



PROGRAM GEMBIRA: PENGUATAN GERAKAN MEMBANGUN KELUARGA BAHAGIA DAN SEJAHTERA PADA MASYARAKAT DI KABUPATEN SEMARANG

Muslikah^{*1}, Ashari Mahfud², Edwindha Prafitra Nugraheni³, Sinta Saraswati⁴, Dian Purbo Utomo⁵, Ifan Setiawan⁶, Dyah Ayu Rahmawati⁷, Dyan Avriline⁸, Binti Isrofin⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}Universitas Negeri Semarang

*e-mail: muslikah@mail.unnes.ac.id

ABSTRAK

Masyarakat di Kabupaten Semarang menghadapi berbagai tantangan dalam pengasuhan anak, termasuk rendahnya pemahaman terhadap pola asuh berbasis psikologi perkembangan dan lemahnya keterampilan komunikasi dalam keluarga. Menjawab permasalahan ini, dilaksanakan program pengabdian masyarakat bertajuk GEMBIRA (Gerakan Membangun Keluarga Bahagia dan Sejahtera) dengan pendekatan psikoedukatif. Kegiatan ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama: (1) analisis kebutuhan menggunakan *survei* dan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mengidentifikasi tantangan utama dalam pengasuhan; (2) pelaksanaan seminar, pelatihan komunikasi keluarga, dan pendampingan; serta (3) evaluasi program melalui survei pre-post test untuk mengukur perubahan pengetahuan dan keterampilan peserta. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan orang tua dalam menerapkan pola asuh yang positif dan komunikasi yang efektif dalam keluarga. Program ini juga berhasil membentuk komunitas belajar parenting yang berperan sebagai wadah keberlanjutan edukasi bagi masyarakat setempat. Implikasi dari program ini menegaskan pentingnya dukungan psikoedukatif dalam penguatan kapasitas keluarga. Rekomendasi diberikan agar model intervensi serupa dapat direplikasi di wilayah lain di Indonesia, sebagai strategi penguatan ketahanan keluarga dalam menghadapi tantangan pengasuhan di era modern.

Kata kunci: Parenting, Psikoedukasi, Komunikasi Keluarga, Pola Asuh,

ABSTRACT

Communities in Semarang Regency face various challenges in child-rearing, including limited understanding of developmentally appropriate parenting and weak family communication skills. To address these issues, a community service program entitled GEMBIRA (Movement to Build Happy and Prosperous Families) was implemented using a psychoeducational approach. The program was carried out in three main stages: (1) needs analysis through surveys and Focus Group Discussions (FGDs) to identify key parenting challenges; (2) implementation of seminars, family communication training, and parental mentoring; and (3) program evaluation through pre- and post-program surveys to measure changes in participants' knowledge and skills. The results indicated a significant improvement in parents' understanding and skills in applying positive parenting and effective communication within the family. The program also successfully established a parenting learning community that functions as a platform for ongoing educational support within the local context. The implications of this program highlight the importance of psychoeducational support in strengthening family capacity. It is recommended that similar intervention models be replicated in other regions of Indonesia as a strategic effort to reinforce family resilience in the face of modern parenting challenges.

Keywords Parenting, Psychoeducation, Family Communication, Parenting Style

1. PENDAHULUAN

Keluarga memegang peran penting dalam membentuk karakter dan kesejahteraan psikososial anak. Sebagai unit sosial terkecil, keluarga menjadi tempat pertama di mana anak belajar mengenai emosi, nilai, norma, dan keterampilan hidup. Dalam konteks ini, orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam menyediakan pengasuhan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga kebutuhan psikologis dan sosial anak (Berk, 2018; Santrock, 2019). Namun demikian, perubahan sosial dan kemajuan teknologi telah membawa tantangan

baru dalam pola pengasuhan, terutama bagi keluarga di wilayah pedesaan yang kerap menghadapi keterbatasan dalam akses informasi dan pendampingan yang memadai.

Salah satu wilayah yang menghadapi tantangan tersebut adalah masyarakat di Kabupaten Semarang. Hasil asesmen awal yang dilakukan oleh tim pengabdian menunjukkan bahwa banyak orang tua mengalami kesulitan dalam menerapkan pola asuh yang sesuai dengan perkembangan anak. Fenomena yang ditemukan antara lain: orang tua cenderung menggunakan pendekatan pengasuhan tradisional yang belum mempertimbangkan tahap perkembangan anak, komunikasi dalam keluarga cenderung satu arah dan penuh tekanan, serta tidak adanya dukungan komunitas untuk berbagi pengalaman pengasuhan.

Survei awal terhadap 50 orang tua mengungkapkan bahwa lebih dari 70% responden belum pernah mengikuti pelatihan atau edukasi terkait parenting. Sebagian besar orang tua merasa bingung dalam menghadapi perilaku anak yang agresif, menarik diri, atau tidak kooperatif. Kurangnya pemahaman mengenai psikologi perkembangan dan komunikasi efektif menyebabkan relasi orang tua-anak menjadi tidak harmonis, bahkan dalam beberapa kasus, memicu konflik keluarga. Permasalahan ini diperparah dengan tidak tersedianya layanan konseling atau fasilitator parenting yang dapat diakses oleh masyarakat secara rutin.

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa permasalahan ini bersumber dari tiga faktor utama: (1) keterbatasan literasi pengasuhan berbasis ilmiah, (2) minimnya pelatihan komunikasi keluarga yang kontekstual, dan (3) absennya komunitas pendukung antarorang tua. Hal ini selaras dengan temuan Katz dan McClain (2019) yang menyatakan bahwa keterlibatan orang tua dalam pelatihan dan komunitas pengasuhan dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mengasuh anak. Tanpa intervensi yang tepat, risiko tumbuh kembang anak yang tidak optimal akan terus membayangi.

Sebagai respons terhadap persoalan tersebut, tim pengabdian merancang program intervensi yang disebut GEMBIRA (Gerakan Membangun Keluarga Bahagia dan Sejahtera). Program ini menekankan pendekatan psikoedukatif dan partisipatif yang bertujuan untuk: (1) meningkatkan pemahaman orang tua tentang pengasuhan berbasis perkembangan, (2) melatih keterampilan komunikasi keluarga yang positif, dan (3) menyediakan ruang konsultasi dan pendampingan yang berkelanjutan. Modul yang dikembangkan mengacu pada teori perkembangan (Santrock, 2019), komunikasi keluarga (Gottman, 2011), dan prinsip konseling humanistik (Rogers, 2018). Program ini juga mendasarkan intervensinya pada pendekatan evaluatif yang sistematis sebagaimana dianjurkan oleh Patton (2018), yaitu melalui pengukuran perubahan pemahaman dan keterampilan peserta sebelum dan sesudah program. Harapannya, intervensi ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek, tetapi juga membentuk komunitas belajar yang mampu menopang keberlanjutan praktik parenting positif di masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut, beberapa hal yang ingin diungkapkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah kondisi pemahaman dan keterampilan pengasuhan orang tua di sebelum pelaksanaan program GEMBIRA Serta Bagaimana efektivitas program psikoedukatif GEMBIRA dalam meningkatkan kapasitas orang tua dalam pengasuhan dan komunikasi keluarga pada masyarakat di Kabupaten Semarang. Hipotesis awal yang dibangun dalam program ini adalah intervensi psikoedukatif (GEMBIRA) dalam bentuk seminar, pelatihan

komunikasi, dan pendampingan akan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pengasuhan anak berbasis perkembangan.

Keunikan (novelty) dari kegiatan pengabdian ini terletak pada integrasi pendekatan psikoedukatif berbasis komunitas lokal, penggunaan modul kontekstual yang dikembangkan dari hasil survei kebutuhan riil masyarakat, serta pendampingan pascaprogram yang diarahkan pada pembentukan komunitas belajar parenting berkelanjutan. Model intervensi ini diharapkan dapat menjadi rujukan nasional dalam memperkuat ketahanan keluarga dan kesejahteraan psikososial anak melalui program pengabdian masyarakat berbasis edukasi dan konseling.

2. METODE

Program pengabdian GEMBIRA (Gerakan Membangun Keluarga Bahagia dan Sejahtera) dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif partisipatoris, yang menekankan pada pemahaman mendalam terhadap konteks, pengalaman, dan kebutuhan masyarakat lokal. Kegiatan ini dilaksanakan di Kabupaten Semarang, selama periode April hingga September 2025, dengan melibatkan 50 orang tua yang memiliki anak usia 3 hingga 18 tahun sebagai partisipan utama. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive berdasarkan keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan PKK desa dan kesediaan untuk mengikuti seluruh tahapan program.

Tahap awal kegiatan dimulai dengan pengumpulan data kebutuhan melalui dua metode utama: survei terbuka dan Focus Group Discussion (FGD). Survei disusun dalam bentuk pertanyaan terbuka yang mengeksplorasi pengalaman orang tua dalam pengasuhan, tantangan yang dihadapi, serta harapan mereka terhadap program pendampingan. FGD dilakukan dalam dua sesi kelompok, yang terdiri dari perwakilan orang tua dan tokoh masyarakat, dengan tujuan untuk menggali konteks sosial budaya dan dinamika komunikasi keluarga di desa tersebut. Data dari kedua teknik ini dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola umum serta isu-isu krusial yang menjadi dasar penyusunan modul program.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, tim pengabdian merancang serangkaian kegiatan psikoedukatif yang terdiri atas seminar parenting, pelatihan komunikasi keluarga, serta pendampingan individual dan kelompok. Seminar parenting berfokus pada pengenalan pola asuh berbasis psikologi perkembangan, sementara pelatihan komunikasi keluarga menekankan pada keterampilan mendengarkan aktif, menyampaikan pesan secara asertif, serta penyelesaian konflik dalam konteks keluarga. Kegiatan-kegiatan tersebut dikemas secara interaktif melalui simulasi, studi kasus, dan diskusi kelompok kecil, guna memastikan bahwa materi yang disampaikan kontekstual dan aplikatif.

Setelah pelaksanaan kegiatan, evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas program. Evaluasi ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam dengan partisipan dan mitra PKK desa, serta pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung. Catatan lapangan dan refleksi peserta dikumpulkan untuk menggambarkan perubahan-perubahan yang terjadi, baik dalam pemahaman konsep pengasuhan maupun dalam praktik komunikasi keluarga. Data hasil evaluasi dianalisis secara tematik dengan menggunakan teknik coding manual, yang bertujuan untuk mengidentifikasi perubahan sikap, persepsi, dan keterampilan yang muncul sebagai hasil dari program intervensi.

Sebagai bagian dari keberlanjutan program, tim pengabdian juga memfasilitasi terbentuknya komunitas belajar parenting di Desa Sambirejo. Komunitas ini dirancang sebagai wadah untuk berbagi pengalaman, diskusi antarorang tua, serta forum konsultasi rutin yang didampingi oleh fasilitator dari tim pengabdian. Dengan pendekatan ini, diharapkan hasil program tidak hanya bersifat temporer, tetapi mampu membentuk ekosistem pembelajaran keluarga yang mandiri dan berkelanjutan di masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian GEMBIRA melibatkan total 50 orang tua sebagai partisipan utama, yang terdiri dari ibu-ibu yang berdomisili di Kabupaten Semarang. Para partisipan memiliki rentang usia antara 27 hingga 52 tahun dan berasal dari latar belakang sosial ekonomi menengah ke bawah. Sebagian besar dari mereka memiliki anak usia dini (PAUD) hingga remaja, dan sebelumnya belum pernah mengikuti program pelatihan pengasuhan berbasis psikologi perkembangan. Proses untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai kondisi, persepsi, dan perubahan partisipan, digunakan empat teknik pengumpulan data kualitatif: (1) survei terbuka, (2) Focus Group Discussion (FGD), (3) observasi partisipatif, dan (4) wawancara mendalam. Ringkasan hasil dari keempat teknik tersebut ditampilkan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pengumpulan Data Kualitatif dan Kesimpulan Temuan

No	Teknik Pengumpulan Data	Jumlah Partisipan	Fokus Pertanyaan/Observasi	Kesimpulan Temuan
1	Survei Terbuka	50 orang tua	Persepsi tentang pola asuh dan tantangan pengasuhan	78% merasa bingung menghadapi perilaku anak, 66% belum memahami tahapan perkembangan
2	FGD	2 kelompok @ 10 orang	Eksplorasi nilai budaya lokal dan praktik komunikasi keluarga	Pengasuhan cenderung otoriter, peran ayah minim, komunikasi didominasi ibu
3	Observasi Partisipatif	Seluruh sesi pelatihan	Respons peserta saat simulasi komunikasi & diskusi	Peserta antusias, mampu menyimulasikan teknik mendengarkan aktif dan komunikasi empatik
4	Wawancara Mendalam	20 orang tua (terpilih)	Perubahan persepsi dan praktik setelah program	Terjadi refleksi mendalam; peserta mulai menerapkan pola komunikasi dua arah di rumah

Data survei terbuka menunjukkan bahwa mayoritas orang tua belum memahami prinsip dasar perkembangan anak. Sebagian besar partisipan menyamakan pengasuhan dengan “*mendisiplinkan anak*” melalui cara-cara verbal keras atau hukuman fisik ringan. Survei juga mengungkap bahwa 52% orang tua merasa lelah secara emosional karena sering menghadapi konflik dengan anak. Melalui diskusi kelompok terfokus (FGD), ditemukan bahwa praktik pengasuhan yang berlaku sangat dipengaruhi oleh norma budaya turun-temurun. Ayah cenderung memosisikan diri sebagai pencari nafkah, sedangkan ibu memikul beban pengasuhan sepenuhnya. Komunikasi keluarga lebih banyak berbentuk instruksi sepihak, bukan dialog. Hal ini menyebabkan anak tidak merasa nyaman menyampaikan pendapat atau masalah kepada orang tua.



Gambar 1. Proses pelatihan bersama orang tua

Selama pelatihan dan sesi simulasi, fasilitator mengamati bahwa peserta menunjukkan minat tinggi, terutama saat bermain peran dan berdiskusi dalam kelompok kecil. Mereka mulai mengidentifikasi kesalahan dalam pola komunikasi yang selama ini digunakan. Banyak yang mulai menggunakan ungkapan seperti, *“saya baru sadar kenapa anak saya membantah”* atau *“ternyata saya terlalu sering marah tanpa mendengarkan dulu”*.

Hasil wawancara mendalam dengan 20 partisipan menunjukkan bahwa setelah mengikuti program, sebagian besar orang tua mulai mencoba menerapkan pola komunikasi yang lebih terbuka dan mendukung. Beberapa ibu melaporkan bahwa anak-anak mereka mulai lebih ekspresif dan kooperatif. Seorang ibu menyampaikan *“Biasanya kalau saya marah, anak saya malah menghindar. Tapi sekarang setelah saya ajak bicara baik-baik, dia justru cerita banyak.”*

Partisipan juga menyatakan bahwa mereka ingin terus belajar dan saling berbagi pengalaman. Hal ini mendorong terbentuknya komunitas belajar parenting sebagai forum diskusi bulanan di desa yang difasilitasi oleh kader PKK dan tim pengabdian. Secara keseluruhan, temuan menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukatif yang diterapkan dalam program *GEMBIRA* mampu memberikan transformasi positif dalam pemahaman dan keterampilan orang tua. Selain itu, terjadi penguatan jejaring sosial antarpeserta sebagai bentuk keberlanjutan dukungan pengasuhan di tingkat komunitas. Hasil ini menjadi pijakan penting dalam pengembangan model penguatan keluarga berbasis lokal yang relevan diterapkan di masyarakat Indonesia secara luas.

Temuan program *GEMBIRA* menunjukkan bahwa psikoedukasi yang dirancang secara kontekstual dan partisipatif dapat memberikan dampak positif yang nyata dalam peningkatan kapasitas orang tua dalam pengasuhan. Hal ini menguatkan pandangan bahwa intervensi berbasis pendidikan orang tua (parent education) merupakan pendekatan yang efektif untuk memperbaiki dinamika keluarga dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Katz & McClain, 2019; Powell & Dunlap, 2010).

Salah satu poin krusial yang terungkap dalam program ini adalah kesenjangan pengetahuan tentang perkembangan anak. Sebagian besar orang tua belum memahami bahwa pola asuh yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan dapat memicu perilaku maladaptif pada anak. Hal ini sejalan dengan peringatan Santrock (2019) bahwa kesalahan pola asuh dapat menimbulkan gangguan perilaku dan hambatan emosional jangka panjang. Pengetahuan perkembangan anak seharusnya menjadi landasan utama dalam praktik pengasuhan, namun hal ini kerap kali absen dari wacana pengasuhan di masyarakat.

Program ini juga mengungkapkan pentingnya pelatihan komunikasi keluarga sebagai komponen kunci dalam membangun relasi orang tua-anak yang sehat. Simulasi komunikasi dua arah, teknik mendengarkan aktif, serta pelatihan ekspresi emosi secara positif terbukti membuka ruang dialog dalam keluarga. Gottman (2011) menekankan bahwa keluarga yang memiliki pola komunikasi terbuka cenderung lebih resilien menghadapi konflik. Penerapan teknik komunikasi ini menjadi titik balik bagi sebagian orang tua peserta dalam membangun koneksi emosional dengan anak. Dari aspek sosiokultural, program ini berhasil memfasilitasi refleksi kritis terhadap pola pengasuhan tradisional yang dominan bersifat otoriter. Intervensi yang bersifat kolaboratif, tidak menggurui, dan mengapresiasi nilai-nilai lokal terbukti lebih diterima dan efektif mengubah perspektif. Hal ini memperkuat gagasan dari Friedman (2017) bahwa pendekatan komunitas dalam pendidikan parenting dapat menjadi strategi transformasional yang berkelanjutan, terutama di wilayah yang masih menjunjung norma keluarga tradisional.

Program ini juga berkontribusi pada pembentukan komunitas belajar parenting yang bersifat informal dan berkelanjutan. Pembelajaran antarorang tua menciptakan ruang refleksi, pertukaran pengalaman, dan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi dinamika pengasuhan sehari-hari. Berk (2018) dan Sheridan et al. (2010) menyebutkan bahwa dukungan sosial sesama orang tua dapat meningkatkan efikasi dan kompetensi dalam menjalankan peran sebagai pengasuh utama. Secara metodologis, penggunaan teknik pengumpulan data kualitatif seperti wawancara mendalam, FGD, dan observasi memungkinkan tim pengabdian menangkap dinamika psikologis dan sosial yang kompleks di balik perubahan sikap dan praktik peserta. Teknik ini tidak hanya memberikan gambaran deskriptif, tetapi juga makna kontekstual yang lebih dalam, sebagaimana disarankan oleh Patton (2018) dalam evaluasi berbasis pemanfaatan.



Gambar 2. Tim pengabdian bersama peserta

Program ini telah membuktikan bahwa penguatan kapasitas pengasuhan dapat dilakukan secara efektif melalui pendekatan berbasis komunitas dan budaya lokal. Masyarakat di Desa Sambirejo kini memiliki dasar pemahaman dan keterampilan awal untuk membangun keluarga yang lebih suportif dan harmonis. Intervensi ini dapat dijadikan model replikasi oleh instansi pendidikan, pemerintah desa, dan organisasi perempuan untuk menyusun pelatihan parenting kontekstual di desa-desa lain. Modul psikoedukasi yang telah disusun dapat dikembangkan sebagai sumber belajar terbuka. Program ini memperkuat pentingnya keterlibatan konselor dan psikolog dalam kerja-kerja pengabdian masyarakat. Kolaborasi

lintas keilmuan (bimbingan konseling, psikologi perkembangan, dan komunikasi keluarga) menjadi faktor keberhasilan yang dapat diterapkan pada program serupa di daerah lain di Indonesia.

4. KESIMPULAN

Program *GEMBIRA* (Gerakan Membangun Keluarga Bahagia dan Sejahtera) yang dilaksanakan di Desa Sambirejo, Kabupaten Semarang, berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam pengasuhan anak berbasis psikologi perkembangan dan komunikasi keluarga. Melalui pendekatan psikoedukatif yang kontekstual, partisipatif, dan berbasis komunitas, peserta menunjukkan perubahan signifikan dalam pola pikir dan praktik pengasuhan mereka. Intervensi ini tidak hanya berdampak pada tingkat individu, yakni meningkatnya kesadaran, empati, dan kemampuan komunikasi orang tua, tetapi juga membentuk dinamika sosial baru berupa komunitas belajar parenting yang berkelanjutan. Kesuksesan program ini menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga melalui edukasi yang berbasis kebutuhan nyata masyarakat dapat menjadi strategi efektif untuk memperkuat ketahanan keluarga di tingkat akar rumput. Temuan ini memperkaya khazanah pengembangan program pengabdian masyarakat berbasis bimbingan dan konseling serta menjadi model replikasi potensial untuk konteks sosial budaya lain di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Negeri Semarang yang telah mendukung penyelenggaraan kegiatan ini, sehingga akomodasi dapat tercukupi dengan baik. Kami juga mengucapkan terimakasih atas partisipasi, kerjasama dan perizinanya kepada seluruh jajaran pemerintahan serta masyarakat desa Sambirejo Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang yang terlibat dalam pengabdian dan memberi dukungan terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk, L. E. (2018). *Development through the lifespan* (7th ed.). Pearson.
- Friedman, H. S. (2017). The role of community in parenting education. *Journal of Community Psychology*, 45(5), 678–690. <https://doi.org/10.1002/jcop.21845>
- Gottman, J. M. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. W. W. Norton & Company.
- Hurlock, E. B. (2014). *Developmental psychology: A lifespan approach* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Katz, L. G., & McClain, K. (2019). *Engaging families in early childhood education: A guide for practitioners*. Routledge.
- Patton, M. Q. (2018). *Utilization-focused evaluation* (4th ed.). Sage Publications.
- Powell, D., & Dunlap, G. (2010). Family-focused intervention. In M. E. Snell & F. Brown (Eds.), *Instruction of students with severe disabilities* (7th ed., pp. 279–307). Pearson.
- Rogers, C. R. (2018). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sheridan, S. M., Ryoo, J. H., Garbacz, S. A., Kunz, G. M., & Chumney, F. L. (2010). The efficacy of conjoint behavioral consultation. *Journal of School Psychology*, 48(6), 483–511. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2010.09.001>

First Publication Right
GANESHA Jurnal pengabdian Masyarakat

This Article is Licensed Under

