

Dampak Intervensi Psikoedukasi Terhadap Perubahan Pemahaman Respons Emosi Ibu Terhadap Anak Usia Dini

Novry Kadang¹, Adnani Budi Utami²

Program Studi Pendidikan Profesi Psikolog, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

Email Korespondensi: 1542300032@surel.untag-sby.ac.id¹, adnani@untag-sby.ac.id²

Article received: 01 November 2025, Review process: 07 November 2025

Article Accepted: 27 November 2025, Article published: 03 Desember 2025

ABSTRACT

This study aims to understand how mothers of toddlers recognize and manage their children's emotions through a community-based psychoeducation program at Puskesmas Satu Hati, Kelurahan SG, Surabaya. The research employed a descriptive qualitative approach using four assessment methods: the Parenting Style Dimensions Questionnaire (PSDQ), direct observation, unstructured interviews, and Focus Group Discussion (FGD). The results show that most mothers have limited understanding of their children's emotions and tend to perceive behaviors such as anger or crying as misbehavior that should be stopped by scolding, pinching, or giving gadgets. Based on the PSDQ results, 50% of mothers applied an authoritarian parenting style, 32.5% authoritative, and 17.5% permissive. Social, economic, and cultural factors, as well as low emotional literacy, were identified as the main causes of authoritarian parenting. The psychoeducation program titled "Understanding and Managing Toddler Emotions" proved effective in increasing mothers' awareness and ability to manage their children's emotions positively. This program is expected to encourage more empathetic, communicative, and responsive parenting styles while contributing to the development of community-based parenting psychology in Indonesia.

Keywords: Child Emotion, Parenting Style, Psychoeducation, Toddler Mothers

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana para ibu balita mengenali dan mengelola emosi anak melalui kegiatan psikoedukasi berbasis komunitas di Puskesmas Satu Hati, Kelurahan SG, Surabaya. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan empat metode asesmen, yaitu Parenting Style Dimensions Questionnaire (PSDQ), observasi langsung, wawancara tidak terstruktur, dan Focus Group Discussion (FGD). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu masih memiliki pemahaman terbatas tentang emosi anak dan cenderung menilai perilaku seperti marah atau menangis sebagai kenakalan yang perlu dihentikan dengan cara membentak, mencubit, atau memberikan gawai. Berdasarkan hasil kuesioner PSDQ, 50% ibu menerapkan pola asuh otoriter, 32,5% otoritatif, dan 17,5% permisif. Faktor sosial, ekonomi, budaya, serta rendahnya literasi emosi menjadi penyebab utama munculnya pola asuh otoriter. Kegiatan psikoedukasi "Memahami dan Menangani Emosi pada Balita" terbukti relevan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan ibu dalam mengelola emosi anak secara positif. Program ini diharapkan mampu mendorong perubahan pola asuh menjadi lebih empatik, komunikatif, dan responsif, serta memberikan kontribusi pada pengembangan psikologi pengasuhan berbasis komunitas di Indonesia

Kata Kunci: Emosi Anak, Pola Asuh, Psikoedukasi, Ibu Balita

PENDAHULUAN

Program Masa balita merupakan periode penting dalam perkembangan anak karena pada tahap ini anak mulai belajar mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosinya. Dalam proses tersebut, peran orang tua, terutama ibu, sangat besar karena ibu menjadi figur utama yang memberikan contoh dan respons pertama terhadap emosi anak. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua akan sangat memengaruhi bagaimana anak belajar memahami dan mengelola emosinya di kemudian hari.

Namun, dalam kenyataannya masih banyak orang tua yang belum memahami pentingnya pengelolaan emosi pada anak usia dini. Sebagian besar orang tua cenderung menilai emosi anak, seperti marah, menangis, atau menolak perintah, sebagai perilaku negatif yang perlu dihentikan dengan cara menegur keras, membentak, atau bahkan memberikan hukuman fisik. Hal ini menunjukkan kecenderungan penerapan pola asuh otoriter yang lebih menekankan pada kepatuhan dan disiplin tanpa memahami kebutuhan emosional anak (Santrock, 2020).

Pola asuh otoriter masih sering ditemukan pada keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi menengah ke bawah. Faktor ekonomi, tingkat pendidikan, dan budaya sering kali menjadi alasan mengapa orang tua menggunakan cara pengasuhan yang keras dan reaktif. Mereka meniru pola pengasuhan yang diterima dari orang tua terdahulu tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap perkembangan emosi anak. Selain itu, keterbatasan informasi tentang psikologi anak juga menjadi penyebab rendahnya literasi emosional pada orang tua (Wulandari, 2019).

Hasil asesmen yang dilakukan di Kelurahan SG, Surabaya, memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu yang memiliki anak balita masih mengalami kesulitan dalam mengenali dan menangani emosi anak. Ketika anak menunjukkan emosi seperti marah atau menangis, sebagian ibu memilih untuk membentak, mencubit, atau memberikan gawai dan jajanan agar anak tenang. Respon seperti ini mungkin dapat menenangkan anak sesaat, tetapi tidak membantu anak memahami emosinya. Dalam jangka panjang, hal tersebut dapat berdampak pada perkembangan sosial-emosional anak, termasuk menurunnya kemampuan mengontrol diri dan empati terhadap orang lain.

Selain faktor individu, konteks sosial dan budaya juga memiliki peran besar dalam membentuk pola asuh. Banyak ibu di wilayah tersebut yang bekerja atau memiliki aktivitas padat, sehingga waktu interaksi dengan anak menjadi terbatas. Budaya yang menganggap bahwa mengekspresikan emosi adalah tanda kelemahan juga membuat orang tua kurang memberi ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaannya.

Kondisi ini semakin memperkuat pola asuh otoriter yang menekankan ketaatan tanpa dialog emosional (Bandura, 1977; Bronfenbrenner, 1979). Melihat permasalahan tersebut, diperlukan intervensi yang dapat membantu orang tua memahami pentingnya pengelolaan emosi anak sejak dini. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah melalui kegiatan psikoedukasi di lingkungan komunitas,

seperti di Posyandu atau kelas ibu balita. Psikoedukasi berfungsi memberikan informasi dan keterampilan praktis bagi orang tua tentang bagaimana memahami dan merespons emosi anak dengan cara yang positif. Menurut Anggraeni dkk. (2022), psikoedukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua mengenai perkembangan emosional anak serta menurunkan kecenderungan pola asuh otoriter.

Kegiatan psikoedukasi "Memahami dan Menangani Emosi pada Balita" yang dilaksanakan di Puskesmas Satu Hati, Kelurahan SG, menjadi salah satu bentuk intervensi psikologi komunitas yang relevan untuk menjawab permasalahan ini. Melalui kegiatan ini, para ibu mendapatkan pemahaman tentang apa itu emosi, bagaimana mengenali jenis-jenis emosi anak, serta cara yang tepat dalam menanganinya. Tujuan akhirnya adalah agar orang tua dapat mengembangkan pola asuh yang lebih responsif dan empatik, sehingga anak-anak dapat tumbuh dengan kemampuan emosional yang sehat dan adaptif.

Dengan demikian, penelitian ini penting untuk dikembangkan karena tidak hanya memberikan manfaat praktis bagi masyarakat, tetapi juga memperkaya kajian psikologi perkembangan anak dan pengasuhan di Indonesia. Melalui pendekatan psikoedukasi berbasis komunitas, diharapkan akan muncul peningkatan kesadaran orang tua mengenai pentingnya literasi emosi serta penerapan pola asuh yang lebih positif dalam keluarga

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan memahami bagaimana para ibu balita mengenali dan mengelola emosi anak. Empat metode digunakan, yaitu tes psikologi, observasi, wawancara tidak terstruktur, dan FGD. Tes psikologi menggunakan Parenting Style Dimensions Questionnaire (PSDQ) untuk mengidentifikasi gaya pengasuhan authoritative, authoritarian, dan permissive (Wulandari, 2019). Observasi dilakukan selama kegiatan Posyandu untuk melihat interaksi ibu dan anak secara langsung, sedangkan wawancara dan FGD digunakan untuk menggali pengalaman, pandangan, serta strategi ibu dalam menghadapi emosi anak. Metode ini dipilih agar data yang diperoleh lebih komprehensif, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Asesmen dilaksanakan di Balai RW 08 dan Puskesmas Pembantu Kelurahan SG, Surabaya, bekerja sama dengan Puskesmas Satu Hati sebagai mitra kegiatan komunitas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi Kelas Balita

Hari/tanggal : Rabu, 07 Mei 2025

Tempat : Balai RW 08 Kelurahan SG

Durasi : 3 jam

Interpretasi Hasil :

Pelayanan kesehatan di Posyandu Keluarga meliputi pemeriksaan kesehatan dasar untuk berbagai kelompok usia, yaitu orang dewasa, lansia, anak, dan balita.

Untuk orang dewasa dan lansia, pemeriksaan yang dilakukan antara lain pengukuran tekanan darah dan gula darah. Untuk balita dan anak-anak, pemeriksaan mencakup pengukuran berat badan dan tinggi badan, serta pemberian makanan tambahan (PMT) untuk mendukung tumbuh kembang mereka. Selain pemeriksaan fisik, posyandu keluarga juga menyediakan penyuluhan kesehatan yang meliputi informasi mengenai kesehatan fisik dan mental, serta skrining kesehatan mental untuk mendeteksi masalah sejak dini. Pada pelaksanaan observasi langsung di Posyandu Keluarga, suasana cukup ramai dengan kehadiran para orang tua yang membawa anak-anak mereka untuk mengikuti pemeriksaan rutin. Di sela-sela kegiatan timbang badan dan pemeriksaan kesehatan, tampak beberapa anak menunjukkan perilaku emosional seperti menangis, marah, atau rewel ketika harus antre (mengukur tinggi badan dan berat badan) atau saat berinteraksi dengan tenaga kesehatan. Respon orang tua terhadap kondisi tersebut beragam; sebagian mencoba menenangkan anak dengan membujuk atau memberikan gawai (HP), sementara sebagian lain tampak membelikan jajanan diluar posyandu balita seperti sempol atau sosis, bahkan marah, dan menegur anak dengan nada tinggi

Wawancara Bidan Kelurahan

Hari/tanggal : Selasa 06 Mei 2025

Tempat : Puskesmas Satu Hati

Durasi : 60 menit

Interpretasi Hasil :

Bidan A telah bertugas di Kelurahan SG selama lebih dari 2 tahun. Beliau menyampaikan bahwa mayoritas ibu-ibu di wilayah ini berasal dari latar belakang pendidikan SMA dan kondisi ekonomi menengah ke bawah. Akses informasi terkait tumbuh kembang anak masih sangat terbatas, terutama dalam aspek psikologi dan pengasuhan emosional anak. Bidan menyampaikan, kalau anak tantrum atau nangis, kebanyakan ibu langsung bilang anaknya bandel atau minta dimarahin. Mereka jarang mikir kalau anak itu mungkin lagi kesal, takut, atau capek. Bidan A juga menyampaikan bahwa para ibu cenderung membentak saat anak menangis, memberi ancaman di masukin ke dalam kamar kalau menangis terus, mencubit ketika anak membuat kesalahan, dan memberikan HP/jajanan pinggir jalan yang disukai anak ketika anak rewel atau menangis ters menerus. Menurut Bidan A, sangat minim sekali penyuluhan khusus yang membahas tentang emosi anak balita dan cara penanganannya. Fokus penyuluhan selama ini lebih pada gizi, imunisasi, dan kebersihan. Jika pun ada sesi parenting, biasanya hanya membahas disiplin atau rutinitas tanpa masuk ke aspek emosional. Ia juga mengungkapkan keterbatasan dalam menyampaikan edukasi psikologi karena Kurangnya pengetahuan tenaga kesehatan tentang aspek psikologi anak, Waktu yang terbatas dalam kegiatan posyandu, Rendahnya minat dan kesadaran ibu-ibu terhadap pentingnya aspek emosi anak.

Parenting Style Dimensions Questionnaire (PSDQ)

Hari/tanggal : Sabtu, 10 Mei 2025

Tempat : Balai RW 08 Kelurahan SG

Durasi : 60 menit

Interpretasi Hasil :

Kuesioner PSDQ telah diuji validitas dan hasilnya valid. Kuesioner ini telah banyak digunakan di seluruh dunia. PSDQ telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh (Önder dan Gülay, 2009) yang digunakan untuk mengetahui masalah dalam pola asuh Pada anak berdasarkan aspek-aspek pendukungnya seperti otoritatif, otoriter, permisif. Orang tua yang kurang memahami pola asuh positif dapat dikenali melalui ciri-ciri pola asuh otoriter, yang mencakup 12 item indikator (Wulandari, 2019). Adapun hasil dari PSDQ sebagai berikut:

Nd	Gaya Pola Asuh	Partisipan
1	<i>Authoritative</i>	13
2	<i>Authoritarian</i>	20
3	<i>Permissive</i>	7

Berdasarkan hasil analisis kuesioner Parenting Style and Dimensions Questionnaire (PSDQ) yang diisi oleh 40 partisipan, ditemukan bahwa mayoritas partisipan cenderung menerapkan gaya pola asuh otoriter (authoritarian), yakni sebanyak 20 orang (50%). Sementara itu, sebanyak 13 orang (32,5%) menunjukkan kecenderungan gaya pola asuh otoritatif (authoritative), dan sisanya 7 orang (17,5%) memiliki kecenderungan gaya pola asuh permisif (permissive)

Forum Group Discussion (FGD)

FGD

Hari/tanggal : 17 Mei 2025

Tempat : Pustu Kebon Dalem

Durasi : 2 jam

Interpretasi Hasil :

Pada saat pelaksanaan FGD, para ibu tampak kooperatif dan bersedia terlibat dalam diskusi. Mereka secara terbuka menyampaikan permasalahan yang dialami serta upaya yang telah dilakukan untuk mengatasinya. Tidak terjadi interupsi antarpartisipan, setiap ibu diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapatnya. Beberapa ibu aktif mengemukakan permasalahan yang dihadapi, sementara yang lain berbagi strategi dalam menghadapi situasi tersebut, terutama dalam menangani anak yang sedang mengalami emosi. Kegiatan berlangsung hingga selesai, meskipun suasana sempat kurang kondusif akibat beberapa gangguan, seperti anak-anak yang menangis minta pulang, berlarian, bermain di dalam ruangan, ibu yang menggendong anak, serta adanya pembagian popok gratis.

FGD diikuti oleh 10 orang ibu-ibu yang memiliki balita, setelah mereka mengikuti penyuluhan kesehatan di salah satu posyandu keluarga. Dari hasil diskusi tersebut, ditemukan bahwa para ibu belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pengertian emosi. Banyak dari mereka memahami emosi hanya sebatas marah atau menangis. Misalnya, salah satu ibu menyatakan, "Anak saya sering emosi kalau keinginannya tidak dituruti, padahal saya sudah bilang supaya jangan terus-terusan menangis." Pernyataan ini menunjukkan bahwa emosi masih dipahami secara sempit, hanya sebagai bentuk ekspresi negatif saja. Selain itu, para ibu mengaku merasa bingung ketika anak-anak mereka menunjukkan perilaku emosional, seperti tantrum, menangis keras, atau membanting barang. Mereka cenderung melihat perilaku tersebut sebagai kenakalan atau bentuk pembangkangan. Salah satu ibu mengungkapkan bahwa ia sering membentak, mencubit anaknya agar berhenti menangis, karena menganggap hal tersebut tidak pantas dilakukan di tempat umum.

Dalam diskusi, terungkap pula bahwa belum ada upaya sistematis dari pada ibu untuk mengajarkan anak tentang pengenalan dan pengelolaan emosi. Mereka cenderung merespons secara reaktif dan instingtua yang didapat dari pengadopsian pola asuh orang tua mereka. Sebagian ibu mengaku lebih memilih memberikan gawai (HP) atau di ajak ke supermarket untuk membeli makanan kesukaan sebagai cara untuk "mengalihkan perhatian" ketika anak mulai rewel, tanpa memahami akar dari emosi yang sedang dialami anak.

Interpretasi Data

Berdasarkan data yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa para ibu yang memiliki anak balita di Kelurahan SG menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pemahaman yang terbatas tentang emosi anak dan cara mengelolanya. Emosi seperti marah atau sedih sering dianggap sebagai kenakalan, dan ditanggapi dengan bentakan, hukuman fisik, atau pemberian HP/membelikan jajanan yang disukai untuk meredakan situasi. Respons pengasuhan yang diberikan umumnya bersifat reaktif dan diwariskan dari pola asuh orang tua sebelumnya, bukan berdasarkan pengetahuan perkembangan anak.

Hasil kuesioner PSDQ menunjukkan bahwa 50% ibu menerapkan gaya pengasuhan otoriter, 32,5% otoritatif, dan 17,5% permisif. Gaya otoriter yang dominan ini sejalan dengan temuan wawancara dan FGD, yang menunjukkan kecenderungan ibu untuk menggunakan kontrol tinggi tanpa pemahaman emosional anak.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar ibu balita di Kelurahan SG masih memiliki pemahaman terbatas tentang emosi anak. Mereka sering menilai perilaku seperti marah atau menangis sebagai hal negatif dan meresponsnya dengan membentak, mencubit, atau memberi gawai. Hasil kuesioner PSDQ menunjukkan 50% ibu bergaya otoriter, 32,5% otoritatif, dan 17,5% permisif. Pola asuh otoriter ini dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi,

budaya, serta rendahnya literasi emosi. Para ibu cenderung meniru pola asuh yang mereka alami tanpa memahami dampaknya terhadap perkembangan anak. Karena itu, psikoedukasi berbasis komunitas di Puskesmas Satu Hati menjadi langkah penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu dalam mengelola emosi anak secara positif. Kegiatan psikoedukasi diharapkan mampu mendorong perubahan menuju pola asuh yang lebih empatik, komunikatif, dan responsif. Program ini tidak hanya bermanfaat bagi masyarakat, tetapi juga memperkaya kajian psikologi perkembangan dan pengasuhan anak berbasis komunitas di Indonesia

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penelitian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak Puskesmas D dan para responden yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Terakhir, penulis menyampaikan apresiasi kepada *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* atas kesempatan untuk mempublikasikan hasil penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

Bandura, A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.

Kohls, L., & Brussow, H. (1995). Training Know-How For Cross Cultural and Diversity Trainers. San Francisco: Adult Learning Systems.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 4, pp. 1-101). New York: Wiley.

Natasabagyo, O. S., & Kusrohmaniah. (2019). Efektivitas Psikoedukasi untuk Peningkatan Literasi Depresi. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 5(1), 26-35. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.48585>

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* (Perkembangan Masa-Hidup) (13th ed.). Penerbit Erlangga.

Sari, R. (2018). Pengaruh Pemahaman Emosi Anak terhadap Pengasuhan yang Efektif. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 123-135.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press