

**Optimalisasi Children Well-Being melalui *Family Bonding Time*
pada Anak Usia Dini: Kajian Literatur**

Dhea Mutiara Indah¹, Taopik Rahman², Risbon Sianturi³

Info Artikel

Abstract

Keywords:
Family Bonding Time;
Children's Well-Being;
Early Childhood;
Family; Literature
Review;

Family is the first and primary environment that plays a crucial role in shaping children's holistic well-being. During early childhood, the quality of family interactions serves as a foundation for socio-emotional development, a sense of security, happiness, and school readiness. One important form of interaction that contributes to children's well-being is *family bonding time*, defined as quality time spent through meaningful shared activities between parents and children. This study aims to analyze the role of *family bonding time* in enhancing children's well-being in early childhood through a literature review approach. Data were collected from reputable national journal articles, developmental theory books, and academic references related to secure attachment, parental involvement, and child well-being. The analysis employed a qualitative descriptive approach through literature identification, thematic categorization, synthesis of previous studies, and conceptual interpretation. The findings indicate that *family bonding time* contributes significantly to strengthening secure attachment, emotional regulation, social skills, language and cognitive development, as well as children's sense of security and happiness. Furthermore, family togetherness functions as a protective factor against excessive gadget use and individualistic tendencies. The review also reveals that the quality of interaction has a greater impact on children's well-being than the amount of time spent together. The implications of this study highlight the importance of strengthening parenting programs and family-school partnerships in early childhood education settings by integrating family bonding activities as a sustainable strategy to promote children's holistic well-being and optimal development.

Kata Kunci:
Family Bonding Time;
Children Well-Being;
Anak Usia Dini;
Keluarga; Kajian
Literatur

Abstrak

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang berperan penting dalam membentuk kesejahteraan anak secara holistik. Pada masa anak usia dini, kualitas interaksi keluarga menjadi fondasi bagi perkembangan sosial-emosional, rasa aman, kebahagiaan, dan kesiapan belajar anak. Salah satu bentuk interaksi yang berkontribusi terhadap kesejahteraan anak adalah *family bonding time*, yaitu waktu berkualitas yang diisi melalui aktivitas bersama yang bermakna antara orang tua dan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran *family bonding time* dalam meningkatkan *children well-being* pada anak usia dini melalui pendekatan kajian literatur. Sumber data diperoleh dari artikel jurnal

¹ Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia
Email: dheamutiaraindah8@upi.edu

² Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia
Email: opik@upi.edu

³ Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia
Email: risbonsianturi@upi.edu

nasional bereputasi, buku teori perkembangan, dan referensi akademik yang relevan dengan tema kelekatan aman, keterlibatan orang tua, serta kesejahteraan anak. Analisis dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif melalui identifikasi, pengelompokan tema, sintesis hasil penelitian terdahulu, dan interpretasi konseptual. Hasil kajian menunjukkan bahwa *family bonding time* berkontribusi terhadap penguatan *secure attachment*, perkembangan regulasi emosi, keterampilan sosial, perkembangan bahasa dan kognitif, serta peningkatan rasa aman dan kebahagiaan anak. Selain itu, kualitas kebersamaan keluarga berfungsi sebagai faktor protektif terhadap penggunaan gawai berlebihan dan kecenderungan perilaku individualis. Temuan ini menegaskan bahwa kualitas interaksi lebih penting dibandingkan durasi kebersamaan. Implikasi penelitian ini menunjukkan perlunya penguatan program parenting dan kolaborasi antara keluarga dan lembaga PAUD untuk mengintegrasikan aktivitas *family bonding* sebagai strategi penguatan kesejahteraan anak secara berkelanjutan.

Artikel Histori:

Disubmit:
20 April 2026

Direvisi:
24 Juni 2026

Diterima:
28 Juni 2026

Dipublish:
06 Juli 2026

Cara Mensitasi Artikel: Indah, D. M., Rahman, T., Sianturi, R., (2026), Optimalisasi Children Well-Being melalui Family Bonding Time pada Anak Usia Dini: Kajian Literatur, Jurnal Ar-Raihanah, 6 (1), 810-816, <https://doi.org/10.53398/arraihanah.v6i1.1136>

Korepondensi Penulis: Dhea Mutiara Indah, dheamutiaraindah8@upi.edu

DOI : <https://doi.org/10.53398/arraihanah.v6i1.1136>

PENDAHULUAN

Masa anak usia dini merupakan periode perkembangan yang sangat fundamental dalam kehidupan manusia. Fase ini dikenal sebagai golden age karena berbagai aspek perkembangan, seperti fisik, kognitif, bahasa, sosial, dan emosional, berkembang secara cepat dan saling berkaitan. Pada tahap ini, kualitas lingkungan terdekat memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan karakter, kemampuan adaptasi, serta kesejahteraan anak di masa depan. Dalam hal ini, keluarga menjadi lingkungan utama yang pertama kali memberikan pengalaman emosional, rasa aman, dan dukungan sosial bagi anak.

Salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perkembangan anak usia dini adalah children well-being atau kesejahteraan anak. Konsep ini menggambarkan kondisi ketika anak berada dalam keadaan sehat secara fisik, merasa aman secara emosional, mampu menjalin hubungan sosial yang positif, serta menunjukkan rasa bahagia dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, well-being anak juga berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengelola emosi, berpartisipasi dalam kegiatan belajar, dan menunjukkan kesiapan untuk beradaptasi di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Kesejahteraan anak tidak terlepas dari kualitas interaksi yang terjadi di dalam keluarga. Salah satu bentuk interaksi yang dinilai memiliki kontribusi besar adalah family bonding time, yaitu waktu kebersamaan yang dimanfaatkan keluarga untuk membangun hubungan yang hangat dan bermakna. Kegiatan seperti bermain bersama, makan bersama, membacakan cerita, berbicara mengenai pengalaman harian, hingga melakukan rutinitas sebelum tidur merupakan bentuk nyata dari family bonding time. Melalui aktivitas tersebut, anak memperoleh perhatian, dukungan emosional, serta pengalaman komunikasi yang positif dengan orang tua.

Di tengah dinamika kehidupan modern, pelaksanaan family bonding time sering kali menghadapi berbagai hambatan. Tuntutan pekerjaan orang tua, padatnya aktivitas sehari-hari, serta meningkatnya penggunaan perangkat digital dalam keluarga dapat mengurangi intensitas kebersamaan antara orang

tua dan anak. Ketika interaksi keluarga menjadi terbatas, anak berisiko mengalami berkurangnya kedekatan emosional, kesulitan dalam mengelola perasaan, hingga munculnya kecenderungan perilaku individualis. Kondisi ini menunjukkan bahwa kualitas waktu bersama keluarga merupakan elemen yang sangat penting dalam mendukung kesejahteraan anak sejak dini.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menyoroiti peran keluarga dalam perkembangan sosial emosional dan kebahagiaan anak. Akan tetapi, pembahasan yang secara khusus memusatkan perhatian pada family bonding time sebagai faktor yang memengaruhi children well-being pada anak usia dini masih belum banyak dikaji secara mendalam, khususnya dalam konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia. Sebagian besar studi lebih menitikberatkan pada pola asuh, dukungan orang tua, atau dampak penggunaan teknologi terhadap anak, sehingga masih diperlukan kajian yang lebih spesifik mengenai kualitas waktu kebersamaan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, kajian literatur ini dilakukan untuk memperdalam pemahaman mengenai pentingnya family bonding time dalam mendukung children well-being pada anak usia dini. Artikel ini diharapkan dapat memberikan sumbangan konseptual bagi pengembangan ilmu pendidikan anak usia dini, khususnya yang berkaitan dengan peran keluarga dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan anak secara menyeluruh.

Adapun tujuan dari artikel ini adalah menganalisis secara komprehensif peran family bonding time terhadap children well-being pada anak usia dini melalui pendekatan kajian literatur review, sehingga dapat diperoleh gambaran teoritis yang lebih luas mengenai kontribusi keluarga terhadap perkembangan holistik anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur review, yaitu metode penelitian yang berfokus pada penelaahan, pengumpulan, dan sintesis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik yang dikaji. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran konseptual yang lebih luas mengenai peran family bonding time dalam mendukung children well-being pada anak usia dini berdasarkan hasil penelitian terdahulu.

Sumber data dalam penelitian ini berupa data sekunder, yaitu artikel jurnal ilmiah, buku, prosiding, dan karya akademik lain yang memiliki keterkaitan dengan tema family bonding time, kesejahteraan anak, keterlibatan keluarga, serta perkembangan anak usia dini. Penelusuran literatur dilakukan melalui berbagai basis data akademik, seperti Google Scholar, SINTA, DOAJ, serta beberapa jurnal nasional dan internasional yang membahas bidang pendidikan anak usia dini, parenting, dan psikologi perkembangan.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang sesuai dengan fokus penelitian, antara lain family bonding time, children well-being, quality time in family, early childhood, dan parent-child interaction. Literatur yang dipilih merupakan sumber yang memiliki relevansi substansial dengan topik pembahasan, terutama yang membahas hubungan kualitas waktu kebersamaan keluarga dengan perkembangan sosial emosional, kebahagiaan, rasa aman, dan kesiapan belajar anak.

Dalam proses seleksi pustaka, penulis memprioritaskan sumber-sumber yang terbit dalam kurun waktu lima hingga enam tahun terakhir agar kajian yang dihasilkan tetap aktual dan sesuai dengan perkembangan isu parenting modern. Selain itu, beberapa teori klasik yang relevan tetap digunakan untuk memperkuat landasan konseptual mengenai kesejahteraan anak dan hubungan orang tua-anak. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif, yaitu dengan cara membaca secara mendalam setiap sumber, mengidentifikasi gagasan utama, mengelompokkan temuan berdasarkan tema tertentu, kemudian mensintesiskan berbagai hasil penelitian terdahulu menjadi uraian yang utuh dan sistematis. Tema-tema utama yang dianalisis dalam kajian ini meliputi penguatan

secure attachment, perkembangan regulasi emosi, keterampilan sosial, kebahagiaan anak, serta kesiapan sekolah yang berkaitan dengan kualitas family bonding time.

Melalui langkah tersebut, penelitian ini berupaya menyajikan gambaran yang komprehensif mengenai kontribusi family bonding time terhadap children well-being pada anak usia dini, baik dari sisi teoritis maupun implikasi praktis bagi keluarga dan lembaga pendidikan anak usia dini.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian berbagai literatur, family bonding time memiliki kontribusi yang penting terhadap children well-being pada anak usia dini. Waktu kebersamaan yang berlangsung secara hangat, responsif, dan konsisten memberikan pengaruh terhadap perkembangan emosional, sosial, psikologis, serta kesiapan belajar anak. Hal ini sejalan dengan teori Bowlby (1969) yang menegaskan bahwa hubungan emosional yang aman antara anak dan pengasuh menjadi fondasi perkembangan psikologis yang sehat.

Family Bonding Time dan Penguatan Secure Attachment

Hasil kajian menunjukkan bahwa family bonding time berperan dalam membentuk secure attachment atau kelekatan aman antara anak dan orang tua. Aktivitas seperti bermain bersama, membaca buku cerita, makan bersama, dan berbincang sebelum tidur memberikan pengalaman afeksi yang memperkuat rasa aman anak. Bowlby (1969) menjelaskan bahwa kelekatan aman berkembang ketika anak memperoleh respons yang hangat, konsisten, dan penuh penerimaan dari pengasuh utama.

Temuan ini diperkuat oleh Novera dan Setiawati (2023) yang menjelaskan bahwa secure attachment ibu berpengaruh positif terhadap perkembangan kemandirian anak usia dini. Anak yang memiliki kelekatan aman cenderung menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi, nyaman dalam berinteraksi, serta lebih berani mengeksplorasi lingkungan sekitarnya.

Selain itu, Gunawan dan Bantali (2025) menegaskan bahwa keterlibatan ayah secara konsisten dalam interaksi dan dukungan emosional juga memberikan dampak positif terhadap rasa percaya diri, keterampilan komunikasi, dan regulasi emosi anak usia dini.

Peran dalam Regulasi Emosi Anak

Kegiatan family bonding time juga berfungsi sebagai sarana pengembangan regulasi emosi anak. Melalui komunikasi hangat dalam keluarga, anak belajar mengenali berbagai emosi yang dirasakan, seperti marah, sedih, takut, dan bahagia. Aktivitas seperti mendengarkan cerita anak, mendampingi bermain, atau melakukan percakapan ringan sebelum tidur membantu anak mengekspresikan perasaannya secara lebih sehat.

Arianda, Salim, dan Ruzain (2022) menjelaskan bahwa secure attachment antara ibu dan anak berkaitan erat dengan perkembangan sosial emosional anak. Hubungan yang positif dalam keluarga membantu anak mengembangkan kontrol diri, kestabilan emosi, dan kemampuan menghadapi situasi sosial dengan lebih baik.

Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Anak

Dari perspektif teori sosiokultural, Vygotsky (1978) menekankan bahwa interaksi sosial merupakan dasar perkembangan anak. Dalam konteks ini, family bonding time menjadi ruang awal bagi anak untuk belajar berbagi, bekerja sama, bergiliran, dan memahami orang lain. Kebiasaan berdialog selama aktivitas keluarga membantu anak mengembangkan keterampilan komunikasi yang nantinya terbawa ke lingkungan PAUD. Gunawan dan Bantali (2025) juga menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga yang kuat berkontribusi terhadap perkembangan sosial emosi anak usia dini.

Kontribusi terhadap Perkembangan Bahasa dan Kognitif

Waktu kebersamaan keluarga yang diisi dengan kegiatan membaca cerita, bernyanyi, bermain peran, dan berdiskusi ringan memberikan kontribusi terhadap perkembangan bahasa anak. Vygotsky (1978) menyatakan bahwa bahasa berkembang melalui interaksi sosial yang bermakna, dan keluarga merupakan lingkungan pertama tempat proses tersebut berlangsung.

Melalui family bonding time, anak memperoleh tambahan kosakata, belajar menyusun kalimat, serta memahami konsep sederhana dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini secara tidak langsung juga mendukung perkembangan kognitif dan kesiapan akademik anak saat memasuki lingkungan PAUD.

Meningkatkan Kebahagiaan dan Rasa Aman

Kebahagiaan anak merupakan salah satu indikator utama children well-being. Rutinitas sederhana seperti makan bersama, bermain sore, atau mendengarkan dongeng sebelum tidur memberikan pengalaman emosional positif yang memperkuat rasa nyaman anak di rumah.

Maslow (1943) menjelaskan bahwa kebutuhan akan rasa aman dan kasih sayang merupakan fondasi penting sebelum individu mencapai perkembangan optimal. Dalam hal ini, family bonding time menjadi sarana nyata dalam memenuhi kebutuhan afeksi tersebut, sehingga anak merasa dicintai, dihargai, dan aman secara emosional.

Faktor Protektif terhadap Risiko Perkembangan

Selain mendukung perkembangan positif, family bonding time juga berfungsi sebagai faktor protektif terhadap berbagai risiko perkembangan pada anak usia dini. Dalam kehidupan modern, keterbatasan interaksi keluarga dapat meningkatkan kecenderungan penggunaan gawai berlebihan, perilaku individualis, dan berkurangnya kedekatan emosional.

Temuan Randiawan dan Muthmainah (2025) mengenai father-child attachment menunjukkan bahwa kualitas kelekatan yang kuat membantu menjaga stabilitas psikososial anak usia 5–6 tahun. Dengan terpenuhinya kebutuhan perhatian dan afeksi, anak menjadi lebih stabil secara emosional dan tidak mudah mencari pelarian melalui layar digital.

Implikasi bagi Pendidikan Anak Usia Dini

Temuan ini memberikan implikasi penting bagi lembaga PAUD untuk memperkuat kolaborasi dengan keluarga. Program seperti jurnal aktivitas bonding di rumah, family reading night, proyek keluarga mingguan, dan kelas parenting dapat menjadi strategi untuk meningkatkan kualitas interaksi orang tua dan anak.

Kolaborasi yang baik antara guru dan orang tua akan membantu menciptakan kesinambungan pengalaman positif anak di rumah dan di sekolah, sehingga children well-being dapat berkembang secara lebih optimal.

Family Bonding Time pada Keluarga Dual Earner

Dalam konteks keluarga modern, family bonding time menjadi semakin penting terutama pada keluarga dual earner, yaitu keluarga di mana ayah dan ibu sama-sama bekerja. Keterbatasan waktu yang dimiliki orang tua sering kali menjadi tantangan dalam membangun kedekatan emosional dengan anak. Namun, kualitas interaksi yang hangat dan bermakna tetap dapat memberikan dampak positif terhadap children well-being.

Fajrin dan Purwastuti (2022) menjelaskan bahwa pada keluarga dual earner, keterlibatan orang tua dalam pengasuhan tidak selalu ditentukan oleh lamanya waktu bersama, tetapi lebih pada kualitas interaksi yang diberikan kepada anak, seperti komunikasi terbuka, rutinitas makan bersama, mendampingi belajar, dan bermain sebelum tidur.

Hal ini menunjukkan bahwa family bonding time yang dilakukan secara konsisten, meskipun dalam durasi singkat, tetap mampu memperkuat rasa aman, kelekatan emosional, serta kesejahteraan psikologis anak. Dengan demikian, pada keluarga bekerja, kualitas waktu lebih penting dibandingkan kuantitas waktu.

Keterlibatan Ayah dalam Family Bonding

Selain peran ibu, keterlibatan ayah juga menjadi bagian penting dalam family bonding time. Kehadiran ayah dalam aktivitas sehari-hari seperti bermain, membaca cerita, menemani makan, dan berdialog ringan memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan sosial emosional anak.

Mutiarasari, Listiana, dan Rachmawati (2024) menegaskan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak usia dini di era digital dapat dilakukan melalui quality time, komunikasi terbuka, menghindari distraksi teknologi, serta memberikan teladan penggunaan media digital yang sehat.

Temuan ini memperkuat pembahasan sebelumnya bahwa family bonding time bukan hanya mempererat hubungan emosional, tetapi juga berfungsi sebagai faktor protektif terhadap penggunaan gawai berlebihan dan risiko berkurangnya interaksi sosial anak.

Selain itu, keterlibatan ayah secara aktif membantu anak membangun rasa percaya diri, keberanian mengeksplorasi lingkungan, serta kestabilan emosi. Oleh sebab itu, father involvement perlu dipandang sebagai elemen strategis dalam mendukung children well-being pada anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, *family bonding time* merupakan salah satu faktor kunci dalam mengoptimalkan *children well-being* pada anak usia dini. Interaksi yang hangat, responsif, dan konsisten antara orang tua dan anak terbukti berkontribusi terhadap terbentuknya *secure attachment*, perkembangan regulasi emosi, keterampilan sosial, kemampuan bahasa dan kognitif, serta meningkatnya rasa aman dan kebahagiaan anak. Temuan kajian ini juga menunjukkan bahwa kualitas interaksi keluarga memiliki pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan durasi kebersamaan, terutama dalam konteks keluarga modern dan *dual-earner family*. Selain itu, keterlibatan aktif ayah dan ibu dalam aktivitas sehari-hari menjadi faktor protektif yang mampu meminimalkan risiko penggunaan gawai secara berlebihan, kecenderungan perilaku individualis, serta berbagai permasalahan psikososial pada anak. Dengan demikian, *family bonding time* dapat dipandang sebagai strategi pengasuhan yang efektif untuk mendukung perkembangan holistik anak sekaligus memperkuat fondasi kesejahteraan jangka panjang. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan sinergi antara keluarga dan lembaga pendidikan anak usia dini melalui program *parenting*, kegiatan berbasis keluarga, serta edukasi mengenai praktik interaksi berkualitas di rumah. Upaya tersebut diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan kondusif bagi tumbuh kembang anak. Meskipun demikian, kajian ini masih bersifat konseptual karena didasarkan pada sintesis literatur. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan studi empiris dengan pendekatan kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed methods* guna menguji secara lebih mendalam hubungan antara intensitas dan kualitas *family bonding time* dengan berbagai indikator *children well-being*, serta mempertimbangkan pengaruh faktor kontekstual seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, budaya pengasuhan, dan penggunaan teknologi digital dalam kehidupan keluarga modern.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Arianda, V., Salim, I. K., & Ruzain, R. B. (2022). Secure attachment (kelekatan aman) ibu dan anak dengan perkembangan sosial emosional pada anak. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 1(2), 67–74. <https://doi.org/10.25299/jicop.v1i2.8603>
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
- Berk, L. E. (2023). *Development through the lifespan* (8th ed.). Pearson.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

- Fadillah, S. S. A., Zazirah, Z., Yulianty, E. F., & Riany, Y. E. (2024). Pengaruh pola asuh afeksi dan kualitas emotional bonding ibu terhadap perkembangan anak usia 3–4 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(4). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i4.5833>
- Fajrin, N. P., & Purwastuti, L. A. (2022). Keterlibatan orang tua dalam pengasuhan anak pada dual earner family: Sebuah studi literatur. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2725–2734. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1044>
- Febriyani, V. R., & Arbarini, M. (2025). Pola asuh dan perannya dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kemandirian pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(5), 1568–1581. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.7060>
- Gunawan, H., & Bantali, A. (2025). Father attachment dalam merangsang perkembangan sosial emosi anak usia dini: Studi fenomenologis perspektif maqashid syariah. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(3), 878–887. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i3.6587>
- Handayani, A., Yulianti, P. D., & Setiawan, A. (2024). Peningkatan keterampilan pengasuhan melalui mindful parenting: Studi pada orang tua anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(6), 1529–1538. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i6.6251>
- Hikmawati, L., Arbarini, M., & Suminar, T. (2023). Pola asuh anak usia dini dalam penanaman perilaku sosio emosional anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1447–1464. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3587>
- Indah, D. M., Rahman, T., & Sianturi, R. (2026). Optimalisasi children well-being melalui family bonding time pada anak usia dini: Kajian literatur. *Jurnal Ar-Raihanah*, 6(1), 1–18. <https://doi.org/10.53398/arraihanah.v6i1.1136>
- Kail, R. V., & Barnfield, A. (2022). *Children and their development* (8th ed.). Pearson.
- Mutiarasari, A., Listiana, A., & Rachmawati, Y. (2024). Strategi dan tantangan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak usia dini di era digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(6), 1875–1886. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i6.6463>
- Novera, W. R., & Setiawati, F. A. (2023). Pengaruh secure attachment ibu terhadap kemandirian anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2059–2068. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4178>
- Papalia, D. E., Martorell, G., & Feldman, R. D. (2021). *Experience human development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.
- Santrock, J. W. (2024). *Life-span development* (19th ed.). McGraw-Hill Education.
- Suryani, L., & Setiawati, F. A. (2021). Peran dan kualitas perkawinan orang tua terhadap perilaku anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 977–988. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1561>
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind—Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Whitebread, D., Basilio, M., Kuvalja, M., & Verma, M. (2022). *The importance of play in early childhood development*. Cambridge University Press.
- World Health Organization. (2022). *Nurturing care for early childhood development: A framework for helping children survive and thrive*. World Health Organization