

Konsep Pengasuhan Positif Berdasarkan Falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* Sebagai Solusi *Toxic Parenting*

A'ida Fayza Fitriyanetha, Dhita Adsa Adani, Mujahidah Shaksiyyatul Karimah,
Aulia Nuurin Mahfudloh, Mohamad Abrar Putera Radian, Bani Bacan Hacantya
Yudanagara

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga
Kampus B, Surabaya 60286, Indonesia

aida.fayza.fitriyanetha-2021@psikologi.unair.ac.id , banibacan@psikologi.unair.ac.id

ABSTRACT

The Indonesian Central Statistics Agency reports that 30.2 million children require adequate social, economic, and educational protection, yet toxic parenting systems often become the main obstacle. The high prevalence of child abuse indicates the need for positive and culturally-based parenting approaches. This study aims to explore and test the Sapa Sira Sapa Ingsun philosophy as a positive parenting approach to address toxic parenting. The first study involved in-depth interviews with figures from the Surakarta Palace, revealing parenting principles such as the balance between intellectual, spiritual, and emotional intelligence, and two-way communication. The second study confirmed these findings through the opinions of parenting experts. The third study, a psychodrama experiment with 34 parents, demonstrated that positive parenting based on the Sapa Sira Sapa Ingsun philosophy is effective in reducing toxic parenting. Paired samples t-test results showed a significant difference between pre-test and post-test scores, with $t(33) = 9.84$ and $p < 0.001$. The effect size calculated using Cohen's d was 1.69, indicating a very large effect of the intervention. This shows a statistically significant difference between pre-test and post-test scores, suggesting a meaningful change after the intervention. In conclusion, the Sapa Sira Sapa Ingsun philosophy can be widely applied as a positive parenting solution to overcome toxic parenting.

Keywords: Positive Parenting, Sapa Sira Sapa Ingsun, Toxic Parenting

ABSTRAK

Badan Pusat Statistik Indonesia menyebutkan sebanyak 30,2 juta anak memerlukan perlindungan sosial, ekonomi, dan pendidikan yang layak, namun sistem pengasuhan *toxic* sering kali menjadi hambatan utama. Prevalensi tinggi kekerasan terhadap anak menunjukkan perlunya pendekatan pengasuhan positif dan berbasis budaya lokal. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menguji falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* sebagai pendekatan pengasuhan yang positif untuk mengatasi *toxic parenting*. Studi pertama melibatkan wawancara mendalam dengan tokoh-tokoh Keraton Surakarta, yang mengungkap prinsip-prinsip pengasuhan seperti keseimbangan antara kecerdasan intelektual, spiritual, dan emosional serta komunikasi dua arah. Studi kedua mengkonfirmasi temuan tersebut melalui pendapat ahli pengasuhan. Penelitian ketiga ini merupakan eksperimen psikodrama dengan 34 orang tua yang menunjukkan bahwa pengasuhan positif berbasis falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* efektif dalam mengurangi *toxic parenting*. Hasil *paired samples t-test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *post test* dengan nilai $t(33) = 9.84$ dan $p < 0.001$. *Effect size* yang dihitung menggunakan Cohen's d adalah 1.69, menunjukkan efek yang sangat besar dari intervensi yang dilakukan. Ini menunjukkan bahwa

ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor *pre-test* dan *post-test*, mengindikasikan adanya perubahan bermakna setelah perlakuan diberikan. Kesimpulannya, falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dapat diterapkan secara luas sebagai solusi pengasuhan positif untuk mengatasi *toxic parenting*.

Kata kunci: Pengasuhan Positif, Sapa Sira Sapa Ingsun, *Toxic Parenting*

PENDAHULUAN

Badan Pusat Statistik Indonesia (2023) mencatat bahwasanya dari keseluruhan penduduk Indonesia, sebanyak 30,2 juta jiwa adalah anak-anak dengan usia 0-8 tahun. Anak-anak perlu mendapatkan berbagai perlindungan sosial, ekonomi dan pendidikan guna menjamin kelangsungan hidup yang layak bagi mereka (Unicef, 2020). Terlepas dari sistem yang besar, penjaminan kehidupan anak-anak yang paling utama berangkat dari keluarga. Sistem berjalannya keluarga yang terdiri dari pengasuhan, pendampingan, dan penyediaan kebutuhan sangat mempengaruhi bagaimana anak tumbuh dan berkembang (Mukarromah *et al*, 2020). Keluarga sebagai unit pendidikan inti seorang anak, memiliki beberapa fungsi yang meliputi fungsi kasih sayang, fungsi ekonomi, fungsi sosialisasi, fungsi pendidikan, dan fungsi rekreasi (Elita *et al*, 2024). Setiap orang tua memiliki metode dan pendekatan dalam mengasuh serta membimbing anak-anak mereka, berdasarkan keyakinan dan keinginan mereka sendiri bahwa metode tersebut efektif untuk menanamkan nilai-nilai kebaikan pada anak-anak mereka. Pola asuh didefinisikan sebagai kumpulan sikap, persepsi, dan perilaku yang ditunjukkan oleh orang tua dan membentuk kepribadian anak (Navarro, 2016).

Mengacu pada Dahlan (2022), pola asuh orang tua terbagi menjadi 3 bentuk utama yang meliputi pola asuh demokratis yang melibatkan anak dalam pengasuhan, pola asuh otoriter yang mementingkan pendapat orang tua kepada anak, dan pola asuh permisif yang memanjakan anak. Orang tua yang menerapkan pola pengasuhan berlebihan dapat menyebabkan gangguan psikologis pada anak dan menghambat perkembangan optimal mereka. Pola pengasuhan ini tampak pada orang tua yang menekankan rasa hormat dan kepatuhan dari anak tanpa berusaha untuk memahami dari sudut pandang anak mereka (Ulfadilah, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Berliana (2022) menyoroti tentang bahaya dari adanya pengasuhan otoriter yang mana dapat menyebabkan menurunnya rasa kepercayaan diri pada anak, hingga anak kehilangan jati diri yang sesungguhnya. Pola pengasuhan otoriter juga merujuk pada implementasi perilaku *toxic* dalam pengasuhan atau *toxic parenting*.

Toxic parenting diartikan sebagai pengasuhan yang mengabaikan hak anak sebagai individu dalam keluarga yang tercermin dalam bentuk pelanggaran batas anak seperti memaksa mereka mengikuti kemauan orang tua, memberikan mereka hukuman jika tidak patuh, mengabaikan pendapat anak, serta tidak memenuhi kebutuhan dasar anak yang sesungguhnya (Milburn *et al*, 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad *et al*. (2020) menunjukkan bahwa *toxic parenting* berkorelasi tinggi dengan adanya agresi yang dilakukan anak-anak.

Tuntutan tinggi dan memaksakan kehendak pada anak juga menyebabkan mereka memiliki kecerdasan emosional dan intelektual yang rendah (Rekha, 2020). Pola asuh yang *toxic* juga berkorelasi tinggi dengan ketidakmampuan anak untuk mengaktualisasikan dirinya serta mengambil keputusan untuk dirinya sendiri (Amran & Basrani, 2020). Anak yang menerima pengasuhan *toxic* juga memiliki potensi tinggi mengalami kebingungan jati diri dan depresi (King *et al*, 2016).

Pola pengasuhan *toxic* dilatarbelakangi beberapa faktor. Orang tua yang bersikap otoriter cenderung melihat niat buruk pada anak dan lebih sering menggunakan metode pengasuhan yang keras seperti membentak dan memukul untuk mengantisipasi niat buruk anak meskipun hal tersebut hanya tumbuh pada perspektif orang tua dan bukan kondisi nyata (Crouch *et al*, 2017). Perilaku *toxic* orang tua dalam pengasuhan juga berkaitan erat dengan disregulasi emosi orang tua yang dikuatkan oleh tingkat stres keluarga yang tinggi (Shaw & Starr, 2019). Masalah eksternalisasi yang dihayati oleh orang tua seperti pandangan orang lain, tatanan budaya dan tuntutan lingkungan juga memiliki kaitan erat dengan perilaku *toxic controlling* pada anak (Ruiz *et al*, 2019). Orang tua yang juga menerima *toxic parenting* dari orang tua sebelumnya berpotensi tinggi melanjutkan pola pengasuhan yang sama pada anaknya (Sunita, 2022). Budaya pengasuhan yang mengakar pada masyarakat dan dianggap lumrah juga menguatkan rantai perilaku *toxic* dalam pengasuhan (Uji *et al*, 2014). Tercatat, terdapat sebanyak 7.842 kasus kekerasan pada anak terjadi di Indonesia sepanjang tahun 2019 hingga tahun 2024 (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2024). Kekerasan ini diterima anak dalam berbagai bentuk seperti kekerasan seksual, kekerasan verbal dan kekerasan psikis yang terjadi dalam keluarga dan lingkungan. Banyak faktor penyebab terjadinya kekerasan pada anak salah satunya adalah motif pendisiplinan dalam keluarga. Merujuk pada data yang dikeluarkan oleh Komnas Perlindungan Anak terdapat beberapa wilayah di Indonesia yang memiliki prevalensi tinggi kejadian kekerasan pada anak dalam keluarga dengan motif pendisiplinan. Wilayah tersebut meliputi Jakarta, Surabaya, Surakarta, dan Bandung (KPAI, 2022).

Tingginya kasus kekerasan pada anak dengan motif pendisiplinan yang masih tinggi disebabkan karena adanya kepercayaan bahwa kekerasan dapat diterima dan dianggap normal dikarenakan pengalaman pribadi yang traumatis atau masalah pribadi tertentu yang dialami orang tua (Yonas, 2023). Perlu diadakannya sebuah riset yang dapat membangun pola pendekatan pengasuhan baru yang sesuai budaya masyarakat. Berangkat dari data prevalensi dan fakta tersebut, riset ini memiliki tujuan untuk mengonstruksi pendekatan pengasuhan baru yang berasal dari kebudayaan setempat sehingga dapat diimplementasikan oleh masyarakat dalam kesehariannya.

METODE PENELITIAN

Desain, Lokasi, dan Waktu

Penelitian ini menggunakan desain *concurrent mixed method* yang menggabungkan data kualitatif dan kuantitatif dalam satu waktu. Data kualitatif diperoleh melalui wawancara dalam studi 1 bersama kerabat Keraton Surakarta guna menggali nilai ilmiah falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dan studi 2 melalui wawancara pada narasumber ahli pengasuhan positif guna menguatkan nilai ilmiah yang telah ditemukan. Data kuantitatif diperoleh melalui uji coba atau eksperimen konsep pengasuhan baru yang dikonstruksi dari hasil integrasi studi 1 dan 2 pada sebanyak 34 subjek. Penelitian ini dilakukan selama bulan April hingga Juli 2024 secara *offline*.

Informan dan Subjek Penelitian

Riset ini dilakukan melalui 3 tahapan studi yang saling terintegrasi. Pada setiap studi yang dilakukan melibatkan beberapa informan dan subjek penelitian. Pada studi 1, penelitian melibatkan keluarga, kerabat, dan abdi dalem Keraton Kasunan Surakarta sebanyak 3 orang yang memberikan informasi terkait pemaknaan falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Informasi dari studi pertama menghasilkan simpulan nilai ilmiah terkait falsafah tersebut.

Riset dilanjutkan pada studi 2 dengan melakukan proses wawancara kepada ahli pengasuhan positif. Studi 2 ini memberikan hasil konstruksi pengasuhan positif yang telah tervalidasi oleh ahli.

Pada tahapan berikutnya, riset dilanjutkan pada studi 3 yang merupakan tahap uji coba konsep baru melibatkan subjek yakni orang tua dengan anak usia 6-12 tahun yang telah melewati proses *screening* pre-eksperimen. Mengacu pada proses *screening*, orang tua yang terlibat dalam eksperimen memenuhi kriteria indikasi *toxic parenting* serta anak memiliki aktualisasi diri rendah.

Pengumpulan Data

Riset ini dikembangkan melalui pengumpulan data primer dan sekunder yang menjadi acuan berjalannya riset. Pada pengumpulan data primer, dikembangkan 3 tahapan studi dan pengumpulan data. Studi 1 dilakukan melalui wawancara mendalam dengan keluarga, kerabat, dan abdi dalem Keraton Surakarta guna menggali nilai ilmiah pengasuhan dalam falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Pengumpulan data sekunder juga dilakukan dalam penelitian ini melalui studi literatur. Penggalan data dilanjutkan pada studi 2 yang bertujuan untuk melakukan penguatan konsep pengasuhan yang ditemukan dari eksplorasi nilai ilmiah falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Penguatan ini dilakukan melalui konfirmasi kepada ahli pengasuhan positif untuk mengklarifikasi temuan agar tidak terjadi bias temuan penelitian. Pasca studi 2 dilakukan, riset dilanjutkan dengan mengonstruksi pola pengasuhan positif yang berlandaskan falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dan diuji cobakan pada studi 3. Pada tahapan studi 3, dilakukan uji coba pola pengasuhan positif kepada subjek penelitian melalui desain *one group pretest post test* melalui alat ukur skala *toxic parenting*

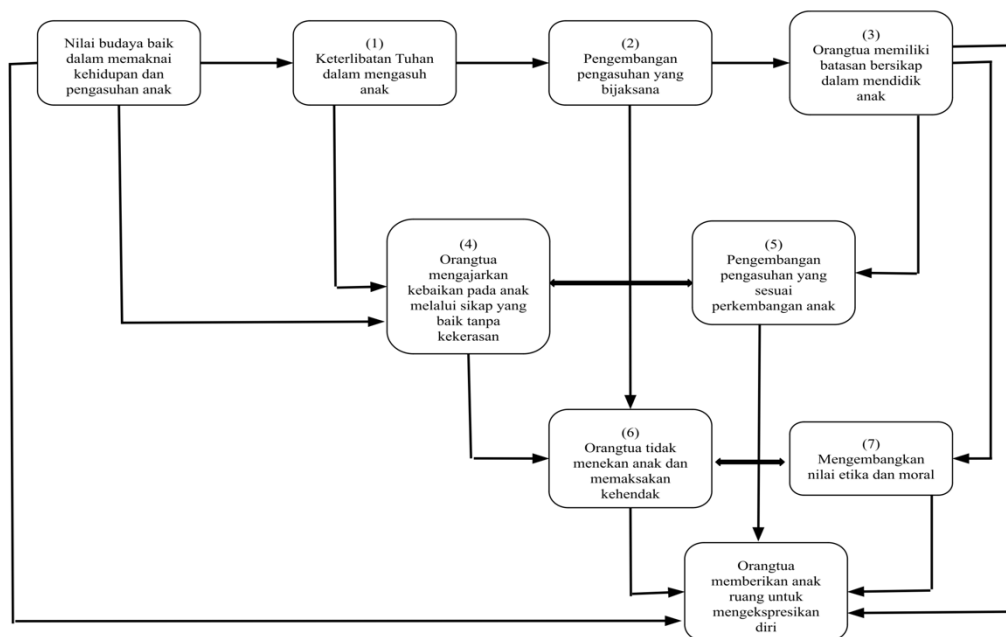
Dunham, Dermer & Carlson dengan nilai Cronbach's Alpha > 0,60 sehingga memiliki reliabilitas cukup tinggi.

Analisis Data

Riset ini melibatkan teknik analisis data yang menggabungkan data primer dan sekunder melalui 2 pendekatan yang berbeda, yakni kuantitatif dan kualitatif. Integrasi antara data kuantitatif dan kualitatif dalam sebuah riset perlu dilakukan dengan komprehensif agar mendapat data yang konkret (Nasution, 2017). Analisis hasil riset kualitatif dilakukan dengan analisis *socio cultural analysis* yang mengintegrasikan konsep, pengetahuan, dan pemahaman sosial. Riset kualitatif juga melibatkan analisis tematik yang mengidentifikasi tema, topik, dan pola dari suatu data. Analisis hasil riset kuantitatif dilakukan melalui uji *paired sample t-test* menggunakan *software* Jamovi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Nilai Ilmiah Pengasuhan dalam Falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*



Gambar 1. Bagan Hasil Studi 1

Falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* secara harfiah diartikan sebagai “siapa aku, siapa kamu”. *Sapa Sira Sapa Ingsun* menggambarkan bagaimana kultur asli masyarakat menciptakan sekat pembeda berupa strata atau kelas sosial dalam kehidupan keseharian (Wissang *et al*, 2023). Secara umum, masyarakat menghayati falsafah ini berdasarkan perspektif yang memiliki konotasi negatif. Temuan penelitian menggambarkan konstruksi baru yang lebih positif pada perspektif falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Penghayatan budaya melalui sudut pandang positif membantu individu untuk dapat mengendalikan diri dalam berperilaku (Pratama & Surahman, 2023). Hasil eksplorasi pada studi pertama ini, narasumber yang terlibat

menunjukkan sikap penghayatan positif dari falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Hal ini terlihat dari adanya perspektif yang menjelaskan bahwa falsafah ini mengajarkan manusia untuk mendahulukan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi. Pemaknaan falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dapat dipenggal menjadi 2 bagian dimana *Sapa Sira* berada pada bagian depan yang berarti “*disik no wong liyo*” atau dahulukan orang lain. Falsafah ini disambung dengan *Sapa Ingsun* yang bermakna “*aku sawise sira*” atau saya setelah kamu (orang lain). Sikap yang merepresentasikan hal ini adalah tidak berbuat *kemingsun* atau egois. Sikap *kemingsun* merupakan representasi dari adanya sifat alamiah manusia yang selalu ingin menang, berkuasa, dan ingin didahulukan daripada orang lain. *Kemingsun* atau *kabeh ana ing ing sun* (semua ada di saya) ini harus direduksi dan dikendalikan agar individu memiliki batasan bersikap kepada orang lain.

Kemingsun atau dalam bahasa Indonesia disebut egois atau “ke aku-an” merupakan sikap yang bertentangan dengan nilai luhur manusia yang diciptakan oleh Tuhan. Penghayatan akan adanya Tuhan, membantu individu untuk mengendalikan sikap *kemingsun*-nya. Penghayatan kehadiran Tuhan dalam kehidupan mendorong manusia untuk bersikap *trepsilo laku utomo* atau sikap baik dan bijaksana adalah hal utama dalam kehidupan. Sikap baik dan bijaksana ini diimplementasikan dalam perilaku melalui kesediaan untuk menghormati sudut pandang orang lain dan menghargainya tanpa melakukan penghakiman. Sikap ini juga menekan adanya sifat *kemingsun* dalam diri manusia. *Trepsilo* juga mengajarkan kepada manusia untuk selalu bijak dalam memahami batasan bersikap kepada orang lain dengan cara tidak merendahkan, tidak meremehkan, serta memberikan sesuatu yang menjadi hak bagi orang lain. *Trepsilo* dan batasannya mendorong individu untuk bisa menghayati sikap *bandoro* atau *putro wayah* yang memiliki makna kemampuan melawan *nafsiyah* atau dorongan egonya. *Bandoro* ini dimaknai sebagai kemampuan manusia untuk bisa menerima dan menyampaikan kembali sesuatu yang baik dan menekan dorongan merusak dari dalam diri. Batasan bersikap *bandoro* ini sejalan pula dengan perilaku yang harus dikembangkan oleh manusia dimana individu harus bisa menyebarkan kebaikan kepada individu lain melalui cara yang lembut dan tidak menggunakan kekerasan.

Bersikap juga perlu memperhatikan keseimbangan IQ, EQ, dan SQ yang mana ketiga komponen tersebut membantu manusia memilah sikap baik dan buruk dalam kehidupan (Alhail, 2024). Berdasarkan hasil riset, dalam bersikap, individu juga perlu menyeimbangkan logika, perasaan, dan kemampuan sosial yang ditunjukkan dalam penyesuaian bersikap dalam pelbagai kondisi. Penyeimbangan ketiga komponen ini membantu individu untuk dapat mengembangkan sikap *lembah manah* atau penyesuaian diri dengan hati seluas samudera. Pemaknaan dari sikap ini adalah individu harus bersikap sesuai tempatnya dan sesuai batasan posisinya dengan ikhlas tanpa merasa terbebani. Kemampuan bersikap yang sesuai dengan kondisi, berkaitan erat dengan kemampuan manusia menyeimbangkan nalar dan perasaannya. Hal ini akan mengerucut pada kemampuan manusia agar mampu memahami batasan posisi yang dimiliki serta tidak memaksa orang lain mengikuti kemauannya. Seluruh konsep

ini membantu individu untuk dapat menimbang etika dan moral dalam berperilaku serta memperlakukan orang lain dengan baik.

Keseluruhan temuan dalam riset ini dapat ditarik dalam implementasi pengasuhan. Hasil studi menunjukkan bahwa falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* mengandung nilai-nilai ilmiah seperti penghayatan akan keberadaan Tuhan, sikap bijaksana, batasan dalam bersikap, mengajarkan kebaikan tanpa kekerasan, penyesuaian diri, tidak memaksakan kehendak, serta keseimbangan etika dan moral. Nilai-nilai ini dapat dikembangkan oleh orang tua dalam pengasuhan, seperti menghargai budaya, melibatkan Tuhan, memahami dan menghormati anak, mengasuh tanpa kekerasan, menyesuaikan dengan perkembangan anak, serta menjaga etika dan moral. Komponen-komponen ini bersinergi untuk membantu anak berkembang secara optimal.

Konstruksi Pengasuhan Positif

Temuan studi pertama yang mencakup tujuh nilai pengasuhan dalam falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dikembangkan secara teoritis melalui wawancara dengan ahli pengasuhan untuk memperkuat konstruksi nilai dan meminimalisir kesalahan konsep. Tujuan wawancara ini adalah untuk menyempurnakan dan membuat temuan penelitian lebih valid dan spesifik (Satriyanto & Parnawi, 2023). Pengasuhan positif didefinisikan sebagai proses yang mengutamakan kedekatan emosional, komunikasi dua arah, dan pemberian batasan sesuai kondisi untuk mendukung pertumbuhan anak. Kartikasari *et al.* (2023) mendukung bahwa pengasuhan positif didasarkan pada kasih sayang, saling menghargai, dan hubungan hangat antara orang tua dan anak.

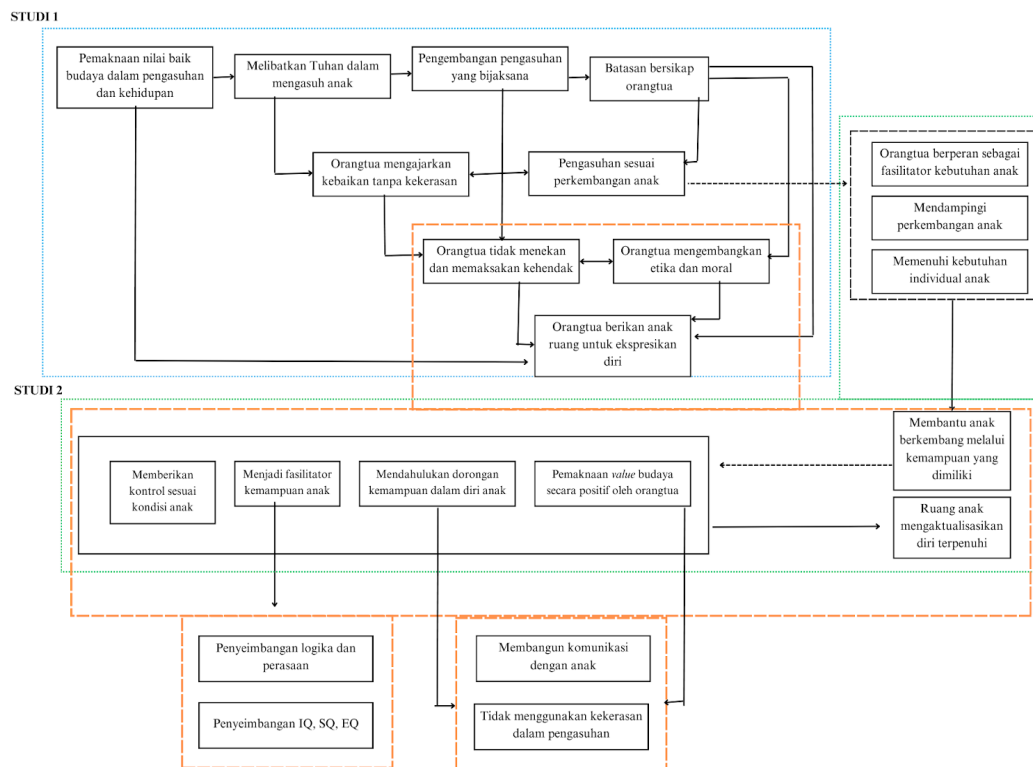
Studi kedua ini mengembangkan temuan dari studi pertama dengan menambahkan dua poin penting, menghasilkan sembilan nilai pengasuhan positif yang terintegrasi. Temuan ini memberikan panduan bagi orang tua untuk mendukung perkembangan optimal anak dan membantu anak mengaktualisasikan dirinya. Pertama, peran orang tua sebagai fasilitator kebutuhan anak, yang meliputi penyediaan kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, tempat tinggal, dan dukungan untuk aktivitas yang mendukung perkembangan fisik dan mental anak.

Kedua, penting bagi orang tua untuk mendampingi perkembangan anak dengan bijaksana. Pendampingan yang bijaksana melibatkan pemberian bimbingan dan nasihat tanpa terlalu mengontrol atau membatasi kebebasan anak. Ketiga, orang tua harus memenuhi kebutuhan individual anak. Setiap anak adalah individu yang unik sehingga orang tua harus peka dan responsif terhadap kebutuhan spesifik setiap anak. Memahami dan menghargai perbedaan individual anak akan membantu orang tua dalam memberikan pengasuhan yang lebih efektif dan personal. Keempat, mereka perlu membantu anak berkembang sesuai kemampuan alami mereka. Orang tua harus mengenali bakat dan minat anak, serta memberikan fasilitas dan dukungan yang diperlukan agar anak dapat mengembangkan potensi tersebut secara optimal. Kelima, anak harus diberikan ruang untuk mengaktualisasikan diri. Orang tua perlu memberikan kebebasan kepada anak untuk mengeksplorasi diri mereka sendiri,

menemukan minat dan bakat, serta mengembangkan kemampuan mereka secara mandiri. Keenam, kontrol yang diberikan pada anak harus disesuaikan dengan kondisi anak. Orang tua harus fleksibel dalam memberikan kontrol, menyesuaikan tingkat pengawasan dan aturan berdasarkan usia, kepribadian, dan kebutuhan anak. Ketujuh, orang tua harus menjadi fasilitator perkembangan anak tidak hanya dalam aspek fisik tetapi juga emosional dan sosial. Mereka harus membantu anak mengembangkan keterampilan sosial, seperti berkomunikasi dengan baik, bekerja sama dengan orang lain, serta membangun hubungan yang sehat.

Kedelapan, mereka harus mengutamakan kemampuan anak daripada keinginan pribadi mereka dan membatasi sikapnya terhadap anak. Orang tua harus fokus pada kebutuhan dan potensi anak. Kesembilan, pengasuhan juga terkait dengan budaya, sehingga orang tua perlu memahami dan menerapkan nilai-nilai positif dari budaya tersebut. Pengasuhan yang efektif harus mempertimbangkan konteks budaya di mana anak dibesarkan. Hal ini membantu anak untuk memiliki identitas yang kuat dan mampu menghargai keragaman budaya. Melalui penerapan dan pemahaman sembilan poin ini, orang tua dapat memberikan pengasuhan yang lebih holistik dan efektif, membantu anak-anak mereka tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan berprestasi.

Sembilan poin tersebut tergambarkan dalam bagan hasil studi yang terintegrasi dengan studi sebelumnya. Berikut merupakan bagan integrasi kedua studi dimana bagan bergaris biru adalah hasil studi 1, bagan bergaris hijau adalah hasil studi 2, dan bagan bergaris oranye adalah irisan dari keduanya.



Gambar 2. Bagan Integrasi Studi 1 dan 2

Berdasarkan hasil integrasi dari kedua studi, ditemukan adanya kesamaan yang konsisten dan saling melengkapi dalam nilai-nilai pengasuhan positif, terutama yang terkait dengan falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Nilai-nilai ini memberikan langkah-langkah penting yang harus diterapkan oleh orang tua dalam proses pengasuhan. Pertama, dalam proses pengasuhan, sangat penting bagi orang tua untuk selalu melibatkan Tuhan dan memaknai kehadiran-Nya. Dengan menghayati kehadiran Tuhan, orang tua dapat lebih menghargai diri anak dan memberikan ruang bagi anak untuk berkembang sesuai dengan kemampuan alami yang dimilikinya. Kedua, orang tua perlu melihat kebudayaan dari sisi positif dan menjadikannya acuan dalam proses pengasuhan. Karena pengasuhan tidak terlepas dari nilai-nilai budaya yang dianut oleh orang tua, pandangan positif terhadap budaya akan membantu membentuk pendekatan pengasuhan yang lebih baik.

Ketiga, falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* mengajarkan bahwa orang tua perlu mendahulukan dorongan terhadap kemampuan anak daripada memaksakan keinginan mereka sendiri. Dengan memberikan dorongan yang tepat, orang tua dapat membantu anak mengembangkan potensi alami mereka secara maksimal. Keempat, dorongan terhadap kemampuan anak juga harus difasilitasi oleh orang tua selama proses pengasuhan. Orang tua harus menyediakan lingkungan yang mendukung dan alat-alat yang diperlukan untuk membantu anak tumbuh dan berkembang. Kelima, falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* juga menekankan pentingnya mengontrol anak sesuai dengan kebutuhan mereka, tanpa menggunakan kekerasan. Kontrol yang diberikan harus fleksibel dan disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan spesifik anak.

Keenam, pengasuhan menurut *Sapa Sira Sapa Ingsun* juga menekankan keseimbangan antara IQ (*Intelligence Quotient*), SQ (*Spiritual Quotient*), dan EQ (*Emotional Quotient*) agar tercipta keselarasan antara pikiran dan perasaan selama proses pengasuhan. Dengan menyeimbangkan ketiga aspek ini, orang tua dapat membantu anak tumbuh menjadi individu yang seimbang dan harmonis. Ketujuh, dalam pengasuhan yang menghayati nilai-nilai positif *Sapa Sira Sapa Ingsun*, juga ditekankan pentingnya komunikasi dua arah antara orang tua dan anak. Komunikasi ini memberikan hak kepada anak sebagai individu untuk didengar dan dihargai, serta memastikan bahwa anak tidak mengalami kekerasan selama proses pengasuhan. Melalui pengintegrasian nilai-nilai ini ke dalam praktik pengasuhan, orang tua dapat menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung bagi anak-anak mereka, membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan berprestasi.

Uji Coba Konsep Pengasuhan Baru

Pasca pelaksanaan studi 2, riset dilanjutkan dengan melakukan eksperimen berupa pemberian pemahaman terkait pengasuhan positif *Sapa Sira Sapa Ingsun* dan uji coba pendekatan baru melalui penampilan psikodrama. Kegiatan eksperimen dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan intervensi yang diberikan kepada subjek eksperimen (Satriyanto & Parnawi, 2023). Eksperimen merupakan bentuk dari studi 3 riset ini yang melibatkan 34 partisipan dari total 50 responden yang tersaring pada proses *screening* pre-eksperimen dengan skor *toxic parenting* sedang

dan tinggi serta aktualisasi diri anak yang rendah. Pada tahap studi ini, ditemukan data *pretest* yakni:

Tabel 1. Analisis Deskriptif

Variabel	Min	Max	Mean	SD	Q1	Q2	Q3
Aktualisasi diri	17	50	35.7	8.30	<35	35-40	>40
Toxic Parenting	27	63	40.1	10.5	<35	35-41.7	>41.7

Variabel aktualisasi diri memiliki nilai terendah 17 dan nilai tertinggi 50, dengan rata-rata 35,7 dan simpangan baku 8,3. Distribusi kuartil menunjukkan bahwa 25% responden memiliki nilai aktualisasi diri kurang dari 35, 50% responden memiliki nilai antara 35 hingga 40, dan 25% responden memiliki nilai lebih dari 40. Sementara itu, variabel *toxic parenting* memiliki nilai terendah 27 dan nilai tertinggi 63, dengan rata-rata 40,1 dan simpangan baku 10,5. Berdasarkan distribusi kuartil, 25% responden memiliki nilai *toxic parenting* kurang dari 35, 50% responden memiliki nilai antara 35 hingga 41,7, dan 25% responden memiliki nilai lebih dari 41,7.

Setelah dilakukan uji coba, analisis *paired sample t-test* yang menghasilkan data berikut.

Tabel 2. Paired sample T-test

	Statistic	df	p	Effect Size (Cohen's d)	
Posttest	Student's t	9.84	33.0	<.001	1.69

Pada uji *Student's t*, diperoleh nilai statistik 9,84 dengan 33 derajat kebebasan (df) dan nilai p kurang dari 0,001. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor *pre-test* dan *post-test*, mengindikasikan adanya perubahan bermakna setelah perlakuan diberikan. Pada Cohen's d diperoleh nilai sebesar 1.69 yang menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan memiliki *effect size* yang sangat besar. Dengan begitu, perlakuan yang diberikan memiliki dampak yang sangat kuat terhadap peningkatan nilai *post test*.

Namun, ketika skor *post-test* dianalisis berdasarkan tingkat pendidikan menggunakan uji ANOVA, ditemukan nilai F sebesar 0,942 dan nilai p sebesar 0,477. Ini berarti tidak ada perbedaan signifikan dalam skor *post-test* berdasarkan tingkat pendidikan. Dengan kata lain, meskipun ada perubahan signifikan pada skor *pre-test* dan *post-test* secara keseluruhan, perubahan tersebut tidak dipengaruhi oleh variasi tingkat pendidikan. Data ini dirangkum dalam tabel yang menunjukkan statistik deskriptif dan hasil uji ANOVA terkait tingkat pendidikan.

Tabel 3. Analisis Tingkat Pendidikan

One-way AnovaF		df1	df2	p	
Posttest	0.942	4	10.5	0.477	

Group	Tingkat Pendidikan	N	Mean	SD	SE
Posttest	SMP	4	31.8	3.59	1.797
	SMA	9	31.3	3.91	1.302
	D3	5	30.8	2.77	1.241
	D4	4	28.8	2.06	1.031
	S1	12	31.3	3.14	0.906

Setelah *post test* dilakukan, riset memasuki tahap refleksi yang bertujuan untuk mengukur keberhasilan eksperimen melalui beberapa indikator, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor pada subjek penelitian. Tahap refleksi ini sangat penting karena memberikan gambaran menyeluruh mengenai dampak dari eksperimen yang telah dilakukan, serta membantu memahami sejauh mana tujuan penelitian telah tercapai. Pada tahap refleksi, hasil penelitian menunjukkan bahwa secara kognitif, subjek penelitian telah memahami pentingnya menerapkan konsep pengasuhan *Sapa Sira Sapa Sapa Ingsun* dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman kognitif mencakup pengetahuan tentang prinsip-prinsip dasar dari konsep pengasuhan tersebut, serta kesadaran tentang bagaimana prinsip-prinsip ini dapat diterapkan dalam berbagai situasi pengasuhan yang mereka hadapi. Subjek penelitian tidak hanya memahami teori di balik konsep pengasuhan *Sapa Sira Sapa Sapa Ingsun*, tetapi juga mampu mengidentifikasi cara-cara praktis untuk mengimplementasikannya dalam interaksi sehari-hari selama proses pengasuhan. Subjek menunjukkan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana nilai-nilai ini dapat membantu membentuk lingkungan yang positif dan mendukung bagi perkembangan anak.

Selain peningkatan pemahaman kognitif, ada juga peningkatan yang signifikan pada indikator afektif. Indikator afektif mengukur sejauh mana subjek penelitian mengalami perubahan dalam perasaan, sikap, dan nilai-nilai mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek penelitian secara konsisten mampu menjelaskan dan merasakan nilai-nilai budaya yang positif yang terkandung dalam falsafah *Sapa Sira Sapa Sapa Ingsun*. Mereka menunjukkan peningkatan dalam penghargaan dan penghayatan terhadap nilai-nilai budaya ini, yang tercermin dalam cara mereka berbicara dan berperilaku. Ward *et al.* (2020) juga menyebutkan bahwa budaya dapat mempengaruhi perilaku individu secara spesifik, sehingga intervensi berdasarkan kebudayaan membantu perbaikan perilaku individu. Subjek penelitian menjadi lebih sadar akan pentingnya nilai-nilai budaya dalam pengasuhan dan mampu mengintegrasikannya dengan cara yang bermakna dalam kehidupan sehari-hari. Mereka juga menunjukkan peningkatan dalam empati dan kesadaran emosional, yang merupakan aspek penting dari pengasuhan yang efektif.

Secara keseluruhan, tahap refleksi menunjukkan bahwa eksperimen ini berhasil dalam meningkatkan pemahaman kognitif dan afektif subjek penelitian mengenai pengasuhan *Sapa Sira Sapa Ingsun*. Sejalan dengan hal ini, dalam penelitian Lilienfeld & Besterfield (2020) menyatakan bahwa sesi refleksi dalam intervensi psikologi, membantu subjek untuk dapat meningkatkan kesadaran terhadap permasalahan tertentu. Peningkatan ini menunjukkan bahwa subjek penelitian tidak hanya memahami pentingnya nilai-nilai budaya dalam pengasuhan, tetapi juga merasakan dan menghargai nilai-nilai tersebut secara mendalam. Hasil ini memberikan bukti bahwa konsep pengasuhan *Sapa Sira Sapa Ingsun* dapat diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari, membawa manfaat nyata bagi perkembangan anak dan proses pengasuhan yang lebih positif. Keseluruhan partisipan dalam studi 3 merupakan ibu-ibu yang mana, hasil bisa saja berbeda jika proses uji coba melibatkan perspektif ayah. Perlu dikaji lebih dalam terkait keterlibatan ayah dalam uji coba, sebab ayah dan ibu terkadang memiliki pandangan yang berbeda terkait informasi baru yang mereka terima dalam mengasuh anak (Mukarromah, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini membahas terkait nilai-nilai pengasuhan positif yang terdapat pada falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* dan implikasinya dalam menekan *toxic parenting*. Terdapat kandungan nilai ilmiah dalam falsafah *Sapa Sira Sapa Ingsun* yang meliputi penghayatan akan keberadaan Tuhan, sikap bijaksana, batasan dalam bersikap, mengajarkan kebaikan tanpa kekerasan, penyesuaian diri, tidak memaksakan kehendak, serta keseimbangan etika dan moral. Nilai ilmiah ini dapat dikembangkan dalam model pengasuhan positif yang direpresentasikan menjadi tujuh langkah sebagai berikut : (1) Melibatkan Tuhan dalam proses pengasuhan (2) Menghayati budaya dari perspektif positif untuk diterapkan dalam pengasuhan (3) Mendahulukan untuk mendorong kemampuan anak daripada keinginan pribadi (4) Memberikan fasilitas bagi anak untuk berkembang (5) Mengontrol anak sesuai kondisi tanpa melibatkan kekerasan (6) Menyeimbangkan IQ, SQ, EQ selama proses pengasuhan (7) Menembangkan komunikasi 2 arah dan memberikan anak hak untuk menyampaikan pendapatnya.

Berdasarkan hasil eksperimen melalui penampilan psikodrama didapatkan kesimpulan bahwa pengasuhan *Sapa Sira Sapa Ingsun* membantu orang tua untuk memahami perspektif diri anak. Melalui kesadaran dan pemahaman ini, *toxic parenting* dapat ditekan. Kesadaran ini direpresentasikan oleh adanya pemahaman subjek atas pentingnya menerapkan konsep pengasuhan *Sapa Sira Sapa Ingsun* dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman ini mencakup pengetahuan tentang prinsip-prinsip dasar konsep tersebut dan kesadaran akan penerapannya dalam berbagai situasi pengasuhan. Subjek tidak hanya memahami teori di balik konsep ini tetapi juga mampu mengidentifikasi cara praktis untuk menerapkannya dalam interaksi sehari-hari, menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung perkembangan anak. Selain peningkatan pemahaman kognitif, terdapat juga peningkatan signifikan pada

indikator afektif, yang mengukur perubahan dalam perasaan, sikap, dan nilai-nilai subjek. Subjek dalam kegiatan eksperimen ini adalah ibu-ibu. Sehingga, penting bagi penelitian berikutnya untuk menilik terkait perspektif ayah dalam kegiatan eksperimen.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhail, H. (2024). Pemikiran A Cornelius Benjamin tentang kedudukan ilmu kecerdasan manusia: Tinjauan filsafat ilmu: A Cornelius Benjamin's thoughts on the position of human intelligence: A review of the philosophy of science. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 7(1), 34-43.
- Amran, M., & Basri, N. (2020). Investigating the relationship between parenting styles and juvenile delinquent behaviour. *Universal Journal of Educational Research*, 8(11A), 25-32.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Jumlah penduduk menurut kelompok umur, daerah perkotaan/pedesaan, kewarganegaraan, dan jenis kelamin. <https://sensus.bps.go.id/topik/tabular/sp2022/143/1/0>. Diakses pada 15 Juli 2024.
- Berliana, S., Claretta, D., & Arviani, H. (2022). Toxic parents pada podcast (Studi deskriptif kualitatif resepsi khalayak dewasa awal terhadap podcast Curhat Babu episode "Bisakah kita mengubah orang tua kita?"). *Jurnal Kinesik*, 9(2), 143-153.
- Crouch, J., Irwin, L., Milner, J., et al. (2017). Do hostile attributions and negative affect explain the association between authoritarian beliefs and harsh parenting? *Child Abuse and Neglect*, 67, 13-21.
- Dahlan, R., & Dan, A. (2022). Karakteristik toxic parenting anak dalam keluarga. *Diajar: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 190-196.
- Elita, V., Sari, N. Y., Jumaini, J., & Rustam, M. (2024). Hubungan fungsi keluarga dengan status mental remaja pada keluarga di daerah pesisir. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 403-410.
- Kartikasari, T., Sumayni, W., & Susanti, D. (2023). Membangun kesehatan mental anak usia dini dengan pengasuhan positif. *JIIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(11), 8521-8526.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2024). Simfoni PPA. <https://kemenpppa.go.id/page/view/NTI4NA==>. Diakses pada 10 Juli 2024.
- King, R., Vidourek, R., & Merianos, A. (2016). Authoritarian parenting and youth depression: Results from a national study. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 44(2).

- Lilienfeld, S. O., & Basterfield, C. (2020). Reflective practice in clinical psychology: Reflections from basic psychological science. *Clinical Psychology: Science and Practice, 27*(4).
- Muhammad, N., Rathi, S., Baroi, B., et al. (2022). Parenting style and aggressive behavior among high school children. *Jagannath University Journal of Life and Earth Sciences, 6*(2), 123-134.
- Mukarromah, T. T., Hafidah, R., & Nurjanah, N. E. (2020). Kultur pengasuhan keluarga terhadap perkembangan moral anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5*(1), 395-403.
- Mukarromah, W. R. U. (2020). Pengaruh dan dampak intervensi orang tua terhadap rumah tangga anak perspektif hukum Islam di desa Mayang Jember. *Rechtenstudent, 1*(1), 44-54.
- Nasution, L. M. (2017). Statistik deskriptif. *Journal Hikmah, 14*(1), 49-55.
- Navarro, R., Larranaga, E., & Yubero, S. (2016). Differences between preadolescent victims and non-victims of cyberbullying in cyber-relationship motives and coping strategies for handling problems with peers. *Current Psychological Research.*
- Pratama, U. N., & Surahman, E. (2023). Desain online project-based learning untuk pembelajaran menulis karya ilmiah pendidikan seni budaya. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti, 10*(1), 184-198.
- Rekha, S. (2020). Authoritative and authoritarian parenting with respect to emotional and social development in their children: An evidence-based analysis. *International Journal of Multidisciplinary Research and Development, 7*(12), 24-33.
- Ruiz-Hernandez, J., Moral-Zafra, E., Llor-Esteban, B., et al. (2019). Influence of parental styles and other psychosocial variables on the development of externalizing behaviors in adolescents: A systematic review. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context, 11*(1), 9-21.
- Satriyanto, M. D., & Parnawi, A. (2023). Metode dalam psikologi perkembangan. *Indonesian Journal of Teaching and Learning (INTEL), 2*(2), 384-391.
- Shaw, Z., & Starr, L. (2019). Intergenerational transmission of emotional dysregulation: The role of authoritarian parenting style and family chronic stress. *Journal Child Fam Stud, 28*, 3508-3518.
- Sunita, Singh, C., & Sihag, J. (2022). The effects of parenting style on children's behavior: A systematic literature review. *The Pharma Innovation Journal, 11*(11), 1695-1702.
- Uji, M., Sakamoto, A., Adachi, K., et al. (2014). The impact of authoritative, authoritarian, and permissive parenting style on children's later mental

health in Japan: Focusing on parent and child gender. *Journal of Child and Family Studies*, 23(2), 293-302.

Ulfadhilah, K. (2021). The effect of toxic parents on character in childhood in TKIT Al Umm. *Journal of Islamic Early Childhood Education*, 6(1), 27-36.

Unicef. (2020). Situasi anak di Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files/2020-07/Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf>. Diakses pada 15 Juli 2024.

Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2020). *Psychology culture shock*. Routledge.

Wissang, I. O., Hakim, L., Pande, R., Susanti, R., Bawamenewi, A., Pelangi, I., & Sakti, P. (2023). *Bahasa dan budaya*. CV. Intelektual Manifes Media.

Yonas, A. R. (2023). Perilaku toxic parenting, penyebab & cara menghindarinya. <https://www.altaschool.id/blog/perilaku-toxic-parenting-yang-berbahaya-untuk-masa-depan-anak>. Diakses pada 11 Juni 2024.

1.