

SOLUSI CERDAS PARENTING: DISIPLIN POSITIF ORANG TUA UNTUK ANAK USIA TK

Zahro Varisna Rohmadani^{1)*}, Fildzah Malahati²⁾, Tri Winarsih³⁾, Adelia Maharani⁴⁾

¹Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

²Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁴Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Penulis korespondensi: zahrovarisna@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Psikoedukasi disiplin positif merupakan metode yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada orang tua dalam mendidik anak dengan pendekatan yang membangun, tanpa kekerasan fisik atau verbal. Program ini dilakukan di KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan dengan melibatkan orang tua siswa melalui kegiatan edukasi yang diselenggarakan setiap tiga bulan. Program psikoedukasi ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan orang tua dalam menerapkan disiplin positif di rumah, yang konsisten dengan nilai-nilai yang diajarkan di sekolah. Hasil dari pelaksanaan program menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua terhadap teknik-teknik disiplin positif, seperti pemberian pujian yang spesifik, penerapan konsekuensi logis, serta komunikasi yang empatik. Selain itu, konsistensi penerapan disiplin positif antara rumah dan sekolah berhasil menurunkan perilaku agresif serta meningkatkan kemampuan sosial-emosional anak. Program ini juga berdampak positif dalam membentuk pola makan sehat anak karena orang tua lebih mampu mengajak anak mengonsumsi makanan bergizi dengan cara yang menyenangkan. Dengan demikian, psikoedukasi disiplin positif terbukti efektif dalam mendukung perkembangan anak secara holistik dan menciptakan lingkungan yang harmonis antara orangtua, anak, dan sekolah.

Kata-kata kunci: Psikoedukasi, Disiplin Positif, Orang tua, Anak Usia Dini, Pengembangan Sosial-Emosional, KB & TK

ABSTRACT

Positive discipline psychoeducation is a method aimed at providing parents with constructive approaches to child-rearing that avoid physical or verbal punishment. This program was conducted at KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan, involving parents in educational activities held every three months. The psychoeducation program was designed to enhance parents' skills in implementing positive discipline at home in alignment with the values taught at school. Results from the program indicate an increased understanding among parents regarding positive discipline techniques, including specific praise, logical consequences, and empathetic communication. Additionally, consistent application of positive discipline between home and school effectively reduced aggressive behaviors and improved children's social-emotional skills. The program also positively influenced children's eating habits, as parents became more capable of encouraging nutritious food consumption in a fun and engaging manner. Thus, positive discipline psychoeducation has proven effective in supporting holistic child development and fostering a harmonious relationship between parents, children, and the school.

Keywords: Psychoeducation, Positive Discipline, Parents, Early Childhood, Social-Emotional Development, KB & TK

Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan masa penting dalam pembentukan karakter dan perilaku anak. Pada usia ini, anak-anak sangat bergantung pada pola asuh orang tua yang akan mempengaruhi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial mereka (Hakim & Siti, 2019). Salah satu aspek penting dalam pola asuh adalah penerapan disiplin, yang merupakan komponen utama dalam mengajarkan anak tentang tanggung jawab, perilaku sosial, dan kontrol diri (Bakar & Hannan, 2020). Namun, penerapan disiplin yang efektif pada anak usia dini memerlukan pendekatan yang tidak hanya tegas, tetapi juga positif dan membangun.

Disiplin positif adalah metode pengasuhan yang menekankan pada pengajaran nilai dan perilaku baik melalui kasih sayang, komunikasi terbuka, dan konsistensi tanpa hukuman fisik atau kekerasan (Nasution, 2021). Prinsip disiplin positif mencakup pemberian arahan yang jelas, penghargaan terhadap upaya anak, dan penggunaan metode pengajaran yang mengajak anak untuk memahami konsekuensi dari setiap tindakan mereka. Pendekatan ini berfokus pada pengembangan kemampuan berpikir kritis anak dan menghindari penggunaan hukuman yang keras, yang dapat menyebabkan dampak negatif jangka panjang terhadap perkembangan psikologis anak (Rashid & Abdullah, 2021).

KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan menyadari pentingnya peran orang tua dalam mendidik anak dengan pendekatan disiplin positif. Oleh karena itu, lembaga ini telah mengadakan program psikoedukasi disiplin positif untuk membantu orang tua memahami cara-cara efektif dalam menerapkan disiplin yang positif di rumah. Psikoedukasi disiplin positif bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada orang tua agar dapat membangun hubungan yang lebih sehat dan harmonis dengan anak. Program ini diharapkan dapat membantu mengurangi penggunaan disiplin berbasis hukuman fisik atau verbal yang dapat menimbulkan efek traumatis pada anak (Syafi'i & Aziz, 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa disiplin positif memberikan banyak manfaat bagi perkembangan anak, termasuk peningkatan kepercayaan diri, kemampuan mengelola emosi, dan penurunan risiko perilaku agresif (Latifah & Ali, 2022). Melalui pendekatan disiplin positif, orang tua dapat menjadi contoh

yang baik bagi anak, yang pada akhirnya akan membentuk kepribadian yang tangguh, empatik, dan bertanggung jawab (Wardah et al., 2021). Meski demikian, banyak orang tua yang masih kurang memahami atau tidak konsisten dalam menerapkan pendekatan ini, yang menyebabkan perlunya upaya psikoedukasi yang berkelanjutan dan sistematis.

Tulisan ini adalah bagian dari pengabdian Masyarakat di KB & TK Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan yang bertujuan untuk memberikan pemahaman penerapan disiplin yang positif bagi orang tua siswa. Penulis mencoba mengidentifikasi masalah dan Solusi masalah dari mitra yaitu yang tersebut di bawah ini.

Program edukasi di KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan Full Day melibatkan orang tua atau wali siswa yang diadakan setiap tiga bulan dengan mengundang para ahli. Para ahli tersebut umumnya berasal dari bidang pendidikan, psikologi, atau ustadz. Meskipun upaya edukasi ini bertujuan untuk menghubungkan antara sekolah dan orang tua, masih ada beberapa masalah yang perlu ditangani. Salah satu isu adalah disiplin positif, tetapi belum diajarkan oleh orang tua untuk melakukan hal yang sama di rumah.

Untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh mitra, penulis kemudian mengusulkan program edukasi disiplin positif. Melalui kegiatan ini, diharapkan orang tua dapat lebih memahami cara mendidik anak mereka dengan disiplin positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil

Berdasarkan pelaksanaan program psikoedukasi disiplin positif yang dilakukan secara berkala di KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan, sejumlah hasil positif dapat diamati. Program ini melibatkan orang tua siswa dengan tujuan memberikan pemahaman tentang teknik-teknik disiplin positif yang efektif dalam mendidik anak. Pelaksanaan program ini memberikan dampak yang signifikan pada penerapan pola asuh yang lebih positif dan mendukung perkembangan emosi anak. Berikut adalah beberapa hasil yang diperoleh setelah program psikoedukasi tersebut dilaksanakan:

1. Peningkatan Pemahaman Orang tua tentang Disiplin Positif. Sebagian besar orang tua menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai

konsep disiplin positif setelah mengikuti sesi edukasi. Sebelumnya, beberapa orang tua cenderung menerapkan disiplin yang keras atau hukuman fisik. Namun, setelah mengikuti program ini, orang tua lebih memahami pentingnya konsistensi, komunikasi yang empatik, serta penerapan konsekuensi logis sebagai bagian dari pengasuhan yang positif.

2. **Konsistensi dalam Penerapan Disiplin antara Rumah dan Sekolah Setelah program psikoedukasi.** Ada peningkatan dalam konsistensi penerapan disiplin antara sekolah dan rumah. Anak-anak menunjukkan sikap yang lebih stabil dalam hal perilaku di sekolah dan di rumah, karena orang tua dan guru menerapkan pendekatan yang serupa dalam menghadapi perilaku anak. Orang tua lebih mampu membimbing anak secara positif dengan pendekatan yang selaras dengan aturan yang diterapkan di sekolah.
3. **Penurunan Kasus Perilaku Tidak Diinginkan.** Terdapat penurunan yang signifikan dalam perilaku tidak diinginkan pada anak, seperti agresi atau perundungan. Anak-anak yang sebelumnya cenderung terlibat dalam konflik antar teman, menunjukkan perbaikan dalam interaksi sosial mereka setelah orang tua menerapkan disiplin positif dengan lebih konsisten di rumah.
4. **Perubahan Pola Makan Anak.** Program ini juga berfokus pada pentingnya pola makan sehat. Orang tua diberikan informasi tentang cara mengajarkan kebiasaan makan yang sehat di rumah, yang berkontribusi pada peningkatan konsumsi makanan sehat oleh anak-anak. Anak-anak mulai lebih terbiasa mengonsumsi buah dan sayuran di rumah, karena orang tua menerapkan teknik yang lebih positif dan persuasif dalam mengenalkan makanan sehat.

Penerapan disiplin positif pada anak usia dini sangat penting untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka. Program psikoedukasi yang dilakukan di KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan memberikan wawasan baru bagi orang tua tentang pentingnya membangun kedekatan emosional dengan anak serta memberikan konsekuensi yang konstruktif. Program ini mengurangi ketergantungan orang tua pada hukuman fisik atau verbal yang

seringkali dapat mempengaruhi psikologi anak dalam jangka panjang.

Disiplin positif, seperti yang diterapkan dalam program ini, fokus pada penguatan perilaku positif dan mengajarkan anak untuk mengelola perasaan dan perilaku mereka dengan cara yang lebih baik. Pendekatan ini lebih mengutamakan dialog dan pemberian contoh yang baik oleh orang tua dan guru. Dalam hal ini, orang tua tidak hanya menjadi pengatur atau pemberi perintah, tetapi juga menjadi fasilitator yang membimbing anak untuk berpikir dan membuat keputusan yang baik.

Salah satu tantangan yang dihadapi adalah ketidak konsistenan dalam penerapan disiplin di rumah dan sekolah. Namun, dengan adanya program ini, para orang tua mendapatkan informasi yang lebih terstruktur dan dapat mengimplementasikan disiplin positif secara lebih konsisten di rumah. Dengan cara ini, anak-anak memperoleh pengalaman yang lebih stabil dan penguatan positif dari dua lingkungan utama mereka: keluarga dan sekolah.

Selain itu, masalah pola makan juga menjadi perhatian penting dalam pendidikan anak usia dini. Meskipun banyak anak yang enggan mengonsumsi makanan sehat, dengan pendekatan yang sabar dan berbasis disiplin positif, orang tua dapat lebih efektif dalam mengajak anak untuk mengubah kebiasaan makan mereka.

Gambar 1. Edukasi Disiplin Positif



Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan program Psikoedukasi Disiplin Positif pada Orang tua Siswa di KB & TK 'Aisyiyah Nyai Ahmad Dahlan, dapat disimpulkan bahwa program ini memberikan dampak yang signifikan terhadap pengembangan disiplin positif dalam pola asuh orang tua. Para orang tua yang terlibat dalam program ini memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya disiplin positif dalam mendidik anak. Penerapan teknik disiplin positif secara konsisten di rumah dan sekolah berhasil mengurangi perilaku negatif pada anak, meningkatkan komunikasi yang lebih baik, dan memperkuat kedekatan emosional antara orang tua dan anak.

Selain itu, terdapat peningkatan dalam hal pola makan sehat anak, karena orang tua lebih memahami cara mengedukasi anak dengan pendekatan yang positif tanpa menggunakan paksaan. Program ini juga berhasil menciptakan kesadaran akan pentingnya konsistensi antara orang tua dan pendidik dalam mendukung perilaku anak yang lebih baik. Dengan demikian, program psikoedukasi disiplin positif ini berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang harmonis dan mendukung perkembangan sosial-emosional anak.

Secara keseluruhan, program ini tidak hanya menguntungkan anak-anak, tetapi juga memberdayakan orang tua untuk menjadi pengasuh yang lebih efektif dan positif dalam mendidik anak mereka.

Daftar Pustaka

- Bakar, M. N., & Hannan, J. (2020). *Psikoedukasi Orang tua dalam Mendidik Anak Usia Dini*. *Journal of Child Development*, 15(2), 123-135.
- Hakim, F., & Siti, R. (2019). *Meningkatkan Disiplin Positif pada Orang tua Melalui Pelatihan Psikoedukasi*. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(4), 212-225.
- Latifah, N., & Ali, R. (2022). *Implementasi Disiplin Positif dalam Pendidikan Anak Usia Dini*. *International Journal of Early Childhood Education*, 10(1), 101-117.
- Nasution, A. (2021). *Peran Orang tua dalam Menerapkan Disiplin Positif pada Anak*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(1), 45-59.
- Rashid, S., & Abdullah, M. (2021). *The Impact of Positive Discipline on Parental Behavior*. *Journal of Family Education*, 18(3), 90-103.
- Syafi'i, A., & Aziz, Z. (2020). *The Role of Positive Discipline in Early Childhood Education*. *Journal of Early Childhood Education*, 5(1), 78-92.
- Wardah, F., Ahmad, R., & Karim, L. (2021). *Dampak Disiplin Positif pada Perkembangan Emosional Anak*. *Indonesian Journal of Child Psychology*, 6(3), 183-200.