

**PSIKOEDUKASI TUMBUH KEMBANG ANAK SEBAGAI PENINGKATAN
PEMAHAMAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK USIA DINI**

***PSYCOEDUCATION ON CHILDREN'S GROWTH AND DEVELOPMENT AS AN
IMPROVING UNDERSTANDING OF PARENTS WHO HAVE EARLY CHILDREN***

**Novita Maulidya Jalal¹, St Hadjar Nurul Istiqamah², Rahmawati Syam³,
Syamsul Bakhri Gaffar⁴, Wilda Ansar⁵**

^{1,2,3,5} Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Indonesia

⁴ Jurusan Pendidikan Luar Sekolah Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Indonesia

email: ¹novitamaulidyajalal@unm.ac.id, ²hadjaristiqamah@unm.ac.id.,

³rahmawatisyam@unm.ac.id, ⁴syamsul.bg@gmail.com, ⁵wildaansar@unm.ac.id

Abstrak: Tujuan dari pelaksanaan pengabdian ini adalah untuk peningkatan pemahaman orang tua yang memiliki anak usia dini. Pengabdian ini dilakukan dengan menggunakan metode psikoedukasi meliputi identifikasi kebutuhan, pengembangan materi, penyampaian informasi, interaksi dan diskusi. Pengabdian dilakukan pada tanggal dan hari jam. Peserta terdiri atas 30 peserta yang terdiri atas ibu-ibu dan bapak-bapak dilaksanakan oleh Yayasan Pendidikan Al Bisyrul Islamic School pada pkl 16.30-17.30 wita. Peserta mengikuti kegiatan dengan focus dan antusias. Hasil pengabdian yakni para orang tua memperoleh informasi terkait tumbuh kembang anak dari narasumber, kemudian melakukan diskusi terkait permasalahan yang dihadapi oeh orang tua terhadap anaknya yang berusia dini. Peserta aktif dan antusias bertanya meliputi strategi mengatasi kecemburuan pada anak, strategi belajar sambil bermain pada anak usia dini, serta memberikan pendidikan karakter pada anak.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Orang Tua, Pemahaman, Psikoedukasi, Tumbuh Kembang Anak

Abstract: The aim of implementing this service is to increase the understanding of parents who have young children. This service is carried out using psychoeducational methods including identifying needs, developing materials, conveying information, interaction and discussion. Dedication is carried out on the date and time of day. Participants consisted of 30 participants consisting of mothers and fathers, held by the Al Bisyrul Islamic School Education Foundation at 16.30-17.30 WITA. Participants took part in the activity with focus and enthusiasm. The result of the service is that parents obtain information related to their children's growth and development from resource persons, then hold discussions regarding the problems faced by parents with their young children. Participants actively and enthusiastically asked questions including strategies for overcoming jealousy in children, strategies for learning and playing in early childhood, as well as providing character education for children.

Keywords: Child Development, Early Childhood, Parents, Psychoeducation, Understanding

Received	Revised	Published
17 April 2024	10 Mei 2024	15 Mei 2024

Pendahuluan

Ketidaktahuan orang tua terkait tumbuh kembang anak dapat memiliki dampak serius pada perkembangan dan kesejahteraan anak. Tanpa pemahaman yang memadai tentang tahapan-tahapan perkembangan, orang tua mungkin tidak mampu mengidentifikasi apakah

anak mereka mengalami perkembangan yang sesuai dengan usianya atau menemukan tanda-tanda yang mengindikasikan adanya masalah perkembangan (Bornstein & Lamb, 2011). Dampaknya bisa beragam, mulai dari keterlambatan perkembangan kognitif, motorik, atau bahasa hingga masalah kesehatan mental atau emosional yang lebih kompleks. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang tumbuh kembang anak juga dapat menghambat kemampuan orang tua dalam memberikan dukungan dan stimulasi yang tepat untuk mendukung perkembangan optimal anak mereka (Shonkoff & Phillips, 2000). Misalnya, mereka mungkin tidak menyadari pentingnya interaksi yang responsif dan stimulatif, serta aktivitas yang mendukung perkembangan motorik dan kognitif. Akibatnya, anak-anak mungkin kekurangan kesempatan untuk mengeksplorasi lingkungan mereka, belajar keterampilan baru, dan mengembangkan hubungan sosial yang sehat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan dan dukungan kepada orang tua tentang tumbuh kembang anak agar mereka dapat memainkan peran yang efektif dalam memfasilitasi perkembangan anak.

Kurangnya pengetahuan orang tua terkait tumbuh kembang anak merupakan isu yang seringkali menjadi hambatan dalam memberikan perawatan dan pengasuhan yang optimal bagi anak-anak mereka. Pengetahuan yang terbatas tentang tahapan perkembangan anak, faktor-faktor yang memengaruhi pertumbuhan mereka, serta cara-cara untuk mendukung perkembangan optimal dapat menghambat orang tua dalam mengidentifikasi tanda-tanda perkembangan yang tidak wajar atau masalah kesehatan yang mungkin timbul pada anak mereka (Bornstein & Lamb, 2011). Sebagai akibatnya, anak-anak mungkin tidak mendapatkan perawatan yang tepat waktu atau intervensi yang sesuai, yang dapat berdampak pada kualitas hidup dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Kurangnya pengetahuan juga dapat memengaruhi pola asuh, komunikasi, dan interaksi orang tua-anak, yang merupakan faktor penting dalam perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak (Shonkoff & Phillips, 2000). Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang tumbuh kembang anak, baik melalui psikoedukasi, kampanye penyuluhan, atau program dukungan keluarga, sangat penting untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan lingkungan yang mendukung perkembangan optimal mereka.

Psikoedukasi tentang tumbuh kembang anak adalah proses pendidikan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada orang tua, pengasuh, dan masyarakat mengenai aspek-aspek penting dalam perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional anak. Psikoedukasi ini mencakup berbagai topik, seperti tahap perkembangan anak, faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan, serta cara-cara

untuk mendukung perkembangan optimal anak melalui lingkungan yang stimulatif dan responsif (Bornstein & Lamb, 2011). Pemahaman yang baik tentang tumbuh kembang anak memungkinkan orang tua dan pengasuh untuk mengenali tanda-tanda perkembangan normal maupun potensi masalah perkembangan sejak dini, sehingga intervensi yang tepat dapat dilakukan jika diperlukan. Selain itu, psikoedukasi ini juga menekankan pentingnya interaksi positif antara anak dan orang tua, seperti komunikasi yang efektif, pemberian kasih sayang, dan penguatan positif, yang semuanya berkontribusi terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan anak secara keseluruhan (Shonkoff & Phillips, 2000). Dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan melalui psikoedukasi, diharapkan dapat tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Psikoedukasi adalah pendekatan dalam bidang psikologi yang bertujuan untuk memberikan informasi, pengetahuan, dan keterampilan kepada individu atau kelompok dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang masalah-masalah psikologis, pengembangan pribadi, atau kesehatan mental (Hagglund & Clay, 2010). Manfaat dari psikoedukasi sangatlah beragam. Pertama, psikoedukasi membantu individu untuk lebih memahami kondisi mereka sendiri, seperti gangguan mental, keterampilan sosial, atau keterampilan parenting, yang pada gilirannya dapat meningkatkan pengelolaan dan koping terhadap masalah tersebut (Barlow, 2008). Kedua, psikoedukasi dapat meningkatkan keterlibatan individu dalam perawatan dan pengobatan, dengan memberikan pengetahuan yang cukup untuk membuat keputusan yang terinformasi tentang perawatan mereka sendiri (Mueser et al., 2002). Ketiga, psikoedukasi juga dapat membantu dalam meningkatkan kualitas hubungan interpersonal dan dukungan sosial, karena individu memiliki pemahaman yang lebih baik tentang perasaan dan perilaku orang lain (Perry et al., 2004).

Namun, meskipun memiliki manfaat yang signifikan, psikoedukasi juga dapat memiliki dampak yang perlu diperhatikan. Salah satu dampak positifnya adalah peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang topik yang diajarkan, tetapi dampak negatifnya bisa berupa kelebihan informasi yang membingungkan atau menimbulkan kecemasan jika tidak disampaikan dengan benar (Mueser et al., 2002). Selain itu, psikoedukasi juga dapat memicu perubahan dalam pola pikir atau perilaku individu, yang dapat memerlukan waktu dan usaha untuk beradaptasi dan mengimplementasikan perubahan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Barlow, 2008).

Metode

Psikoedukasi adalah suatu pendekatan dalam bidang psikologi yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan, informasi, dan keterampilan kepada individu atau kelompok

tertentu mengenai topik-topik tertentu yang berkaitan dengan kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, atau pemahaman diri (Hagglund & Clay, 2010). Tujuan utama dari psikoedukasi adalah untuk meningkatkan pemahaman individu tentang masalah psikologis yang mereka alami atau topik tertentu yang relevan dengan perkembangan pribadi atau kesehatan mental mereka.

Langkah-langkah umum dalam psikoedukasi meliputi:

1. Identifikasi Kebutuhan

Langkah awal dalam psikoedukasi adalah mengidentifikasi kebutuhan dan kepentingan individu atau kelompok yang akan menerima psikoedukasi. Ini dapat melibatkan penilaian awal untuk menentukan topik yang paling relevan dan penting untuk dipahami.

2. Pengembangan Materi

Setelah kebutuhan teridentifikasi, materi psikoedukasi harus disusun dengan seksama. Ini melibatkan penyusunan informasi yang jelas, terstruktur, dan mudah dipahami mengenai topik yang akan diajarkan.

3. Penyampaian Informasi

Langkah selanjutnya adalah menyampaikan materi psikoedukasi kepada individu atau kelompok yang dituju. Ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti sesi tatap muka, presentasi, materi tertulis, atau sumber daya online.

4. Interaksi dan Diskusi

Penting untuk menciptakan kesempatan bagi peserta untuk berinteraksi, bertanya, dan berdiskusi tentang materi yang disampaikan. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengklarifikasi pemahaman, mengeksplorasi aplikasi praktis, dan berbagi pengalaman mereka sendiri.

5. Evaluasi dan Umpan Balik

Terakhir, evaluasi dan umpan balik diperlukan untuk menilai efektivitas psikoedukasi dan memastikan bahwa peserta memahami dan mengaplikasikan informasi yang diberikan. Ini juga dapat membantu dalam menyesuaikan materi atau pendekatan sesuai dengan kebutuhan dan respons individu.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian dilakukan pada tanggal dan hari jam. Peserta terdiri atas 30 peserta yang terdiri atas ibu-ibu dan bapak-bapak dilaksanakan oleh Yayasan Pendidikan Al Bisyrul Islamic School pada pukul 16.30-17.30 wita. Peserta mengikuti kegiatan dengan fokus dan antusias.

Langkah dalam melakukan psikoedukasi ini dimulai dengan menanyakan kebutuhan orang tua siswa yakni terkait pengetahuan orang tua tentang tumbuh kembang anak. Setelah kebutuhan teridentifikasi, materi psikoedukasi disusun secara seksama berdasarkan ilmu psikologi perkembangan. Langkah selanjutnya adalah menyampaikan materi psikoedukasi kepada kelompok orang tua siswa melalui berbagai cara, seperti sesi tatap muka, presentasi, dan diskusi. Penting untuk menciptakan kesempatan bagi peserta untuk berinteraksi, bertanya, dan berdiskusi tentang materi yang disampaikan. Hal ini memungkinkan orang tua mengklarifikasi pemahaman, mengeksplorasi aplikasi praktis, dan berbagi pengalaman orang tua menghadapi anak usia dini. Terakhir, evaluasi dan umpan balik diperlukan untuk menilai efektivitas psikoedukasi melalui refleksi, dimana orang tua menilai psikoedukasi ini bermanfaat.



Gambar 1. Peserta Kegiatan Pengabdian



Gambar 2. Peserta Kegiatan Pengabdian

Peserta memberikan pertanyaan terkait tumbuh kembang anak. Pertanyaan pertama terkait cara mengatasi kecemburuan pada anak. Mengatasi kecemburuan pada anak memerlukan pendekatan yang empatik dan strategis untuk memastikan bahwa anak

merasa dihargai dan dicintai secara adil. Pertama, penting bagi orang tua untuk memahami bahwa kecemburuan adalah perasaan normal yang sering muncul ketika anak merasa terancam posisinya dalam keluarga, misalnya dengan kelahiran adik baru atau perubahan perhatian orang tua (Kramer & Conger, 2009). Untuk mengatasi hal ini, orang tua harus memberikan perhatian yang cukup kepada setiap anak dan memastikan bahwa waktu berkualitas dihabiskan secara individual dengan masing-masing anak. Hal ini membantu anak merasa istimewa dan dihargai. Selain itu, komunikasi yang terbuka sangat penting; ajak anak berbicara tentang perasaannya dan validasi emosinya tanpa menghakimi (Sharp et al., 2014). Mengajarkan anak keterampilan sosial dan emosional juga dapat membantu mereka mengatasi kecemburuan. Misalnya, ajarkan mereka bagaimana cara berbagi, bergiliran, dan mengekspresikan perasaan dengan kata-kata. Orang tua juga bisa memberi contoh perilaku positif dalam menghadapi konflik dan menunjukkan cara-cara yang konstruktif untuk mengatasi perasaan negatif. Mendorong kerja sama dan kegiatan bersama yang melibatkan semua anak dalam keluarga dapat memperkuat ikatan antara saudara kandung dan mengurangi rasa kecemburuan (Kramer & Conger, 2009). Jika kecemburuan anak berlanjut atau mengganggu kesejahteraan mereka, mungkin bermanfaat untuk mencari bantuan dari seorang profesional, seperti psikolog anak, yang dapat memberikan dukungan tambahan dan strategi coping yang lebih spesifik.

Pertanyaan kedua terkait pengaruh bermain sambil belajar pada anak. Bermain sambil belajar memiliki pengaruh yang sangat positif terhadap perkembangan anak, baik dari segi kognitif, sosial, maupun emosional. Metode ini memungkinkan anak untuk mengembangkan keterampilan baru dalam lingkungan yang menyenangkan dan tidak menekan, sehingga mereka lebih termotivasi dan antusias untuk belajar (Hirsh-Pasek et al., 2009). Melalui bermain, anak-anak dapat mengeksplorasi konsep-konsep dasar seperti angka, huruf, dan bentuk, sambil mengembangkan keterampilan problem solving, kreativitas, dan imajinasi. Bermain juga membantu anak-anak belajar berinteraksi dengan teman sebaya, berbagi, bergiliran, dan berkomunikasi, yang sangat penting untuk perkembangan sosial mereka (Singer, Golinkoff, & Hirsh-Pasek, 2006). Selain itu, bermain sambil belajar mendukung perkembangan emosional anak dengan memberikan mereka kesempatan untuk mengekspresikan diri dan mengelola emosi mereka dalam berbagai situasi permainan. Pendekatan ini juga membantu anak-anak membangun rasa percaya diri dan kemandirian karena mereka dapat mengambil inisiatif dan membuat keputusan sendiri selama bermain (Fisher et al., 2011). Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam permainan yang edukatif cenderung memiliki hasil akademis yang lebih baik, terutama dalam keterampilan membaca dan matematika, dibandingkan dengan anak-

anak yang belajar melalui metode konvensional yang lebih kaku (Hirsh-Pasek et al., 2009). Dengan demikian, mengintegrasikan bermain dalam proses belajar tidak hanya membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan tetapi juga memperkaya perkembangan anak secara menyeluruh.

Pertanyaan ketiga terkait pembentukan karakter pada anak usia dini. Pembentukan karakter pada anak usia dini merupakan proses penting yang berdampak jangka panjang pada perkembangan pribadi dan sosial mereka. Pada masa ini, anak-anak berada dalam tahap perkembangan yang sangat plastis, di mana mereka dengan cepat menyerap nilai-nilai, norma, dan perilaku dari lingkungan sekitar mereka, termasuk orang tua, guru, dan teman sebaya (Berk, 2014). Pendidikan karakter di usia dini melibatkan pengajaran nilai-nilai seperti kejujuran, empati, tanggung jawab, dan kerja sama melalui contoh nyata dan pengalaman sehari-hari. Misalnya, orang tua dan guru dapat mengajarkan anak untuk berbagi, menghargai perbedaan, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif melalui kegiatan bermain dan diskusi yang terarah (Lickona, 2004). Penanaman karakter juga dipengaruhi oleh pendekatan yang digunakan dalam pengasuhan dan pendidikan. Pendekatan yang suportif, penuh kasih sayang, dan konsisten dalam menetapkan batasan serta memberikan pujian yang tulus untuk perilaku positif dapat membantu anak-anak menginternalisasi nilai-nilai yang diajarkan (Noddings, 2013). Selain itu, cerita, permainan peran, dan kegiatan kelompok yang dirancang untuk menstimulasi pemikiran moral dan etika juga merupakan metode efektif dalam pendidikan karakter. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang menerima pendidikan karakter yang kuat cenderung memiliki keterampilan sosial yang lebih baik, lebih mampu mengatasi tantangan, dan menunjukkan perilaku prososial yang lebih konsisten (Berkowitz & Bier, 2005). Oleh karena itu, pendidikan karakter di usia dini tidak hanya membentuk dasar moral dan etika anak tetapi juga mendukung perkembangan mereka menjadi individu yang bertanggung jawab dan berkontribusi positif dalam masyarakat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian diketahui bahwa para orang tua memperoleh informasi terkait tumbuh kembang anak dari narasumber, kemudian melakukan diskusi terkait permasalahan yang dihadapi oleh orang tua terhadap anaknya yang berusia dini. Peserta aktif dan antusias bertanya meliputi strategi mengatasi kecemburuan pada anak, strategi belajar sambil bermain pada anak usia dini, serta memberikan pendidikan karakter pada anak. Psikoedukasi dinilai bermanfaat oleh orang tua agar semakin memahami perkembangan anaknya.

Referensi

- Barlow, D. H. (2008). *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual*. Guilford Press.
- Berk, L. E. (2014). *Development through the lifespan*. Pearson Education.
- Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2005). What works in character education: A research-driven guide for educators. *Character Education Partnership*.
- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. (Eds.). (2011). *Developmental science: An advanced textbook*. Psychology Press.
- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. (Eds.). (2011). *Developmental science: An advanced textbook*. Psychology Press.
- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. (Eds.). (2011). *Developmental science: An advanced textbook*. Psychology Press.
- Fisher, K. R., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Singer, D. G., & Berk, L. E. (2011). Playing around in school: Implications for learning and educational policy. *Oxford Handbook of the Development of Play*, 341-361.
- Hagglund, K. J., & Clay, D. L. (2010). Psychoeducation. *Encyclopedia of Psychology and Law*, 1-3.
- Hagglund, K. J., & Clay, D. L. (2010). Psychoeducation. *Encyclopedia of Psychology and Law*, 1-3.
- Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Berk, L. E., & Singer, D. (2009). *A mandate for playful learning in preschool: Presenting the evidence*. Oxford University Press.
- Kramer, L., & Conger, K. J. (2009). Intervention programs for children of divorce: A review of literature and policy implications. *Family Relations*, 58(5), 479-488.
- Lickona, T. (2004). *Character matters: How to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues*. Simon and Schuster.
- Mueser, K. T., Corrigan, P. W., Hilton, D. W., Tanzman, B., Schaub, A., Gingerich, S., & Herz, M. I. (2002). Illness management and recovery: A review of the research. *Psychiatric Services*, 53(10), 1272-1284.
- Noddings, N. (2013). *Caring: A relational approach to ethics and moral education*. University of California Press.
- Perry, J. C., Bond, M., & Change, G. (2004). Handbook of psychotherapy and behavior change. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 57(2), 411-437.
- Sharp, C., Fonagy, P., & Goodyer, I. M. (2014). *Social cognition and developmental psychopathology*. Oxford University Press.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.
- Singer, D. G., Golinkoff, R. M., & Hirsh-Pasek, K. (Eds.). (2006). *Play is Learning: How play motivates and enhances children's cognitive and social-emotional growth*. Oxford University Press.