

PSIKOEDUKASI PENTINGNYA PENGASUHAN POSITIF UNTUK MENGHINDARI TERJADINYA KEKERASAN PADA ANAK DI DESA WALUYA KABUPATEN KARAWANG

**Dinda Aisha
Winda Utari Aska**

**Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan
Karawang**

dinda.aisha@ubpkarawang.ac.id¹

ps19.windaaska@mhs.ubpkarawang.ac.id²

Abstrak

Pengasuhan merupakan hal penting untuk diperhatikan oleh orang tua. Pengasuhan yang tidak tepat berdampak buruk pada anak. Bahkan bisa memunculkan terjadinya kekerasan yang dilakukan oleh orang tua pada anak, disadari ataupun tidak disadari. Contohnya seperti ancaman, pukulan, bentakan, perasaan ditinggalkan. Hal ini dilakukan orang tua dengan alasan pendisiplinan, namun sebenarnya sudah masuk dalam kategori kekerasan pada anak. Kekerasan menurut Fayaz (2019) adalah perilaku dalam bentuk apa pun dengan menggunakan otoritas dengan intensi mengintimidasi, memaksa, menyakiti orang lain. Menurut Scarpa, Haden & Abercromby dalam Fayaz (2019), dampak dari kekerasan pada anak dapat menimbulkan permasalahan perilaku, emosional, bahkan sampai trauma, agresi dan depresi. Dilihat dari dampak ini, maka diperlukan upaya preventif yang dilakukan dari lingkup mikrosistem anak, yaitu orang tua. Orang tua perlu mengetahui pentingnya mengasuh secara positif untuk menghindari terjadinya kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua. Dengan latar belakang tersebut, penulis melakukan pengabdian dengan melakukan psikoedukasi 1 hari dengan memaparkan tips dan trik mengasuh anak secara positif dengan audiens yaitu ibu dan ayah di Desa Waluya, Kecamatan Kutawaluya, Kabupaten Karawang yang berjumlah 33 orang. Dari kegiatan psikoedukasi ini, terlihat antusias dari peserta untuk bertanya dan mengikuti kegiatan. Dari kegiatan ini, diharapkan orang tua jadi lebih paham mengenai pentingnya mengasuh secara positif dan bagaimana cara meregulasi emosi supaya dapat merespon anak dengan cara yang tepat tanpa kekerasan.

Kata kunci— *pengasuhan positif, kekerasan pada anak, psikoedukasi*

Abstract

Parenting is one the important thing to look at in being a parent. Bad parenting will be negatively impacted to children. Bad parenting may lead to child abuse, whether parents concious or unconsciously done to their children. There are examples of child abuse which parents done to their children, including threats, hits, bad languages or even alienated. Most of parents conducted these behaviors due to discipline. Discipline done to minimize bad behavior or unwanted behavior performed by children to their parents. But sometimes parents did not realize their behavior as an abuse to their children. According to Fayaz (2019), impact of abuse in children are caused behavioral, emotional problem, trauma, aggresion and depression. If we refer to the impact, we need to do some preventif step, at least in the closest circle of children, parents. Parents should know the importance of positive parenting to prevent any abuse done in the future. With this background, wirtter decide to conduct one day psychoeducation about importance of positive parenting and how to implement in to children. The audience of this pschoeducation is parents in Desa Waluya, Kecamatan Kutawaluya, Kabupaten Karawang with total of 33 person. From this activity, we saw enthusiasm from audience to ask and involved in discussion. From this acitvty, we expected parents will implement their knowldege of positive parenting to their children. Parents also have tools to deal with their children daily behavior without abuse.

Keywords— *positive parenting, child abuse, psychoeducation*

PENDAHULUAN

Menurut data di laman resmi Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia pada tahun 2022, khususnya pada data kekerasan, secara keseluruhan terdapat 13,896 kasus kekerasan yang dilaporkan. Dari data tersebut, 56,5% korban adalah anak berusia 0 – 17 tahun. 8,579 kasus terjadi di dalam rumah tangga dan 1,590 kasus dilakukan oleh orang tua yang mana hubungan antara korban dan pelaku adalah anak dan orang tua. Jika dilihat dari data ini, tidak menutup kemungkinan bahwa orang tua dapat melakukan kekerasan pada anak.

Bentuk kekerasan bermacam-macam, mulai dari fisik, psikis, sampai seksual. Bentuk kekerasan yang biasanya dilakukan oleh orang tua kepada anak mereka dalam bentuk hukuman dengan alasan pendisiplinan. Hukuman ini biasanya dalam bentuk hukuman fisik. Menurut WHO dalam Perrin & Perrin (2018), hukuman fisik merupakan semua bentuk hukuman menggunakan kekuatan fisik

yang mengakibatkan ketidaknyaman dan luka. Selain hukuman fisik, pendisiplinan yang keras juga memiliki dampak buruk. Hal ini seringkali kita amati dalam lingkungan kita sehari-hari, seperti membentak, mengancam, memaki atau bahkan mengumpat kepada anak dengan niat untuk menghentikan perilaku negatif atau perilaku yang orang tua tidak inginkan dari anak mereka. Hal ini didukung oleh pendapat Steinmetz dalam Kumar & Ghosh (2020) yang menyatakan bahwa pendisiplinan yang keras sangat erat kaitannya dengan kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua dan akan berujung terjadinya konflik.

Menurut Scarpa, Haden & Abercromby dalam Fayaz (2019), dampak dari kekerasan pada anak dapat menimbulkan permasalahan perilaku, emosional, bahkan sampai trauma, agresi dan depresi. Tidak menutup kemungkinan pula, perilaku kekerasan yang dilakukan oleh orang tua ke anak, dilakukan juga oleh anak kepada teman, saudara, orang di sekitarnya atau bahkan nanti kelak akan mereka lakukan juga kepada anak mereka. Hal ini dapat menjadi lingkaran setan dalam kekerasan, dimana lingkaran kekerasan ini tidak akan putus dari generasi ke generasi.

Orang tua pada dasarnya merupakan sosok yang pertama kali berinteraksi oleh anak. Merupakan sosok yang seharusnya menjadi pelindung anak. Jika sumber kekerasan berasal dari orang tua, maka anak pun akan hilang sosok pelindungnya. Di sisi lain, menjadi orang tua juga bukanlah hal yang mudah. Seperti Evin & Laveena (2021) katakan yaitu menjadi orang tua dan mengasuh anak adalah komitmen seumur hidup dan berdampak yang perkembangan anak. Dampak dari pengasuhan juga sangat besar, hal ini sejalan dengan pendapat dari Tahazade dkk (2020), interaksi antara orang tua dan anak dan intimasi merupakan dasar dari perkembangan kognitif dan emosional anak, dimana dua fondasi ini dapat mencegah adanya gangguan mental di kemudian hari. Selain itu kualitas dari pengasuhan juga memberikan dampak pada pertumbuhan dan perkembangan dari seorang anak.

Untuk menghindari atau meminimalisir adanya kekerasan yang dilakukan orang tua kepada anak, maka perlu adanya tindakan preventif dan promotif. Salah satunya adalah dengan melakukan promosi pentingnya mengasuh secara positif, Karawang, 28 Februari 2023

dalam rangka mengurangi hukuman yang berujung pada kekerasan ini. Selain itu, dengan memberikan bekal kepada orang tua terkait pengasuhan positif, orang tua memiliki amunisi yang tepat dalam menghadapi perilaku anak yang tidak dikehendaki. Selain itu, orang tua juga menjadi lebih memahami diri dan mampu meregulasi diri selama mengasuh anak.

Salah satu pendekatan yang membahas cara mengasuh yang positif adalah pengasuhan positif atau sering disebut dengan *positive parenting*. Pengasuhan positif ini adalah beberapa prinsip dasar pengasuhan yang didasari oleh hal yang positif. Menurut Gray dalam Kyriazos & Stalikas (2018), mengasuh anak secara positif bukan sekedar mengenalkan baik dan buruk namun mengajarkan anak secara mandiri dan instingtif mengetahui mana perbuatan yang baik dan mana yang buruk. Menurut Caspi dkk dalam Kyriazos & Stalikas (2018), pengasuhan positif terdiri dari pengasuhan yang hangat, penuh dengan afeksi, tetap adanya pengawasan, serta terlibat secara positif.

Menurut Evin & Laveena (2021), orang tua yang positif tidak pernah menyerah, mereka ingin yang terbaik untuk anak mereka, penuh dengan kesenangan dan kebahagiaan, ingin anak mereka sehat secara fisik, emosional, dan spiritual. Dan tidak pernah berhenti berdoa untuk meminta hal ini. Dengan mengasuh secara positif, maka akan menjadi alat bagi orang tua untuk tetap dapat terhubung dengan anak mereka pada situasi apapun. Orang tua yang mengasuh secara positif akan selalu ingat kehebatan anak mereka, selalu menunjukkan rasa cinta, dukungan, apresiasi, penghargaan, percaya dan penuh dengan kehormatan.

Dapat disimpulkan, pengasuhan positif secara garis besar adalah bagaimana orang tua menerapkan pengasuhan positif dan pendisiplinan positif. Penekanan dari pengasuhan ini menurut Durrant dalam Kyriazos & Stalikas (2018) adalah menghentikan kekerasan pada anak dan meningkatkan kehangatan dan mengutamakan hubungan orang tua dan anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Baumrind dalam Effendi, Mangundjaya & Shaleh (2018) yang mengatakan bahwa 2 unsur utama dalam pengasuhan positif adalah kehangatan dan kontrol.

Salah satu program yang sangat terkenal yang berkaitan dengan pengasuhan positif adalah *Triple P-Positive Parenting Program*. Program ini merupakan suatu

intervensi dan juga upaya pencegahan terjadinya hubungan yang kurang baik antara orang tua dan anak. Tujuan utama program ini adalah untuk mencegah muncul masalah emosi dan perilaku pada anak. Orang tua diajarkan untuk membangun hubungan positif tanpa menggunakan hukuman fisik. Hasil penelitian yang berkaitan dengan program-program pengasuhan positif ini adalah orang tua menjadi lebih percaya diri dalam mengasuh anak, mengurangi gaya pengasuhan yang sifatnya otoriter dan permisif, serta menurunkan tingkat stres orang tua (Sumargi, Sofronoff & Morawska dalam Effendi, Mangundjaya & Shaleh, 2018).

ANALISIS SITUASI

Permasalahan yang berkaitan dengan bingungnya orang tua dalam mengasuh anak khususnya ketika anak bermasalah serta masih maraknya penggunaan hukuman sebagai cara pendisiplinan ditemukan pula pada orang tua di Desa Waluya Kecamatan Kutawaluya Kabupaten Karawang. Hal ini didapatkan dari data wawancara oleh 5 orang ibu yang diambil pada tanggal 21 Juli 2022. Hasil dari wawancara yang dilakukan adalah para ibu tersebut merasa mereka kebingungan dalam mengasuh anak karena merasa anak mereka sulit untuk mengikuti aturan yang diberikan oleh orang tua. Sehingga orang tua lebih condong mencari jalan pintas dengan membentak, mengancam bahkan sampai memukul anak ketika anak melakukan perilaku yang tidak dikehendaki oleh orang tua. Para orang tua ini sadar bahwa tindakan mereka tidaklah tepat, namun terkadang jika situasi muncul maka orang tua sulit untuk mengendalikan emosi. Ketika tidak mampu mengendalikan emosi, maka emosi marah pun akan muncul dan dilampiaskan ke anak.

Orang tua juga merasa membutuhkan ilmu pengasuhan dikarenakan orang tua merasa kewalahan dalam mengasuh anak mereka terutama ketika anak berperilaku tidak sesuai dengan kehendak orang tua. Seringkali orang tua membentak, mengancam, bahkan sampai melakukan hukuman fisik ke anak mereka. Ketika orang tua melakukan pendisiplinan yang keras atau bahkan sampai kekerasan, hal ini membuat hubungan dan interaksi antara orang tua dan anak

menjadi terganggu. Orang tua merasa bersalah dan tidak dekat dengan anak. Begitu juga anak yang akan kehilangan kepercayaan kepada orang tua.

Dengan uraian di atas, maka penulis memutuskan untuk melakukan psikoedukasi kepada orang tua dengan tema tips dan trik mengasuh anak secara positif (positif dan fit). Dengan dilakukan psikoedukasi ini diharapkan orang tua menjadi lebih paham bagaimana dampak mengasuh anak secara negatif, mengetahui bagaimana mengasuh anak secara positif sehingga akan meminimalisir atau bahkan menghilangkan perilaku yang berdekatan dengan kekerasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Psikoedukasi yang bertemakan tips dan trik dalam mengasuh secara positif (positif dan fit) dilakukan pada hari Minggu, tanggal 24 Juli 2022, pada pukul 09.00 – 11.00 di Aula Balai Desa Waluya, Kecamatan Kutawaluya, Kabupaten Karawang, Provinsi Jawa Barat. Kegiatan ini dihadiri oleh 33 orang tua dan dibantu oleh mahasiswa KKN Universitas Buana Perjuangan Karawang yang berjumlah 17 orang. Kegiatan ini juga dihadiri oleh beberapa perwakilan desa. Kegiatan psikoedukasi ini diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh pembawa acara, doa, sambutan dari perwakilan desa dan juga perwakilan mahasiswa KKN. Kemudian dilanjutkan materi yang disampaikan oleh penulis yang merupakan dosen di Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang juga berprofesi sebagai psikolog anak yaitu Dinda Aisha, M.Psi., Psikolog.

Materi yang disampaikan oleh pemateri adalah yang pertama pemateri memaparkan dan meminta para peserta untuk membagikan pengalaman mereka dalam mengasuh anak sehari-hari. Pembahasan yang kedua adalah mengenai keterkaitan antara kualitas pengasuhan dengan masalah perilaku pada anak berdasarkan teori Boedit, Rhee, Dilaila, dkk (2012). Materi ketiga yaitu mengenai rentannya orang tua melakukan kekerasan ketika memberikan pendisiplinan serta dampak negatif dari kekerasan. Pembahasan yang keempat adalah 5 tips dalam mengasuh anak secara positif (positif dan fit) berdasarkan teori dari Sanders (2003) dan Kyriazos & Stalikas (2018) yaitu:

Karawang, 28 Februari 2023

1. **Lingkungan aman & positif** → kesempatan berkembang, bebas ekspresi perasaan dan pikiran, anak senang, nyaman, aman, terbuka (respon tanpa kekerasan, komunikasi tepat)
2. Beri **disiplin yang ramah anak** → memahami cara memberikan arahan dan disiplin yang minim konflik → memahami karakteristik anak
3. **Dukungan pasangan/keluarga** yang cukup. Memberikan perasaan aman bagi orang tua dalam mengasuh anak
4. **Ekspektasi yang nyata**, sesuai kondisi anak dan orang tua → paham kondisi diri, pasangan, anak dan disesuaikan dengan apa yang ingin dicapai
5. **Kesejahteraan orang tua** → paham kondisi emosi, perkembangan diri, mengelola tekanan dan stres

Pembahasan kelima adalah tips singkat meregulasi emosi dengan cara bernafas dalam dan teknik *butterfly hug*. Pada kesempatan ini, para peserta dapat mempraktikkan langsung secara singkat kedua teknik ini. Kedua teknik ini dapat diterapkan ketika orang tua sedang merasakan emosi negatif sehingga butuh cara untuk meredakannya. Ketika emosi negatif terkendali, maka diharapkan orang tua dapat merespon dengan tepat pada perilaku anak.

Pembahasan

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian yang berupa psikoedukasi tips dan trik mengasuh positif kepada 33 orang peserta yang merupakan orang tua di Desa Waluya berjalan dengan lancar. Terlihat antusias dari peserta dalam mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Peserta terlihat memperhatikan materi dan menjawab pertanyaan dari pemateri pada sesi diskusi. Peserta juga aktif bertanya mengenai materi yang disampaikan. Peserta menjadi lebih tahu tips bagaimana mengasuh dengan cara yang lebih positif dan memiliki cara untuk mengatur emosi negatif ketika berhadapan dengan anak. Diharapkan setelah mengikuti psikoedukasi ini, orang tua menjadi lebih percaya diri dalam mengasuh serta mengutamakan kehangatan dan kontrol serta menghindari hukuman yang mengarah ke kekerasan.

Dari hasil diskusi selama proses psikoedukasi, beberapa kali para peserta bercerita bahwa mereka pernah melakukan tindakan hukuman kepada anak yang mengarah kepada kekerasan. Hal ini sejalan dengan pentingnya psikoedukasi ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meminimalisir bahkan menghilangkan kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua dengan dalil pendisiplinan.

Adapun beberapa keterbatasan dari pengabdian ini adalah target peserta yang tidak terlalu banyak diikuti karena kesibukan dari orang tua lain serta belum adanya kesadaran yang tinggi mengenai pentingnya ilmu pengasuhan untuk dimiliki setiap orang tua yang memiliki anak. Hal ini menjadi pekerjaan rumah bagi para pengiat pengasuhan positif untuk meningkatkan kesadaran para orang tua mengenai pentingnya menambah ilmu pengasuhan agar dapat memberikan perlakuan yang tepat bagi anak, terkhusus dapat menghilangkan angka kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa psikoedukasi mengenai tips dan trik mengasuh anak secara positif (positif dan fit) dilaksanakan kepada orang tua yang berjumlah 33 orang di Desa Waiuya, Kecamatan Kutawaluya, Kabupaten Karawang, Jawa Barat dengan latar belakang sebagai upaya preventif terjadinya kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua. Melalui kegiatan ini, orang tua menjadi lebih paham bagaimana meregulasi diri terutama emosi sehingga lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi dan merespon anak, terutama ketika anak melakukan perilaku yang kurang baik.

Melalui kegiatan ini pula, peserta mendapatkan 2 tips cara meredakan emosi negatif dengan waktu yang cepat yaitu dengan cara berlatih bernafas dalam dan teknik menepuk diri atau *butterfly hug*. Kedua teknik ini dapat diterapkan oleh orang tua ketika sedang berhadapan dengan anak dan orang tua merasa tersulut emosi negatif. Hal ini penting karena 2 unsur pengasuhan positif adalah kontrol dan hangat. Untuk mencapai kehangatan, orang tua perlu memberikan respon terhadap perilaku anak dengan kondisi emosi yang positif. Emosi negatif pada orang tua akan

Karawang, 28 Februari 2023

cenderung merespon dengan cara yang kurang tepat pada anak. Diharapkan melalui kegiatan psikoedukasi ini, para peserta dapat menerapkan dalam pengasuhan mereka sehari-hari kepada anak.

Saran

Beberapa saran yang dapat penulis sampaikan terkait pelaksanaan pengabdian ini adalah sasaran target peserta perlu diperluas sehingga kebermanfaatan kegiatan lebih berdampak pada desa. Selain itu, perlu dibuatkan pojok anak sehingga para peserta yang notabene adalah orang tua, dapat lebih memberikan atensi tanpa adanya distraksi dari anak yang mereka bawa ke lokasi. Serta perlu dibuatkan pretest dan posttest, sehingga didapatkan data yang jelas terkait pemahaman para peserta terkait materi yang disampaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Effendi, N.; Mangundjaya W.L. & Shaleh, A.R. (2018). Psikologi Positif: Teori dan Terapan untuk Perubahan. Goresan Pena: Jawa Barat
- Evin, V., Laveena, D.M. (2021). A Study on Positive Parenting and Parent Child Relationship. *International Reserach Journal of Modernization in Engineering Technology and Science*. 3, 3, 1042 – 1048
- Fayaz, Irfan. (2019). Child Abuse: Effects and Preventive Measures. *The International Journal of Indian Psychology*. 7. 2349-3429. 10.25215/0702.105.
- Kumar, R., Ghosh, J. (2020). A Study of the Effect of Type of Parental Discipline on the Development of Adults. *International Research Journal of Mangement Sociology & Humanity*. 11,2, 2348-9359.
- Kyriazos, T. A., & Stalikas, A. (2018). Positive Parenting or Positive Psychology Parenting? Towards a Conceptual Framework of Positive Psychology Parenting. *Psychology*, 9, 1761-1788. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.97104>
- Perrin, C.M., Perrin, R. (2018). Physical punishment of children by US parents: moving beyond debate to promote children's health and well-being. *Psicol. Refl. Crít.* 31, 16. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0096-x>
- Sanders, M.R., (2003). Triple-P - Positive Parenting Program: A population approach to promoting competent parenting. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health* 2(3) www.auseinet.com/journal/vol2iss3/sanders.pdf
- Tahazade, S., Mohammadzadeh, S., Yousefi F., dkk. (2020). Effectiveness of Positive Parenting Program on Improving Children's Behavior Problems. 6 (2). doi: 10.5812/ijhls.102570.

Karawang, 28 Februari 2023