Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendekia
ISSN : XXXX : XXXX Vol : No : Page
Penaeducation Publisher



Penguatan Ketahanan Keluarga melalui Edukasi Pengasuhan Positif dan Komunikasi Antaranggota Keluarga

Yosua Parhorasan Manullang

Universitas Mahkota Tricom Unggul

Abstrak

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang membentuk rasa aman, kebiasaan berkomunikasi, dan perkembangan anggota keluarga. Tekanan ekonomi, keterbatasan waktu bersama, perbedaan pola asuh, serta komunikasi yang kurang terbuka dapat memicu kesalahpahaman dan melemahkan dukungan antaranggota keluarga. Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memperkuat ketahanan keluarga melalui edukasi pengasuhan positif dan latihan komunikasi yang saling menghargai. Metode yang diusulkan meliputi diskusi partisipatif, pemetaan situasi keluarga, simulasi percakapan, latihan mendengarkan aktif, serta penyusunan komitmen keluarga yang realistis. Evaluasi dirancang menggunakan kuesioner singkat sebelum dan sesudah kegiatan, observasi keterlibatan, serta refleksi peserta. Naskah ini merupakan rancangan artikel yang perlu dilengkapi dengan lokasi, jumlah peserta, tanggal, dan hasil aktual dari kegiatan yang benar-benar dilaksanakan. Program diharapkan membantu keluarga membangun interaksi yang lebih suportif, menyelesaikan konflik secara konstruktif, dan mengenali sumber dukungan sosial di lingkungan sekitar.

Kata Kunci: ketahanan keluarga; pengasuhan positif; komunikasi keluarga; pemberdayaan masyarakat; dukungan sosial

1. PENDAHULUAN

Pendahuluan

Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan sosial karena menjadi ruang utama untuk memperoleh dukungan emosional, belajar menyelesaikan masalah, dan mengembangkan nilai saling menghormati. Ketahanan keluarga tidak berarti keluarga bebas dari konflik atau tekanan, melainkan kemampuan anggota keluarga untuk beradaptasi, berkomunikasi, memanfaatkan sumber daya, dan mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan. Dalam kehidupan sehari-hari, keluarga dapat menghadapi tantangan berupa tekanan ekonomi, beban pengasuhan, kesibukan kerja, perubahan peran, serta perbedaan pandangan antargenerasi.

Komunikasi yang tidak efektif dapat memperbesar kesalahpahaman. Percakapan yang didominasi perintah, kritik, atau saling menyalahkan dapat membuat anggota keluarga enggan menyampaikan kebutuhan dan perasaan. Di sisi lain, komunikasi yang terbuka dan menghargai dapat membantu keluarga memahami sudut pandang satu sama lain, menyepakati aturan yang jelas, serta merundingkan solusi yang dapat diterapkan. Karena setiap keluarga mempunyai kondisi dan budaya berbeda, edukasi perlu menghindari penilaian bahwa hanya ada satu pola keluarga yang benar.

Pengasuhan positif menekankan hubungan yang hangat, batasan yang konsisten, penghargaan terhadap martabat anak, dan disiplin yang tidak menggunakan kekerasan. Penerapan prinsip ini membutuhkan keterampilan yang dapat dipelajari, antara lain mendengarkan aktif, menyampaikan harapan dengan jelas, mengenali emosi, memberi pilihan yang sesuai usia, dan membahas konsekuensi secara proporsional. Prinsip komunikasi saling menghargai juga bermanfaat dalam hubungan pasangan dan hubungan dengan anggota keluarga lanjut usia.

Pengabdian masyarakat dapat menjadi ruang belajar bersama untuk mengubah konsep menjadi praktik. Edukasi satu arah mungkin membantu peserta mengenali istilah, tetapi belum tentu memberi kesempatan untuk mencoba cara berkomunikasi dalam situasi yang menantang. Karena itu, kegiatan ini menawarkan diskusi partisipatif, permainan peran, latihan mendengarkan, dan perencanaan tindakan kecil yang dapat dilakukan di rumah. Peserta diajak memilih perubahan yang realistis, misalnya menyediakan waktu percakapan keluarga, menyepakati aturan penggunaan gawai, atau membahas masalah tanpa penghinaan.

Copyright © 2025 the author, Page 1
This Journal is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



Kegiatan juga menempatkan dukungan sosial sebagai unsur penting. Keluarga tidak harus menghadapi semua persoalan sendiri; mereka dapat mengakses kader, kelompok orang tua, layanan sosial, sekolah, puskesmas, atau tenaga profesional sesuai kebutuhan dan ketersediaan setempat. Fasilitator perlu mengenali batas perannya: kegiatan edukasi umum bukan pengganti layanan psikologis, perlindungan anak, atau bantuan profesional ketika terdapat kekerasan dan risiko keselamatan.

Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan pemahaman keluarga mengenai pengasuhan positif, memperkenalkan keterampilan komunikasi yang konstruktif, dan mendorong terbentuknya komitmen sederhana yang dapat diterapkan setelah kegiatan. Kontribusi praktisnya berupa rancangan edukasi berbasis pengalaman yang dapat disesuaikan oleh kelompok masyarakat. Efektivitas program harus dinilai dari data aktual, seperti perubahan pemahaman sebelum dan sesudah sesi, kemampuan peserta dalam simulasi, dan refleksi tindak lanjut, bukan diasumsikan berhasil tanpa pengukuran.

2. LITERATUR REVIEW

Tinjauan Literatur

Ketahanan keluarga dapat dipahami sebagai proses adaptasi yang melibatkan sumber daya keluarga, cara memaknai tekanan, dan pola interaksi antaranggota. Perspektif ini menghindari anggapan bahwa kesulitan keluarga semata-mata disebabkan oleh kelemahan individu. Kondisi lingkungan, akses terhadap layanan, dukungan komunitas, serta norma sosial turut memengaruhi kemampuan keluarga untuk bertahan dan menyesuaikan diri.

Pengasuhan positif menekankan hubungan yang aman, bimbingan sesuai perkembangan, komunikasi yang jelas, dan disiplin tanpa kekerasan. Dalam pelatihan komunitas, konsep tersebut lebih mudah diterapkan bila diterjemahkan ke perilaku yang dapat diamati, seperti menyebutkan perilaku yang diharapkan, memberi kesempatan anak menjelaskan, menetapkan batasan yang konsisten, dan menghindari ancaman atau penghinaan. Materi sebaiknya sensitif terhadap budaya dan tidak mempermalukan orang tua.

Komunikasi keluarga yang konstruktif mencakup mendengarkan untuk memahami, menggunakan pernyataan yang menjelaskan perasaan dan kebutuhan, melakukan klarifikasi, serta menyepakati langkah berikutnya. Simulasi percakapan memungkinkan peserta berlatih tanpa harus mengungkap konflik pribadi. Fasilitator dapat menyediakan skenario umum, misalnya perbedaan aturan penggunaan telepon, pembagian pekerjaan rumah, atau kesulitan mengatur waktu bersama.

Kesenjangan yang hendak dijawab adalah perlunya kegiatan komunitas yang menggabungkan pengetahuan, praktik keterampilan, dan rencana tindak lanjut dalam satu rangkaian sederhana. Kerangka berpikir program ini menempatkan edukasi dan latihan komunikasi sebagai intervensi; peningkatan pemahaman serta keterampilan simulasi sebagai keluaran jangka pendek; dan penerapan kebiasaan komunikasi yang lebih suportif sebagai hasil yang diharapkan. Dukungan lingkungan berperan sebagai faktor penguat, sementara perubahan perilaku jangka panjang perlu dievaluasi secara terpisah.

Gambar 1. Kerangka Berpikir Program

Edukasi pengasuhan positif + latihan komunikasi → peningkatan pengetahuan dan keterampilan → komitmen praktik keluarga → penguatan hubungan dan ketahanan keluarga. Dukungan komunitas dan akses layanan menjadi faktor penguat.

3. METODE PENELITIAN

Metode Pelaksanaan

Kegiatan dirancang sebagai pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukatif-partisipatif. Lokasi pelaksanaan dapat berupa balai warga, pusat kegiatan keluarga, sekolah, atau ruang komunitas yang disepakati mitra. Sebelum

Copyright © 2025 the author, Page 2
This Journal is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

kegiatan, tim perlu berdiskusi dengan mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan, bahasa yang sesuai, waktu yang memungkinkan, dan hambatan partisipasi. Nama lokasi, tanggal, jumlah peserta, serta karakteristik umum peserta harus dilaporkan berdasarkan data kegiatan nyata.

Sasaran kegiatan adalah orang tua atau pengasuh, pasangan, dan anggota keluarga dewasa yang bersedia mengikuti edukasi. Rekrutmen dilakukan bersama mitra dengan prinsip sukarela. Jumlah peserta ditetapkan sesuai kapasitas fasilitator agar diskusi dan simulasi dapat berlangsung aman. Artikel akhir perlu menyebutkan jumlah peserta yang hadir, jumlah yang menyelesaikan evaluasi, serta informasi demografis yang relevan dan dikumpulkan secara etis.

Tahap pertama adalah asesmen kebutuhan melalui diskusi awal atau pertanyaan singkat. Tim menanyakan tema yang ingin dipelajari, misalnya komunikasi dengan anak, pembagian peran, konflik antargenerasi, atau pengelolaan waktu keluarga. Peserta tidak diwajibkan menceritakan pengalaman pribadi yang sensitif. Fasilitator menjelaskan tujuan, aturan kerahasiaan, hak untuk tidak menjawab, dan jalur bantuan apabila muncul persoalan yang berada di luar lingkup pelatihan.

Tahap kedua adalah penyampaian materi inti dengan bahasa sederhana dan contoh sehari-hari. Materi mencakup prinsip pengasuhan positif, mendengarkan aktif, validasi emosi tanpa harus menyetujui semua perilaku, penggunaan kalimat yang tidak menyerang, penetapan batasan secara konsisten, dan penyelesaian konflik melalui dialog. Fasilitator menegaskan bahwa kekerasan fisik maupun verbal bukan metode disiplin yang dapat dibenarkan.

Tahap ketiga adalah diskusi partisipatif. Peserta diminta mengidentifikasi situasi umum yang sering memicu salah paham, lalu membahas bagaimana pilihan kata, waktu percakapan, dan cara mendengarkan dapat memengaruhi respons. Diskusi menggunakan skenario anonim yang disiapkan fasilitator agar peserta tidak merasa dipaksa membuka masalah keluarga di depan kelompok.

Tahap keempat adalah permainan peran atau simulasi. Dalam kelompok kecil, peserta bergantian mempraktikkan peran sebagai pembicara dan pendengar. Contoh skenario meliputi kesepakatan penggunaan gawai, pembagian tugas rumah, atau perbedaan pendapat mengenai jadwal kegiatan. Daftar observasi sederhana digunakan untuk melihat apakah peserta memberi kesempatan bicara, menghindari label negatif, mengklarifikasi maksud, dan merumuskan solusi yang disepakati.

Tahap kelima adalah penyusunan rencana tindakan keluarga. Setiap peserta memilih satu atau dua kebiasaan yang realistis untuk dicoba, seperti melakukan percakapan singkat tanpa gawai, mengadakan diskusi keluarga mingguan, atau menggunakan kalimat yang berfokus pada kebutuhan daripada menyalahkan. Rencana tidak perlu memuat informasi pribadi dan dapat disimpan oleh peserta sendiri. Mitra dapat menawarkan sesi tindak lanjut untuk berbagi pengalaman dan hambatan.

Evaluasi dirancang melalui kuesioner singkat sebelum dan sesudah kegiatan, observasi simulasi, serta refleksi tertulis atau lisan. Indikator pengetahuan mencakup pemahaman tentang pengasuhan positif dan prinsip komunikasi; indikator keterampilan mencakup kemampuan mendengarkan, mengklarifikasi, dan merumuskan kesepakatan dalam simulasi. Analisis dapat menggunakan persentase jawaban benar atau perbandingan skor rata-rata secara deskriptif. Catatan refleksi dirangkum berdasarkan tema, tanpa mencantumkan identitas peserta.

Aspek etika meliputi persetujuan berpartisipasi, kerahasiaan, penghormatan terhadap keragaman keluarga, dan tidak memaksa peserta menceritakan pengalaman sensitif. Jika terungkap adanya kekerasan atau risiko keselamatan, fasilitator tidak melakukan penyelidikan terbuka di depan kelompok; penanganan harus mengikuti prosedur rujukan dan perlindungan yang sesuai di wilayah pelaksanaan. Artikel akhir wajib menjelaskan kegiatan yang benar-benar dilakukan dan tidak boleh membuat data hasil yang belum dikumpulkan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Pembahasan

Hasil dan Pembahasan

Bagian hasil harus diselesaikan berdasarkan catatan pelaksanaan dan evaluasi aktual. Draf ini tidak mengarang jumlah peserta, skor, atau perubahan perilaku. Penulis dapat memakai struktur berikut untuk melaporkan

Copyright © 2025 the author, Page 3
This Journal is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

kegiatan yang benar-benar berlangsung, disertai daftar hadir, instrumen evaluasi, catatan observasi, dan dokumentasi yang penggunaannya telah disetujui.

4.1 Pelaksanaan Kegiatan

Jelaskan waktu dan lokasi kegiatan, mitra, jumlah peserta, durasi, materi, serta metode yang benar-benar digunakan. Uraikan bagaimana fasilitator menyesuaikan kegiatan dengan kebutuhan peserta, misalnya melalui kelompok kecil atau skenario yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Laporkan hambatan yang terjadi dan cara tim menanganinya. Jumlah peserta hadir perlu dibedakan dari jumlah peserta yang menyelesaikan evaluasi.

4.2 Hasil Evaluasi Pengetahuan dan Keterampilan

Bandingkan hasil sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan data aktual. Laporkan jumlah responden yang memiliki data lengkap, skor rata-rata atau persentase jawaban benar, dan perubahan pada setiap indikator. Jika evaluasi tidak menggunakan desain pre-test dan post-test, jelaskan metode evaluasi yang sebenarnya. Peningkatan pemahaman segera setelah pelatihan tidak otomatis membuktikan perubahan perilaku keluarga dalam jangka panjang.

4.3 Refleksi Peserta dan Rencana Tindak Lanjut

Uraikan tema yang muncul dari refleksi peserta, seperti materi yang dianggap paling berguna, keterampilan yang masih sulit dilakukan, dan bentuk dukungan yang dibutuhkan. Gunakan kutipan hanya jika benar-benar dicatat, dianonimkan, dan mendapat persetujuan. Laporkan pula apakah mitra menyepakati tindak lanjut, misalnya pertemuan kelompok orang tua atau penyediaan informasi layanan dukungan keluarga.

4.4 Pembahasan

Secara konseptual, kegiatan yang menggabungkan pemahaman dasar dan praktik dapat membantu peserta menghubungkan prinsip pengasuhan dengan situasi sehari-hari. Simulasi juga menyediakan kesempatan untuk mencoba respons yang berbeda dalam suasana relatif aman. Namun, klaim keberhasilan perlu disesuaikan dengan bukti: kehadiran menunjukkan jangkauan kegiatan, skor evaluasi menunjukkan pemahaman pada saat pengukuran, sedangkan perubahan kebiasaan memerlukan tindak lanjut dan bukti tambahan.

Kegiatan penguatan keluarga perlu menghindari pendekatan yang menyalahkan individu. Kesulitan berkomunikasi dapat dipengaruhi oleh tekanan ekonomi, beban kerja, keterbatasan waktu, kondisi kesehatan, dan kurangnya akses terhadap dukungan. Oleh karena itu, rekomendasi sebaiknya realistis serta mempertimbangkan sumber daya keluarga. Keluarga yang menghadapi masalah kompleks mungkin memerlukan layanan lanjutan, bukan sekadar edukasi singkat.

Dimensi sosial program terletak pada peran komunitas dalam menyediakan ruang belajar, mengurangi stigma untuk mencari bantuan, dan menghubungkan keluarga dengan layanan yang sesuai. Dukungan komunitas tidak boleh menggantikan privasi atau keputusan keluarga, dan fasilitator harus menjaga batas kompetensi. Jika hasil menunjukkan peserta membutuhkan topik tambahan, mitra dapat menyusun sesi lanjutan atau rujukan ke tenaga profesional.

Keterbatasan evaluasi perlu dibahas dengan jujur. Kuesioner singkat dapat dipengaruhi oleh jawaban yang dianggap diharapkan, sementara observasi simulasi belum tentu mencerminkan perilaku di rumah. Jika jumlah peserta terbatas dan tidak ada kelompok pembanding, temuan hanya menggambarkan pelaksanaan program lokal. Studi berikutnya dapat menambahkan evaluasi tindak lanjut, wawancara sukarela, atau pengamatan perubahan praktik yang tidak melanggar privasi keluarga.

Setelah data aktual dimasukkan, hubungkan hasil dengan sumber ilmiah yang benar-benar dibaca dan dikutip. Jangan menyatakan bahwa konflik keluarga menurun atau ketahanan keluarga meningkat apabila indikator tersebut tidak diukur. Pelaporan yang transparan akan memperkuat manfaat artikel bagi mitra dan pembaca.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

6. PENELITIAN LANJUTAN (Jika ada, Jika Tidak ada Tidak Perlu / Opsional)

Copyright © 2025 the author, Page 4
This Journal is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Kesimpulan dan Saran

Edukasi pengasuhan positif dan komunikasi antaranggota keluarga dapat dirancang sebagai kegiatan pengabdian yang partisipatif melalui penyampaian materi, diskusi, simulasi, dan penyusunan rencana tindakan sederhana. Pendekatan ini berfokus pada keterampilan yang dapat dipraktikkan, seperti mendengarkan aktif, menyampaikan kebutuhan tanpa menyerang, menetapkan batasan secara konsisten, dan mencari kesepakatan. Program juga menekankan bahwa keluarga dapat memanfaatkan dukungan sosial dan layanan profesional sesuai kebutuhan. Kesimpulan tentang perubahan pengetahuan atau perilaku harus dibuat setelah data pelaksanaan dan evaluasi aktual dianalisis.

Keterbatasan kegiatan yang perlu diperhatikan mencakup keragaman kondisi keluarga, waktu pelatihan yang terbatas, dan kemungkinan perbedaan antara keterampilan saat simulasi dengan praktik sehari-hari. Mitra disarankan mengadakan tindak lanjut, menyediakan bahan ringkas yang mudah dipahami, serta membangun lingkungan diskusi yang aman dan tidak menghakimi. Jika muncul persoalan kekerasan atau risiko keselamatan, penanganan perlu mengikuti mekanisme perlindungan dan rujukan yang berlaku, bukan diselesaikan hanya melalui pelatihan umum.

Pengembangan berikutnya dapat menguji keberlanjutan perubahan melalui evaluasi beberapa minggu atau bulan setelah kegiatan. Artikel akhir perlu dilengkapi dengan lokasi, identitas mitra, jumlah peserta, instrumen, hasil aktual, serta referensi terverifikasi. Dengan dokumentasi yang jujur dan dukungan komunitas yang tepat, program dapat disesuaikan untuk memperkuat keterampilan komunikasi keluarga sekaligus mendorong kepedulian sosial terhadap kesejahteraan keluarga di lingkungan sekitar.

Daftar Pustaka Awal

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). *Panduan pelaksanaan fungsi keluarga*. BKKBN. [Verifikasi judul dan tautan resmi sebelum digunakan].

Centers for Disease Control and Prevention. (2024). *Essentials for parenting toddlers and preschoolers*. https://www.cdc.gov/parenting-toddlers/

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2021). *21st-century readers: Developing literacy skills in a digital world*. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/a83d84cb-en

World Health Organization. (2023). *Parenting for lifelong health*. https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/parenting-for-lifelong-health

Catatan editorial: Daftar ini belum memenuhi ketentuan 17–20 referensi pada template. Verifikasi semua metadata, tambahkan literatur primer dan terbaru yang relevan, dan pastikan setiap sumber benar-benar dibaca serta dikutip di dalam artikel sebelum pengajuan.

REFERENCES

Copyright © 2025 the author, Page 5
This Journal is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License