

KOMUNITAS POSITIVE PARENTING “POPSTAR” UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS PENGASUHAN

Mauna¹, Ernita Zakiah², Zarina Akbar³

Universitas Negeri Jakarta

¹mauna@unj.ac.id; ²ernitazakiah_hrp@gmail.com; ³Zarina_akbar@unj.ac.id

Abstract

The Covid-19 pandemic has resulted in many changes, including more time for parents to interact with their children. The increasing duration of togetherness among family members should be able to improve the quality of interaction between family members. In fact, there is an increasing problem stemming from disharmony in the relationship between children and parents. One of the causes of this problem is the unpreparedness of family members to face changes and the lack of information for parents about positive parenting. The existence of a positive parenting community "POPSTAR" is expected to be a forum for parents to share related problems, providing mutual support between parents who face similar problems. In addition, this community also disseminated material on child development, techniques in positive parenting. Community members are asked to apply the material provided and write it down in a worksheet so that members can experience firsthand the benefits of applying positive parenting. Members who encounter problems when applying positive parenting can ask psychologists in the community.

Keywords : Positive Parenting, Community, Parenting Quality

Abstrak

Pandemik Covid-19 mengakibatkan banyak perubahan diantaranya adalah lebih banyak waktu orangtua untuk berinteraksi dengan anak-anak. Meningkatnya durasi kebersamaan diantara anggota keluarga seharusnya dapat meningkatkan kualitas interaksi antar anggota keluarga. Pada kenyataannya terjadi peningkatan masalah yang bersumber dari ketidakharmonisan hubungan anak dan orangtua. Masalah ini salah satunya disebabkan oleh ketidaksiapan anggota keluarga menghadapi perubahan serta kurangnya informasi yang dimiliki orangtua mengenai pengasuhan positif. Adanya komunitas positive parenting “POPSTAR” diharapkan dapat menjadi wadah berbagi orangtua terkait masalah yang dihadapi, saling memberi dukungan antar orangtua yang menghadapi masalah yang serupa. Selain itu dalam komunitas ini juga disosialisasikan materi mengenai perkembangan anak, teknik-teknik dalam pengasuhan positif. Anggota komunitas diminta menerapkan materi yang diberikan dan menuliskannya dalam lembar kerja sehingga anggota dapat merasakan secara langsung manfaat dari pengaplikasian positive parenting. Anggota yang menemui kendala ketika mengaplikasikan positive parenting dapat bertanya kepada psikolog yang berada di komunitas.

Kata Kunci : Positive Parenting, Komunitas, Kualitas Pengasuhan

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Pandemik Covid-19 yang muncul secara mendadak mengakibatkan banyak tekanan yang dialami oleh orangtua maupun anak. Anak harus beradaptasi dengan metode pembelajaran yang baru, tugas yang meningkat dan kesulitan untuk belajar secara mandiri.

Disisi lain orangtua harus beradaptasi dengan perubahan dengan cara membagi waktu untuk mengerjakan pekerjaan dari rumah dan disaat yang sama mendampingi anak belajar. Stres yang dialami orangtua meningkat akibat banyaknya tuntutan yang diberikan kepada orangtua. Hal ini mengakibatkan meningkatnya masalah pengasuhan. Terbukti dengan meningkatnya laporan kekerasan yang dilakukan orangtua saat mendampingi anaknya belajar di rumah.

Masalah yang dialami oleh orangtua saat mendampingi anaknya belajar di rumah disebabkan beberapa hal, antara lain sulitnya membagi peran dan waktu sebagai pekerja dan ibu rumah tangga.. Orang tua juga mengalami kendala dalam aspek-aspek yang lain seperti ekonomi, sosial, dan lain sebagainya. Kondisi-kondisi ini membuat orangtua menjadi stres. Hal ini sesuai dengan survei yang dilakukan oleh Susilowati & Azzasyofia (2020) yang menyatakan bahwa 85.65% orangtua mengalami stres berada di kategori sedang dan tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2020), menyatakan bahwa penyebab orangtua stres adalah minimnya pengalaman yang dimiliki dalam mengasuh anak. Ketidaksabaran orangtua mengakibatkan kekerasan yang dilakukan orangtua ketika mengasuh anaknya. Kandedes (2020), juga menyatakan bahwa kekerasan pada anak semakin meningkat selama pembelajaran di rumah karena orangtua kurang memiliki pengetahuan pengasuhan yang positif.

Saat ini platform digital menjadi alternatif pencarian informasi yang paling diminati para orangtua. Banyak media sosial yang membahas seputar pengasuhan dan tips yang dapat dilakukan orangtua ketika menghadapi masalah dalam pengasuhan. Sayangnya masih terbatas platform media sosial yang menyediakan wadah berbagi bagi para orangtua untuk menceritakan masalahnya, mendapat dukungan dan masukan positif dari sesama orangtua sekaligus mendapat materi dari ahli yang memiliki kompetensi di bidang pengasuhan yaitu psikolog.

Selain itu berdasarkan hasil evaluasi dari program *positive parenting* yang telah dilaksanakan pada tahun sebelumnya, sebelum program dimulai diperoleh hasil bahwa masih banyak peserta yang belum mengetahui terkait pengasuhan. Peserta juga nampak antusias untuk lebih mengetahui apa itu pengasuhan yang positif yang dapat diterapkan dalam mengasuh anaknya. Kebanyakan dari peserta ingin mencoba menerapkan *positive parenting* untuk mengasuh anaknya. Oleh karena itu pelaksana program merasa penting untuk diadakannya komunitas *positive parenting* agar masyarakat merasa ada pendamping ketika mencoba melaksanakan *positive parenting*.

Pendampingan berupa komunitas ini diharapkan dapat membuat orangtua mendapatkan materi terkait *positive parenting*, dapat mencoba menerapkannya, dan mendapatkan masukan terkait apa yang sudah dilaksanakan dan mendapatkan penguatan dari sesama anggota komunitas. Oleh karena itu dinilai penting untuk memberikan pendampingan kepada masyarakat khususnya orangtua terkait upaya peningkatan kualitas pengasuhan orangtua melalui *positive parenting*.

Sebuah program Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai *positive parenting* yang dilakukan di Kelurahan Jati Asih, Kecamatan Jati Asih, Kota Bekasi, Jawa Barat menunjukkan bahwa program seperti ini mendapat respon yang positif dari masyarakat. Hal ini disebabkan karena program *positive parenting* yang dilaksanakan dirasa sesuai dengan kebutuhan orangtua dalam meningkatkan kualitas pengasuhan. Melalui program tersebut, peserta tidak hanya mendapatkan pemahaman tentang *positive parenting*, tetapi juga munculnya kesadaran untuk mulai menerapkan *positive parenting* dalam pengasuhan anak-anaknya. Dari program Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai *positive parenting* yang pernah dilakukan sebelumnya ini juga menunjukkan adanya keinginan peserta untuk diadakannya program serupa yang berkelanjutan.

Berasarkan hal tersebut, maka dirasa perlu untuk dikembangkan komunitas *positive parenting* yang dapat memenuhi kebutuhan orangtua. Hal ini yang melatarbelakangi pengabdian masyarakat dilakukan, guna memberikan keterampilan kepada para orangtua tentang *positive parenting* dan menjadi tempat saling berbagi serta mendukung bagi orangtua.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Perkembangan seorang anak dipengaruhi oleh keluarganya sebagai lingkungan pertama dan utama bagi seorang anak. Anak membutuhkan banyak stimulasi, perhatian, kasih sayang dan contoh positif dari orangtuanya agar dapat berkembang secara optimal. Pengasuhan positif yang diberikan oleh orangtua penting untuk mengoptimalkan perkembangan anak.

Pengasuhan positif adalah perlakuan orangtua kepada anak yang didasari kepentingan anak seperti mengasuh tanpa kekerasan, dan memberikan pengakuan serta bimbingan serta menyesuaikan perkembangan anak. Terdapat enam aspek dalam dalam pengasuhan positif yaitu *nurturing*, *structuring*, *stimulation*, *recognition*, *empowerment* dan *free from violence*. *Nurturing* adalah menunjukkan penerimaan kepada anak. *Structuring* adalah menciptakan rutinitas dan kebiasaan yang baik terhadap anak. *Stimulation* adalah memberikan stimulasi untuk mendukung perkembangan anak baik secara formal maupun informal. *Recognition* adalah perlakuan orangtua yang mempertimbangkan minat dan ide-ide anak dalam pengambilan keputusan di dalam keluarga. *Empowerment* membuat anak merasa berdaya dengan mengurangi bantuan terhadap apa yang dapat dilakukan oleh anak. *Free from violence* adalah tidak dilakukannya kekerasan baik secara fisik, verbal dan lainnya dalam proses pengasuhan anak (Rodrigo, Byrne, dan Rodriguez, 2014).

Pengasuhan positif dapat meningkatkan kualitas interaksi anak dengan orangtua, mengoptimalkan tumbuh kembang anak dan mencegah perilaku menyimpang (Mubarak, 2016). Untuk dapat menerapkan pengasuhan yang positif, orangtua harus memahami beberapa hal antara lain : tahapan perkembangan anak, komunikasi yang efektif dan disiplin yang positif (Kemendikbud, 2020). Hal pertama yang harus dipahami orangtua adalah tahapan perkembangan anak. Dengan memahami tahapan perkembangan anak orangtua dapat memahami apakah perilaku anaknya sesuai dengan perkembangannya sehingga orangtua menjadi lebih memiliki gambaran atas perilaku anaknya.

Selanjutnya orangtua perlu memahami dan bisa menerapkan ketrampilan komunikasi efektif. Menurut Bögels and Restifo (dalam Sofyan, 2018), keterampilan komunikasi efektif dalam pengasuhan dapat dibangun melalui beragam cara dan strategi, antara lain: mendengarkan dengan penuh perhatian, tidak menghakimi, sabar, adil dan bijaksana, serta welas asih atau penuh kasih sayang. Penerapan prinsip ini diharapkan dapat menghindari kesalahankesalahan umum pada proses komunikasi sehingga hubungan harmonis orangtua dengan anak dapat tercipta.

Hal ketiga yang harus dikuasai oleh orangtua adalah penerapan disiplin yang positif. Disiplin yang positif merupakan penerapan disiplin tanpa kekerasan, ancaman dan hukuman, yang mana melibatkan komunikasi efektif antara orangtua dengan anak. Dalam penerapan disiplin positif anak diajarkan untuk memahami konsekuensi dari perilaku mereka dan tanggung jawab dalam berinteraksi di lingkungan.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode pelaksanaan pada program ini adalah dengan cara pemberian psikoedukasi serta pelatihan pada komunitas “POPSTAR”. Program komunitas *positive parenting* “POPSTAR” adalah sebuah program yang digagas sebagai tindak lanjut program pengabdian masyarakat tahun sebelumnya yaitu program psikoedukasi *positive parenting* untuk meningkatkan kualitas pengasuhan orangtua. Komunitas *positive parenting* “POPSTAR” adalah suatu program yang ditujukan untuk memberikan pengetahuan kepada orangtua terkait *positive parenting*, membantu orangtua untuk mencoba mengaplikasikan pengetahuan yang sudah didapatkan, serta sarana berbagi untuk orangtua ketika menghadapi masalah saat mencoba menerapkan *positive parenting* dalam mengasuh anak-anaknya.

Program komunitas *positive parenting* “POPSTAR” meliputi berbagai rangkaian kegiatan antara lain :

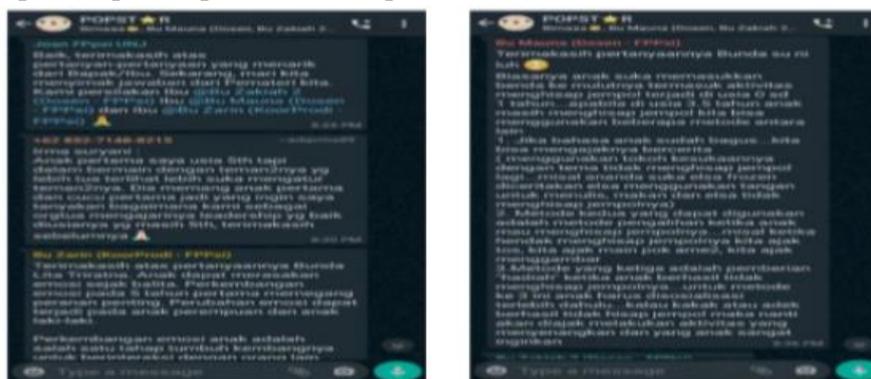
1. Sosialisasi melalui platform instagram terkait *positive parenting*
Platform instagram sudah dibina sejak pengabdian masyarakat tahun sebelumnya. Publikasi di platform ini diharapkan dapat dinikmati oleh banyak pihak. Sosialisasi dilakukan dengan mengunggah konten secara berkesinambungan dan selalu bertemakan pengasuhan positif.
2. Pembentukan komunitas “POPSTAR” melalui platform Whatsapp group
Pembentukan komunitas ini disosialisasikan sebelumnya melalui platform intstagram dan whatsapp sehingga banyak orangtua yang dapat bergabung dengan komunitas ini. Kegiatan yang dilakukan pada komunitas “POPSTAR” antara lain
:
 - a. Sharing materi terkait *positive parenting*, tahapan perkembangan anak, komunikasi efektif dan penerapan disiplin yang positif. Peserta diberikan materi terkait hal-hal yang telah disebutkan diatas oleh 3 psikolog yang telah berkecimpung dalam dunia pengasuhan.
 - b. Diskusi dengan peserta group, materi akan dibagikan dalam *group whatsapp* yang sudah dibentuk sebelumnya, peserta boleh mengajukan pertanyaan atau sharing di group whatsapp.
 - c. Adanya tugas mempraktekan materi yang didapatkan pada kegiatan sebelumnya. Peserta diberikan lembar kerja yang akan di isi oleh peserta selama melaksanakan latihan. Lembar kerja ini yang akan di diskusikan pada pertemuan berikutnya.
 - d. Adanya umpan balik dari latihan yang sudah berhasil dilaksanakan, peserta dapat diskusi tentang dampak yang dirasakan oleh orangtua maupun anak selama menjalankan latihan yang dilaksanakan
 - e. Adanya *sharing session* antar sesama anggota dan fasilitator terkait kendala yang dihadapi saat melaksanakan *positive parenting* dalam pengasuhan terhadap anaknya. Dalam sesi ini juga di diskusikan cara yang dilakukan oleh orangtua agar latihan yang belum terlaksana agar di latihan berikutnya jika muncul kendala yang sama, latihan tetap terlaksana

4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Program Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai *positive parenting* yang pernah dilakukan sebelumnya di Kelurahan Jati Asih, Kecamatan Jati Asih, Kota Bekasi, Jawa Barat menunjukkan bahwa program seperti ini dapat memberikan dampak positif kepada masyarakat. Hal ini disebabkan karena program *positive parenting* merupakan program yang sesuai dengan kebutuhan orangtua untuk meningkatkan kualitas pengasuhan. Program tersebut juga tidak hanya memberikan pemahaman tentang *positive parenting* pada peserta, namun membantu memunculkan kesadaran untuk mulai menerapkan *positive parenting* dalam pengasuhan. Dari program Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai *positive parenting* yang dilakukan sebelumnya juga menunjukkan adanya keinginan peserta untuk diadakannya program serupa yang berkelanjutan.

Dalam rangka menjawab kebutuhan yang ada di masyarakat, maka dibentuklah komunitas *Positive Parenting Supportive Group* atau “POPSTAR”. Komunitas ini bertujuan sebagai wadah untuk mensosialisasikan terkait pengasuhan positif, teknik-teknik yang dapat dilakukan oleh orangtua. Selain sebagai wadah sosialisasi komunitas ini juga sebagai wadah saling berbagi dan saling memberi dukungan antar orangtua yang menghadapi permasalahan pengasuhan yang meningkat akibat pandemi Covid-19. Komunitas POPSTAR mengusung *tagline* #mengasuhdarihati. Materi-materi yang diberikan kepada peserta dibuat bervariasi seperti infografis, *powerpoint* dan video animasi agar lebih menarik namun tetap mudah untuk dipahami.

Kegiatan pemberian materi oleh narasumber (psikolog) diberikan selama tiga sesi melalui *Whatsapp Group* pada tanggal 23, 30 April 2021 dan 7 Mei 2021. Pada sesi pertama dibahas mengenai *positive parenting*, prinsip-prinsip *positive parenting* dan tahapan perkembangan anak yang materinya di kemas dalam bentuk *powerpoint*. Sesi kedua dibahas materi terkait membangun lingkungan yang aman dan konstruktif bagi anak serta menjalin hubungan positif dengan anak melalui interaksi dengan materi yang diberikan berupa infografis. Sesi ketiga melanjutkan pembahasan terkait dengan prinsip *positive parenting* yaitu menjaga diri sebagai orang tua dan pendisiplinan positif terhadap anak dalam bentuk video animasi.



Gambar 2. Pertanyaan Peserta dan Jawaban Narasumber

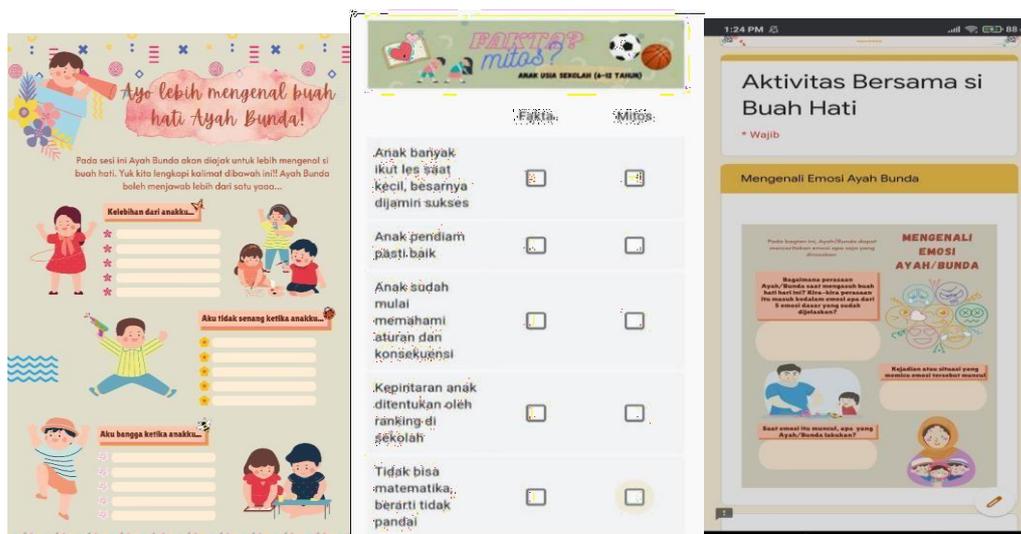
Setiap akhir sesi, peserta diberikan lembar aktivitas yang bertujuan untuk dapat



Gambar 1 Materi yang diberikan dalam bentuk Infografis dan video

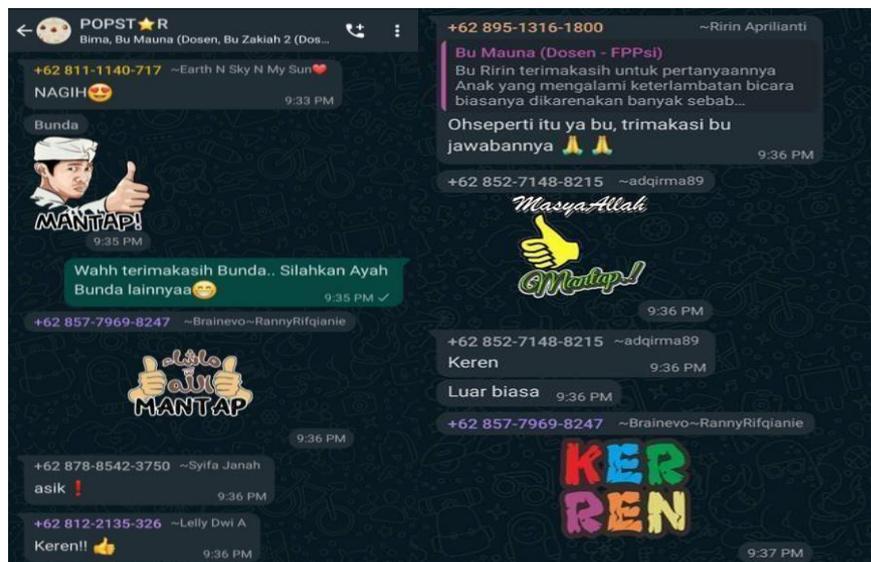
tidak hanya mendapatkan materi, tetapi juga dapat berdiskusi dan membagikan pengalamannya terkait dengan pengasuhan anak. Antusiasme peserta sangat tinggi dalam setiap sesi tanya jawab, bahkan bukan hanya pemateri yang berusaha untuk menjawab pertanyaan peserta tetapi juga dari sesama peserta ikut andil dalam memberikan saran serta masukannya menurut pengalaman yang mereka rasakan. Tidak jarang peserta lain juga merasakan hal yang sama seperti yang dirasakan oleh peserta yang bertanya, sehingga dari hal ini muncul dukungan antar peserta.

Mengaplikasikan apa yang telah di pelajari dan akan diberikan umpan balik dari pemateri di sesi berikutnya. Bagi dua orang peserta yang beruntung akan mendapatkan *doorprize* pada setiap sesi, yang diundi berdasarkan nama-nama yang telah bertanya atau mengisi lembar aktivitas



Gambar 3. Contoh Lembar Kerja Yang Diberikan Kepada Peserta

Berdasarkan feedback yang didapatkan dari peserta, banyak peserta yang merasakan manfaat dari kegiatan ini. Banyak komentar positif yang diberikan oleh peserta disetiap akhir sesi kegiatan berlangsung



Gambar 4. Feedback yang Diberikan Peserta

5. KESIMPULAN DAN SARAN (*Conclusions*)

Kesimpulan

Program Pengabdian Masyarakat ini dilakukan secara daring melalui Grup *WhatsApp* telah berjalan sesuai perencanaan tanpa hambatan yang fatal. Peserta sangat antusias mengikuti setiap tahapan. Keberhasilan program ini dapat terlihat dari :

1. Adanya umpan balik positif yang disampaikan peserta di akhir sesi dalam bentuk kata atau kalimat (seperti 'keren', 'seru', 'sangat bermanfaat', 'ingin mencoba' dan lain sebagainya).
2. Adanya respon peserta yang menyatakan bahwa materi yang disampaikan sesuai dengan kenyataan dan kebutuhan mereka sehingga banyak pertanyaan yang diajukan setiap kali para narasumber memberikan materi.
3. Para peserta melaksanakan tugas dan mengembalikan lembar aktivitas setiap sesinya serta peserta menceritakan hasil dari proses penerapan *positive parenting* yang dilakukan terhadap anak.

Saran

Berdasarkan evaluasi dari Program Pengabdian Masyarakat, Pelaksanaan program dilakukan bertepatan dengan bulan Ramadhan, sehingga beberapa peserta tidak dapat mengikuti dari awal pelaksanaan kegiatan karena adanya kegiatan peribadatan.

6. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

Dadds, Markie, C. & Sanders, M.R. (2006). Self-Directed Triple P (Positive Parenting Program) for Mothers With Children At-Risk of Developing Conduct Problems.

- Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 34(3), 259–275.
doi:10.1017/S1352465806002797.
- Efnita, S. (2014). Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Kualitas Pengasuhan Ibu. Tesis (Tidak Diterbitkan). Program Magister Profesi Psikologi UGM.
- Indrawati, T. (2020). Efektivitas Program Positif *Parenting* Dalam Mengurangi Stres Pengasuhan Pada Ibu Muda. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 2012-15
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). Buku Saku Pengasuhan Positif. Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga, Dirjen Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat.
- Kendedes, I. (2020). Kekerasan Terhadap Anak Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Harkat*, 16(1), 66-76.
- Mubarok, P.P. (2016). Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan *Mindful Parenting* Orangtua Remaja. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 35-50.
- Rodrigo, M.J., Byrne, S., & Rodriguez, B. 2014. *Parenting Styles and Child Well Being*. In Ben-Arieh, A., Casas, F., Frones, I., & Korbin, J.E. *Handbook of Child Well Being Theories, Methods and Policies in Global Perspective*. Doi : 10.1007/978-90-481-90638
- Sanders, M.R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a Public Health Approach to Strengthening Parenting. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 506-517.
- Susilowati, E & Azzasyofia, M. (2020). The Parents Stress Level In Facing Children Study From Home In The Early Of Covid-19 Pandemic In Indonesia. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 1-12.
- Sofyan, I. (2018). Strategi Membangun Pengasuhan Positif Dalam Keluarga. *Journal of Early Childhood Care & Education (JE C C E)*, 1(2), 41-47.