



Psikoedukasi Pemahaman Peran Gender pada Ibu Rumah Tangga di Wilayah Suburban

Ratna Dyah Suryaratri*, Lussy Dwiutami Wahyuni*, Syahid Izharuddin Lubis*, Mira Ariyani*, Redo Tridinata Wijaya*, Dewi Fransiska Simanjuntak*

*Universitas Negeri Jakarta

Alamat Korespondensi:

syahid.izharuddin@unj.ac.id

ABSTRACT

Perceraian merupakan isu sosial yang signifikan dengan dampak besar terhadap kesejahteraan psikologis, stabilitas finansial, dan dinamika sosial individu. Faktor utama yang berkontribusi terhadap perceraian meliputi stres ekonomi, konflik rumah tangga yang berkelanjutan, serta dampak negatif dari masalah kesehatan mental dan fisik pasangan. Berdasarkan data terbaru, Jawa Barat tercatat sebagai provinsi dengan jumlah perceraian terbanyak pada tahun 2024. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengkaji peran persepsi peran gender dalam kontribusinya terhadap konflik rumah tangga. Peran gender, sebagai konstruksi sosial yang menentukan perilaku dan tanggung jawab yang diharapkan dari laki-laki dan perempuan, sering kali berkontribusi pada ketidaksetaraan dalam akses terhadap sumber daya dan kekuasaan dalam pengambilan keputusan. Hasil perbandingan skor pretest dan posttest menunjukkan bahwa pendidikan kesetaraan gender memainkan peran penting dalam menciptakan dinamika keluarga yang lebih sehat dan mengurangi risiko perceraian, khususnya di komunitas suburban. Hasil ini menyoroti pentingnya integrasi pelatihan kesetaraan gender dalam program-program pemberdayaan masyarakat untuk mengatasi akar penyebab konflik rumah tangga.

Keywords

peran gender, dinamika keluarga, psikoedukasi, perceraian, pengabdian masyarakat

1. Pendahuluan

Perceraian adalah salah satu dinamika yang meninggalkan dampak besar untuk pasangan (Mentser & Sagiv, 2025). Topik perceraian ramai dibicarakan utamanya karena konsekuensi mental, finansial dan sosial yang menimpa pelakunya. Beberapa literatur mengatakan bahwa beberapa penyebab perceraian antara lain adalah status ekonomi (Popova, 2017), pertengkaran yang terus menerus (Dehkordi & Amiri, 2018), serta efek dari kesehatan mental dan fisik pasangan (Sander et al., 2020). Meningkatnya jumlah perceraian yang tercatat di pengadilan agama pada tahun 2024 (Sumber: Statistik Indonesia 2024, BPS) adalah latar belakang utama dari diadakannya psikoedukasi ini.

Tercatat bahwa Jawa Barat adalah provinsi tertinggi dari seluruh wilayah di Indonesia yang menerima gugatan perceraian terbanyak sepanjang 2024 dengan total perceraian sebanyak 98.088. Jumlah cerai gugat total sebanyak 74.117 dan cerai talak sebanyak 23.971, penyebab utama perceraian yang terjadi adalah pertengkaran terus menerus sebanyak 48.812 kasus dan faktor ekonomi sebanyak 37.383 kasus (Sumber: Statistik Indonesia 2024, BPS). Fokus utama dari psikoedukasi ini adalah intervensi terhadap pemahaman peran gender yang menjadi akar dari pertengkaran terus menerus (Mansurov & Efimova, 2021) yang akhirnya berujung pada perceraian.

Peran gender merupakan konstruksi sosial yang mengatur ekspektasi terhadap perilaku, sikap, dan tanggung jawab laki-laki dan perempuan dalam masyarakat (Eagly & Wood, 2012). Di berbagai budaya, peran ini kerap membentuk ketimpangan akses terhadap pendidikan, pekerjaan, dan pengambilan keputusan (Harris & Jones, 2018). Dalam konteks Indonesia, bias peran gender masih ditemukan dalam lingkungan suburban, ditandai dengan tingginya angka perceraian dimana Jawa Barat menjadi provinsi dengan angka perceraian tertinggi pada 2024 (BPS, 2024).

Pendidikan tentang kesetaraan gender telah terbukti mampu mengubah cara pandang individu terhadap norma-norma gender (UNESCO, 2019). Harapannya, setelah memahami peran gender, individu akan lebih bisa memahami peran dirinya dan pasangannya dalam rumah tangga, yang secara subsekuen akan meningkatkan manajemen resolusi konflik (Benharda et al., 2013; Singh & Dhyani, 2017). Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk melihat dampak intervensi edukatif terhadap perubahan persepsi peran gender pada ibu di wilayah suburban.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan kali ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman para ibu komunitas suburban. Lokasi pengabdian masyarakat terletak di Jawa Barat, yakni di Kecamatan Cimanggis, Kota Depok. Sebagai kota yang terletak di provinsi yang paling banyak mencatat angka perceraian, pelaksanaan pengabdian masyarakat di lokasi ini diharapkan dapat membantu para ibu untuk mengelola konflik rumah tangga dengan lebih baik.

2. Solusi Permasalahan

Solusi paling masuk akal yang bisa dilakukan, dari masalah yang sudah dipaparkan, adalah dengan mencegah terjadinya pertengkaran terus menerus. Dari berbagai referensi yang ditemukan, salah satu faktor yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya pertengkaran terus menerus yang pada akhirnya bisa mengakibatkan perceraian, adalah dengan meningkatkan pemahaman individu tentang peran gender. Lebih memahami peran gender bisa berakibat pada banyak hal, salah satunya (1) bisa memberikan pemahaman bahwa selalu ada porsi tertentu dalam kehidupan berpasangan, yang kemudian (2) individu bisa dengan lebih bijak membagi perannya dan peran pasangannya tentang apa yang seharusnya dia atau pasangannya dapatkan, sehingga (3) individu dan pasangannya bisa lebih memahami tentang apa yang seharusnya ia berikan dan dapatkan (*give and take*). Psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peran gender pada individu, sehingga meminimalisir timbulnya kemungkinan pertengkaran terus-menerus.

3. Metode Pelaksanaan

Kegiatan psikoedukasi ini menggunakan penilaian *pretest* dan *posttest* sebagai acuan evaluasi efektivitas. Variabel yang diteliti yaitu peran gender (*gender role*), yang diukur sebelum dan sesudah kegiatan psikoedukasi dilakukan. Peserta seminar psikoedukasi ini adalah 21 orang ibu yang tinggal di lingkungan suburban. Seluruh partisipan diberikan *pretest* untuk melihat pemahaman awalnya tentang peran gender, kemudian dilakukan psikoedukasi berupa pelatihan tentang peran gender selama 90 menit, setelahnya partisipan kembali diukur pemahamannya terhadap peran gender (*posttest*).

1. *Pretest* dilakukan sebelum sesi dimulai untuk mengukur sejauh mana pemahaman awal ibu pada komunitas suburban ini terhadap peran gender.
2. Intervensi diberikan sebanyak 1 sesi selama 90 menit yang mencakup diskusi interaktif, studi kasus, dan refleksi pengalaman.
3. *Posttest* diberikan setelah sesi seminar untuk mengukur sejauh mana peserta pelatihan mengalami peningkatan skor pemahaman terhadap peran gender.

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pemahaman peran gender sebanyak 10 butir pertanyaan yang mengukur pemahaman peserta terhadap pemahaman sikap terhadap gender. Beberapa di antara bunyi pertanyaan adalah, “Apa yang dimaksud dengan kualitas hubungan dalam konteks kepuasan pernikahan?”, “Mengapa penting menghindari pandangan umum terkait peran gender yang merugikan dalam pernikahan?”,

dan “Mengapa penting melakukan pembagian tugas yang adil dalam rumah tangga?” Hasil jawaban peserta pada posttest kemudian dibandingkan dengan hasil jawaban pretest untuk melihat perbedaannya.

4. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilakukan pada hari Selasa, 27 Mei 2025 dimulai pada pukul 09.45 hingga selesai. Kegiatan intervensi diselenggarakan secara *offline* bertempat di kantor RW 08, Kelurahan Harjamukti, Kecamatan Harjamukti, Kota Depok. Sebelum memulai acara, seluruh panitia mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan seperti booklet materi, lembar pretest dan posttest, ATK, serta bingkisan. Acara dimulai dengan pembukaan berupa pembacaan doa dan perkenalan MC. Pembacaan doa dilaksanakan agar psikoedukasi berjalan dengan lancar dan dapat menjadi ilmu yang bermanfaat. Setelah pembacaan doa, panitia memperkenalkan diri kepada peserta yang merupakan ibu-ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di sekitar kantor RW. Pembukaan acara dilakukan dari pukul 09.45 sampai 09.48. Setelah melakukan pembukaan, MC mempersilakan kepada pihak dari UNJ, yang merupakan dosen, tenaga pendidik, sekaligus narasumber pada kegiatan tersebut, untuk menyampaikan sambutan secara bergiliran. Sambutan oleh pihak UNJ ini dilaksanakan dari pukul 09.48 sampai 09.53 dengan durasi 5 menit.

Sebelum diberikan materi, peserta diminta untuk mengisi pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal mengenai pemahaman terhadap peran gender. Pengisian *pretest* oleh peserta ini dilakukan dari pukul 09.53 sampai 10.26 dengan durasi 37 menit. Sesi selanjutnya, narasumber menyampaikan materi pertama yang membicarakan tentang apa itu peran gender, bagaimana ia bisa berpengaruh terhadap kesejahteraan rumah tangga, serta bagaimana tips dan trik untuk mengelola rumah tangga dengan baik. Materi disampaikan selama satu jam. Setelah itu MC mengadakan ice breaking yang bertujuan untuk menyegarkan pikiran peserta sebelum lanjut ke dalam materi selanjutnya.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Setelah melakukan ice breaking, narasumber menyampaikan materi kedua yang telah disiapkan. Sebelum masuk ke inti materi, narasumber memberikan pertanyaan pembuka kepada peserta tentang kehidupan mereka sebagai ibu rumah tangga. Setelah peserta menyampaikan jawaban-jawabannya, narasumber melanjutkan dengan penyampaian materi kedua yang bertajuk manajemen konflik dalam rumah tangga. Melanjutkan dari pembahasan di topik sebelumnya, topik manajemen konflik ini membicarakan tentang bagaimana mengelola *resources* yang dimiliki untuk bisa menyelesaikan konflik dengan baik dalam rumah tangga, baik dengan pasangan, maupun dengan anak.

Penyampaian materi ini dilanjut dengan sesi diskusi serta tanya jawab oleh peserta terkait materi yang disampaikan. Sesi ini berlangsung kurang lebih selama satu jam. Setelah penyampaian materi dan diskusi, peserta diminta untuk mengisi post-test terkait dua materi yang telah disampaikan. Penyampaian pretest dan posttest ini bertujuan untuk kemudian membandingkan apakah ada perubahan pemahaman peserta dari

sebelum dan setelah kegiatan psikoedukasi ini dilakukan. Setelah melakukan sesi posttest, peserta dan panitia melakukan foto bersama. Setelah sesi ini, MC melakukan penutupan dengan berterima kasih pada semua peserta yang telah dengan suka rela hadir pada kegiatan psikoedukasi kali ini. Penutupan ini menjadi penutup seluruh kegiatan psikoedukasi.

Respon pada pretest dan posttest kemudian dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Uji normalitas memperlihatkan bahwa data pada kedua variabel tidak sukses melalui uji normalitas, yang artinya distribusi data bersifat tidak normal. Dalam hal ini maka penggunaan *Wilcoxon Signed-Rank test* adalah pilihan yang tepat (Knief & Forstmeier, 2021). Hasil analisis menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik, $W = 39$, $z = -0.84$, $p = 0.404$, dengan *effect size (rank-biserial correlation)* sebesar $r = -0.26$, yang menunjukkan efek kecil dan negatif, untuk lebih detail lihat tabel 1.

Tabel 1
Hasil Uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*

<i>Paired Samples T-Test</i>								
Measure 1	Measure 2	W	z	df	p	Rank-Biserial Correlation	SE Rank-Biserial Correlation	95% CI for Rank-Biserial Correlation Lower Upper
Pre-PG	Post-PG	39.000	-0.847		0.404	-0.257	0.294	-0.695 0.320

Note. Wilcoxon signed-rank test.

<i>Descriptives</i>					
	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Pre-PG	21	8.095	1.640	0.358	0.203
Post-PG	21	8.476	1.662	0.363	0.196

Meskipun hasil ini tidak signifikan, statistik deskriptif menunjukkan adanya sedikit peningkatan skor dari *pretest* ($M = 8.10$, $SD = 1.64$) ke *posttest* ($M = 8.48$, $SD = 1.66$). Hal ini dapat menunjukkan indikasi awal adanya peningkatan, meskipun perlu diinterpretasikan dengan hati-hati mengingat ukuran sampel yang kecil dan hasil yang tidak signifikan. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan peningkatan sedikit dalam hal pemahaman peserta tentang pemahaman peran gender dan pentingnya manajemen konflik.

5. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diwujudkan dalam bentuk psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman tentang peran gender di kalangan ibu-ibu di komunitas suburban, khususnya di Cimanggis, Jawa Barat. Meskipun analisis statistik menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan dalam persepsi peran gender peserta, terdapat sedikit peningkatan positif dari *pretest* ($M = 8,10$, $SD = 1,64$) ke *posttest* ($M = 8,48$, $SD = 1,66$). Hal ini menunjukkan adanya perubahan perspektif yang potensial. Studi ini menekankan pentingnya integrasi pendidikan kesetaraan gender dalam program-program pengembangan komunitas untuk mendorong resolusi konflik yang lebih baik dalam keluarga. Namun, keterbatasan seperti jumlah peserta yang kecil (21 orang) dan durasi intervensi yang singkat (90 menit) perlu diperhatikan dalam kegiatan mendatang. Sesi yang lebih komprehensif dan lebih sering, serta demografi peserta yang lebih luas, akan menghasilkan hasil yang lebih representatif dan dapat digeneralisasi. Kegiatan pengabdian selanjutnya bisa mengeksplorasi metode

evaluasi alternatif, seperti tes gaya manajemen konflik, untuk lebih memahami dampak dari pendidikan peran gender terhadap bagaimana individu dapat mengelola konflik dengan lebih baik dalam rumah tangga.

Keterbatasan psikoedukasi ini adalah: Jumlah peserta yang hanya 21 orang dan hanya terdiri dari ibu yang tinggal di lingkungan suburban, hasil yang didapatkan mungkin akan lebih representatif ketika peserta lebih banyak dan tidak hanya terdiri dari ibu saja tapi juga pasangan, jumlah sesi seminar yang hanya 1 sesi dan hanya berlangsung sepanjang 90 menit, menurut Gravetter (2012) sesi *treatment* eksperimen diperlukan minimal tiga kali dengan administrasi pengukuran sebanyak dua kali yakni di awal (pretest) dan di akhir keseluruhan sesi intervensi (posttest), terakhir adalah jenis tes yang digunakan, pada penelitian ini, kami menggunakan ability test, yang mengukur sejauh mana peserta paham dan menjawab benar pada pertanyaan tentang resolusi konflik, hasil yang didapatkan mungkin bisa berbeda kalau tes yang diadministrasikan adalah tipikal test (jenis manajemen konflik, value personal individu, dll).

6. Daftar Pustaka

- Dehkordi, S. J., & Amiri, M. (2018). Divorce: An International Multi-dimensional Challenge. *International Journal of Epidemiologic Research*. <https://doi.org/10.15171/IJER.2018.14>
- Harris, A., & Jones, M. (2018). Leading against the odds. *School Leadership & Management*. <https://doi.org/10.1080/13632434.2018.1399957>
- Hyde, J. S. (2014). Gender similarities and differences. *Annual review of psychology*, 65(1), 373-398. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115057>
- Mansurov, T. Z., & Efimova, S. R. (2021). Gender peculiarities of the spouse's behavior in family conflicts. <https://doi.org/10.22633/RPGE.V25IESP.1.14982>
- Popova, P. (2017). How to Explain Financial Disagreements in Families: A Review of Economic, Psychological and Sociological Theories. *Journal of Economic Sociology*. <https://doi.org/10.17323/1726-3247-2017-2-112-137>
- Sander, S., Strizzi, J. M., Øverup, C. S., Ciprić, A., & Hald, G. M. (2020). When Love Hurts - Mental and Physical Health Among Recently Divorced Danes. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2020.578083>
- UNESCO. (2019). *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*. Paris: UNESCO Publishing.
- Utomo, I. D. (2016). Gender ideology and the socialization of youth in Indonesian schools. *Women's Studies International Forum*, 54, 35–42. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2015.11.001>