



PENINGKATAN *PARENTING SELF-EFFICACY* MELALUI PROGRAM PSIKOEDUKASI *PARENTING* PADA IBU DI RPTRA

Indira Rahmadanty¹, Radiza Qisha Muliawardhana², Na'ila Istnabila³, Agustina⁴, Riana Sahrani⁵

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

e-mail: indira.705230383@stu.untar.ac.id, radiza.705230353@stu.untar.ac.id,
naila.705230346@stu.untar.ac.id agustina@fpsi.untar.ac.id, rianas@fpsi.untar.ac.id

Diterima: 13/06/2026; Direvisi: 20/06/2026; Diterbitkan: 08/07/2026

ABSTRAK

Rendahnya *parenting self-efficacy* pada orang tua dapat mempengaruhi kualitas pengasuhan, seperti kesulitan mengelola emosi anak, komunikasi yang kurang suportif, serta ketidakpastian dalam menerapkan pola asuh yang tepat. Kondisi tersebut juga ditemukan pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan masih adanya pola komunikasi dengan nada tinggi, pemberian larangan tanpa penjelasan, serta rendahnya dukungan emosional kepada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas program psikoedukasi *parenting* dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Penelitian menggunakan desain *one-group pretest-posttest* dengan melibatkan 33 ibu sebagai partisipan. Instrumen penelitian menggunakan subskala *self-efficacy* dari *Parenting Sense of Competence Scale-Revised* (PSOC-R). Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari 29,55 pada *pre-test* menjadi 38,97 pada *post-test* dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, program psikoedukasi *parenting* terbukti efektif dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* ibu di RPTRA Melati Duri Pulo.

Kata Kunci: *Parenting Self-Efficacy, Psikoedukasi Parenting, Parenting Style, Pengasuhan Anak, Orang Tua*

ABSTRACT

Low parenting self-efficacy among parents can affect the quality of parenting, such as difficulties in managing children's emotions, less supportive communication, and uncertainty in implementing appropriate parenting practices. This condition was also found among mothers at RPTRA Melati Duri Pulo based on the results of the initial observation, which indicated the presence of high-tone communication patterns, prohibitions without clear explanations, and low emotional support for children. This study aimed to determine the effectiveness of a parenting psychoeducation program in improving parenting self-efficacy among mothers at RPTRA Melati Duri Pulo through pre-test and post-test measurements. The study employed a one-group pretest-posttest design involving 33 mothers as participants. The research instrument used the self-efficacy subscale of the Parenting Sense of Competence Scale-Revised (PSOC-R). Data were analyzed using the Paired Sample T-Test. The results showed an increase in the mean score from 29.55 on the pre-test to 38.97 on the



post-test with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). Therefore, the parenting psychoeducation program was proven effective in improving mothers' parenting self-efficacy at RPTRA Melati Duri Pulo.

Keywords: *Parenting Self-Efficacy, Parenting Psychoeducation, Parenting Style, Child Rearing, Parents*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan terdekat yang memiliki peran penting dalam proses tumbuh kembang individu sejak usia dini. Dalam kehidupan sehari-hari, orang tua berperan sebagai pendamping utama yang memengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan perilaku anak melalui interaksi yang responsif dan berkelanjutan, sehingga kualitas pengasuhan yang diberikan menjadi fondasi penting bagi perkembangan anak secara menyeluruh (Jeong et al., 2022). Peran orang tua tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga mencakup pemberian dukungan emosional, perlindungan, perhatian, serta pembentukan perilaku dan kedisiplinan anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik pengasuhan yang responsif berkontribusi terhadap perkembangan sosial-emosional, bahasa, dan kognitif anak serta mendukung terciptanya lingkungan yang aman dan kondusif bagi proses tumbuh kembangnya (Wang et al., 2022). Oleh karena itu, kualitas pola asuh yang diterapkan dalam keluarga menjadi salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi perkembangan anak secara optimal (Papalia et al., 2021).

Dalam proses pengasuhan, ibu sering kali menjadi figur yang paling banyak terlibat dalam aktivitas sehari-hari anak. Ibu memiliki tanggung jawab dominan dalam mendampingi perkembangan anak, termasuk memberikan dukungan emosional, mengatur perilaku, serta menciptakan lingkungan yang aman dan suportif. Kondisi tersebut menuntut ibu untuk memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan peran sebagai orang tua secara efektif atau yang dikenal sebagai *parenting self-efficacy* (Pratiwi & Yustisia, 2024). *Parenting self-efficacy* merujuk pada keyakinan orang tua terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas-tugas pengasuhan secara efektif sehingga mampu memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan, perkembangan, dan kesejahteraan anak (Fang et al., 2021).

Tingkat *parenting self-efficacy* yang rendah dapat memengaruhi kualitas pengasuhan yang diberikan kepada anak. Orang tua yang memiliki keyakinan rendah terhadap kemampuan pengasuhannya cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, menerapkan disiplin secara konsisten, serta menghadapi perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya *parenting self-efficacy* berhubungan dengan meningkatnya *parenting stress*, berkurangnya kepuasan dalam menjalankan peran sebagai orang tua, serta menurunnya efektivitas strategi pengasuhan yang diterapkan kepada anak (Matalon & Turliuc, 2023). Selain itu, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa *parenting self-efficacy* berperan sebagai faktor protektif yang membantu orang tua menghadapi tantangan pengasuhan dan berkontribusi terhadap kualitas interaksi antara orang tua dan anak (Kim, 2022). Oleh karena itu, *parenting self-efficacy* menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperkuat untuk mendukung terciptanya pola asuh yang positif dan efektif.



Meskipun informasi mengenai pola asuh telah banyak tersedia melalui media sosial, buku, maupun sumber digital lainnya, tidak semua orang tua memiliki kesempatan untuk memperoleh edukasi *parenting* yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu, ketersediaan informasi belum tentu diikuti dengan kemampuan orang tua dalam memahami dan menerapkan pola asuh secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa penelitian sebelumnya lebih banyak membahas program edukasi *parenting* pada lingkungan sekolah maupun layanan kesehatan, sedangkan pelaksanaan psikoedukasi berbasis komunitas masyarakat masih relatif terbatas. Dengan demikian, diperlukan program psikoedukasi *parenting* yang dapat membantu ibu memahami pola asuh positif sekaligus meningkatkan keyakinan dirinya dalam menjalankan peran sebagai orang tua.

Kondisi tersebut juga ditemukan pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan peneliti. Sebagian ibu menunjukkan kesulitan dalam menghadapi perilaku anak sehari-hari, seperti memberikan larangan tanpa disertai penjelasan yang memadai kepada anak. Selain itu, beberapa ibu masih menunjukkan ketidakpastian dalam menentukan strategi pengasuhan yang tepat ketika menghadapi perilaku tertentu pada anak. Beberapa ibu juga mengaku kesulitan dalam mengelola emosi dan merasa kurang yakin terhadap kemampuan dirinya dalam mendampingi perkembangan anak secara efektif. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa rendahnya *parenting self-efficacy* berkaitan dengan meningkatnya keraguan orang tua dalam menghadapi tantangan pengasuhan serta menurunnya keyakinan dalam mendukung perkembangan anak secara optimal (Yovita & Hendrawan, 2023).

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa sebagian ibu masih membutuhkan pemahaman mengenai pola asuh yang lebih positif dan adaptif. Selain itu, ibu juga memerlukan dukungan psikologis untuk meningkatkan keyakinan dirinya dalam menjalankan peran pengasuhan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui program psikoedukasi *parenting* yang memberikan pemahaman mengenai pola asuh sekaligus penguatan *parenting self-efficacy*. Penelitian intervensi menunjukkan bahwa program psikoedukasi *parenting* yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan *parenting self-efficacy*, memperkuat keterampilan pengasuhan, serta meningkatkan kualitas komunikasi antara orang tua dan anak (Akosmanoğlu & Bedel, 2023). Program psikoedukasi dipandang mampu membantu orang tua memahami strategi pengasuhan yang lebih efektif sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan kondisi tersebut, program MBKM Proyek Kemanusiaan di RPTRA Melati Duri Pulo melaksanakan kegiatan psikoedukasi *parenting* kepada para ibu. Materi yang diberikan mencakup pemahaman mengenai pola asuh positif, jenis-jenis *parenting style*, serta dampaknya terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang hangat, responsif, dan konsisten berhubungan dengan perkembangan regulasi emosi serta penyesuaian sosial anak yang lebih baik, sedangkan pola asuh yang kurang adaptif meningkatkan risiko munculnya berbagai permasalahan perilaku dan emosional pada anak (Goagoses et al., 2023). Selain itu, kegiatan psikoedukasi juga membahas pentingnya *parenting self-efficacy* sebagai keyakinan orang tua terhadap kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas pengasuhan secara efektif, karena keyakinan tersebut berkontribusi terhadap penggunaan praktik



pengasuhan yang lebih positif dan keterlibatan orang tua dalam mendukung perkembangan anak (Kong & Yasmin, 2022). Program ini diharapkan dapat membantu ibu meningkatkan pemahaman pola asuh sekaligus memperkuat keyakinan dirinya dalam menjalankan peran sebagai orang tua.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas program psikoedukasi *parenting* dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Penelitian ini penting dilakukan karena program psikoedukasi berbasis komunitas dapat menjadi salah satu alternatif intervensi untuk mendukung kualitas pengasuhan di masyarakat. Selain memberikan manfaat praktis bagi ibu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian mengenai *parenting self-efficacy* dalam konteks pengabdian dan pemberdayaan masyarakat. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pelaksanaan program psikoedukasi *parenting* pada komunitas serupa di masa mendatang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest* untuk mengetahui efektivitas program psikoedukasi *parenting* dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan program tanpa melibatkan kelompok kontrol sebagai pembanding. Partisipan penelitian berjumlah 33 ibu yang tinggal di lingkungan sekitar RPTRA Melati Duri Pulo dan ibu pengunjung yang hadir saat kegiatan berlangsung. Partisipan berada pada rentang usia 27–50 tahun dengan jumlah anak berkisar antara satu hingga lebih dari tiga anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* berdasarkan kemudahan akses dan kesediaan partisipan mengikuti kegiatan, mengingat jumlah pengunjung RPTRA yang tidak tetap setiap harinya. Instrumen penelitian menggunakan subskala *self-efficacy* dari *Parenting Sense of Competence Scale-Revised* (PSOC-R) yang terdiri atas 10 butir pernyataan dengan skala Likert 5 poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Skor total berkisar antara 10–50, dimana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat *parenting self-efficacy* yang lebih tinggi.

Pelaksanaan program diawali dengan tahap *needs assessment* melalui observasi awal untuk mengidentifikasi kebutuhan ibu terkait pola asuh dan pengasuhan anak. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner *pre-test* sebelum program dimulai dan *post-test* setelah seluruh kegiatan psikoedukasi selesai dilaksanakan. Selain menggunakan kuesioner, peneliti juga melakukan observasi selama kegiatan berlangsung untuk melihat partisipasi dan respons ibu terhadap materi yang diberikan. Program psikoedukasi dilaksanakan menggunakan media presentasi PowerPoint (PPT), diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Materi yang diberikan mencakup jenis-jenis *parenting style*, karakteristik pola asuh, dampak pola asuh terhadap perkembangan anak, serta materi mengenai *parenting self-efficacy* dan penerapannya dalam pengasuhan sehari-hari. Setelah kegiatan selesai, data penelitian dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) untuk mengetahui perbedaan skor *parenting self-efficacy* sebelum dan sesudah pemberian program psikoedukasi *parenting*.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian disajikan berdasarkan dua tahapan, yaitu hasil observasi awal (*needs assessment*) dan hasil evaluasi efektivitas program psikoedukasi *parenting*. Observasi awal dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi pengasuhan serta kebutuhan ibu di RPTRA Melati Duri Pulo sebelum pelaksanaan program. Hasil observasi tersebut kemudian digunakan sebagai dasar dalam penyusunan materi psikoedukasi *parenting* yang disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan peserta. Selanjutnya, efektivitas program dievaluasi melalui analisis hasil observasi awal serta perbandingan skor *pre-test* dan *post-test parenting self-efficacy* peserta setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi.

Tabel 1. Hasil Observasi Awal pada Ibu di RPTRA Melati Duri Pulo

No.	Aspek yang di observasi	Indikator Perilaku	Frekuensi	Keterangan
1	Pola komunikasi	Ibu berbicara dengan nada tinggi kepada anak	Cukup Sering	Terdapat beberapa ibu memarahi anaknya di lingkungan RPTRA
2	Pengawasan anak	Ibu mengawasi dan memperhatikan anak saat bermain	Sering	Beberapa ibu sering mendampingi anak ketika berkegiatan di lingkungan RPTRA
3	Pola asuh	Ibu membandingkan anak dengan anak lainnya.	Cukup Sering	Beberapa ibu cenderung membandingkan perilaku dan akademik anak kepada ibu lain
4	Dukungan terhadap anak	Ibu memberikan apresiasi kepada usaha anak	Jarang	Anak cenderung dihiraukan daripada mendapatkan pujian
5	Interaksi orang tua-anak	Ibu memberikan larangan dibandingkan arahan positif	Cukup sering	Komunikasi ibu kepada anak didominasi kata “jangan” atau “tidak boleh”
		Ibu melarang anak tanpa adanya penjelasan yang pasti	Sering	Anak terlihat marah atau menunjukkan ekspresi marah atau saat diminta pulang
6	Kedekatan emosional	Ibu memberikan perhatian pada saat anak berbicara	Jarang	Interaksi ibu dengan anak cenderung berupa arahan atau larangan

7	Keyakinan orang tua dalam mengasuh anak	Ibu terlihat kesulitan menenangkan emosi anak	Sering	Beberapa ibu terlihat kesulitan merespons emosi anak saat anak menunjukkan perilaku emosional
		Ibu terlihat ragu ketika menghadapi perilaku anak	Cukup Sering	Beberapa ibu meminta bantuan orang lain saat menghadapi perilaku anak
8	Dukungan sosial emosional	Ibu memberi support anak untuk berani tampil	Cukup Jarang	Anak belum banyak diberikan kesempatan untuk tampil secara mandiri

Berdasarkan hasil observasi pada tahap *needs assessment* pada Tabel 1, ditemukan bahwa beberapa ibu masih menunjukkan pola pengasuhan yang kurang suportif terhadap perkembangan anak. Kondisi tersebut terlihat dari pola komunikasi yang cenderung menggunakan nada tinggi, memberikan larangan tanpa penjelasan, serta masih adanya kebiasaan membandingkan anak dengan anak lain. Selain itu, sebagian ibu juga masih jarang memberikan apresiasi terhadap usaha anak maupun dukungan emosional ketika anak menyampaikan pendapat atau menunjukkan perasaan tertentu. Hasil observasi ini menunjukkan bahwa peserta membutuhkan pemahaman mengenai pola asuh positif, komunikasi efektif, serta pentingnya dukungan emosional dalam meningkatkan perkembangan dan kepercayaan diri anak.

Pada aspek pengawasan anak, sebagian ibu telah menunjukkan keterlibatan yang cukup baik dengan mendampingi anak saat bermain di lingkungan RPTRA. Namun, interaksi yang terjalin masih lebih banyak didominasi oleh arahan dan larangan dibandingkan komunikasi yang bersifat dialogis dan suportif. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa beberapa ibu masih mengalami kesulitan dalam mengelola perilaku emosional anak, seperti terlihat dari keraguan ibu saat menghadapi perilaku anak dan kecenderungan meminta bantuan orang lain ketika anak menunjukkan emosi tertentu. Selain itu, dukungan sosial emosional yang diberikan kepada anak juga masih tergolong rendah, seperti kurang memberikan kesempatan kepada anak untuk tampil secara mandiri atau mengekspresikan diri di lingkungan sosial. Berdasarkan hasil tersebut, program psikoedukasi *parenting* dirancang untuk meningkatkan *parenting self-efficacy* ibu melalui pemberian materi mengenai pola asuh positif, komunikasi efektif, dukungan emosional, dan strategi menghadapi perilaku anak.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Data *Pre-Test* dan *Post-Test* Intervensi Ibu di RPTRA

	Test of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	sig.	Statistic	df	sig.
Pre_total	.189	33	.0004	.950	33	.134

Post_total	.140	33	.100	.946	33	.102
------------	------	----	------	------	----	------

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 2, diketahui bahwa nilai signifikansi uji Shapiro-Wilk untuk skor *pre-test* sebesar 0,134 dan skor *post-test* sebesar 0,102. Kedua nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($p > 0,05$), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil ini menunjukkan bahwa distribusi data pada skor sebelum dan sesudah intervensi memenuhi asumsi normalitas. Dengan demikian, data dapat digunakan untuk analisis statistik parametrik pada tahap selanjutnya. Selain menggunakan uji Shapiro-Wilk, penelitian ini juga menampilkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov. Pada uji tersebut diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,004 untuk skor *pre-test* dan 0,100 untuk skor *post-test*. Meskipun nilai signifikansi *pre-test* pada Kolmogorov-Smirnov menunjukkan hasil kurang dari 0,05, pengambilan keputusan utama tetap mengacu pada uji Shapiro-Wilk karena jumlah responden penelitian sebanyak 33 orang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data hasil intervensi memenuhi asumsi normalitas sehingga analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji *Paired Sample T-Test*.

Tabel 3. Data Nilai Signifikansi Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Intervensi Ibu di RPTRA

Paired Sample Statistics				
	Mean	N	Std.Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pre_total	29.55	33	8.839	1.539
Post_total	38.97	33	3.909	.680

Berdasarkan hasil statistik deskriptif pada Tabel 3, diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 33 orang. Rata-rata skor *pre-test* peserta sebesar 29,55 dengan standar deviasi sebesar 8,839. Setelah mengikuti program psikoedukasi *parenting*, rata-rata skor *post-test* meningkat menjadi 38,97 dengan standar deviasi sebesar 3,909. Peningkatan rata-rata skor tersebut menunjukkan adanya perubahan positif pada *parenting self-efficacy* peserta setelah mengikuti intervensi. Selain mengalami peningkatan nilai rata-rata, hasil penelitian juga menunjukkan adanya penurunan standar deviasi pada skor *post-test*. Penurunan tersebut mengindikasikan bahwa jawaban peserta setelah mengikuti program menjadi lebih merata dibandingkan sebelum intervensi dilakukan. Kondisi ini menunjukkan bahwa materi psikoedukasi yang diberikan mampu dipahami oleh sebagian besar peserta secara relatif seragam. Dengan demikian, program psikoedukasi *parenting* tidak hanya meningkatkan skor peserta, tetapi juga membantu membentuk pemahaman yang lebih konsisten terkait pengasuhan positif.

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample T-Test *Pre-Test* dan *Post-Test* Intervensi Ibu di RPTRA

Paired Samples	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% CI Lower	95% CI Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pre-test Post-test	-9.424	8.793	1.531	-12.542	-6.306	-6.157	32	0.000

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test* pada Tabel 4, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* peserta setelah diberikan program psikoedukasi *parenting*. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa program psikoedukasi yang diberikan berpengaruh terhadap peningkatan *parenting self-efficacy* ibu di RPTRA Melati Duri Pulo. Hasil analisis juga menunjukkan nilai *mean difference* sebesar -9,424 yang menandakan bahwa skor *post-test* lebih tinggi dibandingkan skor *pre-test*. Selain itu, diperoleh nilai t sebesar -6,157 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 32. Interval kepercayaan 95% berada pada rentang -12,542 hingga -6,306, yang menunjukkan bahwa peningkatan skor terjadi secara konsisten pada peserta penelitian. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa program psikoedukasi *parenting* efektif dalam meningkatkan keyakinan ibu terhadap kemampuan mereka dalam mengasuh dan mendampingi anak.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program psikoedukasi *parenting* efektif dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo. Hal tersebut terlihat dari adanya peningkatan skor *post-test* dibandingkan skor *pre-test* setelah peserta mengikuti program psikoedukasi *parenting*. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, nilai rata-rata peserta meningkat dari 29,55 pada *pre-test* menjadi 38,97 pada *post-test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa program yang diberikan mampu meningkatkan keyakinan ibu terhadap kemampuan mereka dalam mengasuh dan mendampingi anak. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi *parenting* yang berfokus pada pemberian edukasi, pendampingan, dan penguatan kapasitas orang tua mampu meningkatkan *parenting self-efficacy*, karena memberikan pengetahuan, pengalaman belajar, dan strategi praktis yang dapat diterapkan dalam pengasuhan sehari-hari (Outhwaite, 2023; Grodberg & Smith, 2022).

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh hasil observasi awal (*needs assessment*) yang menunjukkan bahwa sebagian ibu masih menerapkan pola komunikasi yang kurang suportif, seperti menggunakan nada tinggi, memberikan larangan tanpa penjelasan, membandingkan anak dengan anak lain, serta kurang memberikan apresiasi dan dukungan emosional kepada anak. Praktik pengasuhan seperti ini dilaporkan berkaitan dengan meningkatnya risiko munculnya kesulitan regulasi emosi, masalah perilaku, serta rendahnya kualitas hubungan antara orang tua dan anak (Pinquart, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peserta masih memerlukan pemahaman mengenai pola asuh positif, komunikasi efektif, dan pentingnya dukungan emosional dalam proses pengasuhan. Setelah mengikuti program psikoedukasi, peserta mulai memahami bahwa cara komunikasi dan respons orang tua dalam pengasuhan memiliki pengaruh terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa program psikoedukasi *parenting* mampu meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai praktik pengasuhan positif, memperbaiki pola komunikasi dengan anak, serta mendorong penerapan strategi pengasuhan yang lebih responsif dalam kehidupan sehari-hari.



(Stein et al., 2023). Dengan demikian, materi yang diberikan dalam program psikoedukasi dinilai sesuai dengan kebutuhan peserta berdasarkan hasil observasi awal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan konsep yang dikemukakan oleh Papalia dan Martorell (2021) bahwa pola asuh dan kualitas interaksi orang tua memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional anak. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa orang tua yang menerapkan komunikasi yang hangat, responsif, dan suportif cenderung memiliki hubungan yang lebih positif dengan anak serta mampu mendukung perkembangan sosial-emosional anak secara lebih optimal (Morris et al., 2023). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan orang tua melalui program parenting berkontribusi terhadap perubahan praktik pengasuhan yang lebih positif dan peningkatan kualitas interaksi antara orang tua dan anak (Jeong et al., 2021). Oleh karena itu, peningkatan pemahaman ibu mengenai pola asuh yang adaptif melalui program psikoedukasi dapat membantu menciptakan interaksi yang lebih positif antara orang tua dan anak. Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan pemahaman mengenai pengasuhan merupakan aspek penting dalam meningkatkan kualitas hubungan orang tua dan anak.

Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Pratiwi dan Yustitia (2024) yang menyatakan bahwa ibu dengan *parenting self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu menerapkan pengasuhan dan kedisiplinan secara konsisten kepada anak. Pendapat tersebut diperkuat oleh teori Priscilla K. Coleman dan Kathryn H. Karraker yang menjelaskan bahwa *parenting self-efficacy* merupakan keyakinan orang tua terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan peran pengasuhan secara efektif. Orang tua yang memiliki tingkat *parenting self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi perilaku anak, lebih aktif terlibat dalam perkembangan anak, serta lebih mampu memberikan dukungan emosional secara positif. Dengan demikian, peningkatan skor *post-test* pada penelitian ini menunjukkan bahwa program psikoedukasi mampu membantu ibu meningkatkan keyakinan diri mereka dalam menjalankan peran pengasuhan.

Program psikoedukasi parenting yang diberikan melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab juga membantu peserta memahami pengalaman pengasuhan yang mereka alami sehari-hari. Melalui kegiatan diskusi, peserta dapat saling berbagi pengalaman mengenai tantangan dalam mendampingi anak, sehingga peserta memperoleh pemahaman baru terkait pentingnya komunikasi positif dan pola asuh suportif. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan secara teoritis, tetapi juga membantu peserta merefleksikan pola pengasuhan yang selama ini diterapkan. Temuan tersebut sejalan dengan hasil *systematic review* yang menunjukkan bahwa program pendidikan parenting yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi, dan keterlibatan aktif orang tua secara konsisten mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan pengasuhan, serta kepercayaan diri orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan (Lee & Kim, 2022). Oleh karena itu, proses interaktif dalam program psikoedukasi menjadi salah satu faktor yang mendukung peningkatan *parenting self-efficacy* peserta.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa program psikoedukasi parenting memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan *parenting self-efficacy* ibu di RPTRA Melati Duri Pulo. Setelah mengikuti program, peserta menjadi lebih memahami pentingnya penerapan pola asuh yang suportif, komunikasi yang positif, serta dukungan emosional dalam mendampingi perkembangan anak. Temuan ini konsisten dengan hasil *systematic review* yang menunjukkan





bahwa berbagai program intervensi parenting secara umum mampu meningkatkan kompetensi pengasuhan, mengurangi beban pengasuhan, serta memperkuat keyakinan orang tua dalam menjalankan perannya (Yoon & Kim, 2022). Temuan ini sekaligus menjawab tujuan penelitian, yaitu mengetahui efektivitas program psikoedukasi parenting dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, program psikoedukasi parenting dapat menjadi salah satu bentuk intervensi edukatif yang efektif untuk membantu orang tua meningkatkan keyakinan dan keterampilan pengasuhan secara lebih adaptif dan positif.

KESIMPULAN

Program psikoedukasi *parenting* yang dilaksanakan di RPTRA Melati Duri Pulo terbukti efektif dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor *post-test* dibandingkan *pre-test*, yang menandakan meningkatnya keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan peran pengasuhan setelah mengikuti program psikoedukasi. Pemberian materi mengenai *parenting style*, komunikasi positif, dukungan emosional, dan *parenting self-efficacy* membantu peserta memahami pola asuh yang lebih suportif dan adaptif dalam mendampingi perkembangan anak. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas program psikoedukasi *parenting* dalam meningkatkan *parenting self-efficacy* pada ibu di RPTRA Melati Duri Pulo telah tercapai.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa program psikoedukasi *parenting* dapat menjadi salah satu bentuk intervensi edukatif yang relevan untuk diterapkan di lingkungan komunitas, seperti RPTRA, dalam mendukung orang tua menjalankan pengasuhan secara lebih efektif. Meningkatnya *parenting self-efficacy* diharapkan mampu membantu orang tua membangun interaksi yang lebih positif, memberikan dukungan emosional yang lebih baik, serta menciptakan lingkungan pengasuhan yang mendukung perkembangan anak secara optimal. Namun, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan satu kelompok tanpa kelompok pembandingan dan jumlah partisipan yang relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan partisipan yang lebih banyak, menggunakan kelompok kontrol, serta melakukan evaluasi lanjutan beberapa waktu setelah intervensi untuk mengetahui keberlanjutan peningkatan *parenting self-efficacy* dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akosmanoglu, E., & Bedel, A. (2023). Examining The Effect Of The Psychoeducation Program For Mothers Of Preschoolers On Self-Efficacy Perception Of Mothers And Communication With Their Children. *Journal Of Teacher Education And Lifelong Learning*, 5(2), 668–684. <https://doi.org/10.51535/tell.1285913>
- Fang, Y., Boelens, M., Windhorst, D. A., Raat, H., & Van Grieken, A. (2021). Factors Associated With Parenting Self-Efficacy: A Systematic Review. *Journal Of Advanced Nursing*, 77(6), 2641–2661. <https://doi.org/10.1111/jan.14767>
- Gilmore, L., & Cuskelly, M. (2024). The Parenting Sense Of Competence Scale: Updating A Classic. *Child: Care, Health And Development*, 50(1), E13173. <https://doi.org/10.1111/cch.13173>



- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023). Parenting Dimensions/Styles And Emotion Dysregulation In Childhood And Adolescence: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Current Psychology*, 42, 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Grodberg, D., & Smith, I. (2022). Scaling Parent Management Training Through Digital And Microlearning Approaches. *Frontiers In Psychology*, 13, 934665. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.934665>
- Jeong, J., Bliznashka, L., Sullivan, E., Hentschel, E., Jeon, Y., Strong, K. L., & Daelmans, B. (2022). Measurement Tools And Indicators For Assessing Nurturing Care For Early Childhood Development: A Scoping Review. *PLOS Global Public Health*, 2(4), E0000373. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000373>
- Jeong, J., Franchett, E. E., Ramos De Oliveira, C. V., Rehmani, K., & Yousafzai, A. K. (2021). Parenting Interventions To Promote Early Child Development In The First Three Years Of Life: A Global Systematic Review And Meta-Analysis. *The Lancet Child & Adolescent Health*. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
- Kim, S. M. (2022). Effects Of Parenting Self-Efficacy, Parenting Alliance Inventory, And Social Support On The Mothers' Health And Parenting Stress. *Journal Of Pharmaceutical Negative Results*, 13(Special Issue 3), 201–212. <https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.s03.034>
- Kong, C., & Yasmin, F. (2022). Impact Of Parenting Style On Early Childhood Learning: Mediating Role Of Parental Self-Efficacy. *Frontiers In Psychology*, 13, 928629. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.928629>
- Lee, I.-S., & Kim, E. (2022). Effects Of Parenting Education Programs For Refugee And Migrant Parents: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Child Health Nursing Research*, 28(1), 23–40. <https://doi.org/10.4094/chnr.2022.28.1.23>
- Matalon, C., & Turliuc, M. N. (2023). Parental Self-Efficacy And Satisfaction With Parenting As Mediators Of The Association Between Children's Noncompliance And Marital Satisfaction. *Current Psychology*, 42, 15003–15016. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02770-3>
- Morris, A. S., Robinson, L. R., Hays-Grudo, J., Claussen, A. H., Hartwig, S. A., & Treat, A. E. (2023). Targeting Parenting In Early Childhood: A Systematic Review Of Parenting Interventions And Child Social-Emotional Outcomes. *Developmental Review*, 67, 101063. <https://doi.org/10.1111/cdev.12743>
- Outhwaite, L. A. (2023). App-Based Support For Parental Self-Efficacy In The First 1,000 Days: A Randomized Control Trial. *Frontiers In Psychology*, 13, 998170. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.998170>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development (14th Ed.)*. Mcgraw-Hill Education. [mcgraw-hill – experience human development](https://www.mhhe.com/experiencehumandevelopment)
- Pinquart, M. (2022). Associations Of Parenting Dimensions And Styles With Internalizing Symptoms In Children And Adolescents: A Meta-Analysis. *Marriage & Family Review*, 53(7), 698–734. <https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1247761>



- Pratiwi, P. C., & Yustisia, H. C. (2024). Efikasi Diri Dalam Pengasuhan Ditinjau Dari Struktur Keluarga. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal Of Indigenous Psychology*, 11(1), 39–54. <https://doi.org/10.24854/jpu691>
- Ramadhani, R. A., Efendy, M., & Kusumandari, R. (2026). Efektivitas Program Psikoedukasi “Proaktif” Untuk Meningkatkan Pengetahuan Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Anak. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 2(4), 229–232. <https://doi.org/10.62379/jipk.v2i4.1575>
- Stein, A., Pearson, R. M., Goodman, S. H., Rapa, E., Rahman, A., Mccallum, M., Howard, L. M., & Pariante, C. M. (2023). Effects Of Parenting Interventions On Parent–Child Interaction And Child Development: An Updated Systematic Review. *Child: Care, Health And Development*, 49(5), 913–928. <https://doi.org/10.1111/cch.13118>
- Wang, K., Qi, Y., Wei, Q., Shi, Y., Zhang, Y., & Shi, H. (2022). Responsive Caregiving And Opportunities For Early Learning Associated With Infant Development: Results From A Prospective Birth Cohort In China. *Frontiers In Pediatrics*, 10, 857107. <https://doi.org/10.3389/fped.2022.857107>
- Yoon, S., & Kim, Y. A. (2022). Efficacy Of Parenting Programs To Reduce Parenting Burdens In Multicultural Families: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Iranian Journal Of Public Health*, 51(8), 1718–1727. <https://doi.org/10.18502/ijph.v51i8.10252>
- Yovita, M., & Hendrawan, D. (2023). Parenting Self-Efficacy In Relation To Children's Executive Function And Externalizing Behavior. *Journal Of Early Childhood Research*, 21(3), 314–327. <https://doi.org/10.1177/1476718x231159293>