

## PENGEMBANGAN MODUL PARENTING SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PERILAKU BUNUH DIRI PADA REMAJA

LUTHFIATUS ZUHROH

Unira Kepanjen Malang  
e-mail: [upick1990@gmail.com](mailto:upick1990@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini mengembangkan modul parenting sebagai upaya pencegahan perilaku bunuh diri pada remaja. Jenis penelitian Research and Development (R&D) menggunakan dua jenis data kuantitatif dan kualitatif. Hasil Pengembangan Modul Parenting memenuhi validasi dari uji ahli media 80% dan uji ahli materi 85%. Uji coba lapangan 85% bahwa modul efektif dan menarik. Terdapat perbedaan yang menonjol pada tingkat pemahaman dilihat dari perbandingan hasil pre-post test. Tindak lanjut untuk penelitian ini agar media parenting dikembangkan dengan mengintegrasikan teknologi berbasis smartphone

**Kata Kunci:** modul parenting, pencegahan perilaku bunuh diri, remaja.

### ABSTRACT

This research develops a parenting module as an effort to prevent suicidal behavior in adolescents. This type of Research and Development (R&D) research uses two types of quantitative and qualitative data. The results of the Parenting Module Development met the validity of the media expert test at 80% and the material expert test at 85%. Field trials found 85% of the modules were effective and interesting. There are prominent differences in the level of understanding seen from the comparison of pre-post test results. The follow-up to this research is that parenting media is developed by integrating smartphone-based technology

**Keywords:** parenting module, prevention of suicidal behavior, adolescents.

### PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sejak tahun 2003 menganggap bunuh diri adalah isu kesehatan masyarakat yang serius. Di Asia Tenggara, Indonesia berada pada urutan ke 5 dengan angka bunuh diri 3,7 (per 100.000 populasi). Bunuh diri merupakan penyebab utama kematian pada remaja diseluruh dunia. Di Indonesia sendiri belum ada data secara nasional mengenai kasus bunuh diri pada anak dan remaja, akan tetapi data WHO menyatakan angka bunuh diri lebih tinggi pada usia muda yaitu pada individu rentan usia 15-29 tahun (WHO 2021).

Perilaku bunuh diri mencakup ide bunuh diri, upaya bunuh diri dan bunuh diri secara tuntas, Perilaku bunuh diri berkaitan dengan stressor stressor yang menyebabkan individu tersebut depresi. Sebanyak 55% orang dengan depresi memiliki ide bunuh diri. Depresi ditandai dengan adanya perasaan sedih, hilang minat, prestasi menurun, hingga sosialisasi menurun.

Penduduk Indonesia pada tahun 2020 tercatat sebanyak 27,94% atau 74,93 juta jiwa didominasi oleh generasi Gen Z, mereka yang kelahiran 1996-2012 atau usia 15-29 tahun. Gen Z berada pada tahap remaja hingga dewasa. Remaja secara psikologis perkembangan emosinya berada pada puncaknya. Perkembangan emosi remaja menunjukkan sifat yang sensitif, reaktif yang kuat, emosi yang bersifat negatif dan temperamental (mudah marah, sedih, dan murung). Remaja yang berkembang di lingkungan yang kurang kondusif menyebabkan kematangan emosinya terhambat sehingga muncul tindakan agresif (melawan, berkelahi dll) atau regresif (lari dari kenyataan; melamun, menyendiri bahkan bunuh diri). Hal tersebutlah yang menjadikan remaja rentan melakukan perilaku bunuh diri ketika mengalami depresi.

Remaja dengan rentang usia dibawah 18 tahun masih menjadi tanggung jawab orang tua secara hukum negara, sehingga penting dirasa untuk membekali orang tua dengan program *parenting* untuk orang tua bertujuan guna membantu orang tua semakin berkompeten dalam memberikan pengasuhan, pendidikan, perawatan, dan perlindungan untuk anaknya dalam menjalankan fungsi sosial serta bidang pendidikan sehingga tumbuh kembang anak akan optimal sesuai tahap perkembangannya. Salah satu media parenting yang dapat digunakan adalah modul parenting. Modul ialah suatu media yang disertai petunjuk penggunaannya untuk dapat membantu belajar secara mandiri (Setiyadi, Ismail & Gani, 2017: 103). Modul *parenting* sebagai bahan ajar yang disusun sistematis menggunakan bahasa yang mudah dipahami memuat materi seputar mendidik anak sesuai perkembangannya mampu dipelajari sendiri oleh para orang tua tanpa bantuan fasilitator.

Penelitian ini berinisiatif untuk meneliti dan mengembangkan modul parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja, modul ini akan memudahkan orang tua mempelajari materi seputar pemahaman perkembangan anak remaja, bentuk-bentuk tempramen, identifikasi stress pada remaja, dan tahapan menangani remaja yang terindikasi stress atau depresi. Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini yaitu: (1) mengidentifikasi karakteristik modul *parenting* yang dibutuhkan orang tua dalam upaya pencegahan bunuh diri pada remaja (2) mengembangkan produk berupa modul *parenting* upaya pencegahan bunuh diri pada remaja; (3) menganalisis kelayakan modul *parenting* upaya pencegahan bunuh diri pada remaja

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan model pengembangan Borg & Gall (1983) terdiri dari sepuluh langkah. Prosedur penelitian ini mengadaptasi model R&D dari Borg & Gall (1983). Rincian kegiatan yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini dijelaskan dalam setiap tahap yaitu:

### 1. Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan terdiri dari dua kegiatan yaitu studi lapangan dan studi pustaka. Peneliti mengumpulkan data menggunakan wawancara remaja yang berada dilingkungan sekolah menengah pertama (SMP) yang memiliki catatan dari guru BK, mencari kajian pustaka dan persiapan membuat laporan,

### 2. Perencanaan

Tahap perencanaan, merumuskan tujuan khusus yang digunakan sebagai capain dalam modul agar memberikan informasi yang kuat.

### 3. Pengembangan Produk Awal

Tahap pengembangan produk berupa pengembangan produk awal atau draft awal yang mencakup persiapan materi yang telah disusun, handbooks dan alat evaluasi. Format pengembangan produk awal pada penelitian ini yaitu modul parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja

### 4. Revisi Pertama (Revisi Hasil Validasi)

Tahap revisi pertama merupakan tahap merevisi produk yang telah divalidasi oleh validator sebelum melakukan uji coba lapangan pendahuluan.

### 5. Uji Coba Lapangan Pendahuluan

Tahap uji coba lapangan pendahuluan dilaksanakan secara terbatas yang melibatkan 1 lokasi yaitu dua sekolah menengah Pertama (SMP) dan sederajat.

### 6. Revisi Kedua (Revisi Hasil Uji Coba Lapangan Pendahuluan)

Revisi kedua merupakan langkah revisi yang dilaksanakan berdasarkan hasil evaluasi uji coba lapangan pendahuluan.

### 7. Uji Coba Lapangan Utama

Uji coba lapangan utama dilaksanakan secara lebih luas dengan melibatkan dua sekolah. Uji coba lapangan utama bertujuan untuk memperoleh validitas empiris dan reliabilitas yang lebih akurat.

#### 8. Revisi Produk Akhir

Revisi produk akhir merupakan perbaikan yang dilakukan berdasarkan hasil ujicoba lapangan utama terhadap produk untuk memperbaiki kekurangan produk pada saat implementasi.

#### 9. Diseminasi

Diseminasi dilakukan dengan menyerahkan produk kepada sekolah serta dinas terkait, dan hasil penelitian ini dapat dilaporkan dalam forum ilmiah melalui seminar dan dipublikasikan dalam jurnal ilmiah.

Subyek uji coba dalam pengembangan modul parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri remaja pada komite sekolah (orang tua) di SMPN 1 Singosari. Pemilihan SMPN 1 Singosari komite sekolah telah terbentuk dan memiliki agenda pertemuan guna kegiatan parenting, akan tetapi selama ini teknik parenting menggunakan psikoedukasi yaitu mendatangkan narasumber.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif dan kuantitatif sesuai dengan kebutuhan penelitian pengembangan. Data kualitatif berupa penilaian, masukan, tanggapan, kritik dan saran perbaikan melalui pertanyaan angket terbuka, sedangkan data kuantitatif dihimpun dengan pertanyaan angket tertutup yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban tentang penilaian produk dan tes hasil pencapaian di lapangan.

Instrumen penilaian yang digunakan yaitu wawancara, angket yang ditunjukkan untuk ahli media dan ahli materi, dan tes hasil pembelajaran adalah dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua teknik yaitu Analisis isi modul dan analisis deskriptif yaitu analisis data kuantitatif yang diperoleh dari angket penilaian skala likert dan data kualitatif berupa penilaian yang berasal dari validator (Arikunto, 2017)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil pengembangan modul parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja ini menggunakan model Borg and Gall dalam proses pengembangannya yang akan dipaparkan sebagai berikut.

#### 1. Tahap Pengumpulan Data

Hasil analisis kebutuhan, dapat disimpulkan bahwa komite di SMPN 1 Singosari belum program *parenting* secara khusus sehingga orang tua membutuhkan modul *parenting* sebagai media *parenting* agar orang tua dapat mempelajari ilmu *parenting* secara mandiri. Salah satu karakteristik sebuah modul menurut Suryobroto (Aulia, 2017: 14) yaitu modul dapat memungkinkan kegiatan belajar dilakukan secara mandiri. Karakteristik pengembangan modul *parenting* yang dibutuhkan orang tua sebagai upaya pencegahan bunuh diri yaitu: (1) dapat memudahkan orang tua dalam memperoleh materi cara mendidik dan mengasuh anak dengan benar sesuai tahap perkembangannya; (2) media *parenting* berbentuk buku yang mudah dipahami; (3) tampilan modul yang menarik; (4) modul yang dapat dipelajari secara mandiri; (5) modul menggunakan tulisan yang bisa terbaca jelas; serta (6) modul yang berisi materi arti *parenting*, tahap perkembangan remaja, mengenal macam-macam stress dan tingkatnya, permasalahan dalam perkembangan anak remaja, peran orang tua dalam mengatasi problematika remaja yang mengalami stress, dan beberapa materi *parenting* lain yang mendukung perkembangan remaja dalam kehidupan sehari-hari seperti bagaimana menjadi teman curhat remaja.

#### 2. Tahap Pengembangan Modul

Pengembangan modul parenting sebagai upaya pencegahan tindakan bunuh diri pada remaja, tahapan pertama penyusunan materi: materi arti *parenting*, tahap perkembangan remaja, mengenal macam-macam stress dan tingkatnya, permasalahan dalam perkembangan anak remaja, peran orang tua dalam mengatasi problematika remaja yang mengalami stress, dan beberapa materi *parenting* lain yang mendukung perkembangan remaja dalam kehidupan sehari-hari seperti bagaimana menjadi teman curhat remaja.

Setelah materi siap membuat desain dan lay-out tampilan untuk modul, dengan memasukkan materi dan gambar yang mendukung dan memudahkan pemahaman orang tua terkait materi. Setelah penyusunan modul parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja selesai, kemudian dilakukan uji validasi kepada ahli media yaitu dosen dan ahli materi yaitu psikolog. Hal ini digunakan untuk menguji kelayakan media yang telah dirancang, dan akan dilakukan revisi untuk melakukan perbaikan media yang telah dirancang. Validitas dan revisi media pembelajaran ini berbentuk data kuantitatif dan data kualitatif. Data tersebut diperoleh melalui dua tahap penilaian, yaitu validitas ahli dan uji lapangan. Data kuantitatif diperoleh dari angket penilaian skala likert, sedangkan data kualitatif berupa penilaian yang berasal dari saran validator

### 3. Tahap Uji Coba Modul

#### a. Validasi media

Validasi ahli media dilakukan oleh dosen Pendidikan Guru Sekolah Dasar FPIP UNIRA. Validasi dilakukan pada tanggal 01 februari 2024. Penilaian media menggunakan skala penilaian 1= sangat kurang baik, 2 = kurang baik, 3 = baik, 4 = sangat baik. Validasi media dilakukan oleh dua dosen ahli media, yang pertama oleh ibu Tety Nur Cholifah.,M.Pd

**Tabel 1. Validasi Ahli Media Tahap 1**

No	Indikator	Skor
1	Dimensi Ukuran Modul (Mudah Dibawa, Tidak Terlalu Besar Dan Tidak Terlalu Kecil	4
2	Kesesuain Dan Menarik Cover Modul	3
3	Pemilihan Warna Yang Menarik Dan Tepat	3
4	Kontras Warna Yang Sesuai	3
5	Pemilihan Gambar Yang Sesuai	3
6	Pemilihan Font Yang Sesuai Dengan Konteks	4
7	Ketepatan Pemilihan Ukuran Huruf	4
8	Tata Letak Atau Lay Out Yang Sesuai	3
9	Kejelasan Materi	3
10	Kejelasan Intruksi Dan Kejelasan Tutorial	3
11	Kejelasan Materi	4
	Jumlah	37
	Rata-rata	3,36

Hasil penilaian dari ahli media dapat dilihat di bawah ini dengan jumlah skor 37 dengan rata-rata skor 3,3 Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul parenting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Baik”. Walaupun demikian, masih terdapat beberapa komponen yang perlu direvisi. Berikut ini merupakan beberapa saran dari ahli media untuk merevisi modul parenting yaitu warna yang lebih terang, gambar yang memberikan pemahaman. Berdasarkan saran yang diberikan oleh ahli media,

peneliti melakukan revisi sesuai dengan saran yang diberikan dan dilakukan kembali validasi ahli media tahap II

**Tabel 2. Validasi Ahli Media Tahap II**

No	Indikator	Skor
1	Dimensi Ukuran Modul (Mudah Dibawa, Tidak Terlalu Besar Dan Tidak Terlalu Kecil	4
2	Kesesuain Dan Menarik Cover Modul	3
3	Pemilihan Warna Yang Menarik Dan Tepat	4
4	Kontras Warna Yang Sesuai	4
5	Pemilihan Gambar Yang Sesuai	4
6	Pemilihan Font Yang Sesuai Dengan Konteks	4
7	Ketepatan Pemilihan Ukuran Huruf	4
8	Tata Letak Atau Lay Out Yang Sesuai	3
9	Kejelasan Materi	3
10	Kejelasan Intruksi Dan Kejelasan Tutorial	4
11	Kejelasan Materi	4
	Jumlah	41
	Rata-rata	3,7

Hasil validasi ahli media tahap kedua dengan jumlah skor 41 sehingga memperoleh rata-rata 3,7. Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul parenting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”.

b. Validasi Materi

Validasi ahli materi dilakukan oleh psikolog klinis oleh ibu Nixie.,M.Psi., Psikolog. Validasi dilakukan pada tanggal 02 februari 2024. Penilaian media menggunakan skala penilaian 1= sangat kurang baik, 2 = kurang baik, 3 = baik, 4 = sangat baik.

**Tabel 3. Validasi Ahli Materi Tahap 1**

No	Indikator	Skor
1	keruntutan materi	3
2	keterkaitan antar materi	3
3	kelengkapan komponen modul	3
4	kejelasan dan ketepatan pemilihan gambar pendukung	4
5	rangkuman padat,jelas dan mudah dipahami	4
6	kesesuaian dengan orang dewasa	4
7	kejalasana glousarium	3
	Jumlah	24
	Rata-rata	3,4

Hasil penilaian dari ahli materi dapat dilihat di bawah ini dengan jumlah skor 24 dengan rata-rata skor 3,4. Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul parenting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Baik”. Berdasarkan saran yang diberikan oleh ahli materi, peneliti melakukan revisi sesuai dengan saran yang diberikan dan dilakukan kembali validasi ahli materi tahap II

No	Indikator	Skor
1	Keruntutan Materi	4
2	Keterkaitan Antar Materi	3
3	Kelengkapan Komponen Modul	4
4	Kejelasan Dan Ketepatan Pemilihan Gambar Pendukung	4
5	Rangkuman Padat, Jelas Dan Mudah Dipahami	4
6	Kesesuaian Dengan Orang Dewasa	4
7	Kejelasan Glousarium	4
	Jumlah	27
	Rata-rata	3,8

Hasil validasi ahli media tahap kedua dengan jumlah skor 27 sehingga memperoleh rata-rata 3,8. Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul pareting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”.

#### 4. Tahapan Revisi

Berdasarkan saran dari ahli media yaitu sebaiknya warna berwarna terang maka peneliti telah merubah background warna modul yang sebelumnya berwarna coklat menjadi warna putih dan ungu, untuk gambar peneliti menambahkan gambar sebagai upaya memudahkan dalam memahami tekstual (contoh; gambar teknik pernafasan dengan gambar orang yang sedang meniup sup yang panas) Selanjutnya saran dari ahli materi tidak ada karena amateri sudah sesuai dengan capaian khusus yang ditentukan

#### 5. Tahap Uji Coba Lapangan

Dalam Uji Coba lapangan, peneliti membandingkan hasil data pre-test dan post-test dari 30 perwakilan dari komite sekolah. uji coba lapangan menunjukkan bahwa rata-rata nilai *pre-test* adalah 14,8 dan nilai *post-test* 21

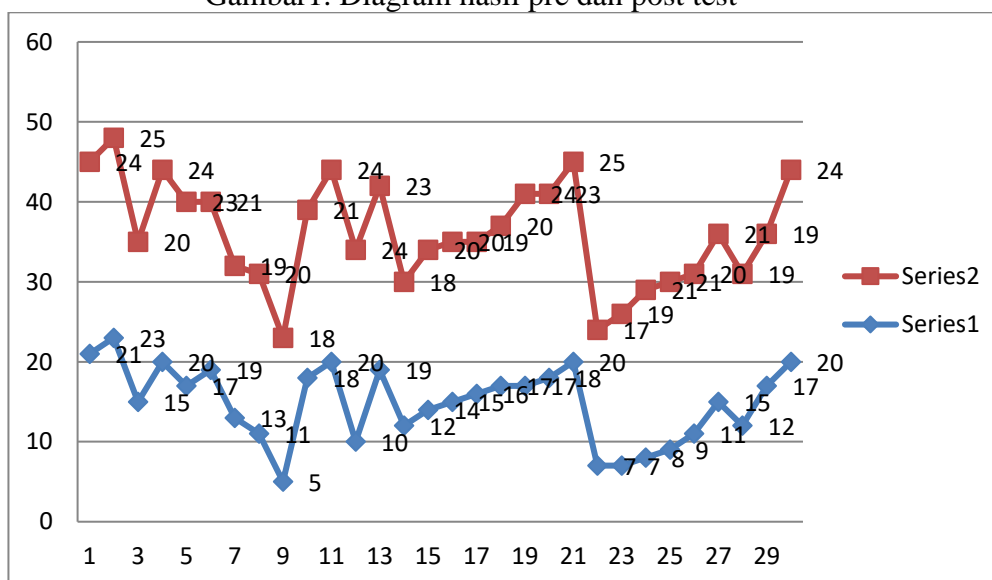
Tabel 3. Data pre dan post test

Nama	Pre	Post
SB	21	24
NR	23	25
AT	15	20
QY	20	24
AN	17	23
NL	19	21
SD	13	19
AZ	11	20
AL	5	18
NR	18	21
AD	20	24
SF	10	24
AF	19	23
HT	12	18
RY	14	20
KL	15	20
ILN	16	19
ZE	17	20



ZK	17	24
LT	18	23
UB	20	25
IB	7	17
KH	7	19
NY	8	21
SP	9	21
LD	11	20
NTS	15	21
ADZ	12	19
RR	17	19
WF	20	24
<b>Total</b>	<b>446</b>	<b>636</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>14,8</b>	<b>21,2</b>

Gambar1. Diagram hasil pre dan post test



## Pembahasan

Pengembangan modul parenting sebagai upaya pencegahan tindakan bunuh diri pada remaja, tahapan pertama penyusunan materi: materi arti *parenting*, tahap perkembangan remaja, mengenal macam-macam stress dan tingkatnya, permasalahan dalam perkembangan anak remaja, peran orang tua dalam mengatasi problematika remaja yang mengalami stress, dan beberapa materi *parenting* lain yang mendukung perkembangan remaja dalam kehidupan sehari-hari seperti bagaimana menjadi teman curhat remaja

Salah satu karakteristik sebuah modul menurut Suryobroto (Aulia, 2017: 14) yaitu modul dapat memungkinkan kegiatan belajar dilakukan secara mandiri. Karakteristik pengembangan modul *parenting* yang dibutuhkan orang tua sebagai upaya pencegahan bunuh diri yaitu: (1) dapat memudahkan orang tua dalam memperoleh materi cara mendidik dan mengasuh anak dengan benar sesuai tahap perkembangannya; (2) media *parenting* berbentuk buku yang mudah dipahami; (3) tampilan modul yang menarik; (4) modul yang dapat dipelajari secara mandiri; (5) modul menggunakan tulisan yang bisa terbaca jelas; serta (6) modul yang berisi materi arti

*parenting*, tahap perkembangan remaja, mengenal macam-macam stress dan tingkatnya, permasalahan dalam perkembangan anak remaja, peran orang tua dalam mengatasi problematika remaja yang mengalami stress, dan beberapa materi *parenting* lain yang mendukung perkembangan remaja dalam kehidupan sehari-hari seperti bagaimana menjadi teman curhat remaja

Hasil validasi ahli media tahap kedua dengan jumlah skor 41 sehingga memperoleh rata-rata 3,7. Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul parenting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”. Hasil validasi ahli media tahap kedua dengan jumlah skor 27 sehingga memperoleh rata-rata 3,8. Berdasarkan pedoman konversi data kuantitatif ke data kualitatif, modul parenting yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”.

Dalam Uji Coba lapangan, peneliti membandingkan hasil data pre-test dan post-test dari 30 perwakilan dari komite sekolah. uji coba lapangan menunjukkan bahwa rata-rata nilai *pre-test* adalah 14,8 dan nilai *post-test* 21. Artinya terdapat perberubahan pengetahuan terkait parenting sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja.

## KESIMPULAN

Hasil data pre-test dan post-test dari 30 perwakilan dari komite sekolah. uji coba lapangan menunjukkan bahwa rata-rata nilai *pre-test* adalah 14,8 dan nilai *post-test* 21. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman komite sekolah terkait parenting terhadap remaja yang memiliki kecenderungan perilaku bunuh diri. Meningkatnya pemahaman tersebut tidak terlepas dari modul parenting yang dikembangkan/modul yang telah tervalidasi secara media dan materi. Prospek dari penelitian ini dapat dilanjutkan dengan mengintegrasikan teknologi berbasis smartphone sebagai upaya pengembangan produk.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, H. (2017). *Pengembangan Modul Parenting “Anakku Sayang” untuk Orang Tua Siswa di SD Muhammadiyah Condongcatur Sleman Yogyakarta*. (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta).
- Aini F. Devotion: Jurnal Pengabdian Psikologi. 2022;1(2):89–98.
- Borg, W.R. & Gall MDG. Educational Research. New York; Longman: An Introduction, Fifth Edition; 1983.
- Chairani L. Prevensi Dan Proteksi Kasus Bunuh Diri Berbasis Sekolah. Marwah J Perempuan, Agama dan Jender. 2011;10(1)
- Kalangan DI, Yang R, Tahun B, Makassar DI, Ronda D, Makassar G, et al. Hubungan dalam keluarga .
- Nurfia YT, Hadi S, Ibrahimy U, Situbondo S, Nahdlatul U, Blitar U. Realitas Dinamika Psikologi Remaja Dan Permasalahannya Persepektif Al- Qur ’ an. 2022;2(3):71–83.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2013). *Aplikasi Model Rasch: Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Cimahi: Tim Komunikata Publishing House..