

**PEMBERDAYAAN KELUARGA MELALUI PARENTING CLASS
DALAM PENANGGULANGAN STRESS PADA IBU
YANG MENGASUH ANAK BALITA**

Yessy Nur Endah, Tutik Hidayati, Iis Hanifah

Program Studi DIV Bidan Pendidik Stikes Hafshawaty Zainul hasan Genggong

Abstrak

Keluarga merupakan kesatuan sosial terkecil yang perlu dipersiapkan sebaik-baiknya agar mampu melaksanakan fungsi dan peranannya terutama dalam hal mengasuh anak. Pada masyarakat Indonesia, mayoritas anak diasuh sepenuhnya oleh ibu meskipun pada dasarnya mengasuh anak adalah tugas bersama ibu, ayah dan keluarga lain yang berada dalam satu rumah. 70% pengasuhan anak dilakukan oleh ibu, 22% oleh keluarga dan sisanya diasuh bersama oleh ayah dan ibu (BPS, 2015). Data untuk Probolinggo, 60% pengasuhan dibebankan kepada ibu dan 30% kepada keluarga dan 10% pengasuhan dibebankan kepada pembantu rumah tangga. Hal inilah yang membuat ibu seringkali mengalami stress saat mengasuh anak. Stress pada ibu yang mengurus anak bisa berdampak negatif antara lain mencubit bahkan memukul anak, mengeluarkan kata-kata kasar kepada anak yang dapat menyebabkan gangguan psikologis pada anak. Gangguan psikologis pada anak akan menyebabkan tumbuh kembang anak tidak sempurna (Soetjiningsih, 2009).

Tujuan dari program IbM ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang Pemberdayaan Keluarga Melalui Parenting Class Dalam Penanggulangan Stress Pada Ibu Yang Mengasuh Anak Balita. Metode IbM yang digunakan adalah bekerja sama dengan Dusun Bunut dan Dusun Krajan Kecamatan Gading Kabupaten Probolinggo. Indikator keberhasilan program IbM adalah keluarga paham tentang parenting class, keluarga ikut serta dalam mengasuh balita dan ibu tidak stress saat mengasuh anak.

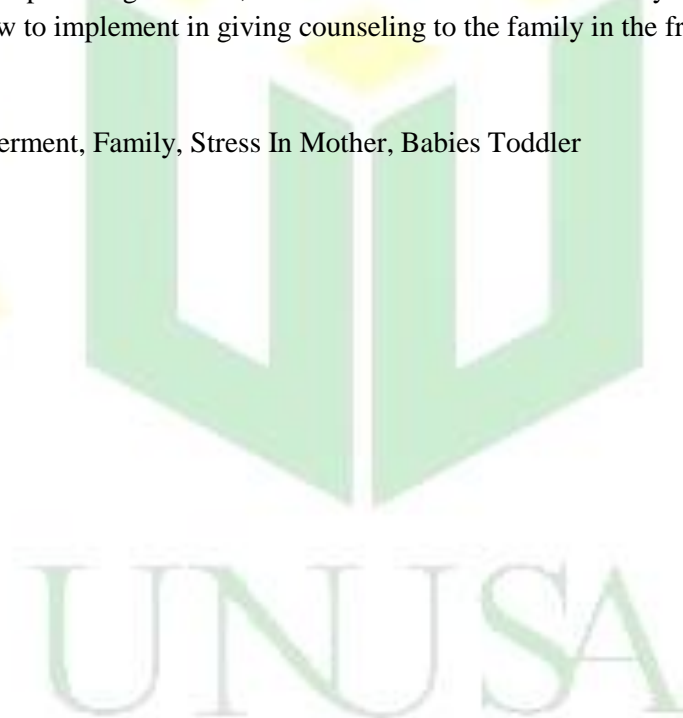
Luaran program IbM ini adalah Publikasi ilmiah dalam jurnal J-PENGMAS Stikes Hafshawaty dan Pengembangan keilmuan pada mata ajar Psikologi Pendidikan dan Ilmu Kesehatan Anak. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan memberi manfaat yang besar bagi keluarga yang memiliki anak balita, utamanya dalam meningkatkan pengetahuan Stress Pada Ibu Yang Mengasuh Anak Balita, keluarga ikut serta dalam mengasuh balita, ibu tidak stress saat harus mengasuh anak mereka sendirian, sehingga mempermudah pelaksana dalam memberikan penyuluhan kepada keluarga dalam rangka kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Keyword : Pemberdayaan, Keluarga, Stress Pada Ibu, Mengasuh Balita

Abstract

A family that is a social unity that needs to be prepared as well as benefits to be able to function and role in parenting. In Indonesian society, children who are cared for by mother in parenting are the tasks of mother, father and other families who are in one house. 70% of parenting is done by mother, 22% by family and provision cared for jointly by father and mother (BPS, 2015). Data for Probolinggo, 60% parenting is charged mother and 30% for family and 10% care is charged to domestic servants. This is what makes pregnant women experience stress when parenting children. Stress in mothers who take care of children can have a negative impact, such as pinching and even the impact of children, issued a harsh word to the child that can cause disruption in children. Disorders in children will cause child growth is not perfect (Soetjiningsih, 2009). The purpose of this IbM program is to increase the knowledge of Family Empowerment through Parenting Class in Stress Management in the mother who cares for children under five. Ibn method used is in collaboration with Dusun Bunut and Dusun Krajan District Gading Probolinggo. Indicator victory IbM program is family understand about parenting class, the family participates in parenting and the mother is not stressed when parenting. The outcomes of this IbM program are scientific publications in the J-PENGMAS Stikes Hafshawaty journal and the Development of science on the teaching subject of Psychology of Education and Child Health Science. Overall community service activities run smoothly and provide great benefits for families who have children under five, things in improving knowledge Stress In Mothers Who Take Care of Toddlers, families participate in parenting toddlers, mothers are not stressed when they have to take care of their own children, so how to implement in giving counseling to the family in the framework of community service activities.

Keywords: Empowerment, Family, Stress In Mother, Babies Toddler



PENDAHULUAN

Parenting merupakan upaya pendidikan yang dilaksanakan oleh keluarga dengan memanfaatkan sumber-sumber yang tersedia dalam keluarga dan lingkungan yang berbentuk kegiatan belajar secara mandiri. Parenting sebagai proses interaksi berkelanjutan antara orang tua dan anak-anak mereka yang meliputi aktivitas-aktivitas sebagai berikut: memberi makan (nourishing), memberi petunjuk (guiding), dan melindungi (protecting) anak-anak ketika mereka tumbuh berkembang. Penggunaan kata “parenting” untuk aktivitas-aktivitas orang tua dan anak di sini karena memang sampai saat ini belum ada padanan kata dalam bahasa Indonesia yang tepat.

Data Riskeddas 2013 menyebutkan bahwa 90% masyarakat di Jawa Timur membebankan pengasuhan anak kepada Ibu mereka. Data untuk Probolinggo, 60% pengasuhan dibebankan kepada ibu dan 30% kepada keluargadan 10% pengasuhan dibebankan kepada pembantu rumah tangga. Hal inilah yang membuat ibu seringkali mengalami stress saat mengasuh anak.

Dari hasil wawancara pada tanggal 15 Maret 2017 dengan metode wawancara kepada 5 orang ibu yang mempunyai balita di Dusun Bunut dan Krajan Kecamatan Gading, dari dua Dusun tersebut ada 50 ibu yang mempunyai balita. Didapatkan

penjelasan bahwa semua ibu tersebut mengurus anak mereka sendiri meskipun mereka tinggal satu rumah dengan keluarga lain. Suami mereka bekerja sebagai petani yang pekerjaannya mayoritas dikerjakan di siang hari. Para suami tidak pernah ikut merawat anak-anak mereka karena beranggapan bahwa mengurus anak dan rumah adalah tugas dan tanggung jawab ibu. Tugas ayah hanyalah mencari uang untuk menafkahi keluarga. Hal inilah yang sering membuat ibu-ibu yang mengasuh anak mereka sendirian merasa stress dan repot untuk mengurus anak dan keluarga, belum lagi jika uang yang diberikan oleh suami mereka kurang untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Meskipun ada keluarga lain yang tinggal dalam satu rumah misalnya kakek atau nenek, tetapi kakek atau nenek tersebut tidak pernah ikut merawat cucu mereka karena kondisi fisik yang sudah terlalu tua dan renta. Ada juga kakek dan nenek yang bekerja di pasar seharian, sehingga tidak ada waktu untuk membantu merawat cucu mereka. Kondisi inilah yang membuat ibu-ibu yang mempunyai anak balita tersebut menjadi stress.

Stress pada ibu yang mengurus anak bisa berdampak negatif antara lain mencubit bahkan memukul anak, mengeluarkan kata-kata kasar kepada anak yang dapat menyebabkan gangguan psikologis pada anak. Gangguan psikologis pada anak akan

menyebabkan tumbuh kembang anak tidak sempurna (Soetjiningsih, 2009).

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Sasaran pada kegiatan ini adalah keluarga yang mempunyai balita (ibu, nenek) sebanyak 50 orang di Dusun Bunut dan Krajan Kecamatan Gading.

METODE

Tahap persiapan dalam pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat yaitu melakukan koordinasi kegiatan terkait dengan waktu dan tempat pelaksanaan, mengidentifikasi jumlah sasaran (ibu dan keluarga yang mempunyai anak balita), membuat undangan kegiatan, membuat leaflet tentang Pemberdayaan Keluarga Melalui Parenting Class dalam penanggulangan Stress Pada Ibu Yang Mengasuh Anak Balita. membuat Banner kegiatan IbM.

Dalam kegiatan ini terdapat beberapa tahap pelaksanaan yang harus dilaksanakan meliputi yaitu tahapan Pertama, Ibu dan keluarga yang mempunyai anak balita di kumpulkan dalam aula/ruangan. Tahapan Kedua, menanyakan pengetahuan dan pemahaman tentang ibu dan keluarga yang mempunyai anak balita. Dosen D-IV Bidan Pendidik memberikan penyuluhan tentang ibu dan keluarga yang mempunyai anak balita. Selain itu juga terdapat tahap evaluasi yaitu mengevaluasi pengetahuan tentang Pemberdayaan Keluarga Melalui

Parenting Class Dalam Penanggulangan Stress Pada Ibu Yang Mengasuh Anak Balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 13 April 2017 dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Pemberdayaan Keluarga Melalui Parenting Class dalam Penanggulangan Stress pada Ibu yang Mengasuh Anak Balita” di Desa Gading Kecamatan Gading. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sebanyak 50 orang (100%) yang terdiri dari ibu dan nenek, pada saat pelaksanaan pengabdian masyarakat, tidak ada kehadiran dari ayah atau suami di karenakan bekerja.

Berdasarkan dari hasil pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan sebelumnya, kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah mendapatkan ijin dari Pihak Kepala Desa yang pada akhirnya Pihak desa memberikan ijin untuk di lakukan pengabdian masyarakat khususnya di dusun bunut dan dusun krajan. Berdasarkan dari hasil kegiatan masyarakat yang telah dilaksanakan, peserta sangat antusias dalam menyimak penjelasan dari pelaksana kegiatan, selain itu juga kegiatan pengabdian masyarakat di bantu oleh 2 orang Mahasiswa sehingga kegiatan ini

sangat berdampak positif kepada peserta dan pelaksana kegiatan.

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan memberi manfaat yang besar bagi keluarga yang memiliki anak balita, utamanya dalam meningkatkan pengetahuan Stress Pada Ibu Yang Mengasuh Anak Balita, keluarga ikut serta dalam mengasuh balita, ibu tidak stress saat harus mengasuh anak mereka sendirian. Akhir kegiatan ini adalah penutup, sebelum acara ditutup pelaksana memberikan kenang-kenangan kepada peserta.

Berpijak dari kondisi peserta saat ini, bahwa sebelum dilakukan proses penyuluhan peserta belum memahami bagaimana cara mengasuh anak dengan baik, belum mengetahui siapa saja yang seharusnya ikut berperan dalam mengasuh anak selain itu menurut informasi yang di dapat dari peserta ibu merasa stres dalam memberikan asuhan kepada anaknya karena kurangnya keterlibatan dari pihak keluarga yang lain dalam memberikan bantuan dalam pengasuhan . Selanjutnya setelah di berikan penyuluhan tentang Parenting Class Khususnya, ibu sudah mengetahui dan memahami tentang cara mengasuh anak dengan baik , mengetahui siapa saja yang seharusnya terlibat dalam mengasuh anak serta tahu bagaimana cara menanggulangi stress.



Kegiatan Pengabdian masyarakat pemberdayaan keluarga melalui parenting class dalam penanggulangan stress pada ibu yang mengasuh anak balita

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan keberhasilan dan kemanfaatan , hal ini dibuktikan bahwa peserta sudah dapat memahami makna dari parenting Class atau cara mengasuh anak dengan baik dan keluarga yang ikut serta dalam kegiatan pengabdian masyarakat,

menyatakan bahwa akan siap membantu ibu dalam mengasuh anak. Selain itu, ibu juga mengetahui bagaimana cara menanggulangi stres saat mengasuh anak tanpa bantuan orang lain. Banyaknya peserta yang hadir, semua nampak antusias dalam mengikuti kegiatan ini terutama pada saat pelaksana memberikan penyuluhan tentang pemberdayaan keluarga melalui parenting class dalam penanggulangan stres pada ibu yang mengasuh anak balita dan pemberian kenang-kenangan. Selain itu kepala desa juga merencanakan kegiatan pengabdian masyarakat di lain waktu dengan tema berbeda untuk dijadikan kegiatan rutin di Desa Gading.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Indonesia Tahun. (2015). Sensus Penduduk. Semarang: BPS
Soetjiningsih.(2009). Ilmu Kesehatan Anak. Jakarta: EGC.

Riskedas. (2013). Penduduk Indonesia. Riskesdas:Jatim

Pedoman Pendidikan Karakter pada Anak, Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak, Kemendiknas. 2011

Penyelenggaraan PAUD Berbasis Keluarga, Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Kemendiknas. 2011.