa panduan taktis bagi para ibu bekerja dalam mengoptimalkan keterbatasan waktu melalui komunikasi interpersonal yang efektif. Selain itu, hasil analisis mengenai peran penting berbagai jenis dukungan sosial dapat menjadi rekomendasi bagi para pengambil kebijakan di tingkat korporasi maupun pemerintah untuk menciptakan ekosistem kerja yang ramah keluarga (*family-friendly policies*), demi mendukung kesejahteraan psikologis ibu dan anak secara berkelanjutan.

Penelitian sebelumnya banyak membahas *work-family conflict* dan *attachment*, namun belum secara spesifik mengkaji strategi komunikasi interpersonal sebagai variabel utama dalam konteks sistem pengasuhan yang beragam. Selain itu, peran komunikasi sebagai mekanisme mediasi antara ketegangan peran dan *bonding* emosional masih terbatas dibahas dalam literatur komunikasi keluarga (Rakhmawati, 2021; Nuraeni, 2020).

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini mengajukan model konseptual berikut:



DOI: <https://doi.org/10.69693/ijmst.v4i2.10578>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Model ini menjelaskan bahwa tuntutan kerja memicu ketegangan peran yang memengaruhi kualitas komunikasi ibu dengan anak. Kualitas komunikasi berperan sebagai mediator dalam menentukan kuat atau lemahnya bonding, sementara dukungan sosial berfungsi sebagai moderator yang memperkuat atau melemahkan hubungan tersebut. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran komunikasi efektif dalam menjalin bonding antara ibu bekerja dan anak, serta kontribusi dukungan sosial dalam konteks peran ganda.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami dinamika hubungan ibu bekerja dan anak dalam konteks sistem pengasuhan yang berbeda. Pendekatan ini dipilih untuk menggali pengalaman subjektif serta peran komunikasi dalam membangun bonding (Sugiyono, 2017; Abdussamad, 2021). Penelitian dilakukan di Jabodetabek dengan teknik *purposive sampling* (Sugiyono, 2022). Jumlah total informan adalah 15 orang (n=15), yang terbagi dalam lima kategori dan masing-masing kategori terdiri dari tiga ibu bekerja, yaitu: (1) ibu dengan bantuan asisten rumah tangga (ART), (2) ibu tunggal, (3) ibu dengan anak di *daycare*, (4) ibu dengan dukungan suami, dan (5) ibu dengan dukungan orang tua. Kriteria informan adalah ibu yang aktif bekerja minimal enam bulan terakhir dan memiliki anak usia 3–10 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dengan durasi rata-rata 60–90 menit per informan. Seluruh wawancara direkam dengan persetujuan informan dan ditranskripsikan secara verbatim. Penelitian ini telah memenuhi prinsip etika penelitian, di mana setiap informan menandatangani *informed consent* sebelum wawancara dan dijamin kerahasiaan identitasnya. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2017). Proses analisis dilakukan melalui tahap *open coding* untuk mengidentifikasi kategori awal, kemudian dilanjutkan dengan *axial coding* untuk menghubungkan tema-tema utama seperti pola komunikasi, konflik kerja keluarga, dukungan sosial, dan kualitas bonding. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber antar kategori informan guna memastikan konsistensi temuan.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Ibu Bekerja dengan Anak Bersama ART

Pada kategori ibu bekerja yang dibantu ART, temuan menunjukkan bahwa bonding tidak secara otomatis melemah akibat kehadiran pengasuh. Kualitas kelekatan tetap dipengaruhi oleh *emotional availability* ibu dan kejelasan pembagian peran. Salah satu informan menyatakan, “*Walaupun sehari-hari sama mba, kalau saya pulang saya selalu tanya dia cerita apa saja hari ini, happy atau enggak hari ini. Terus sama mbak dirumah tadi makan pake apa?*” (Ibu G, 27 tahun), yang menunjukkan upaya menjaga kedekatan melalui komunikasi langsung. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa kualitas komunikasi interpersonal yang responsif dan empatik menjadi fondasi dalam membangun kedekatan emosional (Budyatna & Ganiem, 2021), serta memperkuat kelekatan anak meskipun ibu memiliki keterbatasan waktu (Rahmatunnisa, 2019).

Selain dinamika dengan ART, penelitian juga menemukan bahwa hambatan komunikasi pada ibu bekerja, termasuk ibu tunggal, bersumber dari keterbatasan waktu, kelelahan fisik dan emosional, serta konflik peran ganda. Kondisi ini berpotensi menimbulkan komunikasi yang reaktif dan miskomunikasi ketika ibu dan anak berada dalam kondisi emosional yang tidak selaras. Namun demikian, praktik seperti *emotion coaching*, sentuhan fisik, dialog setelah emosi mereda, serta pendinginan emosi menunjukkan adanya strategi adaptif yang membantu menjaga stabilitas kelekatan.

Meskipun demikian, sebagian ibu menerapkan strategi adaptif seperti menunda respons saat emosi memuncak dan melakukan dialog setelah situasi lebih tenang. Seperti dinyatakan oleh informan lain, “*Kalo aku lagi emosi, aku pilih diam dulu. Nanti setelah tenang baru aku ajak ngobrol baik-baik*” (Ibu M, 33 tahun). Temuan ini menegaskan bahwa dampak peran ganda tidak bersifat deterministik, melainkan dimediasi oleh kemampuan regulasi emosi dan kualitas komunikasi. Dengan demikian, bonding lebih ditentukan oleh konsistensi kehadiran emosional dibandingkan kuantitas waktu kebersamaan.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa bonding antara ibu bekerja dan anak tidak ditentukan oleh kuantitas waktu, melainkan oleh kualitas kehadiran emosional, konsistensi interaksi, dan strategi komunikasi yang disengaja. Teknologi dapat berfungsi sebagai jembatan emosional ketika kehadiran fisik terbatas, selama tidak menggantikan interaksi langsung. Dengan demikian, kelekatan emosional dalam keluarga ibu bekerja merupakan hasil dari kombinasi antara komitmen personal ibu, pengelolaan peran ganda, serta dukungan lingkungan pengasuhan yang terstruktur dan konsisten (Liang & Chen, 2025).

### Ibu Bekerja dengan Status Ibu Tunggal

Kategori ibu bekerja dengan status ibu tunggal menunjukkan dinamika bonding yang lebih kompleks dibandingkan keluarga dengan pasangan. Seluruh peran sebagai pencari nafkah, pengasuh utama, dan sumber regulasi emosi anak tertumpu pada satu figur, sehingga ibu berada dalam kondisi *role overload* yang intens. Tekanan ini memunculkan konflik peran antara tuntutan profesional dan tanggung jawab domestik, yang berpotensi

memengaruhi kapasitas emosional ibu dalam membangun interaksi yang responsif dan konsisten dengan anak. Temuan menunjukkan adanya variasi dalam kemampuan adaptif ibu tunggal. Sebagian informan mengungkapkan mengalami kelelahan emosional yang berdampak pada pola komunikasi yang lebih reaktif dan kurang sabar terhadap anak. Salah satu informan menyatakan, “*Aku sering merasa bingung dan terkadang kewalahan, tapi aku nggak mau anak ku merasa ditinggalin.*” (Ibu F, 28 tahun). Pernyataan ini menggambarkan adanya konflik batin antara kelelahan peran dan kebutuhan untuk tetap hadir secara emosional bagi anak. Dalam kerangka komunikasi interpersonal, kualitas responsivitas dan empati tetap menjadi faktor kunci dalam mempertahankan kedekatan emosional (Budyatna & Ganiem, 2021).

Respons anak dalam konteks ini juga bersifat adaptif. Anak cenderung menyesuaikan diri terhadap kondisi ibu, baik dengan menunjukkan kemandirian lebih dini maupun dengan tetap aktif mencari kedekatan emosional, kelekatan yang relatif aman tetap dapat terbentuk (Rahmatunnisa, 2019). Selama ibu mampu menjaga kehadiran emosional dan responsivitas, kelekatan yang relatif aman tetap dapat terbentuk meskipun sistem pengasuhan tidak ideal.

Strategi yang digunakan ibu tunggal untuk mempertahankan bonding bersifat kontekstual dan fleksibel, mulai dari membangun rutinitas komunikasi, memanfaatkan teknologi saat bekerja, hingga menekankan sentuhan fisik dan kehadiran langsung. Dukungan keluarga turut berperan sebagai faktor protektif dalam mengurangi beban praktis dan emosional. Secara keseluruhan, kualitas bonding pada ibu tunggal lebih ditentukan oleh intensitas komunikasi, konsistensi interaksi, dan kesadaran emosional ibu, bukan oleh struktur keluarga semata.

### **Ibu Bekerja dengan Anak di Daycare**

Penelitian pada kategori ibu bekerja yang mengandalkan *daycare* menunjukkan bahwa pembentukan kelekatan emosional antara ibu dan anak bersifat dinamis serta dipengaruhi oleh kualitas interaksi, bukan semata oleh durasi kebersamaan. Pengalaman Ibu Y, Ibu D, dan Ibu A memperlihatkan variasi respons anak dan strategi ibu dalam menjaga bonding. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan *daycare* tidak secara otomatis melemahkan relasi emosional, melainkan sangat bergantung pada konsistensi kehadiran emosional ibu dan kemampuan mengelola rekoneksi setelah perpisahan fisik.

Hambatan komunikasi menjadi temuan signifikan dalam ketiga kasus, terutama akibat kelelahan fisik dan emosional setelah bekerja. Keterbatasan waktu berkualitas memengaruhi kemampuan anak dalam mengungkapkan emosi, khususnya pada tahap perkembangan usia dini. Salah satu informan mengatakan, “*Memang dari pagi sampai sore dia di daycare, tapi setiap saya jemput saya selalu tanya dia hari ini ngapain saja. Saya peluk dulu, baru ngobrol pelan-pelan supaya dia cerita sendiri*” (Ibu Y, 29 tahun).

Strategi pemeliharaan bonding yang ditemukan meliputi percakapan rutin, keterlibatan anak dalam aktivitas domestik, pemanfaatan akhir pekan sebagai ruang kebersamaan, serta penggunaan teknologi seperti *video call* untuk menjaga konektivitas emosional. Rutinitas harian berfungsi sebagai jangkar emosional yang memberikan rasa stabilitas bagi anak. Dukungan sosial, khususnya dari pasangan dan keluarga, juga berperan dalam memperkuat kapasitas ibu menjalankan peran ganda secara lebih seimbang.

Secara keseluruhan, temuan menunjukkan bahwa bonding antara ibu bekerja dan anak lebih ditentukan oleh kualitas kehadiran emosional, konsistensi komunikasi, serta strategi adaptif yang dibangun secara sadar. *Daycare* berfungsi sebagai perpanjangan sistem pengasuhan, bukan pengganti peran ibu. Dengan pendekatan komunikasi yang responsif dan kolaboratif, ibu bekerja tetap mampu mempertahankan hubungan emosional yang sehat dan bermakna dengan anak di tengah tuntutan profesional yang dijalani.

### **Ibu Bekerja dengan Anak Bersama Orangtua**

Pengasuhan ibu bekerja yang didukung secara intens oleh kakek-nenek menghadirkan dinamika multigenerasi yang kompleks dalam pembentukan bonding ibu anak. Temuan dari pengalaman Chrisan, Savira, dan Emfina menunjukkan bahwa keterlibatan generasi ketiga bersifat ambivalen: memberikan dukungan praktis dan rasa aman bagi anak, namun sekaligus berpotensi menggeser ruang kelekatan emosional ibu apabila tidak disertai keselarasan nilai dan aturan pengasuhan. Dengan demikian, kualitas bonding tidak hanya dipengaruhi oleh relasi ibu anak secara langsung, tetapi juga oleh konfigurasi relasi dalam sistem keluarga yang lebih luas. Hambatan komunikasi dalam konteks multigenerasi muncul terutama akibat keterbatasan waktu, distraksi pekerjaan, serta intervensi figur pengasuh lain dalam alur penyampaian pesan anak. Kelelahan fisik dan emosional setelah bekerja turut menurunkan kapasitas respons empatik ibu, sehingga sinkronisasi emosi antara ibu dan anak tidak selalu tercapai. Selain itu, ketidakkonsistenan aturan dalam keluarga besar berpotensi memicu miskomunikasi, khususnya ketika anak merujuk pada izin atau kebiasaan yang berbeda antara ibu dan kakek-nenek.

Temuan ini menegaskan bahwa hambatan komunikasi bukan sekadar persoalan interpersonal, melainkan juga struktural dan kontekstual. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa bonding ibu bekerja dalam konteks pengasuhan multigenerasi tidak ditentukan oleh durasi kebersamaan, melainkan oleh konsistensi kehadiran emosional, keselarasan nilai pengasuhan antar anggota keluarga, serta strategi komunikasi yang reflektif

dan adaptif. Dukungan kakek-nenek dapat menjadi kekuatan signifikan apabila dikelola melalui kesepahaman peran dan komunikasi yang terbuka antarorang dewasa, sehingga kelekatan ibu anak tetap terjaga secara sehat meskipun berada dalam dinamika keluarga yang kompleks.

### Ibu Bekerja dengan Anak Bersama Suami

Kategori ibu bekerja yang mengasuh anak bersama suami menunjukkan pola pengasuhan yang relatif lebih stabil secara emosional dibandingkan konfigurasi lainnya. Kehadiran suami sebagai mitra pengasuhan berfungsi sebagai sumber dukungan instrumental maupun emosional yang signifikan. Pembagian peran yang lebih seimbang membantu ibu mengurangi tekanan peran ganda, sehingga kapasitasnya dalam membangun komunikasi yang hangat dan responsif dengan anak tetap terjaga.

Dalam konteks ini, bonding antara ibu dan anak tidak hanya dibentuk melalui interaksi langsung, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas relasi pasangan. Suami yang terlibat aktif dalam pengasuhan cenderung berperan sebagai penyangga stres (*buffer*) terhadap kelelahan kerja ibu. Dukungan tersebut memungkinkan ibu mempertahankan stabilitas emosi, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap konsistensi komunikasi interpersonal dengan anak. Salah seorang informan menyatakan, "Suami saya selalu bilang, 'kamu jangan terlalu keras sama diri sendiri.' jadi kalau lagi lelah, kami bagi tugas. Itu bikin saya lebih sabar waktu sama anak" (Ibu NF, 31 tahun).

Selain itu, sistem pengasuhan kolaboratif menciptakan lingkungan keluarga yang lebih terstruktur dan harmonis. Kesepakatan nilai, aturan, serta pola komunikasi antara ibu dan suami memberikan rasa aman bagi anak, sehingga proses kelekatan berlangsung secara alami. Anak tidak mengalami ambiguitas peran figur pengasuh karena kedua orang tua berfungsi secara komplementer, bukan kompetitif. Namun demikian, efektivitas kategori ini tetap bergantung pada kualitas komunikasi pasangan. Ketika terjadi ketidakseimbangan beban pengasuhan atau kurangnya koordinasi, potensi konflik dapat memengaruhi kualitas interaksi ibu dengan anak. Oleh karena itu, keberhasilan bonding dalam kategori ibu bekerja dengan suami sangat ditentukan oleh kemitraan yang adaptif, komunikasi yang terbuka, serta komitmen bersama dalam menjalankan fungsi pengasuhan.

## 4. Kesimpulan

Penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi memegang peran sentral dalam membangun dan mempertahankan bonding emosional antara ibu bekerja dan anak. Meskipun ibu menghadapi keterbatasan waktu, kelelahan fisik, serta tuntutan peran ganda, kualitas komunikasi yang hangat, terbuka, dan penuh kehadiran emosional terbukti lebih menentukan daripada durasi kebersamaan. Bonding tidak ditentukan oleh lamanya waktu bersama, melainkan oleh kualitas respons emosional dan interaksi yang terjalin secara konsisten. Pola komunikasi ibu bekerja menunjukkan variasi yang dipengaruhi oleh kondisi keluarga, status pernikahan, serta dukungan sosial yang tersedia. Teori peran ganda menjelaskan bahwa work demands dapat memunculkan role strain yang berdampak pada hambatan komunikasi, seperti keterbatasan waktu dan kelelahan emosional. Namun, ibu yang mampu menerapkan strategi komunikasi adaptif melalui pengaturan waktu, regulasi emosi, dan keterbukaan dalam keluarga cenderung lebih berhasil menjaga kelekatan anak. Temuan ini memperkuat posisi komunikasi sebagai variabel mediasi antara tekanan peran ganda dan kualitas bonding. Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan kajian komunikasi keluarga dengan menempatkan komunikasi interpersonal sebagai mekanisme kunci dalam menjembatani konflik peran dan kelekatan emosional. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi ibu bekerja untuk memprioritaskan kualitas interaksi, bagi keluarga untuk memperkuat dukungan emosional, serta bagi lingkungan kerja untuk menciptakan kebijakan yang lebih ramah keluarga guna mengurangi tekanan peran ganda. Adapun keterbatasan penelitian ini terletak pada cakupan wilayah yang terbatas serta fokus pada perspektif ibu tanpa melibatkan sudut pandang anak secara langsung. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*), melibatkan perspektif anak maupun pengasuh, serta memperluas karakteristik informan agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika komunikasi dan bonding dalam keluarga ibu bekerja

## Reference

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press.
- Budyatna, M., & Ganiem, L. M. (2021). *Teori Komunikasi Antarpribadi* (2nd ed.). Jakarta: Prenada Media Grup (Kencana).
- Christie, G. A., & Ganiem, L. M. (2023). Komunikasi Efektif sebagai Faktor Penentu Bonding Ibu Bekerja Dengan Anak. *Indonesian Journal of Multidisciplinary on Social and Technology*, 2(1), 1-5. (Referensi Utama dari dokumen file: *Artikel+Journal+Gabrielle+(template+Sinta+5).docx*).
- DeVito, J. A. (2019). *The Interpersonal Communication Book* (15th ed.). Boston: Pearson.
- Galvin, K. M., & Braithwaite, D. O. (2017). *Family Communication: Cohesion and Change*. New York: Routledge.
- Kopp, M., Lindauer, M., & Garthus-Niegel, S. (2023). Association between maternal employment and the child's mental health: A systematic review with meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02084-7>
- Liang, J., & Chen, Z. (2025). Parents' work-family conflict and parent-child relationship: The mediating role of parenting burnout and the moderating role of self-compassion. *PLOS ONE*, 20(1), e0319675. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0319675>
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

DOI: <https://doi.org/10.69693/ijmst.v4i2.10578>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Nuraeni, A. (2020). Strategi Komunikasi Interpersonal Ibu dalam Meningkatkan Kedekatan Emosional dengan Anak. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 8(1), 55–64.
- Rahmatunnisa, S. (2019). Kelekatan anak dengan ibu bekerja di era digital. *Jurnal Ilmiah Universitas Negeri Padang*, 6(1).
- Rakhmawati, F. Y. (2021). Komunikasi ibu bekerja dalam membangun kelekatan dengan anak. *Jurnal Ilmiah Universitas Brawijaya*, 2(2).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Interpretif, Interaktif, dan Konstruktif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.