

PENGUATAN KELUARGA MELALUI EDUKASI PARENTING: STUDI EFEKTIVITAS WORKSHOP PRINSIP PARENTING

Bagus Riyono^{1*}
Zahra Frida Intani¹
Ardian Rahman Afandi¹
Radhiya Bustan¹
Lu'luul Jannah¹
Nur Rohmah Itsnaini¹
Hastinia Apriasari¹

¹Program Studi Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

Keywords/Kata kunci

Family strengthening,
parenting workshop,
self efficacy.

Efikasi diri, penguatan
keluarga, workshop
pengasuhan.

ABSTRACT/ABSTRAK:

The family, as society's foundational unit, shapes social, cultural, educational, economic, and civilizational outcomes. In Indonesia, family resilience faces significant challenges, evidenced by a high divorce rate (408,347 cases as of February 2024) and widespread family conflict (246,018 cases of domestic violence). This study evaluates the effectiveness of a parenting workshop in enhancing parental self-efficacy (PSE) in parenting. Utilizing a quasi-experimental design with pre- and post-tests, the study involved 16 parents aged 27–50 years. Results revealed a statistically significant improvement in parenting self-efficacy ($p < .001$, Cohen's $d = -1.18$), demonstrating the workshop's effectiveness in deepening parenting knowledge and skills. These findings underscore the value of community-based parenting education as a preventive intervention to bolster family resilience and promote positive family dynamics.

Keluarga merupakan unit dasar masyarakat yang memengaruhi kualitas sosial, budaya, pendidikan, ekonomi, dan peradaban. Di Indonesia, tantangan terhadap ketahanan keluarga tercermin dari tingginya angka perceraian (408,347 kasus per Februari 2024) dan konflik keluarga (246,018 kasus kekerasan dalam rumah tangga). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas *workshop* parenting dalam meningkatkan efikasi diri orang tua dalam pengasuhan. Dengan menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pretes dan pascates, penelitian ini melibatkan 16 orang tua berusia 27–50 tahun. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam efikasi diri pengasuhan ($p < .001$, *Cohen's d* = -1.18), yang menunjukkan bahwa *workshop* tersebut efektif dalam memperdalam pengetahuan dan keterampilan pengasuhan. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi pencegahan berbasis komunitas untuk memperkuat ketahanan keluarga dan mempromosikan dinamika keluarga yang positif.

* Korespondensi mengenai isi artikel dapat dilakukan melalui: bagus@ugm.ac.id

Keluarga merupakan unit fundamental dalam struktur masyarakat yang memiliki kontribusi besar terhadap kualitas sosial, budaya, pendidikan, ekonomi hingga peradaban. Sebagai institusi sosial terkecil, keluarga berfungsi sebagai tempat pertama individu memperoleh nilai, norma, dan keterampilan hidup yang akan membentuk karakter pribadi sekaligus identitas sosial. Kualitas sebuah keluarga sangat ditentukan oleh keberfungsian multidimensional, mencakup dimensi spiritual (*ruhiyah*), biologis, psikologis, sosial, dan ekonomi (Riyono, 2022). Apabila salah satu dimensi tersebut tidak berfungsi dengan baik, maka ketahanan keluarga menjadi rapuh, dan pada gilirannya akan berdampak negatif terhadap stabilitas sosial masyarakat yang lebih luas. Dengan demikian, memperkuat ketahanan keluarga tidak hanya menjadi urusan domestik, melainkan juga isu pembangunan nasional.

Dalam konteks global, berbagai studi menunjukkan bahwa ketahanan keluarga memiliki implikasi langsung terhadap indikator pembangunan manusia. Menurut Amato (2010), keluarga yang sehat secara psikososial berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan anak, penurunan angka kriminalitas, dan penguatan kualitas modal sosial. Sebaliknya, keluarga yang disfungsi rentan melahirkan generasi dengan masalah emosional, perilaku menyimpang, serta keterbatasan kapasitas sosial. Dengan demikian, keluarga yang kuat menjadi basis penting dalam mewujudkan masyarakat yang produktif dan berdaya saing.

Indonesia menghadapi tantangan ketahanan keluarga. Data Badan Pusat Statistik (2024) menunjukkan bahwa hingga Februari 2024 jumlah kasus perceraian telah mencapai 408,347 kasus, dengan tren peningkatan dari tahun ke tahun. Sementara itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN)

melaporkan bahwa 3,17 juta keluarga mengalami konflik yang berpotensi menuju perceraian, dan sebanyak 246,018 keluarga terlibat dalam kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) (Santika, 2025). Fenomena ini menggambarkan adanya krisis pada dimensi psikologis keluarga yang apabila tidak segera ditangani dapat melemahkan struktur sosial bangsa.

Dimensi psikologis keluarga berperan krusial dalam menjaga keharmonisan, kesejahteraan mental, serta kualitas komunikasi antar anggota keluarga. Ketidakharmonisan psikologis dapat menimbulkan berbagai persoalan, seperti gangguan emosional, ketidakmampuan mengelola konflik, rendahnya harga diri, hingga penyimpangan perilaku sosial. Kerentanan ini sering kali berakar pada pola asuh yang tidak sehat dan relasi disfungsi antara orang tua dan anak. Penelitian menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang disfungsi bukan hanya meningkatkan risiko konflik keluarga, tetapi juga berdampak jangka panjang terhadap tumbuh kembang anak (Bornstein, 2019). Oleh sebab itu, penguatan kapasitas orang tua dalam mengasuh anak merupakan strategi fundamental dalam menjaga ketahanan keluarga.

Laporan Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia (LAKI) mempertegas kondisi ini. Sepanjang 2023–2024, sebagian besar klien telekonseling menghadapi permasalahan psikologis yang berakar dari pola asuh dan relasi keluarga. Permasalahan yang muncul mencakup kesulitan mengelola emosi, kecemasan, pengalaman *bullying* pada anak, hingga persoalan relasional dalam pernikahan. Fakta ini menunjukkan bahwa peran orang tua dalam pengasuhan bukan hanya sebatas menyediakan kebutuhan fisik, melainkan juga terkait erat dengan aspek emosional dan psikologis anak serta dinamika relasi pasangan.

Sebagai respons terhadap situasi tersebut, diperlukan intervensi edukatif yang komprehensif dan berkelanjutan bagi orang tua maupun calon orang tua. Salah satu strategi yang terbukti efektif adalah peningkatan pemahaman dan keterampilan orang tua melalui program pelatihan atau workshop *parenting*. Dibandingkan dengan metode edukasi konvensional, pendekatan workshop memiliki keunggulan karena sifatnya yang interaktif, aplikatif, serta mampu memfasilitasi peserta untuk memperoleh pemahaman konseptual sekaligus keterampilan praktis dalam konteks nyata. Studi yang dilakukan oleh Martínez-González et al. (2016) menemukan bahwa program workshop *parenting* dapat meningkatkan pemahaman orang tua mengenai kebutuhan emosional anak dan menurunkan tingkat stres pengasuhan. Temuan serupa dikemukakan oleh Carroll (2022) yang menegaskan bahwa format interaktif workshop lebih efektif dalam melatih keterampilan dibandingkan ceramah satu arah.

Teori sistem keluarga (Epstein et al., 1978) menekankan bahwa perubahan positif pada satu anggota keluarga, khususnya orang tua, akan berdampak pada keseluruhan sistem keluarga. Jika orang tua memiliki keterampilan dan keyakinan diri yang lebih baik dalam pengasuhan, maka hal itu dapat memunculkan pola interaksi yang lebih sehat dalam keluarga. Teori *Attachment* (Bowlby, 1982) juga memberikan dasar yang kuat, dengan menekankan pentingnya keterikatan emosional antara orang tua dan anak. Orang tua yang mampu menghadirkan kehangatan, konsistensi, dan responsivitas akan membentuk kelekatan aman yang berpengaruh positif pada perkembangan emosional dan sosial anak. Intervensi pengasuhan berbasis teori dan praktek terbukti dapat meningkatkan efikasi diri, dukungan sosial, dan persepsi kompetensi orang tua (de Jong et al., 2023; Lin-Lewry et

al., 2024). Hal ini selaras dengan konsep workshop prinsip *parenting* yang dirancang mencakup penjelasan materi dan studi kasus yang banyak ditemui dalam kehidupan sehari-hari anak. Studi Wilhelmsen-Langeland et al. (2020) juga menemukan bahwa orang tua dengan anak yang memiliki permasalahan perilaku dan emosional menunjukkan peningkatan efikasi diri dan kepuasan peran sebagai orang tua. Di Asia Tenggara, intervensi parenting seperti *Triple P* dan *Parenting for Lifelong Health (PLH)* yang telah diadaptasi di Filipina, Thailand, dan Indonesia terbukti meningkatkan *parenting self-efficacy* serta mengurangi pengasuhan kasar, namun efeknya sering memudar setelah enam bulan karena terlalu berfokus pada teknik perilaku spesifik yang kurang fleksibel terhadap nilai kolektivistis dan konteks budaya lokal (Alampay et al., 2018). Sehingga, workshop berbasis prinsip yang menekankan refleksi dan pemahaman esensi pengasuhan diperlukan sebagai inovasi yang lebih adaptif dan berkelanjutan (Sanders & Mazzucchelli, 2013).

Meskipun banyak program edukasi workshop *parenting*, sebagian besar masih berfokus pada teknik-teknik spesifik perilaku atau modul yang kurang fleksibel ketika diterapkan pada konteks keluarga yang sangat beragam (Sanders & Mazzucchelli, 2013; Wittkowski et al., 2017). Workshop yang dirancang dalam penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengedepankan pendekatan berbasis prinsip dan refleksi mendalam terhadap esensi pengasuhan, bukan sekadar keterampilan teknis. Pendekatan ini memungkinkan orang tua membangun kerangka berpikir yang adaptif pada berbagai situasi kehidupan sehari-hari, sehingga berpotensi menghasilkan peningkatan efikasi diri yang lebih berkelanjutan dibandingkan program berbasis teknik semata (Sanders et al., 2014). Selain itu, fokus pada refleksi

pengalaman pengasuhan terbukti menjadi mekanisme kunci dalam memperkuat *self-efficacy* karena membantu orang tua memaknai pengalaman masa lalu yang sulit sebagai sumber pembelajaran (Glatz et al., 2024; Jones & Prinz, 2005).

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen satu kelompok prates-pascates karena (1) sifat *workshop* terbuka untuk umum, (2) desain ini memberikan bukti awal yang sah dan hemat biaya untuk intervensi baru (Marsden & Torgerson, 2012), serta (3) banyak digunakan serta diterima dalam evaluasi awal program parenting ketika efek yang diharapkan cukup besar (Gross et al., 2009; Leung et al., 2003). Oleh karena itu, desain kuasi eksperimen menjadi desain tepat untuk pengujian awal *workshop* berbasis prinsip. Melalui keterlibatan aktif akademisi dan praktisi, *workshop* ini diharapkan dapat membentuk komunitas peduli keluarga (*community of care*) yang mampu memperkuat ketahanan keluarga di Indonesia secara lebih holistik dan berkelanjutan (Surjaningrum et al., 2018). Dengan demikian, penelitian ini memiliki signifikansi praktis dan teoritis yang penting, tidak hanya dalam ranah akademik tetapi juga dalam upaya penguatan kebijakan ketahanan keluarga di tingkat nasional.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi-eksperimen dengan desain *one group pre-test - post-test*. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan pengukuran awal (prates), kemudian diberikan perlakuan dan diakhiri dengan pengukuran akhir (pascates) untuk menilai perubahan yang terjadi setelah mendapatkan intervensi *workshop*. Desain ini digunakan peneliti agar bisa mengamati efek perlakuan terhadap variabel terkait

dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah *workshop*.

Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi yang digunakan adalah orang tua maupun calon orang tua berusia 29-50 tahun, bersedia menghadiri seluruh sesi *workshop*, bersedia menjadi partisipan penelitian. Sedangkan kriteria eksklusif penelitian ini adalah sedang menjalani terapi psikologi yang panjang, tidak berkomitmen mengikuti seluruh rangkaian *workshop*, dan pernah mengikuti *workshop parenting* berbasis prinsip.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 16 orang yang berasal dari beragam latar belakang profesi. Subjek terdiri atas dosen, pengajar, mahasiswa, ibu rumah tangga, konselor, dokter anak, wirausaha, *trainer*, dan penulis. Subjek penelitian memiliki rentang usia dari 29 - 50 tahun yang merupakan calon orang tua dan orang tua. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif, berkaitan dengan pengalaman dan peran dalam mempersiapkan dan mempraktekkan pengasuhan.

Metode Pengumpulan Data

Subjek akan mengisi prates sebelum pelaksanaan *workshop parenting* yang terdiri dari penjelasan prinsip dan praktik. Setelah *workshop* selesai, subjek diminta untuk mengisi pascates. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Parenting Self-Efficacy Measuring Instrument* (P-SEMI) yang dikembangkan (Harty, 2009). Alat ukur ini telah memiliki reliabilitas internal yang baik ($\alpha = .80-.91$) dan telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh (Badriyah, 2020).

Prosedur Intervensi

Intervensi dalam penelitian ini dilakukan melalui workshop *parenting* satu hari yang terdiri dari tiga sesi utama, yaitu penyampaian materi, diskusi kelompok, dan studi kasus. Selain itu, subjek memperoleh buku 4 Prinsip *Parenting* serta modul yang berisi lembar kerja refleksi untuk mendukung proses internalisasi materi. Prates diberikan maksimal 7 hari sebelum workshop melalui formulir kesediaan menjadi subjek penelitian. Dengan demikian, terdapat jeda waktu antara pengisian prates dan pelaksanaan intervensi, yang memungkinkan partisipan mengisi instrumen tanpa pengaruh langsung dari materi workshop. Sementara itu, pascates diberikan segera setelah seluruh sesi workshop selesai pada hari yang sama. Pemilihan rentang waktu tersebut didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada pengukuran perubahan pengetahuan dan persepsi efikasi orang tua

secara langsung (*immediate effect*) setelah mengikuti workshop. Untuk meminimalkan potensi bias familiaritas terhadap alat ukur, subjek tidak diberikan umpan balik hasil prates sebelum mengikuti workshop maupun sebelum mengisi pascates. Selain itu, materi workshop mencakup sesi diskusi dan studi kasus yang mengalihkan fokus partisipan dari butir-butir instrumen sehingga mengurangi kecenderungan mengingat respons sebelumnya.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data uji *t* berpasangan untuk melihat efek dari workshop terhadap peningkatan efikasi diri orang tua dalam pengasuhan.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dengan prates dan pascates serta teknik analisis data uji *t* berpasangan.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

		<i>W</i>	<i>p</i>
Prates	Pascates	.925	.200

Tabel 2. Hasil Uji *t* Berpasangan

Variable	<i>M</i> Difference	<i>SE</i> Difference	<i>t</i>	<i>p</i>	Cohen's <i>d</i>
Pretest – Posttest	–30.4	6.47	–4.71	< .001	–1.18

Note. Nilai selisih negatif menunjukkan adanya peningkatan skor dari prates ke pascates. Hipotesis alternatif menyatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata skor sebelum dan sesudah intervensi ($H_1: \mu_1 - \mu_2 \neq 0$).

Uji *t* berpasangan dilakukan untuk mengetahui perbedaan skor antara prates dan pascates. Hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor prates ($M = 4.93$, $SD = 1.035$) dan pascates ($M = 5.68$, $SD = 0.741$), $t(15) = -4.71$, $p < .001$. Perbedaan rerata antara prates dan pascates sebesar -0.742 ($SE = .158$), yang menunjukkan bahwa skor pascates lebih tinggi dibandingkan prates. Ukuran efek

yang diperoleh cukup besar (*Cohen's d* = -1.18). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan setelah perlakuan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa workshop *parenting* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan efikasi diri orang tua dalam pengasuhan

(*parenting self-efficacy/PSE*). Analisis *paired t-test* menghasilkan nilai signifikan ($p < .001$) dengan *effect size* besar (*Cohen's d* = -1.18). Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi workshop tidak hanya menghasilkan perubahan kecil, tetapi memberikan dampak yang kuat dan bermakna terhadap keyakinan orang tua mengenai kapasitas dalam menjalankan fungsi pengasuhan. Secara konseptual, *parenting self-efficacy* merujuk pada keyakinan subjektif orang tua terhadap kemampuannya dalam mengelola perilaku anak secara efektif. Efikasi diri dalam pengasuhan telah terbukti menjadi prediktor penting kualitas interaksi orang tua-anak, regulasi emosi anak, dan kesejahteraan psikologis keluarga (Jones & Prinz, 2005). Orang tua dengan PSE tinggi cenderung lebih tenang, konsisten, dan responsif dalam menghadapi dinamika pengasuhan, sementara PSE rendah sering kali berkaitan dengan stres, frustrasi, dan konflik keluarga.

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa workshop interaktif lebih efektif dibandingkan edukasi konvensional. Martínez-González et al. (2016) menemukan bahwa pendekatan berbasis aktivitas dan diskusi dapat meningkatkan pemahaman emosional orang tua serta menurunkan stres pengasuhan. Carroll (2022) juga menekankan bahwa workshop yang aplikatif memperkuat transfer keterampilan secara lebih berkelanjutan. Pada penelitian ini, efektivitas workshop tercermin pula dalam temuan kualitatif, saat partisipan melaporkan perolehan pemahaman baru mengenai prinsip pengasuhan, dinamika perilaku anak, serta strategi praktis dalam menyelesaikan konflik keluarga. Integrasi temuan kuantitatif (peningkatan skor PSE) dan kualitatif (narasi refleksi) memperkuat interpretasi bahwa workshop memberikan dampak tidak hanya secara kognitif, tetapi

juga secara emosional dan pengalaman langsung.

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui beberapa kerangka teoretis. *Family Systems Theory* (Epstein et al., 1978) menegaskan bahwa perubahan pada satu anggota keluarga berdampak pada keseluruhan sistem. Ketika PSE meningkat, perubahan tersebut turut tercermin dalam pola komunikasi, intensitas konflik, dan kualitas interaksi dalam keluarga. Teori *attachment* (Bowlby, 1982) juga relevan, karena orang tua dengan efikasi diri tinggi lebih mampu menampilkan pola asuh responsif dan penuh kasih yang mendukung terbentuknya keterikatan aman (*secure attachment*). Selain itu, *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1989) menjelaskan bahwa peningkatan *self-efficacy* dalam workshop dipengaruhi oleh kehadiran elemen *mastery experience*, pembelajaran tidak langsung (*vicarious*) melalui diskusi dengan sesama partisipan, serta *verbal persuasion* dari fasilitator.

Relevansi hasil penelitian ini semakin kuat ketika dikaitkan dengan konteks sosial Indonesia. Saat ini, keluarga Indonesia menghadapi tantangan serius dalam dimensi psikososial. Data BPS (Santika, 2025) mencatat lebih dari 408 ribu kasus perceraian hingga Februari 2024, sementara laporan BKKBN menunjukkan bahwa lebih dari 3,17 juta keluarga menghadapi konflik serius yang berpotensi menuju perceraian, dengan 246 ribu kasus KDRT tercatat secara resmi. Angka-angka ini menggambarkan rapuhnya ketahanan keluarga Indonesia, terutama pada aspek relasi interpersonal dan psikologis. Rendahnya PSE dapat menjadi salah satu faktor pemicu memburuknya kondisi ini, karena orang tua yang merasa tidak kompeten dalam mengasuh cenderung mengalami stres berkepanjangan, merasa gagal, dan lebih mudah terjebak dalam konflik baik dengan pasangan maupun anak. Dengan demikian, intervensi berupa

workshop *parenting* yang dirancang berbasis bukti ilmiah dan dilaksanakan melalui kolaborasi akademisi serta praktisi memiliki urgensi yang tinggi. Workshop semacam ini tidak hanya berfungsi sebagai bentuk intervensi preventif untuk mencegah konflik keluarga, tetapi juga sebagai strategi promotif untuk memperkuat kapasitas psikologis keluarga agar lebih resilien menghadapi tantangan zaman.

Selain memberikan manfaat individual, workshop *parenting* juga dapat berkontribusi pada pembentukan *community of care* (Erku et al., 2023; Surjaningrum et al., 2018). Melalui pendekatan berbasis komunitas, partisipan tidak hanya mendapatkan peningkatan PSE untuk dirinya sendiri, tetapi juga menjadi bagian dari ekosistem sosial yang saling mendukung dalam isu pengasuhan. Hal ini penting dalam konteks masyarakat Indonesia yang masih menjunjung tinggi nilai kolektivitas. Dukungan komunitas dapat memperkuat dampak workshop dan memperluas jangkauan manfaatnya hingga ke tingkat masyarakat. Dengan kata lain, workshop *parenting* yang terintegrasi dengan dukungan komunitas memiliki potensi untuk memperkuat ketahanan keluarga tidak hanya pada tingkat mikro (keluarga), tetapi juga pada tingkat meso (komunitas) dan makro (masyarakat dan kebijakan).

Desain penelitian ini menggunakan kuasi-eksperimen dengan *one group pre-test post-test* tidak melibatkan kelompok kontrol menjadi bagian keterbatasan dalam penelitian ini. Hal ini membuat peningkatan PSE tidak bisa hanya dipastikan sebagai akibat dari workshop semata. Ada kemungkinan faktor eksternal seperti motivasi pribadi, pengalaman hidup, atau dukungan sosial juga bisa berperan. Selain itu, workshop yang dilakukan berlangsung singkat (satu hari), sehingga belum diketahui apakah dampak positif terhadap PSE ini bertahan dalam jangka panjang. Oleh

karena itu, penelitian lanjutan dengan desain *randomized controlled trial* (RCT), jumlah partisipan yang lebih besar, serta pengukuran *follow-up* jangka panjang sangat diperlukan untuk memperoleh hasil yang lebih valid dan reliabel.

Dari segi implikasi praktis, penelitian ini menegaskan bahwa workshop *parenting* dapat dijadikan sebagai model program pengabdian masyarakat berbasis kolaborasi akademisi-praktisi. Perguruan tinggi dapat menggandeng lembaga advokasi keluarga, pusat layanan psikologi, dan organisasi masyarakat sipil untuk mereplikasi program ini di berbagai daerah. Selain itu, workshop *parenting* berbasis bukti juga dapat berfungsi sebagai intervensi preventif nasional untuk memperkuat dimensi psikologis keluarga, khususnya dalam mencegah konflik, perceraian, dan KDRT.

Dari sisi kebijakan, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi instansi pemerintah untuk mengintegrasikan program parenting berbasis bukti ke dalam program nasional ketahanan keluarga. Integrasi ini diharapkan dapat meningkatkan capaian Indeks Pembangunan Keluarga (iBangga) sekaligus berkontribusi dalam menurunkan angka perceraian dan KDRT di Indonesia. Selain rekomendasi praktis tersebut, penelitian ini juga membuka ruang bagi studi lanjutan, misalnya dengan menguji efektivitas implementasi program parenting di berbagai konteks budaya dan sosial, menilai keberlanjutan dampaknya dalam jangka panjang, atau mengeksplorasi faktor-faktor moderasi seperti kondisi ekonomi keluarga dan dukungan komunitas. Penelitian lanjutan semacam ini penting untuk memastikan kesinambungan pengembangan ilmu serta memenuhi tanggung jawab etik dalam memperkuat validitas temuan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, workshop *parenting* berbasis kolaborasi akademisi dan praktisi terbukti efektif dalam meningkatkan efikasi diri orang tua dalam pengasuhan, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil uji *t* berpasangan ($p < .001$) dengan ukuran efek besar (*Cohen's d* = -1.18). Peningkatan efikasi diri ini berperan penting dalam memperkuat dimensi psikologis keluarga, yang merupakan salah satu pilar utama ketahanan keluarga. Data kualitatif juga mengungkapkan bahwa partisipan memperoleh pemahaman mendalam tentang prinsip pengasuhan dan hakikat anak.

Workshop parenting berbasis bukti ilmiah perlu direplikasi secara luas dengan melibatkan perguruan tinggi dan komunitas lokal dengan pendampingan jangka panjang. Penelitian lanjutan dengan partisipan lebih banyak dan kelompok kontrol diperlukan untuk hasil yang lebih valid. Pemerintah disarankan mengintegrasikan program ini ke dalam kebijakan nasional seperti iBangga Tuntut menurunkan angka perceraian dan KDRT. Pengembangan *community of care* dan pemanfaatan platform digital untuk modul *parenting* dapat memperluas aksesibilitas terhadap peningkatan kapasitas ketahanan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Alampay, L. P., Lachman, J. M., Landoy, B. V., Madrid, B. J., Ward, C. L., Hutchings, J., Alinea, Ma. C. D., & Gardner, F. (2018). Preventing child maltreatment in low- and middle-income countries: Parenting for lifelong health in the Philippines. In S. Verma & A. C. Petersen (Eds.), *Developmental Science and Sustainable Development Goals for Children and Youth*, (pp. 277–293). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-96592-5_15
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Badriyah, S. (2020). *Parenting self efficacy dalam mencegah kekerasan seksual anak usia 4-7 tahun (Studi komparasi pada ayah dan ibu)* [Skripsi]. Universitas Negeri Semarang.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44(9), 1175–1184.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.9.1175>
- Bornstein, M. H. (2019). *Handbook of parenting* (3rd ed., Vol. 1). Routledge.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss* (2nd ed.). Basic Books.
- Carroll, P. (2022). Effectiveness of positive discipline parenting program on parenting style, and child adaptive behavior. *Child Psychiatry & Human Development*, 53(6), 1349–1358.
<https://doi.org/10.1007/s10578-021-01201-x>
- de Jong, S. R. C., van den Hoofdakker, B. J., van der Veen-Mulders, L., Veenman, B., Twisk, J. W. R., Oosterlaan, J., & Luman, M. (2023). The efficacy of a self-help parenting program for parents of children with externalizing behavior: A randomized controlled trial. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(10), 2031–2042.
<https://doi.org/10.1007/s00787-022-02028-0>

- Epstein, N. B., Bishop, D. S., & Levin, S. (1978). The McMaster model of family functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 4(4), 19–31. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1978.tb00537.x>
- Erku, D., Khatri, R., Endalamaw, A., Wolka, E., Nigatu, F., Zewdie, A., & Assefa, Y. (2023). Community engagement initiatives in primary health care to achieve universal health coverage: A realist synthesis of scoping review. *PLOS ONE*, 18(5), e0285222. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285222>
- Glatz, T., Lippold, M., Chung, G., & Jensen, T. M. (2024). A systematic review of parental self-efficacy among parents of school-age children and adolescents. *Adolescent Research Review*, 9(1), 75–91. <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00216-w>
- Gross, D., Garvey, C., Julion, W., Fogg, L., Tucker, S., & Mokros, H. (2009). Efficacy of the Chicago parent program with low-income African American and Latino parents of young children. *Prevention Science*, 10(1), 54–65. <https://doi.org/10.1007/s11121-008-0116-7>
- Harty, M. (2009). *The validation of a task-specific measure of parenting self-efficacy for use with mothers of young children* [Dissertation]. University of Humanities.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
- Leung, C., Sanders, M. R., Leung, S., Mak, R., & Lau, J. (2003). An Outcome Evaluation of the Implementation of the Triple P-Positive Parenting Program in Hong Kong. *Family Process*, 42(4), 531–544. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00531.x>
- Lin-Lewry, M., Thi Thuy Nguyen, C., Hasanul Huda, M., Tsai, S.-Y., Chipojola, R., & Kuo, S.-Y. (2024). Effects of digital parenting interventions on self-efficacy, social support, and depressive symptoms in the transition to parenthood: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Medical Informatics*, 185, 105405. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2024.105405>
- Marsden, E., & Torgerson, C. J. (2012). Single group, pre- and post-test research designs: Some methodological concerns. *Oxford Review of Education*, 38(5), 583–616. <https://doi.org/10.1080/03054985.2012.731208>
- Martínez-González, R.-A., Rodríguez-Ruiz, B., Álvarez-Blanco, L., & Becedóniz-Vázquez, C. (2016). Evidence in promoting positive parenting through the program-guide to develop emotional competences. *Psychosocial Intervention*, 25(2), 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.psi.2016.04.001>
- Riyono, B. (2022). Keluarga sebagai fondasi peradaban bangsa: Sebuah strategi memanfaatkan bonus demografi secara optimal. *Buletin Psikologi*, 30(1), 59–77. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.68234>

- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., & Day, J. J. (2014). The triple P-positive parenting program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review, 34*(4), 337–357.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.003>
- Sanders, M. R., & Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical Child and Family Psychology Review, 16*(1), 1–17.
<https://doi.org/10.1007/s10567-013-0129-z>
- Santika, E. F. (2025, June 20). *Divorce trends (talak and gugat) in Indonesia, 2018-2024*. Databoks.
<https://databoks.katadata.co.id/en/demographics/statistics/6855539a75d53/divorce-trends-talak-and-gugat-in-indonesia-2018-2024>
- Surjaningrum, E. R., Minas, H., Jorm, A. F., & Kakuma, R. (2018). The feasibility of a role for community health workers in integrated mental health care for perinatal depression: A qualitative study from Surabaya, Indonesia. *International Journal of Mental Health Systems, 12*(1), 27.
<https://doi.org/10.1186/s13033-018-0208-0>
- Wilhelmsen-Langeland, A., Aardal, H., Hjelmseth, V., Fyhn, K. H., & Stige, S. H. (2020). An emotion focused family therapy workshop for parents with children 6-12 years increased parental self-efficacy. *Emotional and Behavioural Difficulties, 25*(1), 29–41.
<https://doi.org/10.1080/13632752.2019.1655921>
- Wittkowski, A., Garrett, C., Calam, R., & Weisberg, D. (2017). Self-report measures of parental self-efficacy: A systematic review of the current literature. *Journal of Child and Family Studies, 26*(11), 2960–2978.
<https://doi.org/10.1007/s10826-017-0830-5>