

Menjadi Orang Tua Tangguh Melalui Penguatan Self-efficacy parenting Untuk Optimalisasi Pengasuhan Anak Berkebutuhan Khusus Di SLB Aisyiyah Porong

Oleh:

Siti Rosalina

Effy Wardati Maryam, S.Psi., M.Si.

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

September, 2026



Pendahuluan

URGENSI & TEMUAN LAPANGAN

Tantangan Psikologis & Self-Efficacy Parenting ABK

Tingginya tekanan emosional orang tua dan guru dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus.



Kompleksitas Pengasuhan

Stres & Kecemasan Tinggi: Beban pengasuhan intensif dan ketidakpastian strategi tumbuh kembang.

Dampak Peran Guru & Orang Tua: Keraguan kemampuan menurunkan kualitas interaksi dan pengasuhan.

Kebutuhan Utama: Kesiapan mental serta keyakinan diri (self-efficacy) yang memadai.

54%

Self-Efficacy Rendah (Studi 1)

Temuan Lumbanbatu & Ambarita pada mayoritas orang tua dan guru ABK.

43%

Orang Tua Kategori Rendah (Studi 2)

Riset Albintary et al. memperkuat fakta keraguan mengasuh ABK.

Temuan CNA SLB Aisyiyah Porong: Guru & orang tua mengalami keraguan mengasuh dan kesulitan menentukan strategi yang tepat.

Pendahuluan

Psikoedukasi Penguatan Self-Efficacy Parenting

Mengintegrasikan peran orang tua dan guru menuju pengasuhan yang tangguh dan adaptif.



1. Kesenjangan Riset Terdahulu

Studi terdahulu mayoritas hanya berfokus pada orang tua. Penelitian ini mengintegrasikan peran guru dan orang tua secara simultan.

2. Efektivitas Intervensi Psikoedukasi

Pemberian informasi, keterampilan praktis, serta strategi regulasi emosi untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam mengasuh ABK.

3. Target Utama di SLB Aisyiyah Porong

Membentuk **orang tua & guru yang tangguh** melalui penguatan *self-efficacy parenting* guna mengoptimalisasi tumbuh kembang anak.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah psikoedukasi efektif dalam meningkatkan self-efficacy parenting pada orang tua dan guru anak berkebutuhan khusus ?

Metode

Rancangan, Subjek & Instrumen Riset

Pendekatan kuantitatif eksperimental untuk menguji efektivitas psikoedukasi.



Desain Eksperimen

Pendekatan **Pre-Eksperimental** dengan skema *One-Group Pretest-Posttest Design*.

O_1 (Pretest) → X (Intervensi) → O_2 (Posttest)



Subjek & Sampling

Total **25 Peserta** terdiri dari orang tua dan guru ABK di SLB Aisyiyah Porong.

Teknik Sampling Jenuh (Total Populasi)



Instrumen Ukur

Kuesioner 15 butir pertanyaan ("iya"/"tidak") mengukur self-efficacy parenting.

Reliabilitas Tinggi ($\alpha = 0.813$)

Tahapan

Tahapan Kegiatan & Teknik Analisis Data

Pelaksanaan sistematis 3 tahap dan evaluasi terukur menggunakan perangkat lunak statistik.

TAHAP 1

Sebelum Kegiatan

Persiapan

- Survei & wawancara awal
- Analisis kebutuhan peserta
- Penyusunan modul materi

TAHAP 2

Saat Kegiatan

Pelaksanaan

- Penyampai materi interaktif
- Diskusi kelompok mendalam
- Sesi tanya jawab & studi kasus

TAHAP 3

Setelah Kegiatan

Evaluasi

- Pengisian posttest kuesioner
- Evaluasi pemahaman peserta
- Analisis tingkat keberhasilan



Pengolahan & Analisis Data Statistik

Menguji perbedaan signifikan antara skor pretest (O_1) dan posttest (O_2).

Perangkat Lunak JASP v0.18.1.0

Hasil

Peningkatan Skor Self-Efficacy Parenting

Perbandingan rata-rata skor kuesioner sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi.

RATA-RATA PRE-TEST (O_1)

11.96 / 15

SD = 0.385

RATA-RATA POST-TEST (O_2)

15.00 / 15

SD = 0.210

RATA-RATA KENAIKAN

+3.04 Poin

+25.4% Efektivitas

Grafik Perbandingan Rata-Rata Skor (N=25)

Pre-Test

11.96

Post-Test

15.00 (Maksimal)

✓ Seluruh 25 peserta mencapai skor rata-rata maksimal (15.00) setelah mengikuti psikoedukasi.

Hasil

Signifikansi Dampak Intervensi

Pengujian statistik membuktikan efektivitas psikoedukasi secara signifikan.



Uji Normalitas

Shapiro-Wilk & Kolmogorov-Smirnov

Kolmogorov-Smirnov (p)	0.948 (> 0.05)
Shapiro-Wilk (W)	0.843 (p = .001)

Interpretasi: Nilai $p = 0.948 (> 0.05)$ menunjukkan bahwa data skor terdistribusi normal dan layak untuk diuji statistik lanjut.



Uji Hipotesis (T-Test)

Paired Samples Test (Pre vs Post)

Nilai T / W Test	25.215
Signifikansi (p-value)	< 0.001 (< 0.05)

Interpretasi: Nilai $p < 0.001$ membuktikan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat *self-efficacy* peserta sebelum dan sesudah kegiatan.



Kesimpulan Utama Penelitian

Program psikoedukasi terbukti sangat efektif dalam meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy parenting*) orang tua dan guru ABK di SLB Aisyiyah Porong.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi efektif meningkatkan *self-efficacy parenting* pada orang tua dan guru anak berkebutuhan khusus secara signifikan. Peningkatan ini tidak hanya berdampak pada aspek kognitif berupa bertambahnya pengetahuan dan strategi pengasuhan, tetapi juga menguatkan aspek afektif dan perilaku. Pengasuh menjadi lebih percaya diri, siap secara emosional, serta mampu menerapkan pola asuh yang lebih adaptif dan responsif. Efektivitas ini didukung oleh proses pembelajaran sosial dan diskusi kelompok selama intervensi yang memperkuat kesiapan psikologis peserta dalam menghadapi tantangan pengasuhan.

Secara keseluruhan, *self-efficacy parenting* yang tinggi terbukti menjadi fondasi krusial dalam mengelola stres, mengendalikan emosi, dan mencegah kelelahan psikologis saat mengasuh anak berkebutuhan khusus. Melalui pemahaman materi serta pertukaran pengalaman antarpeserta, psikoedukasi berhasil membangun keyakinan diri orang tua dan guru dalam mengambil keputusan pengasuhan yang tepat. Dampak positif ini pada akhirnya meningkatkan kualitas interaksi dan pengasuhan secara menyeluruh untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Temuan Penting Penelitian

Temuan penting penelitian ini membuktikan bahwa intervensi psikoedukasi secara signifikan mampu meningkatkan *self-efficacy parenting* pada orang tua dan guru anak berkebutuhan khusus (ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata skor dari 11,96 menjadi 15,00 dengan *p-value* < 0,001). Peningkatan kepercayaan diri dan keyakinan pengasuhan ini terjadi secara menyeluruh—meliputi dimensi kognitif (pengetahuan strategi pengasuhan), afektif (kematangan emosional dan pengelolaan stres), hingga perilaku (penerapan pola asuh yang lebih adaptif dan responsif)—sehingga psikoedukasi terbukti menjadi metode yang efektif dan aplikatif untuk mengoptimalisasi kualitas pengasuhan ABK di lingkungan sekolah maupun rumah.

Manfaat Penelitian

- **Manfaat Teoritis**

- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi dan pendidikan khusus dengan memperkaya literatur serta kajian mengenai self-efficacy parenting, khususnya dalam konteks pengasuhan dan pendampingan anak berkebutuhan khusus (ABK). Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori pembelajaran sosial (social learning) dan intervensi psikologis, terutama dalam menjelaskan bahwa intervensi berbasis psikoedukasi dan pembelajaran sosial dapat meningkatkan keyakinan diri (self-efficacy) serta kesiapan psikologis pengasuh, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun perilaku. Penelitian ini juga memberikan gambaran yang lebih holistik dan kolaboratif mengenai efektivitas psikoedukasi dengan melibatkan dua subjek utama, yaitu orang tua dan guru, secara terintegrasi. Dengan demikian, hasil penelitian dapat menjadi referensi ilmiah baru sekaligus mengisi kesenjangan penelitian terdahulu yang umumnya lebih banyak berfokus pada peran orang tua saja dalam pengasuhan dan pendampingan anak berkebutuhan khusus.

Manfaat Penelitian

- **Manfaat Praktis**

- Bagi Orang Tua dan Guru ABK: Meningkatkan pengetahuan, kepercayaan diri, kesabaran, dan keterampilan praktis dalam mengelola emosi serta menentukan strategi pengasuhan dan pembelajaran yang tepat serta adaptif sesuai kebutuhan spesifik anak.
- Bagi Sekolah/SLB (khususnya SLB Aisyiyah Porong): Menjadi acuan dalam merancang program pendampingan, pelatihan, dan layanan bimbingan psikologis yang berkelanjutan bagi staf pengajar dan wali murid guna menciptakan lingkungan inklusif yang saling mendukung.
- Bagi Peneliti Selanjutnya dan Praktisi Psikologi: Menjadi modul atau panduan acuan dalam merancang program intervensi psikologis berbasis psikoedukasi yang lebih luas untuk populasi pengasuh ABK di berbagai lembaga pendidikan khusus lainnya.

Referensi

- [1] U. Marsyah, E. Zudeta, A. Imanniyah, and E. Despalantri, "Stunting Dan Risiko Anak Berkebutuhan Khusus: Urgensi Psikoedukasi Bagi Orang Tua," J. ABDI MERCUSUAR, vol. 5, no. 2, pp. 135–145, 2025.
- [2] V. Amelia, "Optimalisasi tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus," Maliki Interdiscip. J., vol. 1, no. 1, pp. 35–44, 2023.
- [3] U. Nisa, G. S. Mahfuzah, and M. Fakhurrozi, "Upaya Peningkatan Well Being dalam Pengasuhan Anak Berkebutuhan Khusus Berbasis Kesadaran Spiritual pada Budaya Masyarakat Religi Banjarmasin," in The Indonesian Conference on Disability Studies and Inclusive Education, 2024, pp. 1–16.
- [4] Z. F. Zain, "Optimalisasi Pendidikan Anak dan Remaja Khusus, Apa yang Harus Dilakukan Sebagai Orang tua?," J. Syntax Imp. J. Ilmu Sos. dan Pendidik., vol. 5, no. 1, pp. 148–163, 2024.
- [5] T. Urdan and F. Pajares, Self-efficacy beliefs of adolescents. IAP, 2006.
- [6] S. R. Jahra, C. Arumsari, and A. Nugraha, "Pengaruh Kelekatan Orang Tua Terhadap Self Efficacy Siswa SMAN Kota Banjar," Guid. WORLD (BIMBINGAN DAN KONSELING), vol. 8, no. 2, pp. 300–309, 2025.
- [7] M. Mafaza, N. Anggreiny, and H. Alfara, "Parenting Self Efficacy pada Orang Tua dengan Tuna Netra," J. Ilmu Perilaku, vol. 1, no. 2, pp. 110–124, 2018.
- [8] A. Alini and Z. R. Zurrahmi, "Hubungan Hardiness dengan Parenting Self Efficacy pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLBN Kecamatan Bangkinang Kota," J. Pahlawan Kesehat., vol. 2, no. 3, 2025.
- [9] E. E. Batubara, M. Rohinsa, and T. Setiawan, "Kontribusi Strength Based Parenting dan Academic Self-Efficacy terhadap Engagement pada Siswa SD Mutiara Harapan Pangkalan Kerinci Riau," J. Penelit. Dan Pengukuran Psikol. JPPP, vol. 13, no. 1, pp. 65–76, 2024.
- [10] J. Erlangga and A. Suratman, "Parenting Cerdas Dengan Growth Mindset; Membimbing Anak Untuk Berani Gagal Dan Bangkit," Didakt. J. Ilm. PGSD STKIP Subang, vol. 11, no. 04, pp. 237–249, 2025.

Referensi

- [11] D. F. Lumbanbatu and T. F. A. Ambarita, "Perbedaan Parenting Self-Efficacy Pada Ayah Dan Ibu Suku Batak Toba," *Innov. J. Soc. Sci. Res.*, vol. 3, no. 5, pp. 3266–3272, 2023.
- [12] R. Albintary, H. Rahmawati, and F. F. Tantiani, "Dukungan sosial dan parenting self-efficacy pada orang tua anak autism spectrum disorder di kota blitar," *J. Penelit. dan Pengukuran Psikol. JPPP*, vol. 7, no. 1, pp. 46–52, 2018.
- [13] N. E. Pasyola, A. M. Abdullah, and D. Puspasari, "Peran parenting self-efficacy dan optimisme terhadap psychological well-being ibu yang memiliki anak intellectual disability," *Psymphathic J. Ilm. Psikol.*, vol. 8, no. 1, pp. 131–142, 2021.
- [14] A. AMELIA, "Hubungan Hardiness Dengan Parenting Self-Efficacy Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita," 2024, UIN RADEN INTAN LAMPUNG.
- [15] N. Winarsih and S. Aminah, "Optimalisasi parenting orang tua untuk anak disabilitas: Sebuah studi eksplorasi siswa difabel di Probolinggo," *J. Contemp. Islam. Educ.*, vol. 4, no. 1, pp. 115–124, 2024.
- [16] F. Hasan, F. Purnamawati, and C. Eristanti, "Parenting self efficacy: Studi pada orang tua dengan anak usia dini berkebutuhan khusus," *Jendela PLS*, vol. 9, no. 2, pp. 200–209, 2024.
- [17] W. N. Isnandiyanti and E. Saloko, "Eksplorasi Parenting Self Efficacy terhadap Resiliensi Ibu dari Anak dengan Autism Spectrum Disorders," *J. Ter. Wicara dan Bhs.*, vol. 2, no. 1, pp. 659–665, 2023.
- [18] F. Hayati and A. Febriani, "Menjawab Tantangan Pengasuhan Ibu Bekerja: Validasi Modul 'Smart Parenting' untuk Meningkatkan Parental Self-Efficacy," *Gadjah Mada J. Prof. Psychol.*, vol. 5, no. 1, pp. 1–14, 2019.
- [19] R. Rani, D. Verolyna, and P. Kamil, "Self efficacy Ibu Muda Dalam Pernikahan Dini Di Desa Tebat Pulau Kecamatan Bermani Ulu," 2025, Institut Agama Islam Negeri Curup.
- [20] P. K. Coleman and K. H. Karraker, "Self-Efficacy and Parenting Quality : Findings and Future Applications," no. March, pp. 46–85, 1998, doi: 10.1006/drev.1997.0448

Referensi

- [21] S. P. Robbins, T. A. Judge, and N. Vohra, *Organizational behaviour by pearson 18e*. Pearson Education India, 2019.
- [22] W. Murtiningrum, "Pengaruh Stres Kerja, Motivasi Kerja Serta Kepuasan Kerja Terhadap Work Life Balance," *Aliansi J. Manaj. dan Bisnis*, vol. 20, no. 1, pp. 205–213, 2025.
- [23] D. J. Pitoyo and W. P. P. Handayani, "Pengaruh work life balance dan lingkungan kerja terhadap kepuasan kerja karyawan," *J. Stud. Manaj. Dan Bisnis*, vol. 9, no. 2, pp. 152–159, 2022.
- [24] B. W. Respati, M. Ihwanudin, and M. Kurniawati, "Pengaruh kualitas kehidupan kerja dan keseimbangan kehidupan kerja terhadap performa karyawan: Peran mediasi kepuasan kerja," *J. Manajerial*, vol. 10, no. 02, pp. 179–197, 2023.
- [25] S. Riyadi, *Peran Motivasi Kerja, Stres Kerja dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Guru*. Jejak Pustaka, 2022.
- [26] N. Ngalimun, I. Mujahid, and I. Makruf, "Quality of work-life balance dalam kualitas kehidupan kerja terhadap kepuasan kerja, komitmen organisasi, dan motivasi kerja di universitas muhammadiyah Banjarmasin," *Al-Kalam J. Komunikasi, Bisnis dan Manaj.*, vol. 9, no. 2, pp. 60–74, 2022.
- [27] S. Azwar, "Metode penelitian psikologi edisi II," 2018.
- [28] S. Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D Cetakan ke-23," *Bandung CV Alf.*, 2016.
- [29] A. Budianto, "Hubungan Antara Motivasi Kerja dengan Disiplin Kerja Karyawan PT. Kuda Laut Mas di Sidoarjo," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2020.
- [30] E. A. Puspitaningrum and U. A. Izzati, "Hubungan antara Kepuasan Kerja dengan Intensi Turnover pada Karyawan Produksi Unit Mesin PT. X," *Character J. Penelit. Psikol.*, vol. 10, no. 1, pp. 505–522, 2023.

