ISSN: 2549-8959 (Online - Elektronik)
Pages 2767-2779

Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini

journal homepage: https://obsesi.or.id/index.php/obsesi

Dampak *Co-Sleeping* terhadap Ketergantungan sebagai Perilaku Maladaptif Anak Usia 5-6 Tahun Menuju Kesiapan Sekolah Dasar

Revalina Nazhwa [1]✉, Neneng Tasu'ah [2]
[1 2] Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Semarang, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Abstrak

Memasuki jenjang sekolah dasar, anak usia 5-6 tahun diharapkan memiliki kemandirian dan regulasi emosi yang memadai, sehingga praktik *co-sleeping* penting dikaji karena berpotensi berkaitan dengan kesiapan adaptasi anak di sekolah. Penelitian kualitatif dengan desain studi kasus ini dilakukan di TK Islam Muslimah, melibatkan 5 anak sebagai subjek melalui purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam dengan orang tua dan guru, serta dokumentasi, dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Dari 22 anak kelas B, 11(50%) menerapkan *co-sleeping* tanpa perilaku maladaptif, 5 (22,7%) menunjukkan perilaku maladaptif ringan, dan 1 (4,5%) menunjukkan perilaku maladaptif dominan. Temuan menunjukkan co-sleeping bukan penyebab tunggal perilaku maladaptif, melainkan berinteraksi dengan pola pendampingan orang tua yang berlebihan di berbagai konteks kehidupan anak. Praktik ini dilatarbelakangi motif emosional, budaya, dan structural. Penelitian merekomendasikan strategi transisi (gradual withdrawal) menuju kemandirian tidur melalui kolaborasi sekolah dan keluarga yang sensitive terhadap konteks budaya dan ekonomi keluarga.

Kata kunci: co-sleeping, kemandirian, perilaku maladaptif, regulasi emosi

Abstract

Entering elementary school, children aged 5–6 years are expected to have adequate independence and emotional regulation, so the practice of co-sleeping is important to study because it has the potential to be related to children's readiness to adapt at school. This qualitative research with a case study design was conducted at the Muslimah Islamic Kindergarten, involving 5 children as subjects through purposive sampling. Data were collected through observation, in-depth interviews with parents and teachers, and documentation, analyzed using the Miles and Huberman interactive model. Of the 22 children in grade B, 11 (50%) practiced co-sleeping without maladaptive behavior, 5 (22.7%) showed mild maladaptive behavior, and 1 (4.5%) showed dominant maladaptive behavior. The findings indicate that co-sleeping is not the sole cause of maladaptive behavior, but rather interacts with patterns of excessive parental supervision across various contexts of the child's life. This practice is motivated by emotional, cultural, and structural motives. The study recommends a gradual transition strategy (gradual withdrawal) towards independent sleep through school-family collaboration that is sensitive to the family's cultural-economic context.

Keywords: co-sleeping, independence, maladaptive behavior, emotion regulation

Copyright (c) 2026 Revalina Nazhwa, et. al
✉ Corresponding author :
E-mail address : revalinaa2004@students.unnes.ac.id (Semarang, Indonesia)
Received 26 July 2026, Accepted 26 August 2026, Published 26 August 2026

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Pendahuluan

Praktik *Co-sleeping* menurut Mileva-Seitz dkk., (2017) didefinisikan mengacu pada praktik orang tua dan anak tidur dalam jarak yang sangat dekat, baik berbagi tempat tidur maupun berbagi ruang tidur, sehingga memungkinkan terjadinya kedekatan fisik selama tidur. Adapun menurut Hellen L. Ball, *co-sleeping* adalah praktik anggota keluarga tidur bersama, baik berbagi tempat tidur maupun berbagi ruang tidur. Data pravelensi gangguan tidur pada anak usia dibawah 3 tahun dilima kota besar Indonesia mencatat bahwa kebiasaan berbagi tempat tidur (bed-sharing) ditemukan pada mayoritas anak yang diteliti, jauh lebih tinggi dibandingkan co-sleeping dalam pengertian berbagi ruangan saja. Studi lintas wilayah urban-ural terbaru turut menunjukkanbahwa pengetahuan dan praktik ibu terkait pelatihan tidur mandiri anak berbeda signifikan berdasarkan tingkat pendidikan, status pekerjaan, dan kondisi sosial-ekonomi keluarga, dengan ibu di wilayah perkotaan.

Kajian terkini mulai menoyoroti keterkaitan antara pola kelekatan atau ketergantungan dan kesiapan anak menghadapi pemisahan dari pengasuh utama. Nurshabrina dkk., (2024), mengungkapkan bahwa kecemasan pada anak pasekolah dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal, seperti kematangan emosi dan kognitif anak, serta faktor eksternal berupa pola pengasuhan dan lingkungan tumbuh kembang, termasuk kebiasaan tidur yang diterapkan dirumah. Sejalan dengan itu, I. Puspitasari & Hidayat, (2023), menjelaskan bahwa terlaksananya peran kedua orangtua secara proporsional akan mendukung terwujudnya pengasuhan positif bagi tumbuh kembang anak. Adapun penelitian Meisaroh & Salim, (2024), mengemukakan, peran orang tua merupakan sebuah kunci utama dalam sebuah keberhasilan pendidikan seorang anak mengingat bahwa anak sangat dekat dengan orang tuanya, sehingga orang tua perlu berupaya untuk menjadikan dirinya lebih baik dan juga tidak boleh kalah dengan sifat anak yang terlalu manja di tengah perubahan zaman yang begitu cepat. Selain peran orang tua yang dapat menangani kecemasan berpisah pada anak, adapun peran guru yang dapat membantu menangani kecemasan berpisah pada anak terjadi akibat pola asuh co-sleeping yang dilakukan oleh orang tua anak, hal ini sejalan dengan Wulandari & Nisa, (2024). menyoroti peran guru dalam menangani kecemasan berpisah pada anak usia dini, yang mengindikasi bahwa gejala tersebut cukup umum dijumpai di lingkungan PAUD dan menurut intervensi terstruktur. Khairani & Arifa Lubis, S.Sos,. Ma, (2025), bahkan telah menguji efektivitas pendekatan mindful parenting untuk mengatasi rasa takut berpisah pada anak usia dini, menunjukkan bahwa persoalan ini dianggap cukup mendesak untuk ditangani melalui pendekatan pengasuhan lebih reflektif.

Di sisi lain, Sholiha dkk., (2025) dalam Jurnal Obsesi mengemukakakan bahwa lingkungan pengasuhan terstruktur dengan pembiasaan konsistensi, seperti yang diterapkan di tempat penitipan anak, mampu mendukung kemandirian dan kedisiplinan anak usia dini secara signifikan, mengindikasikan bahwa pola pengasuhan di rumah, termasuk kebiasaan tidur, turut membentuk lintasan kemandirian anaki.

Secara teoritis, menurut Elizabeth B. Hurlock, perilaku maladaptif berkaitan dengan ketidakmampuan anak dalam menyelesaikan tugas perkembangan sesuai tahap usianya. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan pada penelitian Daulay (2021) yang mengatakan, bahwa perilaku *maladaptive* anak merupakan perilaku anak yang tidak mampu menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan keadaan sekelilingnya secara wajar, dan tidak mampu beradaptasi sesuai dengan tahapan perkembangan usianya. Anak dikatakan mengalami hambatan perkembangan apabila tidak mampu menyesuaikan perilaku dengan tuntutan lingkungan sosial dan perkembangan usianya. Hal ini dipertegas Daulay dkk., (2018), menunjukkan perilaku yang berlebihan/eksesif (misalnya hiperaktif, tantrum, agresif); dan perilaku yang berkekurangan/defisit (misalnya senang menyendiri, dan terbatasnya kontak mata saat bersosialisasi), yang dapat dimaknai sebagai perilaku maladaptive.

Permasalahan penelitian ini terlihat pada munculnya perilaku maladaptif pada anak usia 5–6 tahun, seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, kesulitan mengontrol emosi, perilaku menarik diri, serta rendahnya kemampuan berinteraksi sosial. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian anak belum mencapai perkembangan kemandirian dan regulasi emosi yang optimal, padahal pada usia tersebut anak sedang berada pada tahap persiapan menuju sekolah dasar yang menuntut kemampuan adaptasi sosial dan emosional yang lebih matang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Tsabita dkk., (2026) pada penelitian mengenai pola asuh permisif yang memperlihatkan jika pengasuhan permisif mempunyai dua pengaruh pada perkembangan sosial emosional anak, dengan kontribusi positif pada kepercayaan diri, empati dan interaksi sosial, namun juga memunculkan kendala pada kemandirian, regulasi emosi dan kepatuhan terhadap aturan.Permasalahan lain terletak pada masih rendahnya pemahaman orang tua mengenai dampak jangka panjang praktik *co-sleeping* terhadap perkembangan anak. Banyak orang tua menerapkan kebiasaan tidur bersama tanpa mempertimbangkan kesiapan anak untuk mandiri, terutama menjelang usia sekolah.

Berdasarkan berbagai permasalahan dan faktor tersebut, sejalan dengan hasil observasi awal di TK Islam Muslimah, aktivitas yang sering dijumpai adalah kecenderungan orang tua untuk membersamai anak, misalnya

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

dengan selalu mendampingi anak di lingkungan sekolah, mulai dari mengantar, mendampingi pada saat aktivitas di kelas hingga menjemput, dengan alih alih memberikan dukungan emosional. Namun, pola tersebut berpotensi menimbulkan permasalahan, karena secara tidak langsung dapat memperkuat ketergantungan anak terhadap orang tua. Ketergantungan ini termasuk salah satu bentuk perilaku maladaptif yang dapat menghambat perkembangan kemandirian dan regulasi emosi anak. Kondisi ini sejalan dengan temuan Nurfitriyanie & Kurniawati (2023) pada penelitiannya yang membahas *(Separation Anxiety Disorder)* gangguan ini merujuk pada ketakutan atau kecemasan berpisah dengan pengasuh utama atau figur yang memiliki kelekatan.

Hal ini sejalan dengan pendapat penelitian Yanti dkk., (2025), yang menyatakan bahwa masalah perilaku maladaptif salah satunya dipengaruhi oleh keluarga karena keluarga merupakan lingkungan sosial terkecil yang pertama kali dan paling sering ditemui. Premis ini relevan untuk menjelaskan mekanisme spesifik bagaimana co-sleeping, sebagai salah satu pola relasi yang terbentuk dalam lingkungan keluarga tersebut, dapat menciptakan ketidaksiapan anak menghadapi tuntutan lingkungan sekolah yang secara struktural sangat berbeda dari lingkungan rumah.

Mekanisme pertama berkaitan dengan perbedaan struktur kehadiran pengasuh. Di rumah, anak yang co-sleeping terbiasa dengan kehadiran fisik orang tua yang konstan dan responsif seketika, termasuk pada saat-saat rentan seperti menjelang tidur atau ketika terbangun malam. Lingkungan sekolah, sebaliknya, menuntut anak berfungsi dalam periode-periode terjadwal tanpa kehadiran pengasuh utama, dengan guru sebagai figur pengganti yang harus membagi perhatian pada banyak anak sekaligus. Anak yang seluruh kapasitas regulasi emosinya terbentuk melalui kehadiran fisik yang instan dan eksklusif, seperti tergambar pada kasus KAG, tidak memiliki repertoar strategi menenangkan diri secara mandiri ketika kehadiran itu tiba-tiba tidak tersedia, sehingga situasi pemisahan di gerbang sekolah dialami sebagai ancaman terhadap rasa aman, bukan sekadar rutinitas transisi yang wajar.

Mekanisme kedua berkaitan dengan kegagalan transfer basis rasa aman dari figur lekat ke ruang yang lebih luas. Keluarga sebagai lingkungan sosial pertama idealnya berfungsi sebagai laboratorium awal bagi anak untuk berlatih mempercayai bahwa rasa aman dapat tetap ada meski sumbernya tidak selalu hadir secara fisik, sebuah proses yang secara bertahap mempersiapkan anak untuk mempercayai figur otoritas baru (guru) dan lingkungan baru (kelas) di luar rumah. Ketika keluarga tidak memberi ruang bagi proses ini, sebagaimana tampak pada pola pendampingan penuh yang dilaporkan hampir semua orang tua di lokasi penelitian, anak tidak sempat mengalami "generalisasi rasa aman" tersebut, sehingga sekolah tetap dipersepsi sebagai ruang asing yang mengancam, bukan ruang yang aman kedua.

Mekanisme ketiga berkaitan dengan tuntutan regulasi diri yang bersifat kolektif di sekolah versus regulasi yang sepenuhnya dibantu di rumah. Lingkungan keluarga dengan co-sleeping cenderung menyediakan regulasi emosi anak secara eksternal dan instan (co-regulation penuh oleh orang tua), sementara lingkungan sekolah menuntut anak mulai menjalankan sebagian regulasi emosi secara mandiri (self-regulation) di tengah aturan dan rutinitas kelompok, seperti duduk tenang, menunggu giliran, atau mengikuti kesepakatan kelas

Dengan demikian, keluarga sebagai lingkungan sosial pertama tidak hanya membentuk perilaku maladaptif secara langsung, tetapi juga menentukan sejauh mana anak memiliki "modal regulasi diri" yang dapat dibawa dan diterapkan ketika memasuki lingkungan sosial kedua yang menuntut aturan berbeda, yaitu sekolah. Implikasinya, intervensi yang efektif perlu memastikan keluarga tidak hanya berhenti pada pemberian rasa aman, tetapi secara aktif melatih anak mentransfer rasa aman tersebut ke figur dan ruang baru secara bertahap, sebagaimana direkomendasikan melalui strategi gradual withdrawal dalam penelitian ini.

Co-sleeping dapat berimplikasi pada munculnya perilaku maladaptif ketika anak dihadapkan pada tuntutan lingkungan sekolah yang berbeda dengan lingkungan rumah. Beberapa penelitian sepakat bahwa praktik tidur bersama orang tua *(co-sleeping)* dinilai kurang efektif dalam mendukung perkembangan anak, kebiasaan ini berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Azka & Tjakrawiralaksana, (2021), mengungkapkan *co-sleeping* merupakan solusi jangka pendek yang efektif terhadap anak dengan kesulitan menginisiasi tidur (sleep onset). Pada sisi lain, *co-sleeping* berkorelasi dengan kemungkinan lebih tinggi untuk terbangun di malam hari *(night waking)*, durasi tidur yang lebih pendek, penolakan yang lebih tinggi untuk tidur, dan kualitas tidur yang lebih rendah.Intervensi yang paling efektif dalam mengatasi co-sleeping adalah modifikasi perilaku.

Berdasarkan permasalahan penelitian tersebut, terdapat gap penelitian yang menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi ideal, fenomena di lapangan, serta fokus penelitian sebelumnya. Regulasi emosi dan kemandirian seharusnya mulai berkembang pada anak usia dini sebagai bagian dari tugas perkembangan menuju kesiapan sekolah dasar. Namun, pada kenyataannya masih ditemukan anak usia 5–6 tahun yang menunjukkan perilaku maladaptif seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua,

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

kesulitan mengontrol emosi, perilaku menarik diri, serta rendahnya kemampuan berinteraksi sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa perkembangan regulasi emosi dan kemandirian anak belum berkembang secara optimal. Hal tersebut diperkuat dengan temuan penelitian Suhendar dkk., (2025) penelitian menggaris bawahi bahwa kesiapan sosial-emosional, seperti kemampuan menjalin interaksi sosial dan mengelola emosi, menjadi aspek yang paling dominan dalam mendukung keberhasilan anak di tahun-tahun awal sekolah.

Sejumlah studi juga menunjukkan bahwa praktik *co-sleeping* dipengaruhi oleh faktor sosial dan demografis, seperti latar belakang etnis, kondisi ekonomi, dan tingkat pendidikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wolf dan Lozzof (dalam paludi, 2002), ditemukan bahwa ibu dengan latar belakang pendidikan perguruan tinggi cenderung lebih jarang tidur bersama anak dibandingkan dengan ibu yang tidak menempuh pendidikan tinggi. Sementara itu, TK Islam Muslimah berada di wilayah yang masih tergolong pedesaan, dengan karakteristik sebagian besar orang tua berperan sebagai ibu rumah tangga. Kondisi ini menyebabkan anak lebih banyak menghabiskan waktu bersama orang tua, termasuk dalam kebiasaan tidur bersama yang berlangsung secara rutin.

Di sisi lain, praktik *co-sleeping* masih banyak diterapkan oleh orang tua sebagai bentuk kedekatan emosional dan pemberian rasa aman kepada anak. Akan tetapi, masih terbatasnya pemahaman orang tua mengenai dampak jangka panjang praktik tidur bersama, terlihat pada orang tua anak di TK Islam Muslimah ditunjukkan oleh masih banyaknya orang tua yang menerapkan praktik tersebut tanpa disertai pemahaman yang memadai mengenai konsekuensinya bagi perkembangan anak.

Kesenjangan penelitian terlihat dari masih terbatasnya kajian yang secara spesifik membahas hubungan praktik co-sleeping dengan munculnya perilaku maladaptif pada anak usia 5–6 tahun, terutama dalam konteks kesiapan memasuki sekolah dasar. Penelitian sebelumnya lebih banyak meneliti co-sleeping dari aspek kualitas tidur, keamanan tidur anak, atau kedekatan emosional antara orang tua dan anak. Sementara itu, penelitian mengenai dampak co-sleeping terhadap regulasi emosi, kemandirian, serta perilaku maladaptif anak usia dini masih relatif sedikit, oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk menganalisis bagaimana praktik *co-sleeping* dapat mempengaruhi munculnya perilaku maladaptif pada anak usia dini serta implikasinya terhadap kesiapan anak memasuki sekolah dasar. Hal tersebut dibutktikan dengan penelitian menurut penelitian Pristinella (2020), yang membahas mengenai pola tidur ibu yang menerapkan *co-sleeping* dan non *co-sleeping*, mengemukakan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara alasan pengaturan tidur "terbaik bagi kualitas tidur anak" dengan pola tidur ibu. Semakin ibu mengutamakan kualitas tidur anaknya, makin buruk pola tidur ibu. Hal tersebut membuktikan bahwa terbatasnya kajian yang secara spesifik membahas hubungan praktik co-sleeping dengan munculnya perilaku maladaptif.

Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada bayi atau toddler, sedangkan penelitian pada anak usia 5–6 tahun yang sedang berada pada masa transisi menuju sekolah dasar masih belum banyak dikaji. Padahal, pada usia tersebut anak mulai dituntut memiliki kemampuan adaptasi sosial, pengendalian emosi, dan kemandirian yang lebih matang. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk menganalisis bagaimana praktik co-sleeping dapat mempengaruhi munculnya perilaku maladaptif pada anak usia dini serta implikasinya terhadap kesiapan anak memasuki sekolah dasar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah praktik *co-sleeping* benar-benar berdampak terhadap munculnya perilaku maladaptif pada anak usia 5–6 tahun menuju sekolah dasar. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan tidur bersama orang tua dengan perkembangan regulasi emosi, kemandirian, dan kemampuan adaptasi sosial anak. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa praktik *co-sleeping* yang dilakukan secara terus-menerus dapat berdampak pada munculnya perilaku maladaptif pada anak, seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, kesulitan mengontrol emosi, perilaku menarik diri, serta rendahnya kemampuan berinteraksi sosial.

Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai bagaimana praktik *co-sleeping* mempengaruhi kesiapan anak usia 5–6 tahun dalam menghadapi transisi menuju sekolah dasar yang menuntut kemampuan regulasi emosi, kemandirian, dan penyesuaian sosial yang lebih matang. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai dampak jangka panjang praktik *co-sleeping* terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya pengembangan kemandirian dan regulasi emosi anak usia dini sebagai dasar kesiapan memasuki jenjang sekolah dasar, serta adanya fenomena perilaku maladaptif yang masih sering muncul pada anak usia 5–6 tahun. Pada tahap perkembangan ini, anak diharapkan telah mampu mengelola emosi, menunjukkan kemandirian, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Namun, kenyataannya masih ditemukan berbagai permasalahan seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, serta rendahnya kemampuan interaksi sosial. Kondisi ini

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

menunjukkan adanya kesenjangan antara perkembangan ideal anak dengan realitas yang terjadi di lingkungan keluarga dan sosial.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak praktik *co-sleeping* terhadap munculnya perilaku maladaptif pada anak usia 5–6 tahun dalam konteks kesiapan menuju sekolah dasar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis berupa informasi mengenai bentuk-bentuk perilaku maladaptif yang muncul, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta implikasinya terhadap perkembangan kemandirian dan regulasi emosi anak. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam memberikan rekomendasi pola pengasuhan yang lebih tepat, sehingga mampu mendukung perkembangan anak secara optimal serta mempersiapkan anak menghadapi tuntutan lingkungan sekolah dasar secara lebih baik. Dalam penelitian ini, perilaku co-sleeping dinyatakan tidak muncul apabila:

a. Anak dapat menginisiasi tidur sendiri di kamarnya
b. Apabila anak sewaktu-waktu terbangun di malam hari, ia dapat kembali melakukan inisiasi tidur dengan pendampingan minimal
c. Anak tetap tidur di kamarnya hingga pagi

Metodologi

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan ini dipilih bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena praktik *co-sleeping* serta dampaknya terhadap perilaku maladaptif anak usia 5–6 tahun. Melalui desain studi kasus, peneliti dapat menggali secara lebih mendalam pengalaman anak, pola pengasuhan orang tua, serta dinamika yang terjadi dalam lingkungan keluarga, khususnya dalam masa transisi anak menuju sekolah dasar yang menuntut kemandirian, regulasi emosi, dan kemampuan sosial yang lebih matang.

Penelitian ini dilaksanakan di TK Islam Muslimah pada bulan April-Mei 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 5–6 tahun, kelas B di TK Islam Muslimah. Adapun sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria yang ditetapkan seperti : (1) orang tua yang masih menerapkan *co-sleeping* dengan kondisi anak tidur satu tempat tidur maupun berbagi tempat tidur; (2) memiliki anak usi 5-6 tahun menuju sekolah dasar; (3) anak menunjukkan perilaku maladaptif seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, kesulitan mengontrol emosi, perilaku menarik diri, dan rendahnya kemampuan interaksi sosial bersama teman; (4) keluarga bersedia menjadi partisipan dan memberikan akses terhadap proses pengumpulan data.

Tabel 1. Tabel Daftar Informan

Nama Orang Tua	Nama Anak dan Jenis Kelamin	Usia Anak
Bapak J	*MNH (laki-laki)*	6
Bapak S	PDAR (laki-laki)	6
Ibu DDN	BP (laki-laki)	6
Bapak PA dan Ibu Ls	KAG (laki-laki)	6
Ibu SL	MA (perempuan)	6
Ibu UUM	AZN (perempuan)	6

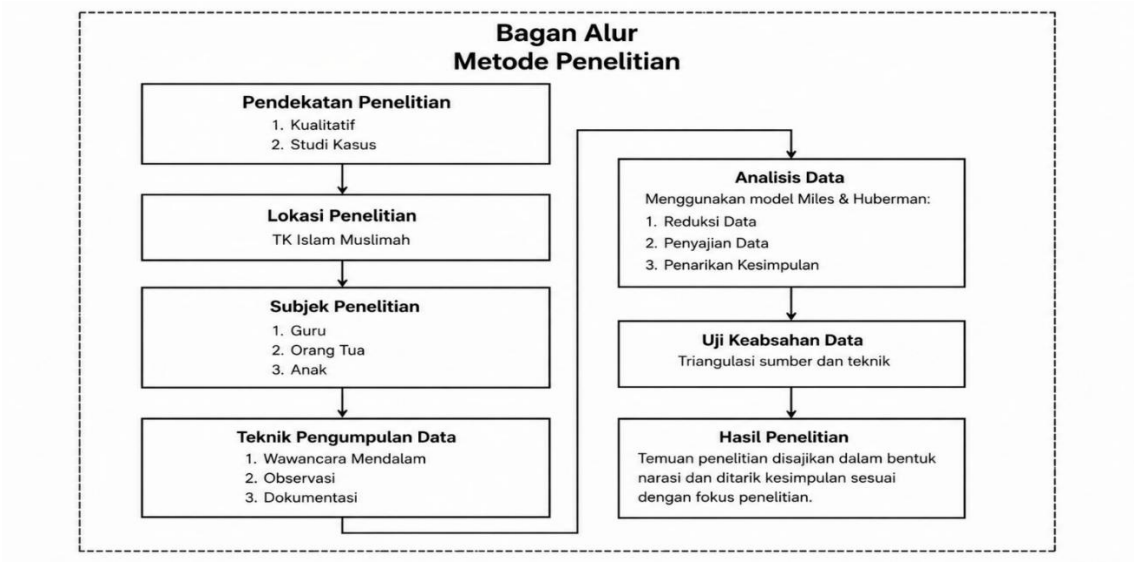
Nama Guru	Jabatan
Ibu OYS	Guru kelas B

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung perilaku anak di lingkungan sekolah, terutama yang berkaitan dengan perilaku maladaptif seperti kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, kesulitan dalam mengontrol emosi, perilaku menarik diri dan rendahnya kemampuan interaksi sosial dengan teman sebaya. Wawancara dilakukan secara mendalam bersama orang tua dan guru untuk menggali informasi terkait praktik *co-sleeping*, pola pengasuhan, serta perilaku anak di rumah dan di sekolah. Sementara

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan yang relevan dengan perkembangan anak. Instrumen penelitian berupa pedoman observasi dan pedoman wawancara yang dikembangkan berdasarkan indikator perilaku *co-sleeping* dan perilaku maladaptif anak.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif yang dikemukakan oleh *Miles dan Huberman*, yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Analisis dilakukan secara berkelanjutan hingga diperoleh kesimpulan yang menggambarkan dampak *co-sleeping* terhadap perilaku maladaptif anak usia 5-6 tahun menuju sekolah dasar. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi teknik dan triangulasi sumber dengan membandingkan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi serta mengonfirmasi informasi antara guru dan orang tua.



Gambar 1. Bagan Alur Metode Penelitian

Hasil dan Pembahasan

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan, ditemukan bahwa praktik *co-sleeping* masih cukup banyak diterapkan oleh orang tua anak usia 5-6 tahun kelompok B TK Islam Muslimah.

Tabel 2. Distribusi Anak Berdasarkan Praktik *Co-Sleeping* dan Perilaku Maladaptif

Kategori	Jumlah Anak
Co-sleeping dan tidak menunjukkan perilaku maladaptif	11
Co-sleeping dan menunjukkan perilaku maladaptif ringan (±50% indikator)	5
Co-sleeping dan menunjukkan perilaku maladaptif dominan	1
Kategori lainnya (tidak termasuk tiga kelompok di atas)	**5**
Total Populasi Anak Kelas B	**22**

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Berdasarkan hasil identifikasi terhadap 22 anak di kelas B, terdapat 11(50%.) anak yang menerapkan praktik tidur bersama dan tidak menunjukkan perilaku maladaptif. Sebanyak 5 (22,7%) anak menerapkan tidur bersama dan menunjukkan ndikator perilaku maladaptif ringan, sedangkan 1 (4,5%) anak menerapkan tidur bersama dan menunjukkan semua indikator perilaku maladaptif berupa kesulitan mengikuti aturan kelas, perilaku menarik diri, bergantung berlebih pada orang tua, serta mudah menangis, dan 5 (22,7%) anak tidak menerapkan praktik tidur bersama dan tidak menunjukkan perilaku maladaptif. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik tidur bersama tidak selalu berkaitan langsung dengan munculnya perilaku maladaptif, tetapi pada beberapa anak dapat muncul kecenderungan kesulitan kemandirian emosional dan sosial.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik tidur bersama memberikan pengaruh negatif terhadap kemampuan regulasi emosi, kemandirian, dan penyesuaian sosial, seperti munculnya perilaku maladaptif pada anak, kecemasan berpisah, ketergantungan berlebih pada orang tua, kesulitan mengontrol emosi, perilaku menarik diri, serta rendahnya kemampuan berinteraksi sosial. Selain data observasi, temuan ini juga diperkuat oleh hasil wawancara guru kelas yang menyatakan setuju bahwa praktik tidur bersama tersebut sangat berdampak pada anak. Guru kelas menyampaikan "Setau saya anak-anak disini banyak yang masih tidur bersama orang tuanya, hampir semua yang menerapkan itu membuat anak menjadi tidak mandiri dan susah berkembang". Pernyataan tersebut mengindikasi bahwa praktik tidur bersama orang tua tidak sekedar untuk memberikan rasa aman, tetapi juga berdampak negatif pada kemampuan regulasi emosi, kemandirian dan penyesuaian sosial anak.

Temuan terjadinya praktik *co-sleeping* dipengaruhi oleh berbagai faktor

Hasil angket dan wawancara yang dilakukan bersama orang tua menunjukkan bahwa praktik tidur bersama tidak hanya dilakukan sebagai bentuk pemberian rasa aman dan kedekatan emosional kepada anak, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor latar belakang etnis, kondisi ekonomi dan tingkat pendidikan. Secara emosional, orang tua memandang tidur bersama sebagai wujud pemberian rasa aman dan kedekatan, sebagaimana diungkapkan, "iya, dikeluarga saya juga seperti itu, soalnya kan masih kecil juga, kasian kalau ditinggal tidur dikamar sendirian, mungkin nanti sd anaknya saya suruh nyoba tidur sendiri" (wawancara Bapak J).

Sebagian besar orang tua menyatakan bahwa tidur bersama telah menjadi tradisi yang diwariskan dalam keluarga sehingga dianggap sebagai sesuatu yang wajar dan tidak menimbulkan permasalahan bagi perkembangan anak. Sebagaimana diungkapkan"memang kebiasaan anak tidur bersama orang tua, sudah menjadi rutinitas dalam keluarga kami" (wawancara Ibu SR).

Selain itu, beberapa orang tua mengemukakan bahwa keterbatasan fasilitas rumah, seperti jumlah kamar tidur dan tempat tidur yang terbatas, menjadi alasan utama tetap diterapkannya praktik tidur bersama. "saya pengennya ya anak tidur sendirian, tapi mau gimana lagi dirumah saya cuman ada 2 kamar, yang satu saya pake bareng istri saya sama anak saya P. Kamar yang satu lagi buat kakaknya P" (wawancara Bapak S).

Temuan dampak dari praktik *co-sleeping* terhadap perilaku maladaptif

Pada hasil angket dan wawancara mendalam menunjukkan 6 anak yang masih tidur bersama orang tua dan menujukkan perilaku maladaptif, sehingga peneliti melakukan wawancara mendalam bersama orang tua 6 anak tersebut. Pada hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa praktik tidur bersama anak dapat memberikan pengaruh negatif untuk anak, sebagaimana diungkapkan "anaknya emang sering tidur bersama saya, kalau disuruh tidur sendiri pasti marah marah dan nangis" (wawancara Ibu DDN).

"dari kecil anaknya memang sudah tidur bersama saya, jadinya sekarang anaknya manja sekali dan takut kemana mana sendirian, kemana mana saya temani" (wawancara Ibu LS). Dari hasil wawancara yang dilakukan bersama 6 orang tua anak tersebut, jawaban dari masing-masing orang tua anak hampir sama, menunjukkan bahwa dampak dari praktik tidur bersama orang tua membuat anak menjadi manja, kemampuan regulasi emosinya menurun dan kurangnya kemandirian anak.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Khoirunnisa dkk., (2020) menyatakan bahwa *"The results showed that children who sleep in the same bed with their parents caused a behavioral deviation in associating with friends of the opposite sex and make the children less independent."* (Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang tidur sekamar dengan orang tua menyebabkan penyimpangan perilaku dalam bergaul dengan teman lawan jenis dan membuat anak kurang mandiri.

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Temuan Macam-macam Perilaku Maladaptif Anak di Kelas B

Pada hasil observasi yang dilakukan di kelas, hampir 5 anak tersebut 50% memenuhi indikator observasi perilaku maladaptif seperti anak pasif ketika dikelas, cengeng, pendiam, bergantung pada orang dewasa, mudah menyerah dan perilaku hiperaktif (tidak bisa mengikuti aturan dikelas seperti lari larian dikelas pada waktu pembelajaran berlangsung). Hal tersebut dibuktikan dengan pengamatan langsung ketika pembelajaran berlangsung dengan menggunakan indikator checklist. Pada pengamatan tersebut terdapat 1 anak yang menunjukkan hampir 90% menunjukkan indikator perilaku maladaptif, hal tersebut dibuktikan dari observasi dikelas pada kegiatan saat anak diantar sekolah oleh ibunya, salah satunya ketika ibunya pergi anak menangis dan mengatakan "KAG gamau sekolah bu…." dan diperkuat pada hasil wawancara bersama guru kelas yang mengungkapkan,"dari sejauh ini yang menunjukkan 90% perilaku maladaptif hanya satu anak itu KAG, dia belum bisa lepas sama orang tuanya sama sekali, ketika dikelas juga tidak mau mengikuti kesepakatan kelas, dan susah untuk berbaur bersama teman kelasnya. Bahkan untuk kelulusan TK B nanti KAG masih ngulang 1 tahun lagi" (wawancara Ibu OYS guru kelas B).

Pernyataan tersebut juga diperkuat dari hasil wawancara mendalam dengan orang tua KAG, berikut :

"setiap mau sekolah KAG gak mau berangkat, harus dipaksa dan kalau udah sampe gerbang mau saya tinggal selalu nangis, akhirnya jika ada waktu kosong selalu saya temani tiap sekolah" (wawancara Ibu LS)

"dirumahpun anaknya memang cengeng" (wawancara Ibu LS)

"Bahkan ketika mau tidur, KAG tidak mau tidur sendiri dan nangis" (wawancara Bapak PA)

Kasus KAG memberikan gambaran paling jelas mengenai bagaimana co-sleeping yang tidakdisertai batasan dapat berkembang menjadi pola ketergantungan yang meluas. Penolakkan berangkat sekolah tanpa dipaksa, tangisan saat berpisah di gerbang, kebutuhan pendampingan orang tua di sekolah, serta penolakan tidur sendiri menunjukkan bahwa anak belum mengembangkan rasa aman internal yang independen dari kehadiran fisik pengasuh. Menurut kerangka Hurlock, kondisi ini merupakan bentuk kegagalan menyelesaikan tugas perkembangan sesuai usia, dimana anak usia 5-6 tahun idealnya sudah mulai mampu mentoleransi perpisahan singkat dari pengasuh utama. Konsekuensi administratif berupa pengulangan tahunajaran menunjukkan bahwa dampak ini bukan sekedar persolan ekomsional sesaat, melainkan telah mempengaruhi kesiapan akademik anak secara nyata. Ditinjau dari persepktif gangguan kecemasan berpisah, temuan ini turut memperkuat hasil P. R. Puspitasari dkk., (2023) yang menjelaskan bahwa gangguan kecemasan berpisah pada anak usia dini bersumber pada kelekatan yang tidak aman.

Temuan latar belakang sosio-kultural dilingkungan masyarakat sekitar

Praktik *co-sleeping* dikelas B TK Islam Muslimah juga tidak terlepas dari karakteristik wilayah sekitar. Seperti yang peneliti temukan pada observasi lingkungan sekitar, mayoritas ibu berperan sebagai ibu rumah tangga sehingga waktu kebersamaan anak dan orang tua, termasuk pada waktu tidur menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan kedua orang tua yang bekerja, Seperti pada umumnya, anak tidur bersama orang tua hanya pada saat malam hari berbeda dengan di wilayah penelitian, anak setiap tidur siang dan malam bahkan hampir setiap saat bersama orang tua, diperkuat dengan hasil observasi yang menunjukkan hampir semua orang tua menemani anaknya sekolah dari mengantar sampai menunggu jam pulang sekolah. Hal ini diperkuat dari hasil wawancara salah satu orang tua yang mengungkapkan, "hampir setiap hari kalau pekerjaan rumah sudah selesai, saya memang menunggu anak saya sampai pulang sekolah" (wawancara Ibu UUM). Berbeda dengan diwilayah kota, seperti yang peneliti temui orang tua anak hampir 90% sebagai pekerja dan menitipkan anaknya ke daycare, serta ketika malam hari anak tidur dikamar sendiri tidak bersama orang tua.

Temuan Strategi Transisi Menuju Kemandirian Tidur

Pada hasil wawancara peneliti menemukan selain beberapa orang tua yang kurangnya kesadaran dampak negatif dari praktik tidur bersama tersebut, terlihat salah satu orang tua anak telah memiliki kesadaran akan pentingnya transisi ini, sebagaimana tercermin dalam pernyataan, wawancara Bapak J yang berencana melatih anaknya tidur sendiri saat memasuki SD, dan Bapak S. Hal tersebut menunjukkan adanya jendela intervensi alami dapat dimanfaatkan oleh pihak sekolah yang mencakup pendekatan bertahap (*gradual withdrawal*), komunikasi intensif antara sekolah dan keluarga, serta edukasi orang tua mengenai pentingnya kemandirian tidur sebagai bagian dari kesiapan sekolah.

Temuan mengapa 50% Anak Co-sleeping Tidak Menunjukkan Perilaku Maladaptif

Pola ini konsisten dengan literatur internasional yang semakin banyak menunjukkan bahwa hubungan co-sleeping dengan luaran psikologis anak jauh lebih kompleks daripada hubungan sebab-akibat langsung. Distinksi antara co-sleeping tipe lifestyle (dipilih secara sadar, konsisten, dan tanpa kecemasan) dengan tipe

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

reaktif (respons terhadap kesulitan tidur, ketakutan, atau tekanan psikologis anak) tampaknya relevan untuk menjelaskan variasi hasil pada penelitian ini. Anak-anak dalam kelompok 50% yang tetap adaptif kemungkinan besar mengalami co-sleeping bertipe lifestyle, dengan orang tua menerapkannya sebagai pilihan stabil disertai kehangatan tanpa kecemasan berlebih, sementara enam anak yang menunjukkan indikasi maladaptif, termasuk kasus KAG, tampak lebih dekat dengan pola reaktif yang menyertakan penolakan intens saat berpisah dan kebutuhan pendampingan di berbagai konteks. Penjelasan lain datang dari perspektif biologis-regulatoris. Beijers dkk., (2013) menemukan bahwa anak yang co-sleeping menunjukkan regulasi kortisol yang lebih baik, mengindikasikan ketahanan terhadap stres yang lebih tinggi, bukan justru lebih rentan.

Sebaliknya, penjelasan mengapa co-sleeping berkorelasi dengan maladaptif pada sebagian anak lebih tepat dicari bukan pada tidur bersama itu sendiri, melainkan pada pola pengasuhan penyerta berupa overparenting atau helicopter parenting, yaitu keterlibatan orang tua yang berlebihan dan tidak sesuai tahap perkembangan anak. Meta-analisis McCoy dkk., (2025) terhadap 53 studi menemukan bahwa overparenting secara konsisten berkaitan dengan kecemasan yang lebih tinggi dan efikasi diri yang lebih rendah pada anak. Segrin dkk., (2012) menemukan bahwa overparenting memprediksi rasa berhak (entitlement) tanpa disertai peningkatan sifat adaptif seperti kemandirian atau resiliensi. Perry dkk., (2018) menegaskan bahwa regulasi diri anak menjadi mekanisme penghubung antara pengasuhan yang terlalu mengontrol dengan hambatan penyesuaian anak di kemudian hari. Temuan-temuan ini memperkuat argumen bahwa co-sleeping pada anak-anak yang menunjukkan maladaptif dalam penelitian ini kemungkinan besar bukan berdiri sendiri, melainkan berpadu dengan pola pendampingan berlebihan lintas konteks, persis seperti tergambar pada kasus KAG yang selalu didampingi baik saat tidur maupun di sekolah konsisten dengan pernyataan guru kelas bahwa hampir semua anak yang co-sleeping menjadi kurang mandiri, sebuah triangulasi penting yang menegaskan dampak tersebut terbawa dari ranah domestik ke ranah sosial-akademik.

Berdasarkan temuan-temuan diatas, adapun terdapat temuan mengenai tingginya prevalensi co-sleeping pada anak usia 5–6 tahun di TK Islam Muslimah memperkuat gambaran bahwa *co-sleeping* bukan sekedar kebiasaan individual, melainkan pola pengasuhan yang mengakar dalam konteks keluarga tertentu. Kondisi ini sejalan dengan temuan dengan Fono dkk., (2019) yang menegaskan bahwa kemandirian anak usia dini berkembang melalui pembiasaan yang konsisten, yaitu dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Sebaliknya, keterlibatan pengasuh yang terlalu dominan dapat menghambat berkembangnya kemampuan tersebut. Lenko dkk., (2019) menjelaskan bahwa bukti ilmiah mengenai dampak *co-sleeping* terhadap perkembangan psikologis anak masih menunjukkan hasil yang beragam. Dampak praktik *co-sleeping* tidak dapat dipahami sebagai hubungan sebab-akibat yang sederhana, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti alasan keluarga menerapkan *co-sleeping*, konteks budaya, kualitas pengasuhan, serta keamanan lingkungan tidur.

Motif emosional dan budaya yang melandasi praktik *co-sleeping* dalam penelitian ini juga relevan dengan temuan Danauwiyah & Dimyati (2021) yang menunjukkan bahwa perkembangan kemandirian anak usia dini sangat dipengaruhi oleh stimulasi dan pembiasaan yang diberikan secara konsisten oleh orang tua, keluarga, dan guru dalam aktivitas sehari-hari. Kurangnya pembiasaan tersebut dapat menghambat berkembangnya kemampuan anak untuk melakukan berbagai aktivitas secara mandiri.Sementara itu, aspek kesulitan tidur dan dampaknya terhadap regulasi emosi anak yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan hasil kajian Sary (2025) mengenai kualitas tidur anak usia dini, yang menunjukkan bahwa gangguan pola tidur pada anak kecil berkaitan dengan kerewelan, kesulitan mengekspresikan kebutuhan, serta hambatan dalam mengurus diri sendiri. Safitri Hutami & Sobarna, (2022) mengungkapkan, hal ini melatar belakangi khususnya pola asuh yang diberikan orang tua kepada anak mengenai kemandirian. Sebab kemandirian sangatlah penting bagi anak, karena anak mampu melakukan suatu hal tanpa bantuan. Apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk mengatasi masalah yang terjadi akan meningkat. Ditinjau dari perspektif gangguan kecemasan berpisah, temuan penelitian ini turut memperkuat hasil Puspitasari dkk., (2023) yang menjelaskan bahwa bahwa gangguan kecemasan berpisah pada anak usia dini adalah kondisi dimana anak sangat sulit berpisah dengan figur lekatnya. Penyebab gangguan kecemasan berpisah pada anak usia dini bersumber pada kelekatan yang tidak aman.

Dari sudut pandang teori kelekatan (*attachment theory*) John Bowlby, co-sleeping pada dasarnya merupakan strategi pengasuhan yang wajar untuk memenuhi kebutuhan rasa aman anak pada usia dini. Namun, ketika praktik ini berlangsung tanpa proses transisi yang terarah hingga anak berusia 5–6 tahun, usia yang menuntut anak mulai mengembangkan otonomi dan regulasi diri sebagai bekal memasuki sekolah dasar. Kelekatan yang seharusnya menjadi basis rasa aman berpotensi berubah menjadi bentuk dependensi yang menghambat pencapaian tugas perkembangan. Hal ini menjelaskan mengapa anak-anak subjek penelitian menunjukkan kesulitan beradaptasi dengan situasi yang menuntut pemisahan dari orang tua.

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Faktor struktural berupa keterbatasan fasilitas rumah yang ditemukan dalam penelitian ini juga menegaskan bahwa co-sleeping tidak dapat dipandang semata sebagai persoalan pilihan pengasuhan, melainkan juga cerminan kondisi sosio-ekonomi keluarga. Temuan ini memperluas perspektif ekologi Bronfenbrenner, di mana kondisi sistem mikro (rumah tangga) berinteraksi dengan nilai-nilai sistem makro (budaya kolektivistik) dalam membentuk pola pengasuhan tidur anak sehari-hari.

Secara teoretis, temuan ini menawarkan nuansa penting terhadap teori kelekatan John Bowlby. Alih-alih memandang co-sleeping sebagai faktor tunggal yang menentukan kualitas kelekatan, penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas relasi dan konsistensi ruang otonomi yang diberikan orang tualah yang lebih menentukan hasil perkembangan anak, sejalan dengan prinsip *Self-Determination Theory*, Soenens dkk., (2015) menjelaskan bahwa perkembangan psikologis yang optimal terjadi ketika kebutuhan dasar anak akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan terpenuhi melalui pola pengasuhan yang mendukung otonomi. Sebaliknya, pengasuhan yang bersifat mengontrol (*controlling parenting*) cenderung menghambat pemenuhan ketiga kebutuhan psikologis tersebut sehingga berpotensi mengganggu perkembangan dan penyesuaian anak. Dari perspektif ekologi Bronfenbrenner, penelitian ini memperluas pemahaman bahwa dampak co-sleeping tidak dapat dinilai hanya pada level mikrosistem keluarga, tetapi perlu memperhitungkan interaksi mesosistem antara rumah dan sekolah, sebagaimana tergambar jelas pada kasus KAG yang polanya konsisten di kedua lingkungan. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi pada pergeseran pemahaman dari model co-sleeping sebagai penyebab tunggal menuju model co-sleeping sebagai salah satu penanda dari konstelasi pengasuhan protektif-berlebih lintas konteks.

Secara praktis, temuan ini menekankan bahwa program intervensi tidak boleh menyasar co-sleeping semata, melainkan pola pendampingan orang tua secara menyeluruh. Penelitian mengenai pengasuhan overprotektif di India menyarankan pendekatan yang memadukan kehangatan dengan pemberian ruang otonomi secara bertahap sebagai strategi paling efektif mengurangi dependensi anak akibat pengasuhan yang berlebihan. Pendekatan gradual withdrawal yang dirumuskan dalam penelitian ini, dimulai dari kesadaran orang tua seperti Bapak J dan Bapak S yang berencana melatih anak tidur sendiri saat memasuki SD, sejalan dengan prinsip tersebut, dan perlu didukung program kolaboratif sekolah-keluarga yang memberi ruang latihan berpisah secara terstruktur, bukan sekadar edukasi searah tentang bahaya co-sleeping semata, mengingat sekolah dapat berfungsi sebagai figur keterikatan tambahan dan basis aman kompensatori bagi anak.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu dicermati dalam menafsirkan temuannya. Pertama, jumlah subjek yang diperdalam sangat kecil (5–6 anak dari populasi 22 anak di satu kelas), dipilih melalui purposive sampling berdasarkan indikasi maladaptif yang sudah tampak, sehingga temuan ini tidak dapat digeneralisasikan pada populasi anak co-sleeping secara luas, termasuk di TK lain atau wilayah dengan karakteristik sosio-kultural berbeda. Kedua, penelitian dilaksanakan di satu lokasi (TK Islam Muslimah) dengan karakteristik pedesaan yang spesifik, sehingga pola yang ditemukan mungkin tidak berlaku sama di wilayah perkotaan dengan struktur keluarga dan rutinitas kerja orang tua yang berbeda. Ketiga, data bersifat retrospektif dan berbasis laporan diri dari wawancara orang tua dan guru, yang berpotensi bias sosial-desirability, terutama saat orang tua menceritakan pola pengasuhannya sendiri. Keempat, desain studi kasus kualitatif ini bersifat cross-sectional (potret pada satu periode, April–Mei 2026), sehingga tidak dapat memastikan arah kausalitas, apakah co-sleeping yang menyebabkan ketergantungan, ataukah anak yang secara temperamental lebih cemas justru mendorong orang tua mempertahankan co-sleeping lebih lama, sebagaimana diperdebatkan dalam literatur internasional mengenai co-sleeping reaktif.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain mixed-methods dengan sampel yang lebih besar dan multi-lokasi (membandingkan TK di wilayah urban dan rural) untuk menguji generalisabilitas temuan ini secara kuantitatif, termasuk pengujian statistik terhadap moderator seperti pola overparenting, tipe co-sleeping (lifestyle vs reaktif), dan status sosial-ekonomi keluarga. Desain longitudinal juga diperlukan untuk memastikan arah kausalitas antara co-sleeping, pola pendampingan, dan perkembangan kemandirian anak dari usia prasekolah hingga tahun-tahun awal sekolah dasar. Dari sisi intervensi, penelitian selanjutnya dapat menguji efektivitas program gradual withdrawal secara eksperimental melalui studi intervensi terkontrol yang melibatkan kolaborasi eksplisit antara guru dan orang tua, sembari tetap mengakomodasi keterbatasan struktural keluarga dan nilai budaya kolektivistik setempat, alih-alih menerapkan pendekatan yang seragam dan menghakimi praktik co-sleeping sebagai kekeliruan pengasuhan semata.

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Simpulan

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa praktik co-sleeping pada anak usia 5–6 tahun di TK Islam Muslimah dari 22 anak, sebanyak 5 (22,7%) anak menunjukkan indikator perilaku maladaptif ringan, sedangkan 1 (4,5%) anak menunjukkan dominan indikator perilaku maladaptif. Sehingga tujuan penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa co-sleeping terhadap ketergantungan sebagai perilaku maladaptif termasuk sebagai salah satu faktor risiko yang efeknya bergantung pada sejauh mana pola pendampingan orang tua turut membatasi ruang kemandirian anak di berbagai aspek kehidupan sehari-hari, bukan sebagai penyebab tunggal yang berdiri sendiri.

Dengan demikian, penelitian ini merekomendasikan agar mengadakan program pendampingan bagi keluarga dengan praktik co-sleeping dirancang secara diferensial, untuk mendapatkan pendampingan lebih intensif yang bersifat kolaboratif antara sekolah dan keluarga dengan mengarahkannya secara bertahap menuju kesiapan anak memasuki jenjang sekolah dasar.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini, khususnya kepada dosen pembimbing atas arahan, bimbingan, dan motivasi yang diberikan selama penyusunan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini atas dukungan akademik yang diberikan, kepada seluruh informan yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi dalam penelitian ini, kepada keluarga yang senantiasa memberikan doa dan dukungan, serta kepada rekan-rekan penulis yang telah memberikan bantuan selama proses penelitian berlangsung.

Daftar Pustaka

Azka, F., & Tjakrawiralaksana, M. A. (2021). Penerapan positive routine dan graduated extinction untuk menurunkan perilaku co-sleeping pada anak usia dini. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, *5*(1), 43–60. https://doi.org/10.28932/humanitas.v5i1.3201

Beijers, R., Riksen-Walraven, J. M., & De Weerth, C. (2013). Cortisol regulation in 12-month-old human infants: Associations with the infants' early history of breastfeeding and co-sleeping. *Stress*, *16*(3), 267–277. https://doi.org/10.3109/10253890.2012.742057

Danauwiyah, N. M., & Dimyati, D. (2021). Kemandirian anak usia dini di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(2), 588–600. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.994

Daulay, N. (2021). Perilaku maladaptive anak dan pengukurannya. *Buletin Psikologi*, *29*(1), 45–58. https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.50581

Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. (2018). Proses menjadi tangguh bagi ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autis. *Humanitas*, *15*(2), 96–107. https://doi.org/10.26555/humanitas.v15i2.8695

Fono, Y. M., Fridani, L., & Meilani, S. M. (2019). Kemandirian dan kedisplinan anak yang diasuh oleh orangtua pengganti. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *3*(2), 537–545. https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.245

Khairani, A. R., & Arifa Lubis, S. (2025). Efektivitas penerapan mindful parenting dalam mengatasi rasa takut berpisah dengan orangtua pada anak usia dini. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, *11*(1), 71–83. https://doi.org/10.22373/bunayya.v11i1.28897

Khoirunnisa, Atmoko, A., & Nugroho, A. P. (2020). The impact of co-sleeping behavior on children's activities in the classroom. Dalam *Proceedings of the 6th International Conference on Education and Technology (ICET 2020)* (pp. 200–204). Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/assehr.k.201204.042

Lenko, D., Purcell, R., Starr, M., Bryant, P. A., South, M., & Gwee, A. (2019). Does discharging asthma patients after one hour of treatment if clinically well affect emergency department length of stay. *Journal of Paediatrics and Child Health*, *55*(12), 1445–1450. https://doi.org/10.1111/jpc.14437

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

McCoy, S. S., Dimler, L. M., & Rodrigues, L. (2025). Parenting in overdrive: A meta-analysis of helicopter parenting across multiple indices of emerging adult functioning. *Journal of Adult Development*, *32*(3), 222–245. https://doi.org/10.1007/s10804-024-09496-5

Meisaroh, A., & Salim, A. (2024). Implementasi program practical life untuk meningkatkan kemandirian anak usia 3-4 tahun. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 1145–1159. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.589

Mileva-Seitz, V. R., Bakermans-Kranenburg, M. J., Battaini, C., & Luijk, M. P. C. M. (2017). Parent-child bed-sharing: The good, the bad, and the burden of evidence. *Sleep Medicine Reviews*, *32*, 4–27. https://doi.org/10.1016/j.smrv.2016.03.003

Nurfitriyanie, N., & Kurniawati, F. (2023). Program intervensi pada anak dengan separation anxiety disorder. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(1), 439–454. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.2415

Nurshabrina, M. F., Nadira Agustine, S., & Dariyo, A. (2024). Kecemasan bersekolah pada anak pra-sekolah. *Action Research Literate*, *8*(7), 1784–1789. https://doi.org/10.46799/arl.v8i7.445

Perry, N. B., Dollar, J. M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L. (2018). Childhood self-regulation as a mechanism through which early overcontrolling parenting is associated with adjustment in preadolescence. *Developmental Psychology*, *54*(8), 1542–1554. https://doi.org/10.1037/dev0000536

Pristinella, D. (2020). Gambaran pola tidur ibu yang menerapkan co-sleeping & non co-sleeping. *MANASA*, *9*(1), 26–35. https://doi.org/10.25170/manasa.v9i1.1961

Puspitasari, I., & Hidayat, M. (2023). Pengembangan alat ukur regulasi emosi pengasuhan anak usia dini berdasarkan strategi regulasi emosi J. Gross. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, *5*(1), 42–49. https://doi.org/10.35473/ijec.v5i1.1896

Puspitasari, P. R., Sopiah, Riza, E., Irwansyah, A., & Mansur. (2023). Gangguan kecemasan berpisah pada anak usia dini dan penanganan dalam perspektif Islam. *Zenodo*. https://doi.org/10.5281/zenodo.7633026

Safitri Hutami, & Sobarna, A. (2022). Hubungan pola asuh orang tua terhadap kemandirian anak usia dini di RA X. *Jurnal Riset Pendidikan Guru PAUD*, *1*(2), 124–129. https://doi.org/10.29313/jrpgp.v1i2.534

Sary, Y. N. E. (2025). Kualitas tidur yang mempengaruhi kemandirian anak usia dini (4-6 tahun). *Journal of Midwifery Care*, *6*(1), 27–32. https://doi.org/10.34305/sh9pz484

Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Taylor Murphy, M. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Family Relations*, *61*(2), 237–252. https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00689.x

Sholiha, M., Mukhlis, A., Rahmanto, K. D., & Huda, M. (2025). Peran tempat penitipan anak terhadap kemandirian dan kedisiplinan anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *9*(6), 2347–2360. https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i6.6993

Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van Petegem, S. (2015). Let us not throw out the baby with the bathwater: Applying the principle of universalism without uniformity to autonomy-supportive and controlling parenting. *Child Development Perspectives*, *9*(1), 44–49. https://doi.org/10.1111/cdep.12103

Suhendar, A., Dian, D., Agus, A., & Ervin, E. (2025). Mengukur kesiapan anak usia dini untuk masuk sekolah dasar: Pendekatan kualitatif. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *9*(5), 1315–1323. https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.6952

Tsabita, C. A., Jayadinata, A. K., & Nikawanti, G. (2026). Analisis dampak pola asuh permisif terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini: Studi kasus. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *10*(3), 1751–1759. https://doi.org/10.31004/obsesi.v10i3.8389

Wulandari, H., & Nisa, H. (2024). Peran guru dalam menangani anak dengan kecemasan berpisah dari orang tuanya (separation anxiety disorder). *Zenodo*. https://doi.org/10.5281/zenodo.12775558

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8783

Yanti, T., Redjeki, S., Mulyani, S., Putri, B. R. E., Imron, A., & Azzahro, S. S. (2025). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku maladaptif pada siswa. *Jurnal Wijaya*, *17*(1), 17–25. https://www.jurnalwijaya.com/index.php/jurnal/article/view/269