



PSIKOEDUKASI TENTANG POLA ASUH EFEKTIF DI MASA KINI

Fadhel Muhammad Rizal¹⁾ | Nur Hanifah Firdaus²⁾ | Nurul Auliah As Fataillah³⁾ | A. Maulia Fitri⁴⁾ | Irdianti^{5*)} | Uswatun Hasanah⁶⁾
1,2,3,4,5,6)Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar
irdiantipsi@unm.ac.id

Abstract: *In the present, parents must choose an effective parenting pattern so that children avoid deviant behavior. The lack of guidance and supervision from parents as caregivers in depth is one of the triggering factors for problems in the use of gadgets, thus making children uncontrollable and having a negative impact on character formation so that they are no longer close to their parents. Therefore, a psychoeducation was carried out for parents about effective parenting today who had children in the city of Makassar. The participants in this activity are parents of 10 people who had children. Parents need to understand that digital media cannot be separated from the present, so parents supervise their children as well as possible with full responsibility. The implementation method in this service is carried out offline through the provision of materials, sharing experiences, and evaluations. Activities Using the pre-test and post-test measurement models. Based on the results of the analysis using the Paired Sample T-Test, an increase was obtained, namely the results of pre-test < post-test or 75 < 93. It can be said that this activity has successfully carried out effective parenting education for parents. Parents know the influence of gadgets on children's development, the factors that can influence children to experience gadget addiction, and effective parenting styles today.*

Keywords: *Psychoeducation, Parenting, Parents*

Abstrak: Saat ini orang tua harus memilih pola asuh yang efektif agar anak terhindar dari perilaku menyimpang. Minimnya bimbingan dan pengawasan dari orang tua sebagai pengasuh secara mendalam menjadi salah satu faktor pemicu anak mengalami permasalahan dalam penggunaan gadget, sehingga membuat anak menjadi tidak terkendali dan berdampak negatif terhadap pembentukan karakter hingga tidak dekat lagi dengan orang tua. Oleh karena itu, dilakukan sebuah psikoedukasi pada orang tua tentang pola asuh efektif di masa kini yang memiliki anak di kota Makassar. Adapun partisipan dalam kegiatan ini adalah orang tua sebanyak 10 orang yang memiliki anak. Orang tua perlu memahami bahwa media digital tidak lepas di masa kini, sehingga orang tua sebaiknya mengawasi anak dengan sebaik mungkin dengan penuh ekstra tanggung jawab. Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan secara *offline* melalui pemberian materi, sharing pengalaman, dan evaluasi. Kegiatan dievaluasi dengan menggunakan model pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil analisa dengan menggunakan *Paired Sample T-Test* didapatkan ada peningkatan, yaitu hasil *pre-test* < *post-test* atau 75 < 93. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini menggambarkan bahwa psikoedukasi telah berhasil memberikan *parenting education* yang efektif pada orang tua. Orang tua mengetahui pengaruh gadget pada perkembangan anak, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi anak mengalami kecanduan gadget, dan gaya pengasuhan efektif di masa kini.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Pola Asuh, Orang Tua

A. PENDAHULUAN

Anak-anak di era sekarang tidak lepas dari perhatian perkembangan teknologi yang pesat sehingga mudah mengakses semua hal dari positif hingga negatif. Mendidik anak di tengah tantangan zaman seperti sekarang menjadi satu hal yang sulit untuk dilakukan secara maksimal karena berbagai pengaruh yang datang seiring perkembangan zaman. Di mana, pada era ini banyak anak-anak yang memiliki perilaku ketergantungan terhadap perangkat digital yang cukup riskan terhadap sisi negatif (Rahmat, 2018). Hal ini berimbas langsung pada karakteristik anak yang begitu tampak dimana anak menjadi kecanduan gadget dan lainnya. Pola asuh yang sesuai menjadi sangat krusial dimana perbedaan zaman yang kebanyakan membuat orang tua susah untuk menyesuaikan hal tersebut.

Seiring perkembangan zaman anak-anak mulai memiliki dunianya sendiri dengan gadget sosialnya, sehingga hal ini memicu anak menjadi tidak terkendali dan berdampak negatif terhadap pembentukan karakter hingga tidak dekat lagi dengan orang tua. Berdasarkan hasil penelitian dari Rahmawati dan Latifah (2020) mengemukakan bahwa dari beberapa anak yang telah diteliti terdapat 4,9% anak mengalami ketergantungan terhadap gadget, 51,6% kurangnya pengawasan oleh orang tua terhadap anak dan 9,8% perubahan perilaku akibat perangkat digital dan pergaulan. Berdasarkan permasalahan tersebut menyebabkan timbulnya keresahan pada orang tua. Saat ini, orang tua dihadapkan dengan berbagai masalah yang terjadi dalam mengasuh anak di tengah perkembangan zaman yang begitu pesat (Dini, 2022). Sontak, hal ini menimbulkan berbagai kekhawatiran terhadap tumbuh kembang anak.

Adapun hasil studi awal yang dilakukan pada 30 ibu yang berdomisili di Makassar diberikan pertanyaan terbuka sebanyak 85% atau 25 ibu mengatakan bahwa pola asuh di masa sekarang menjadi permasalahan yang penting untuk diketahui. Bagaimana pola asuh pada orang tua sangat berperan penting bagi pembentukan karakter anak. Orang tua sebagai pendidik pertama dan terutama perlu melakukan retrospeksi dan introspeksi diri dengan terus berupaya mempersiapkan anak untuk menghadapi era digital saat ini dan era kedepannya.

Orang tua perlu melakukan proyeksi dengan membangun komitmen atau tekad untuk melindungi anak-anak dari ancaman era digital, tetapi tidak menghalangi potensi manfaat yang bisa ditawarkannya (Rahmat, 2018). Sonia dan Apsari (2020) mengemukakan bahwa orang tua merupakan pendidikan pertama bagi anak-anak. Kepribadian seorang anak dibentuk dari pola asuh yang diterimanya sejak dini. Anak sebagai peniru ulung, mengimitasi perilaku orang tua, sehingga pola asuh diterapkan berperan penting dalam pertumbuhan karakter anak. Orang tua memegang kendali cara untuk membentuk karakteristik pada anak dimana dengan memberikan pola asuh yang sesuai bagi anak di masa sekarang.

Erikson (dalam Gunarsa & Gunarsa, 2004) mengatakan bahwa orang tua adalah orang yang paling dekat dengan anak serta gambaran kepribadian seorang anak dipengaruhi oleh orang tua dan lingkungan sekitarnya. Nilai yang terdapat di dalam keluarga akan diambil oleh anak baik secara langsung atau tidak langsung. Namun orang tua terkadang tidak menyadari bahwa pola asuh yang mereka lakukan sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Seperti banyaknya contoh kasus dimana orang tua yang lebih memilih memberikan gadget kepada anaknya agar tidak merasa terganggu sehingga membuat anak tersebut menjadi kecanduan gadget. Mempelajari anak dan memberikan waktu harusnya bisa dilakukan untuk mengajari mereka langsung dibandingkan memberikan sesuatu yang belum seharusnya mereka miliki dan gunakan secara berlebihan. Berdasarkan berbagai macam sumber-sumber teori, contoh kasus dan hasil studi awal peneliti merasa tertarik untuk memberikan *treatment* ataupun penanganan yang dilakukan pada orang tua dengan memberikan psikoedukasi (*sharing session*) dengan mengangkat tema “Memahami Pola

Asuh Efektif di Masa Kini” dengan tujuan untuk memberikan informasi tentang pola asuh hingga hasil *sharing session* yang diharapkan untuk para peserta dapat menemukan penerapan pola asuh yang tepat untuk anaknya.

B. METODE YANG DIGUNAKAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan memberikan psikoedukasi mengenai “Memahami Pola Asuh Efektif di Masa Kini”. Psikoedukasi merupakan suatu intervensi yang berfokus untuk mendidik partisipan yakni individu, keluarga ataupun kelompok, tentang tantangan dalam hidup secara signifikan. Walsh (2010) mengemukakan bahwa metode ini efektif dilakukan sebagai cara untuk penambahan informasi bagi peserta hingga memberikan edukasi untuk penerapan yang dapat dilakukan sehari-hari.

Metode yang digunakan untuk menganalisis hasil psikoedukasi ini adalah metode kuantitatif dengan desain *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* diberikan sebelum psikoedukasi dan *post-test* diberikan setelah psikoedukasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Paired Sample T-Test* dengan bantuan *SPSS Statistics 24 for windows* dan analisis Statistik Deskriptif. Nainggolan & Hamidah (2019) menjelaskan bahwa *Paired Sample T-Test* digunakan untuk melihat adanya perbandingan data sebelum psikoedukasi (*pre-test*) dan setelah psikoedukasi (*post-test*) dimana hal ini bertujuan untuk melihat adanya perbedaan peningkatan pengetahuan pada peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan psikoedukasi. Nasution (2017) mengemukakan bahwa Analisis Statistik Deskriptif merupakan bagian statistika mengenai pengumpulan data, penyajian, penentuan nilai-nilai statistika, pembuatan diagram atau gambar mengenai suatu hal. Data yang disajikan dalam bentuk yang lebih mudah dipahami atau dibaca. Pengambilan sampel dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki anak di kota Makassar dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Lenaini (2021) *purposive sampling* merupakan metode *sampling non random sampling* yang peneliti memastikan pengutipan ilustrasi melalui metode menentukan identitas spesial yang cocok dengan tujuan tertentu sehingga diharapkan bisa menanggapi tujuan tertentu.

Adapun bentuk pelaksanaan pengabdian ini adalah sebagai berikut:

1. Langkah awal yang dilakukan yaitu menemukan pemateri (Psikolog) yang sesuai dalam ranah dan tema dari psikoedukasi yang diangkat. Materi dikemas dalam bentuk slide *powerpoint* dengan tujuan untuk memudahkan partisipan dalam memahami materi sekaligus menjadi bahan pegangan peserta untuk nantinya digunakan setelah proses psikoedukasi selesai. Berikut contoh beberapa slide materi *powerpoint*.



Gambar 1. Power Point Materi

2. Sebelum pemberian materi diberikan terlebih dahulu *pre-test* pertanyaan sebanyak 10 item mengenai pengetahuan yang akan diberikan.
3. Kegiatan selanjutnya setelah pemberian materi partisipan diminta untuk share masing-masing pengalaman.
4. Setelah kegiatan selesai, partisipan diberikan lagi *post-test* mengenai pengetahuan yang telah diberikan oleh pemateri sebanyak 10 item yang telah diacak semula dari *pre-test*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

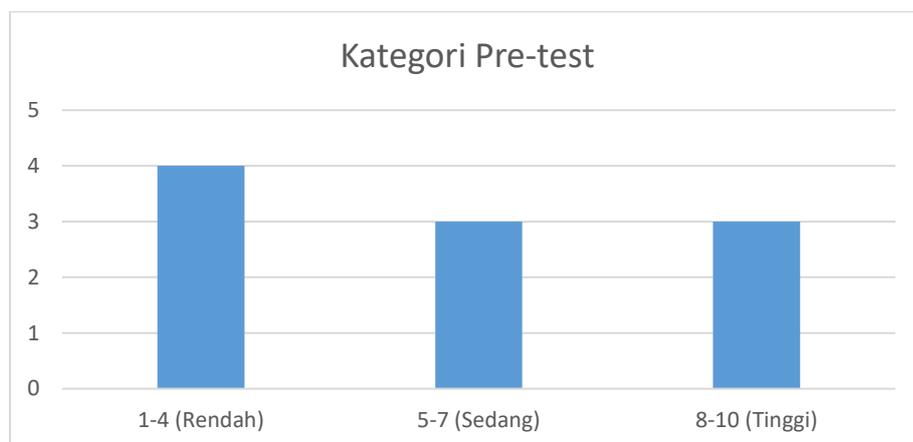
Kegiatan psikoedukasi dilakukan pada 28 September 2022. Peserta adalah ibu-ibu yang mempunyai anak sebanyak 10 orang. Kegiatan ini diawali dengan perkenalan, kemudian pelaksanaan *pre-test* pertanyaan sebanyak 10 item mengenai pengetahuan yang akan diberikan. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan psikoedukasi dengan pemberian materi pola asuh efektif di masa kini oleh Kasmayani Karim, M.Psi., Psikolog. Pemaparan materi disajikan dalam bentuk *power point* dengan tujuan untuk memudahkan partisipan dalam memahami materi sekaligus menjadi bahan pegangan partisipan untuk nantinya digunakan setelah proses psikoedukasi selesai. Saat pemberian materi, partisipan diberikan kesempatan bertanya dan sharing pengalaman masing-masing untuk mengetahui kendala yang dialami oleh para orang tua dan sejauhmana partisipan menangkap materi yang telah diberikan. Banyak orang tua tidak mengetahui cara menghadapi anak dengan positif, padahal orang tua merupakan pendidik pertama dan utama. Hal ini membuat orang tua akhirnya perlu melakukan restrospekdi dan intropeksi diri untuk mempersiapkan anak menghadapi zamannya. Salah satunya, yaitu dengan membangun komitmen orang tua untuk melindungi anaknya dari perilaku ketergantungan terhadap perangkat digital dan segala ancaman yang dapat berpengaruh negatif bagi anak di era digital, tetapi tidak menghalangi potensi manfaat yang bisa ditawarkannya (Rahmat, 2018). Para peserta tampak antusias dan senang dengan kegiatan ini, terlebih kegiatan ini banyak memberikan informasi mengenai bagaimana pola asuh yang efektif pada anak di masa kini, serta bagaimana peran orang tua dalam membimbing anak dan manajemen penggunaan gadget untuk anak.

Sesi selanjutnya ditutup dengan evaluasi berupa *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah diberikan psikoedukasi. Semua peserta mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir, dan mengikuti evaluasi dengan baik. Berdasarkan hasil analisis data dengan *Paired Sample T-Test* diperoleh skor rata-rata 75 dan skor rata-rata *post-test* 93. Dari hasil evaluasi tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan skor rata-rata peserta, sehingga ada peningkatan pengetahuan orang tua tentang pola asuh efektif di masa kini.

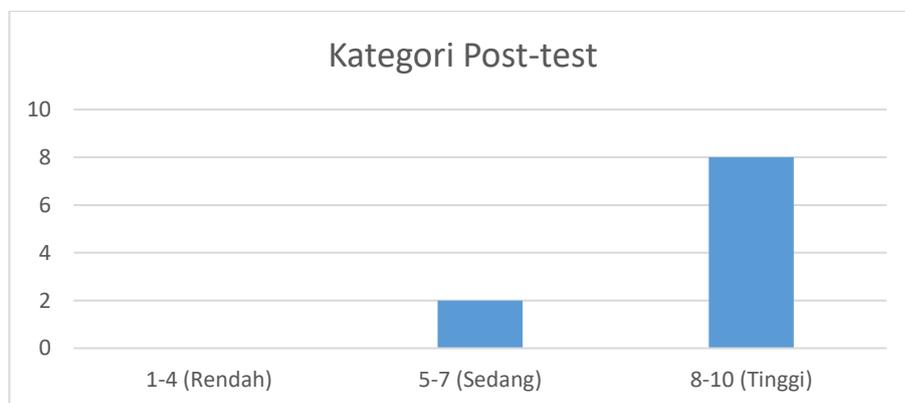
Tabel 1. Hasil Uji *Paired Sample T-Test*

	Kelompok	N	Mean
Pola Asuh	<i>Pre-test</i>	10	75
	<i>Post-test</i>	10	93

Grafik 1. Kategori Data *Pre-test*



Grafik 2. Kategori Data *Post-test*



Hasil analisis data secara keseluruhan dengan menggunakan *MS Excel*, sebagaimana pada grafik 1 menunjukkan bahwa sebanyak 4 orang dengan kategori rendah, 3 orang dengan kategori sedang dan 3 orang dengan kategori tinggi. Sedangkan pada grafik 2 menunjukkan bahwa sebanyak 2 orang dengan kategori sedang dan 8 orang dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil dari *post-test* yang diperoleh maka dapat dinyatakan ada peningkatan pemahaman peserta, yang berada pada kategori tinggi.

D. KESIMPULAN

Pola asuh adalah keseluruhan interaksi antara orang tua dengan anak, dimana orang tua bermaksud untuk membimbing, menjaga anaknya agar anak-anaknya berkembang secara sehat dan baik. Orang tua merupakan orang pertama yang dikenal anak. Melalui orang tua anak mempelajari dasar-dasar perilaku yang penting bagi kehidupannya. Seiring perkembangan zaman anak-anak mulai memiliki dunianya sendiri dengan *gadget* sosialnya sehingga hal ini yang memicu anak menjadi tidak terkendali dan berdampak negatif terhadap pembentukan karakter hingga tidak dekat lagi dengan orang tua. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa hasil *pre-test* < *post-test*, 75 < 93 dan dapat disimpulkan bahwa program ini meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pola asuh yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Dini, J. P. A. U. (2022). Permasalahan Pola Asuh dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1965-1975.
- Gunarsa, S., & Gunarsa, Y.S.D. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Lenaini, I. (2021). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Historis: Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33-39.
- Nainggolan, C. R. T., Hamidah, H. (2019). Psikoedukasi Parenting untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mengoptimalkan 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*. 11(2), 88-97.
- Nasution, L., M. (2017). Statistik Deskriptif. *Jurnal Hikmah*. Vol 14 (1). ISSN: 1829-8419
- Rahmat, S. T. (2018). Pola Asuh yang Efektif dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Journal Education and Culture Missio*, 10(2), 143. <https://repository.stikipsantupaulus.ac.id/122/1/Artikel-jurnal-missio>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, Dan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Prasekolah. *Jur. Ilm. Kel. & Kons.*, 13(1), 75-86.
- Sonia, G., & Apsari, N. C. (2020). Pola Asuh Yang berbeda-beda dan Dampaknya Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), 128-135.
- Walsh, J. (2010). *Psychoeducation In Mental Health*. Chicago: Lyceum Books, Inc.