



Pelatihan Resolusi Konflik pada Ibu Rumah Tangga di Komunitas Suburban

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

*Universitas Negeri Jakarta

Alamat Korespondensi:

redo.tridinata@unj.ac.id

ABSTRACT

Resolusi konflik adalah keterampilan hidup yang penting, terutama bagi ibu yang menjalani kehidupan di komunitas suburban, dimana tekanan sosial, tanggung jawab keluarga, dan dinamika komunitas dapat menyebabkan tantangan interpersonal. Untuk itu, tim pengabdian melaksanakan kegiatan pelatihan resolusi konflik pada ibu di komunitas suburban. Pelatihan tersebut dievaluasi dengan melihat dampak pelatihan terhadap strategi resolusi konflik mereka. Desain perbandingan pretest-posttest digunakan untuk menilai perubahan dalam perilaku resolusi konflik sebelum dan setelah pelatihan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan resolusi konflik memberikan peningkatan positif dari hasil pretest ($M = 8,23, SD = 1,33$) ke posttest ($M = 8,28, SD = 1,05$). Walaupun peningkatan tersebut relatif kecil, hal ini tetap mengindikasikan adanya potensi perubahan perspektif peserta terhadap pemahaman resolusi konflik. Karena keterampilan resolusi konflik memerlukan pembiasaan dan dukungan berkelanjutan, sehingga intervensi jangka panjang lebih efektif dibandingkan sesi singkat yang hanya meningkatkan kesadaran awal.

Keywords

Resolusi konflik; dinamika keluarga; psikoedukasi; perceraian; pemberdayaan Masyarakat

1. Pendahuluan

Pada data BPS tahun 2024 mencatat bahwa pertengkaran berulang sebagai salah satu penyebab utama perceraian yang ada di Indonesia, sejalan dengan temuan global bahwa kegagalan dalam resolusi konflik pada pasangan berkontribusi besar pada disintegrasi rumah tangga (Garfield et al., 2021; Doob, 2022). Latar belakang utama diadakannya psikoedukasi ini adalah untuk mengurangi tingginya tingkat perceraian, yang akan berdampak negatif utamanya dalam hal kesejahteraan mental, kondisi ekonomi, serta konsekuensi sosial (Musinova, 2022).

Jawa Barat tercatat sebagai provinsi tertinggi yang memiliki angka perceraian terbanyak sepanjang 2024 dari seluruh provinsi di Indonesia. Tercatat bahwa total perceraian di Jawa Barat sebanyak 88.985. Dengan penyebab utama perceraian yang terjadi adalah pertengkaran terus menerus sebanyak 51.122 kasus dan faktor ekonomi sebanyak 33.264 kasus (BPS, 2024). Tingginya angka perceraian di Jawa Barat yang didominasi oleh pertengkaran terus menerus dan masalah ekonomi, menunjukkan adanya persoalan mendasar dalam dinamika hubungan rumah tangga yang belum tertangani secara efektif. Situasi ini menegaskan perlunya intervensi berbasis komunitas yang berfokus pada peningkatan pemahaman dan keterampilan resolusi konflik sebagai upaya preventif untuk memperbaiki komunikasi dan mengurangi ketegangan dalam keluarga. Oleh sebab itu dari sekian banyaknya penyebab perceraian, fokus utama dari psikoedukasi ini adalah

melakukan intervensi terhadap pentingnya pemahaman resolusi konflik yang menjadi akar dari pertengkaran terus menerus (Mansurov & Efimova, 2021) yang akhirnya berujung pada perceraian. Melalui psikoedukasi yang tepat dan berkelanjutan, diharapkan akar masalah pertengkaran dapat diatasi sehingga angka perceraian di provinsi tersebut dapat ditekan secara signifikan dan pemahaman tentang resolusi konflik dapat dimiliki.

Resolusi konflik (RK) merupakan keterampilan penting yang dianggap dapat mengurangi frekuensi konflik dan meningkatkan hubungan interpersonal. Penelitian menunjukkan bahwa strategi RK yang efektif dapat mengarah pada komunikasi yang lebih sehat, berkurangnya stres emosional, dan hubungan keluarga yang lebih kuat (Liu, 2019). Tingginya tingkat perceraian yang tercatat menjadi satu indikasi bahwa banyak ibu yang tidak memiliki alat atau pengetahuan untuk mengelola konflik secara konstruktif.

Ibu di komunitas suburban sering kali menghadapi banyak peran, termasuk sebagai pengasuh, ibu rumah tangga, dan anggota komunitas. Peran-peran ini, meskipun terlihat sederhana, tetap dapat memunculkan konflik interpersonal, baik dalam keluarga maupun dalam konteks komunitas yang lebih luas. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, tingkat partisipasi angkatan kerja perempuan di Indonesia tercatat sebesar 54,52%. Data juga menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan yang bekerja, khususnya di sektor informal, masih harus mengalokasikan waktu lebih dari 10 jam per minggu untuk menyelesaikan pekerjaan rumah tangga dan pengasuhan anak. Hal ini mengonfirmasi adanya beban ganda yang dipikul oleh para ibu, yakni peran publik di dunia kerja dan peran domestik di dalam rumah tangga. Sejalan dengan hal ini hasil survei Motherly menunjukkan bahwa sekitar 58% ibu di dunia melaporkan diri mereka sebagai pihak utama yang mengurus rumah tangga serta mengelola manajemen keluarga (Motherly, 2023). Lebih dari itu, bahkan ibu yang bekerja penuh waktu tetap melaporkan memikul sebagian besar tanggung jawab domestik, meskipun mereka juga merupakan kontributor pendapatan rumah tangga (Scary Mommy, 2023).

Pada Akhirnya peran ganda yang dimiliki oleh ibu di komunitas suburban ini akan menimbulkan beberapa dampak negatif, seperti ibu yang mengalami konflik peran ganda cenderung menghadapi tekanan emosional lebih besar (Putri & Widyasturi, 2003). Penelitian yang dilakukan Gamadhila, dkk (2022) juga menunjukkan konflik peran ganda terbukti menjadi prediktor buruknya keberfungsian keluarga. Kehancuran dalam fungsi keluarga juga bisa dilihat sebagai indikasi bahwa resolusi konflik peran tidak berjalan dengan efektif.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, tim pengabdian menyoroti kegagalan resolusi konflik sebagai faktor terbesar pemicu perceraian, serta mengaitkannya dengan fakta bahwa Jawa Barat merupakan provinsi dengan tingkat perceraian tertinggi di Indonesia. Dengan demikian, resolusi konflik dianggap sebagai kompetensi kunci dalam mempertahankan ketahanan keluarga. Hal ini mendorong tim pengabdian untuk memberikan pelatihan resolusi konflik kepada ibu yang berada di komunitas sub urban, sehingga pada akhirnya dapat memberikan kontribusi nyata dalam menekan angka perceraian melalui peningkatan pemahaman dan keterampilan ibu dalam mengelola konflik rumah tangga.

2. Solusi Permasalahan

Dari masalah yang sudah dipaparkan, solusi yang paling rasional untuk mengatasi masalah konflik rumah tangga adalah dengan mencegah terjadinya pertengkaran berulang. Liu (2009) menjelaskan bahwa keterampilan resolusi konflik (RK) dianggap dapat mengurangi frekuensi konflik dan meningkatkan hubungan interpersonal. Strategi RK yang efektif dapat mengarah pada komunikasi yang lebih sehat, berkurangnya stres emosional, dan hubungan keluarga yang lebih kuat (Liu, 2019). Oleh sebab itu salah satu faktor penting dalam pencegahan konflik yang berujung pada perceraian adalah dengan meningkatkan pemahaman individu mengenai resolusi konflik, agar ketika konflik terjadi konflik tersebut tidak akan berulang kembali atau menjadi sebuah permasalahan yang baru dikemudian hari. Dengan lebih memahami resolusi konflik sendiri bisa memberikan banyak manfaat, salah satunya (1) bisa membantu dalam mengelola emosi saat konflik terjadi, dengan begitu, konflik yang terjadi tidak berkembang menjadi masalah yang lebih besar (2) individu bisa melakukan komunikasi yang lebih sehat, komunikasi dengan cara yang terbuka, jujur,

dan tidak saling menyerang dapat mencegah kesalahpahaman yang sering menjadi pemicu konflik berulang (3) mendorong penyelesaian masalah secara damai, jika individu memahami cara menyelesaikan konflik, mereka akan mencari solusi damai yang bisa diterima kedua belah pihak dan pada akhirnya (4) menumbuhkan sikap saling menghargai, sehingga pasangan lebih menyadari pentingnya menghargai perbedaan pendapat maupun peran dalam rumah tangga. Oleh karena itu, psikoedukasi yang diberikan pada pengabdian masyarakat kali ini difokuskan untuk meningkatkan pemahaman mengenai resolusi konflik, sehingga peluang munculnya pertengkaran yang berulang dapat diminimalisir. Hal ini sejalan dengan temuan Markman, dkk. (2010) yang menegaskan bahwa pelatihan resolusi konflik dalam kerangka relationship education terbukti mampu meningkatkan kualitas komunikasi pasangan, mengurangi eskalasi pertengkaran, dan menurunkan risiko perceraian. Penelitian lain oleh Halford, dkk. (2008) juga menunjukkan bahwa *conflict resolution training* berkontribusi signifikan dalam memperkuat kepuasan perkawinan dengan memberikan pasangan keterampilan praktis untuk mengelola perbedaan secara konstruktif. Dengan demikian, penyelenggaraan psikoedukasi ini memiliki dasar teoritis yang kuat dalam upaya pencegahan konflik berulang dan perceraian, khususnya di kalangan ibu dalam komunitas suburban.

3. Metode Pelaksanaan

Kegiatan psikoedukasi ini menggunakan *one-group pretest-posttest design* dengan penilaian *pretest* dan *posttest* sebagai acuan untuk melihat sejauh mana pelatihan resolusi konflik ini bermanfaat. Variabel yang diteliti yaitu resolusi konflik (*conflict resolution*), yang diukur sebelum dan sesudah edukasi dilakukan. Peserta pelatihan psikoedukasi ini adalah 21 orang ibu yang tinggal di lingkungan suburban. Seluruh partisipan diberikan *pretest* untuk melihat pemahaman awal mereka tentang resolusi konflik. Resolusi kognitif yang ingin dilihat disini adalah secara kognitif yakni pengetahuan peserta mengenai konsep, strategi, dan cara penyelesaian konflik dalam rumah tangga. Pemahaman kognitif sendiri mencakup kemampuan individu untuk mengenali jenis-jenis konflik, memahami pilihan strategi penyelesaian, serta mengetahui konsekuensi dari setiap strategi (Deutsch, Coleman, & Marcus, 2011).

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang dibuat sendiri untuk melihat pemahaman resolusi konflik sebanyak 10 butir, yang mana butir-butir pertanyaan ini mengukur pemahaman sikap peserta terhadap resolusi konflik, salah satu butir item seperti “Apa yang sebaiknya dilakukan saat menyampaikan perasaan dalam menyelesaikan konflik?”. Setelah peserta menjawab beberapa pertanyaan ini, data yang didapatkan dilakukan analisis. Analisis yang digunakan adalah analisis Wilcoxon Signed Rank Test. Analisis ini dipertimbangkan karena jumlah partisipan yang terbatas dengan hanya 21 orang. Karena terbatasnya partisipan, dan distribusi normal besar kemungkinan tidak akan terpenuhi, maka distribusi akan bersifat tidak normal. Dengan begitu, analisis yang dilakukan akan bersifat non-parametrik.

Pelatihan resolusi konflik yang dilakukan terdiri dari satu sesi berdurasi 90 menit. Kurikulum ini didasarkan pada praktik berbasis bukti untuk manajemen konflik, termasuk teknik komunikasi (misalnya, mendengarkan aktif, komunikasi asertif), strategi regulasi emosi, dan kerangka pemecahan masalah. Sesi-sesi tersebut mencakup diskusi kelompok, latihan peran, dan skenario praktis. Setiap sesi yang dilakukan sekitar 5-10 menit. Tujuan dari pelatihan ini adalah memberikan keterampilan konkret yang dapat diterapkan oleh ibu dalam mengatasi konflik dalam keluarga dan komunitas.

1. *Pretest* dilakukan sebelum sesi dimulai untuk mengukur sejauh mana pemahaman awal ibu pada komunitas suburban ini terhadap resolusi konflik.
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 resolusi konflik.

4. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada Selasa, 27 Mei 2025, bertempat di kantor RW 08, Kelurahan Harjamukti, Kota Depok, dengan peserta utama ibu-ibu rumah tangga sekitar wilayah tersebut. Kegiatan dilakukan secara tatap muka dan difokuskan pada psikoedukasi mengenai pemahaman peran gender dalam rumah tangga serta strategi resolusi konflik keluarga. Pada awal kegiatan, peserta mengisi *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal terkait konsep peran gender dan hubungannya dengan keharmonisan rumah tangga. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman terbatas, khususnya dalam hal pembagian peran yang setara dan cara konstruktif menghadapi konflik rumah tangga. Temuan ini menegaskan pentingnya pelatihan yang memberikan wawasan baru sekaligus keterampilan praktis.

Materi pertama disampaikan oleh narasumber dari Universitas Negeri Jakarta (UNJ) yang membahas peran gender dalam keluarga, yang meliputi definisi, bentuk peran dalam kehidupan sehari-hari, serta kaitannya dengan kesejahteraan keluarga. Narasumber menekankan bahwa pembagian peran yang adil dapat meningkatkan keharmonisan, mengurangi beban yang timpang, serta menciptakan hubungan keluarga yang lebih sehat. Peserta menunjukkan ketertarikan tinggi karena materi dikaitkan langsung dengan pengalaman sehari-hari mereka sebagai ibu rumah tangga. Materi kedua menyoroati resolusi konflik dalam rumah tangga. Narasumber menjelaskan bahwa konflik merupakan bagian alami dari interaksi keluarga, tetapi yang terpenting adalah bagaimana mengelolanya dengan komunikasi efektif, pengendalian emosi, serta kesepakatan bersama. Sesi ini dilengkapi dengan diskusi interaktif, di mana peserta berbagi pengalaman pribadi dan mendapatkan solusi praktis dari narasumber maupun sesama peserta. Suasana ini mendorong terciptanya pembelajaran partisipatif yang relevan dengan kondisi nyata mereka.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Setelah sesi materi dan diskusi selesai, panitia kemudian membagikan lembar *post-test* kepada para peserta. *Post-test* ini berfungsi untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan dan pemahaman mereka setelah mengikuti dua materi yang telah disampaikan, yakni tentang peran gender dan resolusi konflik

dalam rumah tangga. Dengan adanya *pre-test* di awal dan *post-test* di akhir, sehingga terlihat apakah kegiatan psikoedukasi ini efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Respon pada *pre-test* dan *post-test* 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 test adalah pilihan yang tepat (Knief & Forstmeier, 2021). Hasil analisis menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik, $W = 70.5$, $z = 0.12$, $p = 0.912$, dengan *effect size* (*rank-biserial correlation*) sebesar $r = 0.037$, yang menunjukkan efeknya kecil, untuk lebih detail lihat tabel 1.

Tabel 1
Hasil Uji Wilcoxon Signed-Rank Test

Measure 1	Measure 2	W	z	df	p	Rank-Biserial Correlation	SE Rank-Biserial Correlation	95% CI for Rank-Biserial Correlation	
								Lower	Upper
Pre-RK	- Post-RK	70.500	0.129		0.912	0.037	0.277	-0.478	0.533

Note. Wilcoxon signed-rank test.

<i>Descriptives</i>					
	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Pre-RK	21	8.238	1.338	0.292	0.162
Post-RK	21	8.286	1.056	0.230	0.127

Hasil yang ditampilkan dalam Tabel 1 menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Namun, analisis deskriptif memperlihatkan adanya peningkatan rata-rata meskipun sangat kecil, yaitu sebesar 0,05 poin dari *pre-test* ($M = 8,23$; $SD = 1,33$) ke *post-test* ($M = 8,28$; $SD = 1,05$). Peningkatan ini memang tidak cukup kuat untuk menyimpulkan efektivitas intervensi secara statistik, tetapi tetap dapat dipandang sebagai indikasi awal adanya pergeseran pemahaman peserta terkait pentingnya resolusi konflik. Meskipun tidak signifikan, program pelatihan ini tetap memberikan nilai tambah non-statistik berupa ruang belajar bersama dan pengalaman kolektif yang memperkuat kesadaran peserta. Dalam konteks pengabdian masyarakat, keberhasilan tidak hanya diukur dari signifikansi statistik, melainkan juga dari proses pembelajaran, keterlibatan peserta, dan relevansi materi dengan kebutuhan komunitas. Sejalan dengan itu, studi terdahulu atas intervensi pasangan dalam konflik perkawinan menunjukkan bahwa walau banyak intervensi menghasilkan perbaikan pada aspek komunikasi dan resolusi konflik, efeknya bervariasi tergantung durasi, pengulangan intervensi, dukungan lingkungan, dan intensitas pelatihan. Intervensi yang lebih lama atau berkelanjutan cenderung menghasilkan efek yang lebih kuat (Joseph et.al., 2025).

Karena itu keterampilan ini sangat membutuhkan pembiasaan, praktik berulang, serta dukungan lingkungan sosial agar benar-benar terinternalisasi. Temuan ini menekankan pentingnya mempertimbangkan desain program yang lebih berkelanjutan. Intervensi tunggal dalam waktu singkat cenderung hanya mampu meningkatkan kesadaran awal, tetapi belum cukup untuk menghasilkan perubahan perilaku yang nyata. Oleh karena itu, program lanjutan seperti sesi pendampingan, pelatihan berkelanjutan, atau kelompok belajar komunitas dapat menjadi strategi yang lebih efektif untuk memperkuat dampak jangka panjang.

Selain itu, ukuran sampel yang relatif kecil juga menjadi keterbatasan penting. Dengan jumlah peserta terbatas, variasi data lebih besar sehingga kemungkinan mendeteksi perbedaan signifikan menjadi lebih rendah. Kegiatan selanjutnya perlu melibatkan jumlah partisipan lebih besar dan desain intervensi yang lebih

panjang agar dapat memberikan bukti empiris yang lebih kuat. Secara keseluruhan, meskipun hasil kuantitatif tidak signifikan, kegiatan ini memiliki kontribusi nyata dalam membuka ruang dialog, meningkatkan kesadaran, dan membangun kapasitas komunitas dalam memahami pentingnya pengelolaan konflik rumah tangga. Dengan demikian, program ini tetap relevan sebagai langkah awal menuju penguatan kualitas hubungan keluarga berbasis komunitas. Hal ini juga bisa memberikan implikasi bagi program-program berbasis komunitas yang bertujuan untuk meningkatkan dinamika keluarga. Dengan memberikan ibu keterampilan untuk memahami pentingnya mengelola konflik dengan baik, komunitas dapat memperkuat ikatan keluarga, mengurangi ketegangan interpersonal, dan berkontribusi pada kesejahteraan komunitas secara keseluruhan. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan peningkatan sedikit dalam hal pemahaman peserta tentang pemahaman resolusi konflik.

5. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi dengan tujuan utama untuk meningkatkan pemahaman mengenai resolusi konflik di kalangan ibu-ibu yang tinggal di kawasan suburban, khususnya di wilayah Cimanggis, Jawa Barat. Intervensi pasangan dalam konflik perkawinan terbukti bermanfaat, namun efektivitasnya sangat dipengaruhi durasi, pengulangan, intensitas, dan dukungan sosial, karena itu, program berkelanjutan lebih tepat dibanding intervensi singkat yang hanya meningkatkan kesadaran awal tanpa mengubah perilaku secara nyata (Joseph et al., 2025). Berdasarkan hasil analisis statistik, memang tidak ditemukan perbedaan yang signifikan secara kuantitatif terkait pemahaman resolusi konflik antara sebelum dan sesudah kegiatan. Namun demikian, data menunjukkan adanya sedikit peningkatan positif dari hasil *pretest* ($M = 8,23$, $SD = 1,33$) ke *posttest* ($M = 8,28$, $SD = 1,05$). Walaupun peningkatan tersebut relatif kecil, hal ini tetap mengindikasikan adanya potensi perubahan perspektif peserta terhadap pemahaman resolusi konflik. Karena keterampilan resolusi konflik memerlukan pembiasaan dan dukungan berkelanjutan, sehingga intervensi jangka panjang lebih efektif dibandingkan sesi singkat yang hanya meningkatkan kesadaran awal. Namun, hasil kegiatan ini perlu dilihat dengan mempertimbangkan beberapa keterbatasan kegiatan. Pertama, jumlah peserta yang terlibat relatif kecil, yaitu hanya 21 orang, sehingga hasil yang diperoleh belum cukup kuat untuk digeneralisasikan. Kedua, peserta hanya terdiri dari ibu-ibu yang tinggal di wilayah suburban, sehingga representasi populasi menjadi terbatas. Hasil akan jauh lebih komprehensif apabila peserta melibatkan pasangan suami-istri atau kelompok dengan latar belakang demografis yang lebih beragam.

Selain itu, keterbatasan lain terletak pada jumlah dan durasi sesi intervensi. Kegiatan psikoedukasi ini hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan durasi sekitar 90 menit. Padahal, menurut Gravetter (2012), intervensi eksperimental yang efektif umumnya memerlukan setidaknya tiga kali sesi perlakuan dengan administrasi pengukuran minimal dua kali, yakni *pretest* di awal dan *posttest* di akhir keseluruhan rangkaian intervensi. Oleh karena itu, durasi yang singkat dalam kegiatan ini kemungkinan menjadi salah satu penyebab peningkatan hasil yang masih terbatas. Aspek lain yang juga menjadi keterbatasan adalah jenis instrumen evaluasi yang digunakan. Dalam kegiatan ini, penilaian dilakukan dengan menggunakan *ability test*, yaitu tes yang mengukur sejauh mana peserta memahami materi serta mampu menjawab dengan benar pertanyaan-pertanyaan terkait resolusi konflik. Instrumen semacam ini memang bermanfaat untuk menilai pemahaman kognitif, tetapi mungkin kurang optimal untuk menggambarkan aspek sikap, gaya, maupun kecenderungan perilaku individu dalam menghadapi konflik.

Jika pada kegiatan selanjutnya digunakan instrumen berupa *typical test*, seperti *Conflict Management Style Inventory* (Rahim, 1983) atau pengukuran nilai personal individu melalui *Schwartz Value Survey* (Schwartz, 1992), maka hasil yang diperoleh berpotensi memberikan gambaran yang lebih kaya mengenai dampak psikoedukasi terhadap kemampuan peserta dalam mengelola konflik rumah tangga. Instrumen semacam ini tidak hanya mengukur aspek pengetahuan, tetapi juga kecenderungan gaya, sikap, dan nilai personal yang dapat memengaruhi efektivitas penyelesaian konflik (Kurdek, 1994). Keterbatasan dalam kegiatan ini, yakni jumlah peserta yang kecil, durasi yang singkat, dan frekuensi intervensi yang terbatas,

menegaskan perlunya rancangan program yang lebih komprehensif di masa mendatang. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi berulang dengan dukungan komunitas dapat menghasilkan perubahan perilaku yang lebih nyata dan bertahan lama dibandingkan pelatihan tunggal (Bradbury & Lavner, 2012; Joseph, Joseph, & Rajan, 2025). Dengan demikian, desain program yang berkesinambungan menjadi kunci keberhasilan intervensi resolusi konflik berbasis komunitas.

Berdasarkan temuan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya sebaiknya diarahkan pada beberapa aspek strategis. Pertama, menggunakan instrumen evaluasi yang lebih beragam, misalnya tes gaya manajemen konflik (Rahim, 1983), skala nilai personal (Schwartz, 1992), serta kuesioner kepuasan keluarga (Spanier, 1976). Instrumen ini memungkinkan evaluasi yang lebih menyeluruh, baik dari sisi kognitif maupun afektif peserta. Kedua, meningkatkan desain intervensi dengan memperpanjang durasi menjadi beberapa sesi, menambah intensitas praktik melalui role-play atau simulasi konflik, serta memberikan sesi pendampingan berkelanjutan. Strategi ini akan membantu peserta tidak hanya memahami teori, tetapi juga menginternalisasi keterampilan resolusi konflik melalui pengalaman langsung dan pengulangan.

Ketiga, memperluas populasi target tidak hanya pada ibu rumah tangga, tetapi juga melibatkan pasangan (suami-istri) dan anggota keluarga lain. Dengan melibatkan seluruh anggota keluarga, intervensi berpotensi menghasilkan dampak lebih komprehensif terhadap dinamika rumah tangga serta memperkuat kualitas hubungan keluarga. Dengan langkah-langkah tersebut, evaluasi kegiatan selanjutnya akan lebih representatif dan reliabel. Selain itu, temuan yang diperoleh juga dapat memberikan bukti empiris yang lebih kuat terkait efektivitas psikoedukasi resolusi konflik berbasis komunitas.

6. Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik. (2023). Tingkat partisipasi angkatan kerja perempuan di Indonesia. Sekolah Tinggi Ilmu Statistik (STIS). Diakses dari <https://www.stis.ac.id/artikel/132/menghargai-perjuangan-tanpa-batas-dari-setiap-ibu--di-rumah-dan-di-dunia-kerja>
- Badan Pusat Statistik. (2024). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara). <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTIZwRFVUMDkjMyMwMDAw/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian-perkara-.html?year=2024>
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy*, 43(1), 113–122. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>
- Deutsch, M., Coleman, P. T., & Marcus, E. C. (2011). *The handbook of conflict resolution: Theory and practice* (2nd ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Doob, L. W. (2022). Conflict Resolution. <https://doi.org/10.4324/9781003261919-11>
- Gamadhila, J. I., Zubair, A. G. H., & Nurhikmah, N. (2022). Konflik peran ganda sebagai prediktor terhadap keberfungsian keluarga pada perempuan bekerja dan berkeluarga di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1). <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.3634>
- Garfield, Z. H. (2021). Correlates of conflict resolution across cultures. <https://doi.org/10.1017/EHS.2021.41>
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2012). *Research Method for Behavioural Science 4th Edition*. Cengage Learning.
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. M. (2008). Strengthening couple relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 497–505. <https://doi.org/10.1037/a0012789>
- Joseph, B., Joseph, V. K., & Rajan, S. K. (2025). Effectiveness of couple interventions in marital distress: A systematic review and meta-analysis. *Iranian Journal of Public Health*, 54(1), 112-123. <https://doi.org/10.18502/ijph.v54i1.17581>
- Knief, U., & Forstmeier, w. (2021). Violating the normality assumption may be the lesser of two evils. 53(6) <https://doi.org/10.3758/s13428-021-01587-5>
- Kurdek, L. A. (1994). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and Family*, 56(3), 705–722. <https://doi.org/10.2307/352880>

- Liu, B., Zhou, Q., Ding, R. X., Palomares, I., & Herrera, F. (2019). Large-scale group decision making model based on social network analysis: Trust relationship-based conflict detection and elimination. *European Journal of Operational Research*, 275(2), 737-754. https://research.information.bris.ac.uk/ws/portalfiles/portal/184362851/Ivan_Palomares_Carrascosa_Large_scale_group_decisi_on_making_model_based_on_social_network_analysis.pdf
- 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>
- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for your marriage: Positive steps for preventing divorce and preserving a lasting love* (3rd ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Mentser, S., & Sagiv, L. (2025). Cultural and personal values interact to predict divorce. *Communications Psychology*, 3(1), 12. <https://www.nature.com/articles/s44271-025-00185-x.pdf>
- Motherly. (2023). State of motherhood survey 2023. Motherly. Diakses dari <https://www.mother.ly/news/2023-state-of-motherhood-survey/>
- Musinova, N. M. (2022). The psychological and emotional impacts of divorce on the development of individuals. *Academica : An International Multidisciplinary Research Journal*. <https://doi.org/10.5958/22497137.2022.00056.8>
- Putri, Z. P., & Widyastuti. (2023). Gambaran regulasi emosi pada ibu bekerja yang mengalami konflik peran ganda. *Web Of Scientist Vol. 2 No. 3*
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of Management Journal*, 26(2), 368–376. <https://doi.org/10.5465/255985>
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38(1), 15–28. <https://doi.org/10.2307/350547>