

SEMINAR POSITIVE PARENTING PROGRAM (TRIPLE P) PADA IBU-IBU DHRAMA WANITA PERSATUAN KABUPATEN GARUT

Ecep Supriatna¹, Tuti Alawiyah², dan Wiwin Yuliani³

^{1,2,3} IKIP Siliwangi

ecep@ikipsiliwangi.ac.id¹, tuti-alawiyah@ikipsiliwangi.ac.id², wiwin@ikipsiliwangi.ac.id³

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi dan wawasan mengenai *Positive Parenting Program* (Tripe P) melalui seminar *Parenting* kepada Ibu-Ibu Dhrama Wanita Persatuan Kabupaten Garut. Bentuk penyampaian materi dilakukan dalam bentuk Ceramah, *Role play* dan diskusi. Hasil dari kegiatan ini bermanfaat karena peserta mendapatkan wawasan dan pengetahuan mengenai pola pengasuhan anak yang lebih positif dan mengembangkan keyakinan bahwa orang tua memiliki kendali penuh terhadap pengasuhannya baik dengan dukungan yang minimal bahkan tanpa dukungan sekalipun serta mampu mengelola dinamika emosi pada saat orang tua melakukan pengasuhan.

Kata Kunci : Orang tua, Pengasuhan, positif

ABSTRACT

This community service aims to give information and enhance knowledge of Positive Parenting Program (Triple P) through parenting seminar for Women Organization in Garut regency. The seminar is conducted in various activities namely presentation, role play, and group discussion. The seminar is useful for parents since it increases skills and knowledge of positive parenting. The seminar also promotes self-sufficiency of parents so that they may feel confident in their abilities to parent with minimal or no additional support as well as they have fully control of their emotional situation in raising their children.

Keyword: Parent, Positive Parenting Program

A. PENDAHULUAN

Orang tua merupakan kelompok sosial pertama yang dikenal anak dan melalui mereka, anak memperoleh berbagai pengalaman serta pemenuhan kebutuhannya. Orang tua merupakan salah satu faktor penting yang akan mengantarkan bagaimana masa perkembangan Anak. Dalam relasi antara anak dan orang tua maka secara kodrati orang tua menjadi agen pertama dan utama yang bertanggung jawab dalam mendidik anak-anaknya. Namun pada kenyataannya menjadi orang tua bukanlah tugas yang mudah. seringkali dalam menjalankan perannya orang tua tidak dibekali ilmu dan keahlian yang memadai. Santrock (2007) mengemukakan bahwa parenting membutuhkan sejumlah kemampuan dan tuntutan interpersonal yang besar. Sehingga akibatnya jika orang tua tidak memiliki ilmu dan keahlian tersebut maka tidak dapat dihindari munculnya berbagai permasalahan yang dialami orang tua,

dalam mendidik anak-anaknya.

Parenting dapat didefinisikan sebagai "proses atau keadaan menjadi orang tua, Morrison (1978) mendefinisikan parenting sebagai "proses mengembangkan dan memanfaatkan pengetahuan dan keterampilan yang sesuai dalam rangka melahirkan, membesarkan dan memberikan perawatan anak". Definisi tersebut secara tidak langsung melibatkan orang tua tidak hanya sekedar melahirkan dan membesarkan anak tetapi juga memberikan perawatan kepada mereka. Bahkan tidak sekedar itu, namun juga orang tua harus mendidik, membimbing dan melindungi anak pada setiap tahapan perkembangannya. Menurut Amini, (2008), setidaknya terdapat peran orang tua dalam mendidik anak. Orang tua berkewajiban menciptakan suasana hangat dan tentram. Orang tua wajib menjadi panutan yang positif bagi anak. Dalam mendidik anak orang tua mengajarkan karakter yang baik.

Triple P Parenting Program adalah sebuah program parenting yang dirancang untuk menciptakan lingkungan "keluarga bersahabat" sebagai intervensi pencegahan dan sarana untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat pada praktik pengasuhan. Program ini dikembangkan oleh Sanders di Australia. Tujuan utama yang hendak dicapai dengan mengimplementasikan program ini adalah peningkatan keterampilan pengasuhan positif orang tua (Ralph & Sanders, 2004). Secara lebih spesifik, Sanders mengemukakan empat tujuan yang hendak dicapai, yaitu; (1) orang tua memiliki independensi dan otonomi dalam praktek pengasuhan. (2) orang tua dapat memutuskan tujuan, strategi dan nilai-nilai yang hendak dicapai. (3) orang tua memiliki rencana, monitoring, evaluasi hasil dan perbaikan. (4) orang tua diberi support dan saran untuk mencapai target yang ditetapkan.

B. LANDASAN TEORI

Sanders (2008) menguraikan bahwa *Positive Parenting Program* (Triple P) merupakan intervensi pengasuhan anak dengan tujuan utama meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan orang tua dan mengurangi prevalensi masalah kesehatan mental, emosional, dan perilaku pada anak-anak dan remaja. Program ini pada awalnya dirancang khusus untuk anak-anak dan orang tua yang berisiko, tetapi penggunaan saat ini terdapat berbagai tingkatan program *Triple P* yang dirancang sebagai pendekatan kesehatan masyarakat yang lebih luas dan universal.

Dalam pelaksanaannya, program *Positive Parenting* bekerja berdasarkan prinsip-

prinsip berikut;

1. *Safe and engaging environment*

Prinsip ini berkaitan dengan kemampuan orang tua untuk menyediakan lingkungan yang aman dimana anak diberi kesempatan untuk melakukan eksplorasi. Pada lingkungan yang aman ini, rasa senang, nyaman, dan aman akan muncul pada diri anak sehingga anak akan lebih mudah terbuka terhadap orang tuanya.

2. *Using assertive discipline*

Prinsip ini berkaitan dengan kemampuan orang tua untuk mempelajari strategi manajemen remaja dan perubahan alternatif perilaku terkait disiplin yang tidak efektif dan kerap menimbulkan konflik (Sanders, 2008).

3. *Creating positive environment*

Prinsip ini berkaitan dengan kemampuan orang tua untuk mempelajari strategi dalam merespon perilaku anak secara positif dan konstruktif. Dalam prakteknya, prinsip ini diimplementasikan dalam pelatihan kemampuan komunikasi efektif bagi orang tua. Dengan kemampuan komunikasi efektif ini, orang tua dapat memfasilitasi anak untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan leluasa pada orang tua.

4. *Having realistic expectations*

Prinsip ini berkaitan dengan kemampuan orang tua dalam mengidentifikasi nilai yang dimiliki sebagai dasar perilaku pengasuhan. Nilai yang dimiliki orang tua merupakan sesuatu yang ingin diinternalisasikan dalam diri anak melalui proses pengasuhan (Pristanti, 2016).

5. *Parental self-care*

Prinsip ini berkaitan dengan keterampilan orang tua dalam mengeksplorasi keadaan emosional dalam pengasuhan serta mengembangkan strategi koping untuk mengelola tekanan dan emosi negatif.

Dari seluruh pelaksanaan *Positive Parenting Program*, kerangka regulasi diri orang tua merupakan aspek yang paling dikembangkan dimana orang tua diajarkan keterampilan untuk dapat memecahkan masalah pengasuhan secara mandiri. Regulasi diri tersebut mendorong orang tua untuk menetapkan tujuannya sendiri dalam melakukan dan memantau perubahannya. Hal ini mendukung terjalinnya hubungan antara orang tua dan keluarga (Sanders, 2008; Salari dkk, 2014). Keterampilan regulasi diri tersebut meliputi lima aspek, yaitu:

1. *Promoting self- sufficiency*

Pada tahap ini orang tua didorong untuk menjadi pemecah masalah secara mandiri.

2. *Increasing self-efficacy*

Pada tahap ini, orang tua didorong untuk memiliki keyakinan bahwa perubahan positif dalam praktek pengasuhannya dapat dilakukan.

3. *Using self-management tools*

Pada tahapan ini orang tua dilatih untuk terampil memantau perubahan perilaku melalui monitor diri, menentukan tujuan dan standar tindakan, menilai kriteria tindakan, dan menyeleksi strategi secara mandiri berdasarkan kriteria yang ditentukan sendiri (Sanders, 2008)

4. *Promoting personal agency*

Pada tahap ini orang tua didorong untuk dapat mengontrol tindakannya, sehingga membentuk keyakinan tentang apa yang dapat dilakukan untuk diwujudkan (Bandura, 2009).

5. *Promoting problem solving*

Intervensi yang diberikan kepada orang tua membekali orang tua untuk memiliki kemampuan mendefinisikan masalah, merumuskan pilihan, mengembangkan rencana pengasuhan, melaksanakan rencana, mengevaluasi hasilnya, dan memperbaiki rencana sehingga orang tua menjadi pemecah masalah yang aktif (Sanders, 2008).

Pada tahap pelaksanaan, program *Positive Parenting* menggunakan metode pembelajaran *observational* yang meliputi empat tahapan (Bandura, 1989). *Pertama*, tahap *attention process* dimana orang tua didorong untuk dapat mengeksplorasi dan membangun persepsi terhadap perilaku model dan aspek penting pada perilaku baru yang dipelajari. *Kedua*, tahap *retention process* dimana orang tua membuat kode ingatan mengenai perilaku yang dipelajari sebagai panduan pada waktu yang akan datang. *Ketiga*, tahap *motor production process* dimana orang tua menerapkan perilaku yang telah dipelajari dengan caranya sendiri. *Keempat*, tahap *motivational process* dimana orang tua didorong untuk memotivasi diri untuk mempelajari perilaku dan keinginan untuk menunjukkan hal-hal yang telah dipelajarinya.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan membuktikan bahwa program *positive parenting* terbukti efektif meningkatkan efikasi diri orang tua (Sanders, 2008; Sanders & Woolley, 2005;). Studi penelitian kualitatif juga membuktikan program ini dapat

membantu orang tua dalam meningkatkan cara mereka berhubungan dengan anak-anak mereka (Stallman & Sanders, 2014). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Sanders & Woolley (2005), membuktikan bahwa program *Positive Parenting* dapat meningkatkan keterampilan orang tua dalam merencanakan, mengantisipasi, serta memilih aktivitas yang sesuai dan mendorong perilaku pada anak. Pelaksanaan *positive parenting program (Triple P)* yang dilaksanakan secara kelompok akan memberikan nilai lebih karena dapat memberikan dukungan, persahabatan, dan masukan konstruktif serta peluang mengembangkan pengalaman dari orang tua lainnya (Salari, Raziye & Ralph, Alan & Sanders, Matthew, 2014)

C. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama dua minggu yang terbagi dalam tiga tahap yaitu: tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan akhir yaitu evaluasi dan publikasi. Tahap perencanaan meliputi kegiatan pembentukan team pengabdian masyarakat, kajian kepustakaan, penyusunan proposal pengabdian masyarakat, menyusun program, dan *survey* lokasi kegiatan. Jenis kegiatan inti pengabdian masyarakat ini berupa seminar parenting satu hari mengenai pengenalan *Positive Parenting Program (Triple P)*. Lokasi pengabdian masyarakat ini di kabupaten Garut. Tahap pelaksanaan meliputi kegiatan seminar berupa penyajian materi selama satu hari. Tahap Evaluasi meliputi kegiatan mengumpulkan *feedback* dari peserta, meninjau keefektifan dan dampak dari kegiatan pengabdian masyarakat dan menyusun artikel publikasi.

Kegiatan seminar parenting sebagai kegiatan utama pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui berbagai metode yaitu Ceramah yang digunakan untuk menyampaikan teori mengenai *Positive Parenting Program (Triple P)*. *Role Play* digunakan untuk memberikan keterampilan yang berkaitan dengan permasalahan orang tua dalam menghadapi anak seperti ketidakdisiplinan, kecanduan gadget, pergaulan remaja dan lain sebagainya. Diskusi yang digunakan mengeksplorasi masalah serta sering solusi dan pengalaman.

Peserta dari kegiatan seminar parenting ini yaitu Ibu-Ibu Dharma Wanita Persatuan Kabupaten Garut. Jumlah peserta yang mengikuti seminar ini yaitu 50 orang peserta. Tempat pelaksanaan di Aula Dharma Wanita Kabupaten Garut. Dipilihnya peserta tersebut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah karena peserta merupakan

agen dan tokoh yang berpotensi mengimplementasikan *Positive Parenting Program (Triple P)* secara luas pada masyarakat khususnya di Kabupaten Garut.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil observasi saat kegiatan seminar berlangsung dan wawancara yang dilakukan saat kegiatan seminar telah selesai, diperoleh gambaran bahwa terdapat perubahan sudut pandang peserta khususnya dalam posisinya sebagai orang tua mengenai pola parenting terutama dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era digital. Selain itu teramati juga bahwa peserta mendapatkan informasi baru mengenai pengasuhan positif dimana mengarahkan orang tua dapat mengatasi berbagai masalah terkait kesehatan mental, emosional, dan perilaku anak dan remaja. Peserta juga memahami secara umum bahwa pentingnya orang tua untuk menyediakan lingkungan yang aman bagi anak, mengetahui strategi terkait penegakan disiplin yang efektif dan pentingnya memiliki strategi dalam merespon perilaku anak secara positif.

Selain itu, dari hasil observasi dan wawancara diperoleh bahwa kendali terhadap pengasuhan anak ada pada diri mereka dan orang tua meyakini dan memiliki reguasi diri bahwa mereka mampu untuk dapat menghadapi berbagai masalah yang terkait pengasuhan dengan cara dan pendekatan yang lebih positif. Orang tua memiliki keterampilan dalam mengeksplorasi keadaan emosional serta mengembangkan strategi coping dalam mengelola tekanan emosi negatif yang melahkan.

Pembahasan

Berdasarkan pada hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah diuraikan sebelumnya bahwa secara umum kegiatan pengabdian ini mendapat respon dan sambutan positif dari para peserta. Para peserta mendapatkan informasi dan pengalaman belajar yang baru. Pihak pimpinan dan pengurus Dharma wanita persatuan kabupaten Garut dengan responsifnya juga memiliki kontribusi besar dalam membantu kelancaran kegiatan ini dari awal sampai kegiatan pengabdian masyarakat berakhir. Namun di sisi lain masih ditemukan beberapa kendala yang dihadapi saat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Diantara kendala tersebut yaitu menentukan waktu pelaksanaan seminar parenting, karena padat agenda kedua belah pihak. Jika melihat pelaksanaan keseluruhan kegiatan masyarakat yang telah dilakukan maka secara umum berjalan lancar dan sesuai dengan harapan.

Hal penting yang menjadi perhatian utama dalam pelaksanaan seminar parenting ini sebagai kegiatan pengabdian masyarakat yaitu peserta mengalami perubahan sudut pandang mengenai pola pengasuhan kearahpengasuhan positif dalam mengatasi berbagai masalah anak, orang tua menyadari bahwa mereka perlu menyediakan lingkungan aman, dan pentingnya juga mereka memiliki strategi dalam merespon perilaku anak secara positif dan mengelola emosi negatif yang dialami orang tua saat melakukan pengasuhan. Orang tua harus memiliki keyakinan bahwa kendali pengasuhan anak ada pada mereka dan yakin bahwa mereka mampu menghadapi berbagai masalah terkait pengasuhan.

E. KESIMPULAN

Dalam pelaksanaannya secara umum kegiatan pengabdian masyarakat berupa seminar parenting ini dapat terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang baik juga dari peserta kegiatan. Para peserta mendapatkan manfaat dari kegiatan tersebut, mereka mendapatkan informasi dan pengalaman belajar yang baru berkaitan pengasuhan khususnya mengenai *positive parenting program*. Harapannya kedepan selain peserta mendapatkan ilmu dan mengaplikasikan ilmu tersebut dalam pengasuhannya sebagai orang tua, diharapkan juga mereka dapat membagi ilmu tersebut pada masyarakat yang lebih luas mengingat para peserta seminar merupakan tokoh masyarakat.

F. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada IKIP Siliwangi yang telah memberikan kesempatan melalui program hibah internal sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai harapan.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1989). *Self-efficacy mechanism in physiological activation and health-promoting behavior*. In J. Madden, S. Matthyse, & J. Barchas (Eds.), *Adaptation, learning and affect* (pp. 1169-1188). New York: Raven.
- Bodenmann G. (2008). *The efficacy of the triple p-positive parenting program in improving parenting and child behavior: a comparison with two other treatment conditions*. *Apr*; 46 (4) :411-27. doi: 10.1016/j.brat.2008.01.001.

- Hurlock, E.B. (1997). *Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Terjemahan oleh Istiwidiyanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- John W. Santrock. (2007). *Perkembangan anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta: PT. Erlangga.
- Leung C. (2003). *The effectiveness of a group triple p with chinese parents who have a child with developmental disabilities: a randomized controlled trial*. 34(3):976-84. doi: 10.1016/j.ridd.2012.11.023.
- Ledermann. (2008). *The efficacy of the triple p-positive parenting program in improving parenting and child behavior: a comparison with two other treatment conditions*. 46 (4):411-27 DOI: 10.1016/j.brat.2008.01.00.
- Morrison GS. (1978). *Parent involvement in the home, school and community*. OH: Chas E Merrill.
- Ralph A, & Sanders M R. (2009). *Teen triple p self-help workbook*. Brisbane, Australia: Triple-P International.
- Salari, Raziye & Ralph, Alan & Sanders, Matthew. (2014). *An efficacy trial: positive parenting program for parents of teenagers*. Behaviour Change. 31. 34-52. 10.1017/bec.2013.31.
- Sanders, M.R. (2008). Triple p-positive parenting program as a public mental health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology* 22, 3, 506-517.
- Sanders, M. R., & Woolley, M. L. (2005). The relationship between maternal self-efficacy and parenting practices: implications for parent training. *Child: Care, Health & Development* 31,1, 65-73.
- Sander, R.M, Kato, N & Fujiwara, T. (2011). Effectiveness of group positive parenting program (triple p) in changing child behavior, parenting style, and parental adjustment: an intervention study in japan. *J Child Fam Stud*. doi 10.1007/s10826-011- 9448-1.
- Stallman & Sanders. (2014). A randomized controlled trial of family transitions triple p: a group-administered parenting program to minimize the adverse effects of parental divorce on children. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55:1, 33-48, DOI: 10.1080/10502556.2013.862091.