

PSIKOEDUKASIMENJADI ORANGTUA YANG CERDAS DAN KREATIF DI MASA PANDEMI

Reneta Kristiani¹⁾, Lita Patricia Lunanta²⁾, Gracia Samuela Kiswanto³⁾, Aurelia Ardani⁴⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya ^{1), 3)}
Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul ²⁾

Email : reneta.kristiani@atmajaya.ac.id¹⁾, lita.patricia@esaunggul.ac.id²⁾,
gracia.201807000056@student.atmajaya.ac.id³⁾,
aurelia.201707000086@student.atmajaya.ac.id⁴⁾

ABSTRAK

Orangtua seringkali bingung dalam memberikan pengasuhan yang tepat bagi anak mereka. Kegiatan psikoedukasi ini bertujuan untuk membekali orangtua agar dapat memahami perkembangan anak dan cara-cara praktis untuk mendidik anak secara kreatif di rumah. Kegiatan dilakukan dalam bentuk seminar *online* atau webinar selama 2 jam yang diawali dengan pemberian *pre-posttest* dan survei kepuasan hidup untuk mendapatkan gambaran awal bagaimana kehidupan orangtua saat ini. Materi kegiatan psikoedukasi meliputi kondisi pandemi saat ini yang dapat dilihat sebagai krisis atau kesempatan, keunikan anak, tahapan perkembangan anak, permasalahan mendasar anak, pengasuhan yang tepat sesuai dengan tahap perkembangan anak, bahasa kasih orangtua terhadap anak, serta keterampilan yang penting dimiliki dan kreativitas untuk beradaptasi dalam masa pandemi. Materi diberikan dalam bentuk presentasi dan video audio visual. Kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya-jawab dari partisipan. Kegiatan ini diikuti oleh ayah dan ibu secara seimbang komposisinya serta calon orangtua yang belum menikah maupun memiliki anak. Dari hasil *pre-posttest*, terjadi perubahan walaupun tidak signifikan dari 74,5% ke 76,14%. Selain itu ditemukan bahwa tingkat kepuasan partisipan tinggi dengan rata-rata tingkat kepuasan 93,75%. Melihat antusiasme para partisipan, saran agar kegiatan psikoedukasi seperti ini dapat dilakukan secara berkala dengan berbagai topik yang berbeda serta ditujukan selain untuk orangtua, juga untuk guru dan pendidik agar lebih memahami perkembangan anak dan cara-cara kreatif dalam mendidik anak.

Kata kunci: psikoedukasi, orangtua, pengasuhan kreatif, masa pandemi

ABSTRACT

Parenting is usually confusing and overwhelming for parents. They had to choose between so many different perspectives and theories. This psychoeducation aimed to help parents with the knowledge about children's development and a new approach on how to educate children in creative ways. This psychoeducation was held in two hours webinar. There was a pre-posttest and also a life satisfaction survey that intends to measure the effectiveness of this psychoeducation. Materials in this psychoeducation include the framework of seeing a pandemic as a crisis or chance, discussion about the uniqueness of a child, stages of development, love language in parenting, skills and creativity needed for adaptation in this pandemic. Materials were delivered in presentation and audio visual video. Then it was completed with question and answers sessions. Participants were parents, fathers and mothers equally and even future parents who are still without children and not in marriage. From the result of the pre-posttest, there was an increase in score from 74.5% to 76.14% even though it was not much. Moreover, participant's satisfaction was very high at 93.75%. Seeing the enthusiasm from participants, it is suggested to hold psychoeducation activity regularly with diverse topics to be discussed. The next psychoeducation program is intended not just for parents, but also educators for better understanding about children's development and creative ways to educate children.

Keywords: psychoeducation, parent, creative parenting, pandemic situation

A. PENDAHULUAN

Pada masa pandemi COVID-19 ini, kegiatan belajar mengajar siswa beralih menjadi kegiatan pembelajaran secara daring. Kegiatan anak yang sebagian besar dilakukan di rumah, tentu menuntut peran orangtua untuk dapat mendampingi, mengasuh, serta mendidik anak mereka.

Pelajaran di rumah tidak akan dapat berjalan efektif tanpa dukungan dan partisipasi aktif orang tua dalam membantu belajar anak. Orang tua (wali murid) menjadi salah satu kunci sukses dalam pembelajaran daring selain kreativitas guru dan motivasi belajar anak (Kemendikbud, 2020).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sholikhah & Hanifah (2021) mengenai peran orang tua dalam membantu anak, terlihat bahwa sedikitnya ada lima peran orang tua yang harus dijalankan, yaitu sebagai fasilitator, pendamping, guru atau pembimbing, motivator dan direktur atau pengarah. Kelima peran tersebut harus dijalankan orang tua dengan baik sehingga pembelajaran dari rumah memiliki keefektifan yang sama dengan pembelajaran di sekolah. Di sisi lain, orangtua sendiri memiliki tanggung jawab lain yang juga dilakukan dari rumah, seperti bekerja, dan sebagainya. Oleh karena itu, orangtua perlu dibekali dengan pengetahuan yang cukup untuk dapat menjadi orangtua yang cerdas dan kreatif.

Dengan situasi yang berubah, pengasuhan dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan juga harus melalui proses adaptasi. Choi dkk (2020) menemukan bahwa orang tua yang menerapkan pengasuhan dan pendidikan yang kreatif, yang melibatkan unsur seni dan budaya nampaknya dapat membantu perkembangan pendidikan anaknya menjadi lebih berkembang optimal. Mereka menemukan bahwa pengalaman

kreatif adalah penting untuk perkembangan psikososial dan kesejahteraan anak (*psychological well being*). Aktivitas yang kreatif bersama orang tua menolong anak mengembangkan keterampilan dan strategi *coping* yang meliputi resiliensi dan kemampuan pemecahan masalah, terutama saat mereka menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dalam pandemi. Pola pengasuhan orang tua yang kreatif membuat anak tetap bisa terlibat dalam pembelajaran jarak jauh serta memberikan ruang untuk anak-anak untuk mengekspresikan emosi dan melepaskan beban mereka.

Beberapa penelitian yang lain mengenai kreativitas juga menemukan kaitan kreativitas dengan perkembangan keterampilan lain dalam belajar anak, misalnya meningkatnya karya siswa yang original dan ide-ide kewirausahaan pada siswa (LaMore dkk, 2013) serta perkembangan resiliensi dan konsep diri positif pada anak-anak yang mengalami situasi sulit dan traumatis (Coholic & Eys, 2016). Penelitian sebelum juga menunjukkan bahwa dengan melibatkan kreativitas, strategi *coping* anak-anak dalam masa karantina dan *lockdown* menunjukkan peningkatan (Verger dkk, 2020).

Webinar *parenting* ini merupakan kegiatan rutin yang diselenggarakan oleh komunitas PARAS (*Parenting Asyik*), dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orangtua mengenai cara mengasuh dan mendidik anak secara cerdas dan kreatif di era digital. Materi pilihan yang diangkat pada webinar kali ini adalah mengenai cara orangtua dapat mengenal anak dan aspek-aspek perkembangan pada anak. Tujuannya adalah membekali orangtua agar dapat memahami perkembangan anak dan cara-

cara praktis untuk mendidik anak secara kreatif selama di rumah.

B. METODE KEGIATAN

Kegiatan psikoedukasi dilakukan pada hari Sabtu, tanggal 28 Agustus 2021 pukul 19.30 - 21.30 secara daring melalui media *zoom* yang dihadiri oleh 17 orangtua dari komunitas *Parenting Asyik* (PARAS) yang mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dan mengisi *pre-post test* ditambah dua orang partisipan yang baru hadir pada pertengahan acara sehingga hanya mengisi *posttest*.

Pada kegiatan psikoedukasi, partisipan memulainya dengan mengisi skala kepuasan hidup dan *pretest* mengenai pengetahuan orangtua akan pengasuhan anak. Skala kepuasan hidup digunakan untuk mengetahui gambaran persepsi partisipan terhadap hidupnya selama ini. Tujuannya sebagai dasar dalam mengarahkan pembahasan materi. Tujuan diberikannya *pretest* untuk melihat *baseline* pengetahuan awal yang dimiliki orangtua tentang pengasuhan anak sebelum mengikuti kegiatan psikoedukasi ini.

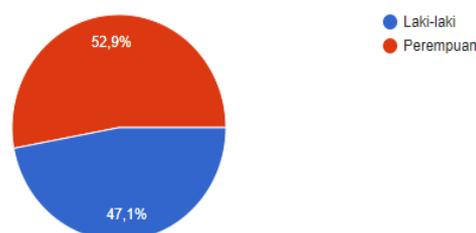
Materi kegiatan psikoedukasi meliputi kondisi di masa pandemi yang dapat dilihat sebagai bahaya atau krisis dan sebaliknya sebagai kesempatan. Semua tergantung pada persepsi atau sudut pandang orang yang melihatnya. Selanjutnya adalah materi mengenai anak sebagai individu pembelajar yang sejak bayi sudah memiliki rasa ingin tahu terhadap lingkungan di sekitarnya, setiap anak itu unik dan memiliki tempo belajarnya sendiri, aspek-aspek penting dalam setiap tahapan perkembangan anak yang meliputi faktor kognitif, fisik-motorik dan sosial-emosi, permasalahan mendasar anak, bahasa kasih orangtua maupun anak,

keterampilan yang penting dimiliki orangtua dalam situasi krisis seperti masa pandemi ini, mengenai definisi kreativitas dan manfaat kreativitas untuk beradaptasi di masa pandemi.

Selain dalam bentuk presentasi, materi juga diberikan dalam bentuk audio visual melalui contoh-contoh video mengenai permainan kreatif yang dapat dilakukan orangtua bersama anaknya di rumah, metode bermain yang bisa dilakukan di rumah untuk belajar STEM (*Science, Technology, Engineering, Mathematics*) bagi anak usia dini. Selesai pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Para partisipan antusias bertanya mengenai persoalan yang mereka alami terkait pengasuhan anak mereka. Kegiatan ditutup dengan mengisi *posttest* dan evaluasi untuk melihat adanya perubahan pengetahuan setelah diberikan materi psikoedukasi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi ini diikuti oleh 17 partisipan dengan gambaran sebagai berikut :

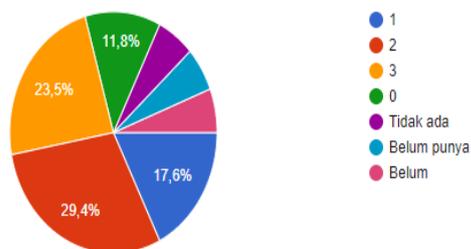


Gambar 1. Jenis Kelamin Partisipan

Partisipan perempuan dan laki-laki berimbang dengan komposisi 52,9 % adalah perempuan dan 47,1% adalah laki-laki. Usia partisipan berada dalam rentang usia 23 hingga 55 tahun. Sebanyak 76,5% sudah menikah dan 23,5% belum menikah.

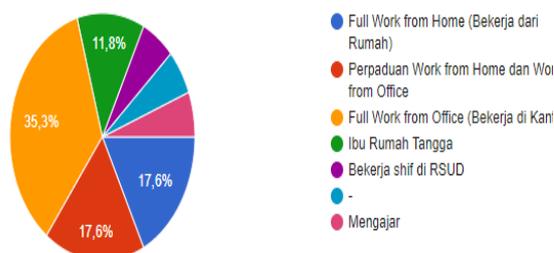
Domisili partisipan beragam mulai dari DKI Jakarta, daerah-daerah di Jawa Barat (seperti Cirebon, Bandung, Garut dan Sukabumi), daerah di Sumatera, yaitu Pekanbaru dan juga Kepulauan Bangka Belitung.

Sebanyak 64,7% partisipan sudah memiliki anak dan sebanyak 35,3% belum memiliki anak. Dari partisipan yang sudah memiliki anak, ada 29,4% yang sudah memiliki 2 anak, ada 23,5% memiliki 3 anak dan 17,6% memiliki 1 anak.



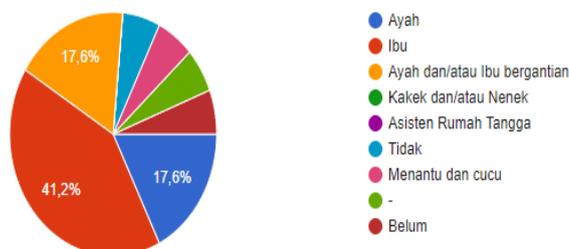
Gambar 2. Jumlah Anak Partisipan

Sebanyak 36,3% partisipan bekerja penuh waktu di kantor, sebanyak 17,6% partisipan bekerja penuh waktu di rumah dan 17,6% bekerja dari rumah dan kantor serta 11,8% adalah ibu rumah tangga.



Gambar 3. Kondisi Pekerjaan Partisipan Selama Masa Pandemi

Di masa pandemi ini, sebanyak 41,2% ibu yang menemani anak belajar pembelajaran jarak jauh (PJJ), sebanyak 17,6% ayah yang menemani dan 17,6% bergantian ayah atau ibu yang menemani anak belajar PJJ.



Gambar 4. Yang Mendampingi Anak saat PJJ di Masa Pandemi

Dari hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dikerjakan oleh partisipan, tampak adanya perbedaan skor partisipan pada *pretest* dan *posttest*, dimana sebelum mendapatkan materi psikoedukasi, total skor dari partisipan adalah 74,5%, sedangkan setelah mendapatkan materi psikoedukasi, total skor dari partisipan menjadi 76,14%. Dari setiap item pertanyaan, ada peningkatan skor yang ditunjukkan oleh partisipan, misalnya dalam pengertian mengenai bagaimana keterampilan yang penting dimiliki oleh orangtua dalam situasi krisis adalah beradaptasi dan komunikasi (94,1% menjadi 100%), kreativitas artinya mampu menggunakan sumber daya yang ada untuk menciptakan sesuatu (94,1% menjadi 100%) serta pemahaman bahwa untuk berpikir kreatif orangtua perlu berani mencoba hal baru, fleksibel, dan berani mengambil risiko akan kegagalan (dari 94,1% menjadi 100%). Begitu juga dalam konsep bahwa anak usia sekolah lebih membutuhkan teman daripada orangtua (47,1% menjadi 73,7%), serta dalam hal berinteraksi dengan anak, kualitas juga penting (58,8% menjadi

63,2%). Partisipan juga menunjukkan peningkatan pemahaman bahwa ibu bukan menjadi satu-satunya figur utama yang mengembangkan keterampilan anak (5,9% menjadi 15,8%).

Terdapat item tes yang hasilnya anomali ketika partisipan menunjukkan pengurangan skor pada pemahaman bahwa pada masa usia sekolah, anak sudah mencapai puncak dalam keterampilan relasi sosial (dari 70,6% saat *pretest* menjadi 36,8% saat *posttest*). Dari skor ini terlihat partisipan mendapatkan pemahaman bahwa anak usia sekolah sudah memiliki keterampilan relasi sosial yang maksimal, akan tetapi sebenarnya relasi sosial anak masih dapat berkembang. Dalam materi yang diberikan dibahas mengenai tahap perkembangan psikososial anak menurut Erik Erikson dimana masa usia sekolah (6-12 tahun) adalah tahap *inferiority vs industry*. Ketika anak bisa melewati masa ini dengan baik, mereka akan mampu menguasai tugas-tugas yang kompleks dan mengembangkan keterampilan baru. Anak yang mendapatkan dukungan orang tua akan merasa kompeten dan percaya akan kemampuan yang mereka miliki. Pembahasan mengenai tahap psikososial ini nampaknya membuat partisipan salah tangkap terhadap aspek keterampilan sosial yang sebenarnya masih terus berkembang hingga masa dewasa.

Partisipan menunjukkan keterlibatan dalam kegiatan yang dilakukan, dengan memberikan respons dan berbagi masalah yang dialami. Partisipan juga secara aktif mengajukan pertanyaan, baik secara langsung maupun lewat fasilitas *chat*. Pertanyaan partisipan mencakup bagaimana mengetahui bahasa kasih dan seberapa penting untuk mengetahui bahasa kasih anak dan anggota keluarga lainnya yang sering berinteraksi dengan anak. Partisipan juga

bertanya bagaimana cara menggunakan permainan untuk mengajarkan anak. Terdapat partisipan yang mengungkapkan tantangan yang mereka hadapi sebagai orangtua tunggal dalam mengasuh dan mendidik anak.

Berdasarkan hasil survei evaluasi yang diisi oleh partisipan, terlihat bahwa 100% partisipan menilai kesesuaian isi materi dengan tujuan sudah sangat baik, 75% partisipan menilai sangat mendapatkan tambahan pemahaman/pengetahuan setelah seminar. Selanjutnya, 100% partisipan merasa efektivitas komunikasi/kemampuan pemateri dalam menyampaikan adalah sangat baik. Akhirnya, 100% partisipan menilai keseluruhan kegiatan adalah sangat baik. Partisipan juga secara aktif mengusulkan topik kegiatan untuk dilakukan berikutnya kepada kalangan pendidik.

Berikut tabel evaluasi kegiatan keseluruhan dari partisipan.

Tabel 1. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi Kegiatan	Tingkat Kepuasan
Kesesuaian isi materi dengan tujuan	100%
Tambahan pemahaman/ pengetahuan setelah kegiatan	75%
Efektivitas komunikasi dan kemampuan pemateri dalam menyampaikan	100%
Penilaian terhadap keseluruhan kegiatan	100%
Rata-rata tingkat kepuasan	93,75%

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan psikoedukasi yang berfokus pada materi menjadi orangtua yang cerdas dan kreatif di era digital ini dapat dikatakan telah berhasil. Hal ini dapat terlihat dari hasil evaluasi partisipan,

tingkat kepuasan partisipan tinggi dengan rata-rata tingkat kepuasan 93,75%. Selain itu, berdasarkan evaluasi hasil *pretest* dan *posttest*, memperlihatkan hasil yang meningkat secara keseluruhan. Dengan ini, maka dapat dikatakan pula bahwa kesadaran dan pengetahuan orangtua mengenai cara mengasuh dan mendidik anak secara cerdas dan kreatif di era digital telah bertambah. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat mempersiapkan orangtua dalam menjalani peran sebagai orangtua di keluarga masing-masing.

Selanjutnya, partisipan juga berharap agar kegiatan psikoedukasi ini dapat dilakukan secara berkala dengan berbagai topik yang berbeda serta ditujukan selain untuk orangtua, juga untuk guru dan pendidik agar lebih memahami perkembangan anak dan cara-cara kreatif dalam mendidik anak. Kreativitas dan kecerdasan dalam mendidik anak di masa pandemi juga menjadi keterampilan yang perlu dimiliki oleh para pendidik di Indonesia, khususnya bagi guru-guru yang mengajar di sekolah negeri. Hal ini diharapkan pendidik dapat memanfaatkan teknologi untuk memberikan pendidikan yang maksimal bagi peserta didik.

Pretest kegiatan ini diberikan untuk diisi secara *anonymous* oleh partisipan untuk menjaga kerahasiaan data skala kepuasan hidup yang mereka miliki. Namun hal ini menjadi masalah ketika jumlah partisipan yang mengisi *posttest* tidak sama dengan yang mengisi *pretest*. Fasilitator menjadi kesulitan melakukan sinkronisasi data yang ada pada *pretest*, *posttest* dan evaluasi. Untuk kegiatan berikut perlu dipikirkan teknik pengumpulan data yang bisa mengenali partisipan dengan tetap menjaga kerahasiaan identitas. Selain itu, untuk pengembangan kegiatan selanjutnya, dalam penyusunan *pretest* dan *posttest* dapat menggunakan beberapa jenis

pertanyaan sehingga lebih terukur pemahaman partisipan secara komprehensif.

Menyikapi salah paham yang terlihat dari pengurangan skor *posttest* pada salah satu item pertanyaan pemahaman, disarankan untuk lebih melengkapi materi yang diberikan dengan contoh spesifik dan melakukan pengecekan pemahaman partisipan saat kegiatan psikoedukasi dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Sholikhah, M. A., & Hanifah, U. (2021). Peran Orang Tua dalam Membantu Belajar Anak di Masa Pandemi Covid-19. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 5(1). <https://ojs.unm.ac.id/pembelajar/article/view/1469>
- Kemendikbud. (2020). Sikapi Covid-19, Kemendikbud Terbitkan Dua Surat Edaran. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan. Diakses melalui : www.kemendikbud.go.id
- Choi, M., Tessler, H. & Kao, G. (2020). Arts and crafts as an educational strategy and coping mechanism for Republic of Korea and United States parents during the COVID-19 pandemic. *Int Rev Educ* 66, 715–735. <https://doi.org/10.1007/s11159-020-09865-8>
- LaMore, R., Root-Bernstein, R., Root-Bernstein, M., Schweitzer, J. H., Lawton, J. L., Roraback, E., et al. (2013). Arts and crafts: Critical to economic innovation. *Economic Development Quarterly*, 27(3), 221–229.



<https://doi.org/10.1177/0891242413486186>.

Coholic, D. A., & Eys, M. (2016). Benefits of an arts-based mindfulness group intervention for vulnerable children. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 33(1), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s10560-015-0431-3>.

Verger, N.B., Urbanowicz, A., Shankland, R., & McAloney-Kocaman, K. (2020). Coping in isolation: Predictors of individual and household risks and resilience against the COVID-19 pandemic. SSRN Scholarly Paper No. ID 3596094. Rochester, NY: Social Science Research Network. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3596094>.