

Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Dalam Pengasuhan Positif

Berliana Henu Cahyani¹, Flora Grace Putrianti²

^{1,2}Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

email: berliana.henucahyani@ustjogja.ac.id

email: dgrace.p@ustjogja.ac.id

Abstrak

Perkembangan anak yang optimal membutuhkan peran ibu dalam melakukan pengasuhan. Kondisi yang terjadi belum sepenuhnya setiap ibu memahami cara pengasuhan positif. Pendekatan dalam pengasuhan masih sebatas pada kebiasaan yang selama ini berjalan. Kebiasaan tersebut belum mencerminkan pengasuhan positif. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi peningkatan pemahaman dalam pengasuhan positif. Metode yang dilakukan adalah psikoedukasi melalui triple P dengan ceramah dan diskusi tanya jawab. Peserta yang berpartisipasi sebanyak 11 orang ibu. Selama proses tersebut peserta aktif bertanya tentang materi yang disampaikan dan permasalahan yang dialami selama mengasuh anak. Hasil pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pemahaman bagi para ibu agar memiliki pandangan yang lebih positif dalam mengasuh anak dan dapat diaplikasikan selama melakukan pengasuhan. Berdasarkan skor rerata diketahui terdapat peningkatan pemahaman setelah diberikan psikoedukasi.

Kata kunci: pengasuhan positif, perkembangan anak, psikoedukasi

Abstract

Optimal child development requires the mother's role in parenting. The conditions that occur do not fully understand how positive parenting is. The approach to parenting is still limited to the habits that have been running so far. This habit does not yet reflect positive parenting. The purpose of this community service is to provide education to increase understanding in positive parenting. The method used is psychoeducation through triple P with lectures and question and answer discussions. The participants who participated were 11 mothers. During this process the participants actively asked about the material presented and the problems they experienced while raising children. The results of this community service can increase understanding for mothers so that they have a more positive view of childcare and can be applied during parenting. Based on the mean score, it is known that there is an increase in understanding after being given psychoeducation.

Keywords: positive parenting, child development, psychoeducation

Submitted: 1 Mei 2021

Revision: 15 Mei 2021

Accepted: 31 Mei 2021

PENDAHULUAN

Kondisi orangtua, khususnya ibu-ibu di Dusun Ceming belum sepenuhnya memahami konsep-konsep dalam pengasuhan dengan pendekatan psikologis. Selama ini pengasuhan yang dilakukan masih sebatas pada orientasi kecukupan pokok, komunikasi dalam pengasuhan juga masih sesuai kebiasaan sesuai keinginan dan belum sepenuhnya memahami kondisi anak. Pengetahuan strategi pengasuhan yang positif dibutuhkan orangtua agar mampu mendidik secara optimal dengan alternatif pendekatan psikologis.

Psikoedukasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan atau ketrampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat (HIMPSI, 2010). Layanan psikoedukasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pemahaman tentang pengasuhan prinsip Triple P dan tumbuh kembang anak yang disampaikan melalui ceramah dan tanya jawab. Penyampaian pengasuhan positif yang disampaikan melalui ceramah dapat meningkatkan keterampilan dalam pengasuhan positif (Rasyid, Suhesti, Nugrouho, Aulia, 2019).

Pengasuhan Triple P merupakan pengasuhan yang menerapkan prinsip-prinsip pengasuhan positif. Sanders (2009) menjelaskan prinsip-prinsip Triple P dalam pengasuhan positif meliputi cara menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anak, cara membangun komunikasi yang efektif, penerapan disiplin yang positif, cara menetapkan harapan yang realistis terhadap kemampuan anak sesuai dengan tahap perkembangan dan cara emahami kondisi diri sebagai peran orangtua. Prinsip-prinsip pengasuhan positif dapat berperan terhadap peningkatan pengasuhan positif bagi orangtua. Hasil penelitian dari Bunga dan Koten (2018) yang melibatkan 26 orangtua dan 4 guru menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap positif dalam pengasuhan setelah diberikan pelatihan pengasuhan positif. Program triple P dapat meningkatkan pemahaman dalam pengasuhan positif, khususnya bagi ibu-ibu (Supriatna, Alawiyah, Yuliani, 2019; Arintina, 2020).

Menurut Putrianti, dkk (2020) bahwa perkembangan teknologi komunikasi yang pesat seperti sekarang ini semakin mengubah bentuk pergaulan dan sosialisasi pengguna internet dari anak-anak sampai dengan lansia. Segala bentuk informasi dapat menyebar secara cepat dan luas sehingga sulit untuk dikontrol yang berdampak positif maupun negative. Hasil

observasi dan wawancara pada Februari 2020 dapat dilihat bahwa anak-anak bahkan balita sudah difasilitasi handphone untuk menjadi teman bermainnya. Mereka menonton youtube bahkan bermain game yang terkadang tanpa pengawasan orang tua. Alasan sederhana dari orang tua adalah agar mereka diam dan orangtua dapat terus bekerja tanpa gangguan anak-anak. Hal ini menjadikan anak bebas memilih games ataupun channel youtube yang diinginkan dan berdampak modeling anak pada tontonan yang dilihat bahkan sampai maraknya perilaku bullying.

Demikian halnya dengan pemberian pengetahuan tentang tahap perkembangan anak dapat meningkatkan pemahaman dalam pengasuhan yang efektif (Lubis, Rosyida, Solikhatin, 2019; Suprihatin, Sugiasih, Wahyuni, 2019). Pengasuhan positif sangat diperlukan di era digital seperti sekarang ini karena anak khususnya telah hidup di era digital dengan perkembangan teknologi yang pesat. Teknologi bak dewa bagi manusia, yang melahirkan dampak positif maupun negatif bagi manusia. Dampak negatif kecanggihan era digital bagi anak saat ini dapat dilihat dari di lingkungan tempat tinggal seperti tingkah laku moral anak yang memprihatinkan. Dengan demikian, pengasuhan positif dalam lingkungan keluarga, sangat menentukan nilai-nilai yang didapatkan oleh anak.

METODE

Metode kegiatan dilakukan dengan psikoedukasi melalui ceramah, diskusi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan memuat tentang tahap tumbuh kembang anak dan prinsip pengasuhan positif berdasarkan Triple P. Peserta kegiatan adalah sebelas para ibu di Dusun Ceming, Desa Triharjo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul. Tingkat pendidikan peserta yang berpartisipasi paling rendah adalah tingkat Sekolah Dasar.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di rumah Kepala Dusun Ceming. Materi Tumbuh Kembang Anak disampaikan oleh Ibu Flora Grace Putrianti, S. Psi., M.Si., sedangkan Materi Pengasuhan Positif Berdasarkan Triple P disampaikan oleh Ibu Dr. Berliana Henu Cahyani S. Psi., M. Psi., Psikolog.

Sebelum diberikan materi psikoedukasi, semua peserta diminta mengisi skala untuk mengukur tingkat pemahaman dalam pengasuhan positif. Psikoedukasi disampaikan melalui ceramah dan diskusi tanya jawab. Masing-masing peserta diberikan kesempatan untuk

menanyakan materi yang disampaikan dan permasalahan yang dialami dalam pengasuhan yang selama ini dilakukan. Setelah kegiatan selesai, skala diberikan kembali untuk mengetahui tingkat pemahaman setelah diberikan psikoedukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bagi para ibu sehingga memiliki pandangan yang lebih positif dalam mengasuh anak. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka dengan peserta. Peserta mengisi daftar hadir terlebih dahulu dan skala sebelum acara dimulai dengan jumlah 11 orang ibu.

Tabel 1. Data Deskripsi Peserta Psikoedukasi Pengasuhan Positif

Peserta	Anak ke 1		Anak ke 2	
	Usia	Pendidikan	Usia	Pendidikan
1	18 Tahun	SMA	15 Tahun	SMP
2	22 Tahun	PT	15 Tahun	SMP
3	19 Tahun	SMA	-	-
4	6 Tahun	TK	-	-
5	10 Tahun	SD	3 Tahun	Belum Sekolah
6	10 Tahun	SD	6 Tahun	TK
7	17 Tahun	SMA	9 tahun	SD
8	15 Tahun	SMP	5 Tahun	TK
9	11 Tahun	SD	2 Tahun	Belum Sekolah
10	5 Tahun	TK	20 Bulan	Belum Sekolah
11	10 Tahun	SD	8 Bulan	Belum Sekolah

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta mempunyai dua anak dengan tingkat pendidikan yang bervariasi yaitu belum sekolah, TK, SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi.

Kegiatan pengabdian dipandu oleh moderator yaitu mahasiswa KKN UST Padepokan 109 yang dimulai pada pukul 13.00 WIB. Pembukaan dan sambutan diisi oleh Ketua Padepokan 109 kemudian dilanjutkan materi tentang pengasuhan positif yang disampaikan Ibu Dr. Berliana Henu Cahyani, S. Psi., M. Psi., Psikolog. Penjelasan materi menggunakan tayangan *power point* dan modul yang meliputi pengertian pengasuhan positif, dampak pengasuhan positif, prinsip pengasuhan positif Triple P. Komponen pengasuhan Triple P yaitu menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anak (lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat), membangun komunikasi yang efektif, menerapkan disiplin yang positif,

menetapkan harapan yang realistis terhadap kemampuan anak sesuai dengan tahap perkembangan, memahami kondisi diri sebagai peran orangtua. Waktu yang digunakan untuk sesi ini kurang lebih selama 20 menit.

Materi selanjutnya disampaikan oleh Ibu Flora Grace Putrianti S.Psi., M.Si. tentang tumbuh kembang anak. Penjelasan materi menggunakan *power point* dan modul meliputi masa prenatal, masa setelah kelahiran, masa bayi, masa anak usia 1-2 tahun, masa prasekolah, masa sekolah, dan masa remaja. Waktu yang digunakan untuk sesi ini kurang lebih selama 15 menit.



Gambar 1. Sambutan dan Pembukaan oleh Ketua Padepokan 109



Gambar 2. Penjelasan Materi Tumbuh Kembang Anak



Gambar 3. Materi Pengasuhan Positif Berdasarkan Triple P

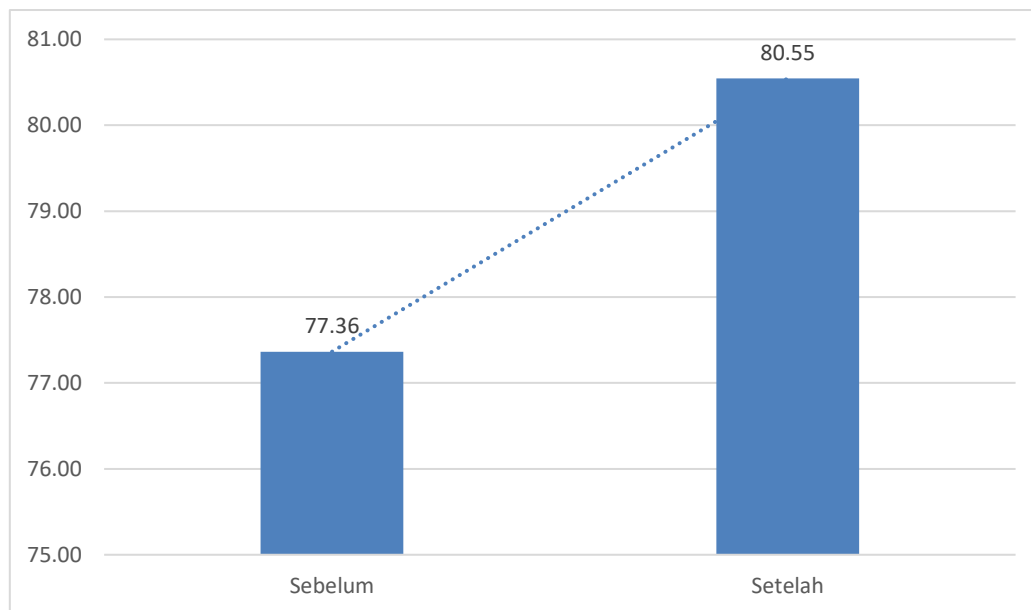


Gambar 4. Peserta Mengisi Skala Pengasuhan Positif

Setelah kedua pemateri memaparkan materi lalu dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Selama proses tersebut para ibu aktif bertanya tentang materi yang disampaikan dan permasalahan yang dialami selama mengasuh anak. Masing-masing mengajukan pertanyaan dan bercerita mengenai cara pengasuhan yang selama ini dilakukan dan strategi yang akan dilakukan untuk pengasuhan positif ke depan. Mereka menuliskan rencana jangka pendek dan jangka panjang dalam pengasuhan anak yang lebih baik.

Setelah selesai diskusi dan tanya jawab, kemudian masing-masing peserta mengisi kembali skala pengasuhan positif. Pada proses pengisian skala ada beberapa peserta yang dibantu untuk mengisi jawaban pada skala karena anaknya rewel. Namun hal ini tidak sampai mengganggu acara psikoedukasi sehingga tetap dapat berjalan lancar sampai selesai.

Hasil skala yang sudah diisi sebelum dan setelah dilakukan psikoedukasi pengasuhan positif, kemudian diskor dan dihitung reratanya untuk mengetahui tingkat pemahaman pengasuhan positif. Hasil analisis data pada diagram di bawah ini diketahui terdapat peningkatan pemahaman setelah diberikan psikoedukasi.



Gambar 5. Hasil Analisis Data Pengasuhan Positif Sebelum dan Sesudah Psikoedukasi

Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pengasuhan positif sebesar 3,19 dari skor sebelum diberikan psikoedukasi sebesar 77,36 dan setelah diberikan psikoedukasi dalam pengasuhan positif sebesar 80,55. Bagi para ibu peserta kegiatan psikoedukasi diharapkan dapat menerapkan pengasuhan positif dalam mendidik anak. Purbasafir dkk (2018) menyatakan bahwa psikoedukasi menjadi salah satu metode intervensi yang efektif untuk meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu anak penyandang autisme sehingga kesiapan kognitif dengan memberikan pemahaman dan informasi baru. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh psikoedukasi terhadap *parenting-self efficacy* orang tua sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi. Psikoedukasi dapat digunakan untuk meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu anak penyandang autisme.

KESIMPULAN

Psikoedukasi berperan dalam meningkatkan pemahaman pengasuhan positif bagi para ibu dalam mengasuh anak. Selama proses diskusi tanya jawab, para ibu menyampaikan permasalahannya dan berupaya mendapatkan solusi. Bagi para ibu diharapkan dapat menerapkan pengasuhan positif ketika menangani permasalahan dalam mengasuh anak. Era digital tidak menjadi peghalang bagi ibu untuk tetap mempunyai ketegasan pada anak saat berinteraksi dengan gadget mereka sehingga anak-anak akan tumbuh menjadi anak yang pembelajar, mandiri dan disiplin.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami sampaikan kepada UST, LP3M UST, KKN Padepokan 109, Kepala Dusun Ceming, Desa Trimulyo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul dan Ibu-ibu peserta psikoedukasi Dusun Ceming yang telah bekerjasama dalam rangka pengabdian masyarakat sehingga acara psikoedukasi pengasuhan positif dapat terlaksana dengan lancar.

DAFTAR REFERENSI

- Arintina, Yolanda Candra. (2020). Psikoedukasi Pola Asuh Pada Ibu-ibu di Wilayah Puskesmas Keputih Surabaya. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. Volume 9, Nomor 2, Oktober 2020.
- Bunga, Beatriks N. dan Koten, Angelikus N. (2018). Program Positive Parenting Untuk Menumbuhkan Perilaku Pengasuhan Yang Positif Orangtua di PAUD Ebenhaezer Matani & BUNGA Preschool Matani. *Proceeding Seminar Nasional: Pendidikan dan Pembelajaran di Era Abad 21*. FKIP Undana, 15 September 2018.
- Himpsti. (2010). Kode Etik Psikologi Indonesia. Jakarta. Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia
- Lubis, Hairani. Rosyida, Afif Husniyanur. Solikhatin, Nikmatul Hidayati. (2019). Pola Asuh Efektif di Era Digital. *Jurnal Plakat*. Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat. ISSN: 2714-5239 (Online); ISSN: 2686-0686 (Print) Volume 1 No. 2 Desember 2019.
- Purbasafir, Trialovena Firizbrilian. Fasikha, Siti Suminarti. Saraswati, Putri. (2018). Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Parenting Self-Efficacy Pada Ibu Anak Penyandang Autisme. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 06, No.02 Agustus 2018. pISSN: 2301-8267 | eISSN: 2540-8291

- Putrianti, Flora Grace. Wijayanti, Astuti. Listiyani, Laily Rochmawati. (2020) s. Pencegahan Cyberbullying dengan Ajaran Ki Hadjar Dewantara. *Jurnal Plakat*. Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat. ISSN: 2714-5239 (Online); ISSN: 2686-0686 (Print) Volume 2 No. 2 Desember 2020
- Rasyid, Miranti. Suhesty, Aulia. Nugroho, Happy. Aulia, Milalia Rizqi. (2019). Peningkatan Keterampilan Pengasuhan Positif Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Melalui Pelatihan Helping Parents with Challenging Children. *Jurnal Plakat*. Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat. ISSN: 2714-5239 (Online); ISSN: 2686-0686 (Print) Volume 1 No. 2 Desember 2019.
- Sanders, Matthew R. (2009). Triple P-Positive Parenting Program and The Prevention of Child Maltreatment. *Parenting and Family Support Centre*. The University of Queensland Australia.
- Supriatna, Ecep. Alawiyah, Tuti. Yuliani, Wiwin. (2019). Seminar Positive Parenting Program (Triple P) Pada Ibu-ibu Dharma Wanita Persatuan Kabupaten Garut. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Abdimas)*. Volume 02 Nomor 02, Juli 2019. IKIP Siliwangi.
- Suprihatin, Titin. Sugiasih, Inhastuti. Wahyuni, Sri (2019). Keterampilan Pengasuhan Pada Warga Kampung Nelayan Desa Tambakbulusan Kecamatan Karangtengah Kabupaten Demak. *Senadimas UNISRI*. September 2019. ISBN: 978-602-73158-5-3.