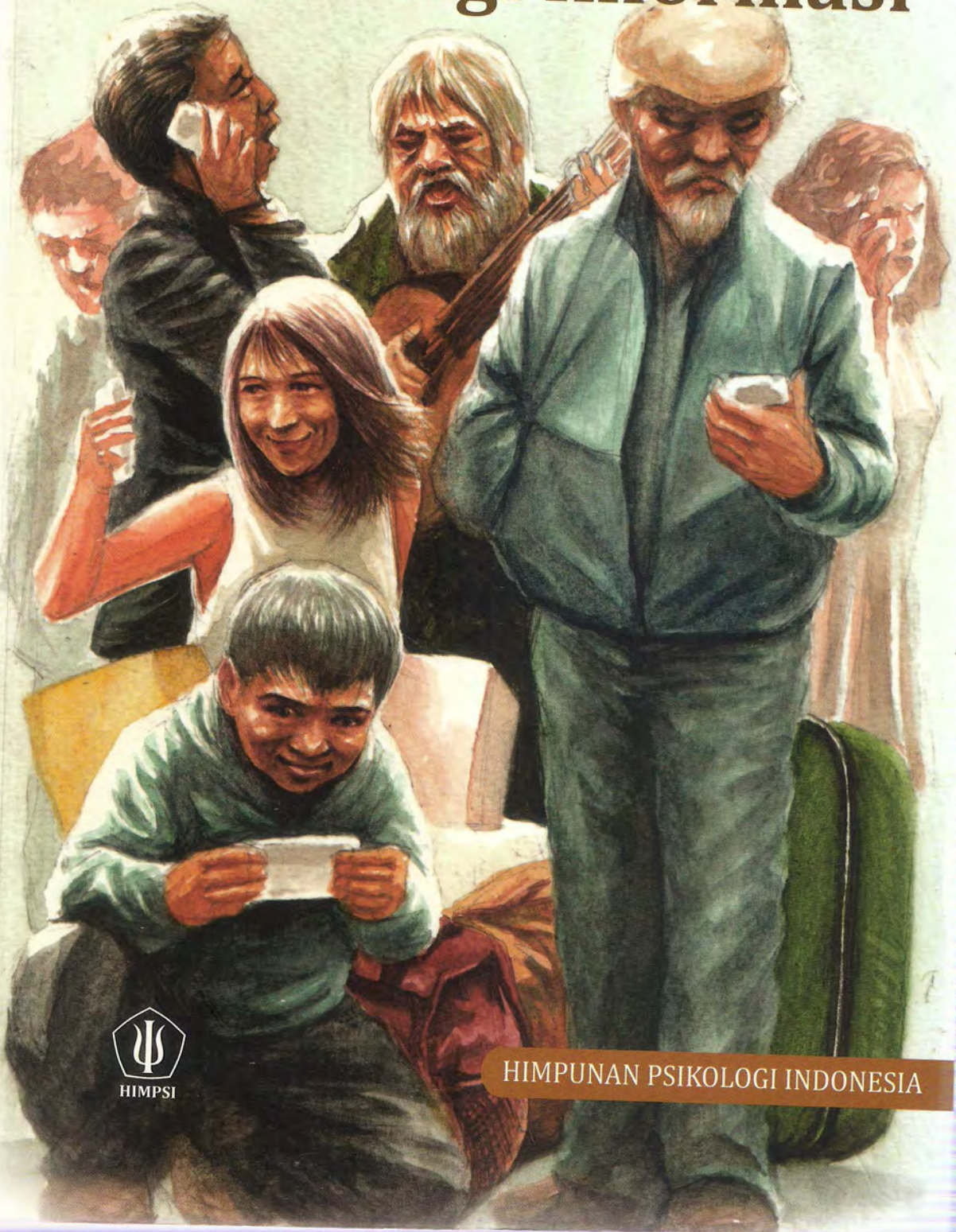


Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa

2

# Psikologi dan Teknologi Informasi



HIMPSI

HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA

## **Psikologi dan Teknologi Informasi**

(Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa 2)

**ISBN 978-602-96634-4-0**

Editor:

1. J. Seno Aditya Utama
2. Juneman Abraham
3. Tjipto Susana
4. Ilham Nur Alfian
5. A. Supratiknya

### **Perpustakaan Nasional RI. Data Katalog dalam Terbitan (KDT)**

Psikologi dan Teknologi Informasi / editor, J. Seno Aditya Utama ... (et. al.).

-- Jakarta: Himpunan Psikologi Indonesia, 2016.

xxx+ 516 ; 17 x 25 cm. – (Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa 2)

ISBN 978-602-96634-4-0

1. Psikologi Terapan. 2. Teknologi Informasi. I. Seno Aditya Utama, J. II. Seri.

158

Perwajahan sampul; Pius Sigit

Hak cipta dilindungi oleh Undang Undang.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penulis atau Penerbit.

Cetakan Pertama, Oktober, 2016

Penerbit:



Himpunan Psikologi Indonesia

Jl. Kebayoran Baru No.85B

Kebayoran Lama, Velbak,

Jakarta 12240 Indonesia

Telp./Fax.: 021-72801625

Website: [himpsi.or.id](http://himpsi.or.id)

Email: [sekretariatpp\\_himpsi@yahoo.co.id](mailto:sekretariatpp_himpsi@yahoo.co.id), [sekretariat.pp@himpsi.or.id](mailto:sekretariat.pp@himpsi.or.id)



## Daftar Isi

<b>Hidup Kita di Era Digital: Sebuah Pengantar .....</b>	<b>iii</b>
<b>Sambutan Ketua Umum HIMPSI.....</b>	<b>xxi</b>
<b>Executive Note Kepala Staf Kepresidenan .....</b>	<b>xxv</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>xxvii</b>
<b>1. Penggunaan Teknologi dalam Intervensi Keluarga</b>	
<i>Agnes Maria Sumargi.....</i>	1
<b>2. Permainan Komputer sebagai Media Edukasi</b>	
<b>    dan Internalisasi Nilai Tertib Lalu Lintas pada Anak:</b>	
<b>    Tantangan dan Peluang</b>	
<i>Diany Ufieta Syafitri, Ardias Nugraheni,</i>	
<i>Azizah Kartika Nugraheni, Firdaus Ismail Sholeh,</i>	
<i>&amp; Rifauddin Tsalitsy .....</i>	17
<b>3. Teknologi dalam Pembelajaran</b>	
<b>    pada Anak Berkebutuhan Khusus</b>	
<i>Weny Savitry S. Pandia .....</i>	35
<b>4. Diskusi Online dan Berpikir Kritis</b>	
<b>    di Pendidikan Tinggi</b>	
<i>F.A. Triatmoko H.S. &amp; Sri Hartati S. Reksodiputro-</i>	
<i>Suradijono .....</i>	51
<b>5. Virtual World 3D dalam Praktek Kerja Profesi Psikologi</b>	
<b>    bidang Psikologi Industri dan Organisasi</b>	
<i>Winandi Mardajaya &amp; Arief Fahmie .....</i>	69
<b>6. Desain J-test untuk Penyusunan Profil Karir</b>	
<b>    Berbasis Web</b>	
<i>Arief Fahmie, Muthia Nurrahmi, &amp; Jenny Handayani .....</i>	81
<b>7. Usability: Psikologi dan Human-Interface Interaction</b>	
<b>    yang Mutual.</b>	
<i>Ratri Atmoko Benedictus.....</i>	93

<b>8. Media Sosial dan Budaya “Ale Rasa Beta Rasa” di Maluku</b>	
<i>Jeanete Ophilia Papilaya</i> .....	109
<b>9. Moralitas di Internet: Kegagalan akan Ruang Publik Baru</b>	
<i>Subhan El Hafiz</i> .....	119
<b>10. Media Sosial dan Human Trafficking: Sebuah Ulasan</b>	
<i>Ike Herdiana</i> .....	127
<b>11. Radikalisasi Online Kelompok Teroris di Indonesia</b>	
<i>Mirra Noor Milla</i> .....	145
<b>12. Cyberloafing di Tempat Kerja: Merugikan atau Menguntungkan?</b>	
<i>Segar Handoyo</i> .....	163
<b>13. Fenomena Kekinian dan Potensi Masalah Kejiwaan</b>	
<i>Josephine Maria Julianti Ratna</i> .....	181
<b>14. Pola Asuh Efektif untuk Anak di Era Digital</b>	
<i>Elizabeth T. Santosa</i> .....	199
<b>15. Menumbuhkan Online Resilience pada Anak: Tantangan dalam Pengasuhan di Era Teknologi Digital</b>	
<i>Wiwin Hendriani</i> .....	213
<b>16. Online Shopping pada Mahasiswa: Belanja di Persimpangan Jalan</b>	
<i>Erita Yuliasesti Diahsari &amp; Hayu Lestari</i> .....	227
<b>17. Kepercayaan Konsumen terhadap Pusat Perbelanjaan Digital di Indonesia</b>	
<i>Jony Eko Yulianto</i> .....	239
<b>18. Kisah Wirausaha Muda di Era Digital</b>	
<i>Hendro Prabowo &amp; Alia Rizki Fauziah</i> .....	259
<b>19. Meneropong Penelitian Media Sosial di Indonesia: Tinjauan Cakupan</b>	
<i>Beatriks Novianti Kiling-Bunga, Indra Yohanes Kiling &amp; Marselino Kharitas Purna Abdi Keraf</i> .....	273
<b>20. Kepatutan Sosial Penelitian Mahasiswa Psikologi Generasi Digital</b>	
<i>Mahargyantari Purwani Dewi &amp; Hendro Prabowo</i> .....	291

<b>21. Memori Alam, Memori Cyber, Pikiran, Perilaku, dan Kualitas Peradaban Manusia</b>	
<i>Akhmad Junaidi &amp; Weni Endahing Warni</i> .....	299
<b>22. Mengelola Aspirasi Sosial-Digital Masyarakat Indonesia sebagai Instrumen Perubahan Sosial</b>	
<i>Indro Adinugroho</i> .....	315
<b>23. Dinamika Pemilihan dan Penolakan Informasi Pornografi di Kalangan Remaja DKI Jakarta</b>	
<i>Inge Hutagalung</i> .....	331
<b>24. Sisi Kemanusiaan Media Sosial</b>	
<i>Imadduddin Parhani &amp; Yulia Hairina</i> .....	351
<b>25. Di Mana Superego dalam Dunia Maya?</b>	
<i>Ira Puspitawati, M.M. Nilam Widyarini, &amp; Dona Eka Putri</i> .....	367
<b>26. Anonimitas dan Pemenuhan Kebutuhan Psikososial melalui Pengungkapan Diri di Media Sosial</b>	
<i>Rahkman Ardi</i> .....	379
<b>27. Inklusi dan Aksesibilitas: Jalan untuk Kembali Menjadi Manusia Seutuhnya</b>	
<i>Penny Handayani &amp; Anissa Azura</i> .....	401
<b>28. “Serapan Teknologi Informasi” dan Tantangan Profesi Psikologi: Catatan Kecil Seorang Praktisi</b>	
<i>Dibyso Soemantri Priambodo</i> .....	417
<b>29. Psikologi Abal-Abal di Era Digital</b>	
<i>Ignatius Ryan Jeffri Dharmawan, Rizki Restuning Tiyas, &amp; Riska Andari</i> .....	431
<b>30. Integrasi Psikologi dan Teknologi Informasi</b>	
<i>Clara Moningka</i> .....	445
<b>31. Psikoteknologi dan Perkembangan Psikologi Indonesia</b>	
<i>Raymond Godwin</i> .....	459
<b>Indeks</b> .....	<b>471</b>
<b>Tentang Penulis</b> .....	<b>487</b>





## 1

# Penggunaan Teknologi dalam Intervensi Keluarga

Agnes Maria Sumargi

**P**rogram *parenting* pada dasarnya bertujuan untuk membekali orang tua dengan ketrampilan pengasuhan anak sehingga anak terhindar dari masalah perilaku seperti agresi dan melawan, serta masalah emosi seperti kecemasan dan depresi. Program *parenting* berkembang sejak tahun 1960-an, berdasarkan pendekatan perilaku dan *social cognitive* yang berasumsi bahwa orang tua dapat mempengaruhi perilaku anak (Haslam, Mejia, Sanders, & de Vries, 2016). Beberapa contoh program *parenting* yang terbukti efektif berdasarkan penelitian adalah *Incredible Years* (Webster-Stratton, 2001), *Triple P-Positive Parenting Program* (Sanders, 2012), dan *Parent-Child Interaction Therapy* (Herschell, Calzada, Eyberg, & McNeil, 2002). Pada umumnya, program-program ini bermaksud untuk meningkatkan hubungan antara orang tua dengan anak dan mengajarkan kepada orang tua strategi mendisiplinkan anak yang tidak melibatkan kekerasan. Dengan demikian, pengasuhan oleh orang tua menjadi lebih efektif. Kecemasan, stres, dan depresi yang dialami orang tua juga berkurang dan kepercayaan diri dalam mengasuh anak menjadi bertambah (Haslam et al., 2016).

Program *parenting* diberikan kepada orang tua sesuai dengan kebutuhannya (Sanders, 2012; Webster-Stratton & McCoy, 2015). Tidak semua orang tua membutuhkan intervensi yang bersifat intensif atau mendalam, sehingga pemberian program *parenting* bisa berlangsung singkat. Biasanya program-program yang bertujuan

preventif diberikan kepada orang tua yang tidak mengalami masalah yang serius dengan perilaku anak dan terbuka bagi masyarakat umum (contoh: *Universal* dan *Selected Triple P*; Sanders, 2012). Sedangkan program-program yang bertujuan untuk *treatment* dibutuhkan oleh orang tua yang memiliki anak dengan masalah emosi dan perilaku yang serius atau orang tua dengan masalah berat seperti depresi atau konflik rumah tangga (contoh: *Enhanced Triple P*; Sanders, 2012). Program ini diberikan dalam jangka waktu yang lebih panjang karena topik bahasannya lebih banyak dan mencakup latihan dan penerapan untuk mengasah ketrampilan pengasuhan orang tua (Haslam, *et al.*, 2016).

Program *parenting* umumnya diberikan oleh praktisi yang terlatih (terakreditasi) kepada orang tua melalui pertemuan tatap muka (*face-to-face*). Hal ini dilakukan baik dalam bentuk kelompok (contoh: *Basic* dan *Advanced program*; Webster-Stratton, 2001) maupun perseorangan (contoh: *Parent-Child Interaction Therapy*; Herschell, *et al.*, 2002 dan *Standard Triple P*; Sanders, 2012). Selain tatap muka, format lainnya adalah pembelajaran mandiri dengan menggunakan panduan tertulis (contoh: *Self-directed Triple P*; Sanders, 2012). Media teknologi juga digunakan dalam program *parenting* untuk memberikan contoh dan arahan kepada orang tua mengenai strategi pengasuhan yang efektif. Misalnya, penggunaan rekaman video (Webster-Stratton, 2001), telepon sebagai sarana konsultasi (Sanders, 2012), *earphone* yang dikenakan orang tua dalam proses *coaching* sewaktu orang tua bermain atau berinteraksi dengan anak (Herschell, *et al.*, 2002).

Seiring dengan perkembangan teknologi yang pesat, media teknologi modern seperti televisi, internet, dan *smartphone* dimanfaatkan untuk membuat program *parenting* menjadi semakin menarik dan sesuai dengan kebutuhan orang tua. Tulisan ini bermaksud untuk memberikan gambaran mengenai penggunaan teknologi modern dalam program *parenting*. Artikel-artikel penelitian yang disajikan merupakan hasil pencarian literatur dari Google Scholar dan PsycINFO dengan kata kunci *parenting intervention*, *parenting program*, *parent training*, dan *technology*. Artikel-artikel ini dipublikasikan dalam 16 tahun terakhir sehingga cukup menggambarkan penerapan teknologi modern terkini dalam penelitian intervensi keluarga. Diharapkan bahasan ini akan memunculkan ide-ide baru bagi praktisi kesehatan



dan psikolog mengenai pemanfaatan teknologi dalam konteks layanan kesehatan mental bagi keluarga.

## Ragam Teknologi dalam Program *Parenting*

Penggunaan teknologi dalam program *parenting* sangat bervariasi. Pada awalnya teknologi digunakan sebagai penunjang saja bagi program *parenting* yang dipandu oleh praktisi. Misalnya, penggunaan *videotape* dalam sesi kelompok *parenting* untuk memberikan contoh praktis kepada orang tua mengenai cara-cara mengatasi perilaku anak yang sulit (Bradley, *et al.*, 2003). Kemudian dalam perkembangannya, teknologi menjadi bagian inti dari program *parenting* di mana keterlibatan praktisi secara langsung relatif kecil, bahkan tidak ada, seperti program *parenting* yang diberikan kepada orang tua dalam bentuk tayangan video di *CD-ROM* (Gordon, 2000) ataupun *DVD* (Porzig-Drummond, Stevenson, & Stevenson, 2015). Orang tua mempelajari sendiri tayangan video tanpa bantuan praktisi. Dalam skala yang lebih luas, program *parenting* diberikan kepada orang tua dari berbagai kalangan, yakni melalui tayangan televisi dan program *online* seperti yang akan dijabarkan berikut ini.

Penelitian menunjukkan bahwa siaran televisi dapat digunakan sebagai media intervensi bagi keluarga. Orang tua dapat belajar mengenai berbagai strategi pengasuhan yang efektif melalui tayangan televisi. Salah satu contohnya adalah 12 episode serial televisi yang berjudul *Families* dengan durasi 20-30 menit per episode (Sanders, Montgomery, & Brechman-Toussaint, 2000). Selain berisikan pembahasan singkat mengenai masalah-masalah yang sering dialami oleh keluarga, tips kesehatan untuk keluarga dan fakta tentang kondisi keluarga, siaran televisi ini berisikan panduan bagaimana menerapkan strategi *parenting* yang efektif (dalam hal ini, strategi-strategi *Triple P*) untuk mengatasi perilaku anak yang bermasalah dan untuk mengajarkan ketrampilan baru kepada anak. Panduan ini dipadukan dengan demonstrasi oleh model (figur orang tua) yang menerapkan strategi pengasuhan yang positif kepada anak. Sekalipun segmen *Triple P* ini hanya berlangsung singkat, yakni 5-7 menit, namun orang tua merasakan manfaatnya yang besar untuk mengatasi perilaku anak (Sanders, *et al.*, 2000).



Bentuk tayangan televisi lainnya yang cukup efektif berupa 6 episode film dokumentasi *Driving Mum and Dad Mad* yang menceritakan pengalaman 5 keluarga yang memiliki anak berusia 3-7 tahun dengan masalah perilaku yang serius. Dalam film tersebut, digambarkan bahwa kelima keluarga sedang mengikuti program *parenting, Group Triple P* (Sanders, Calam, Durand, Liversidge, & Carmont, 2008). *Group Triple P* adalah program *parenting* yang dilaksanakan dalam kelompok kecil dengan panduan praktisi. Tayangan televisi ini menampilkan perjalanan masing-masing keluarga saat mereka menerapkan ketrampilan pengasuhan positif, termasuk di dalamnya proses diskusi dalam sesi *Group Triple P* dan interaksi antara orang tua dengan anak di rumah maupun di tempat umum. Tayangan ini diputar oleh ITV UK dan menjadi siaran televisi yang populer di Inggris yang ditonton oleh sekitar 4,2 juta pemirsa (Calam, Sanders, Miller, Sadhnani, & Carmont, 2008). Untuk keperluan penelitian, selain menonton tayangan ini, 454 orang tua yang terlibat dalam penelitian mendapat kesempatan untuk mengakses lembar tips pengasuhan yang terdapat pada website ITV.

Sementara itu, contoh dari program *parenting online* adalah *Triple P Online*. *Triple P Online* berisikan 8 modul *parenting* yang dapat dipelajari secara mandiri oleh orang tua melalui internet (Sanders, Baker, & Turner, 2012). Isi program ini setara dengan program pelatihan intensif bagi orang tua yang memiliki anak dengan masalah perilaku yang cukup serius (*Standard Triple P*). Pemberian materi tentang strategi pengasuhan anak dipadukan dengan tayangan video berisikan demonstrasi penerapan strategi dan testimoni orang tua mengenai penerapan strategi tersebut. Orang tua juga dapat mengunduh lembar kerja dan file audio berisikan rewiu materi pada sesi tertentu. Selain itu, orang tua dipandu untuk menetapkan tujuan, melakukan rewiu materi dan mengerjakan latihan-latihan. Agar orang tua dapat menyelesaikan program hingga tuntas, digunakan SMS dan e-mail yang secara otomatis terkirim sebagai pengingat (Sanders, *et al.*, 2012). Pada intinya, *Triple P Online* diberikan tanpa fasilitasi atau bantuan dari praktisi.

Serupa dengan *Triple P Online*, *Parenting Toolkit* merupakan program intervensi berbasis internet dengan sasaran orang tua remaja yang memiliki masalah perilaku (Irvine, Gelatt, Hammond,

& Seeley, 2015). *Parenting Toolkit* mengajarkan strategi mengatasi perilaku bermasalah berdasarkan skenario atau kasus (*problem-based learning*) dengan berbagai topik, seperti waktu tidur (*bedtime*), depresi, prestasi akademik, teman, merokok, dan mencuri. Orang tua dapat dengan bebas memilih topik yang hendak dipelajari. Pada setiap topik yang dipilih, orang tua akan melihat tayangan video singkat berisikan interaksi antara orang tua dengan anak. Tayangan ini selalu berakhir dengan pertanyaan mengenai respon orang tua yang tepat untuk mengatasi perilaku anak dalam kasus tersebut. Terdapat tiga pilihan respon dengan satu jawaban yang benar. Apabila orang tua menjawab salah, muncul tayangan video yang memperlihatkan hasil akhir yang negatif pada interaksi antara orang tua dengan anak. Sebaliknya, apabila orang tua menjawab dengan benar, tayangan video yang muncul memperlihatkan hasil akhir yang positif pada interaksi orang tua dan anak. Tayangan berikutnya berbentuk poin-poin pengajaran yang menganalisis pendekatan yang digunakan, yakni mengapa strategi yang dipilih itu salah atau benar dan rencana aksi (*action plan*) untuk menerapkan strategi pengasuhan yang benar ke dalam kehidupan nyata. *Parenting Toolkit* didesain sedemikian rupa sehingga orang tua dapat secara mandiri menjalankan program tanpa dukungan dari praktisi.

Sekalipun keberadaan teknologi mampu menggantikan peran praktisi, pendampingan oleh profesional tetap ditawarkan kepada keluarga yang membutuhkan, khususnya keluarga yang memiliki masalah kompleks seperti keluarga miskin, orang tua yang pernah terlibat kriminalitas, menjadi pecandu narkoba atau yang menunjukkan kecenderungan untuk melakukan kekerasan pada anak. Keluarga bermasalah ini cenderung tidak berpartisipasi dalam program *parenting* karena berbagai kendala seperti kesibukan kerja, masalah biaya dan transportasi, padahal merekalah yang paling membutuhkan bantuan karena memiliki anak dengan perilaku bermasalah yang serius. Para orang tua ini umumnya merasa malu untuk tampil di masyarakat, cenderung menarik diri dan kurang suka untuk bertemu dengan praktisi, apalagi untuk mengakses program *parenting* secara individual ataupun secara berkelompok bersama dengan orang tua yang lain (Gordon, 2000). Oleh karena itu, di negara-negara maju dimana teknologi internet dapat dengan mudah dan murah untuk



diakses, program *parenting* disajikan secara virtual, misalnya melalui *Triple-P Online Community (TPOC)*; Love, et al., 2016). Selain mendapat modul *parenting online (Triple P Online)*, para orang tua dalam *TPOC* terhubung melalui media sosial sehingga mereka dapat berbagi informasi dan memberikan dukungan sosial. Identitas para orang tua ini disamarkan melalui karakter *game (avatar)* yang dipilihnya sendiri. Praktisi berperan sebagai fasilitator dengan merespon informasi yang *diposting* oleh anggota komunitas, menjawab pertanyaan-pertanyaan yang muncul, memberikan apresiasi atau *reward* (dalam bentuk simbol 'lencana' atau bintang) kepada orang tua yang menceritakan usaha kerasnya dalam menerapkan pengasuhan yang positif, serta memonitor situs atau forum komunikasi antar anggota. Selain melalui komputer, materi *Triple-P online* dan media sosial ini dapat diakses melalui *smartphone* atau *tablet* (Love, et al., 2016). Dengan demikian, program diberikan sepenuhnya secara virtual.

## Keuntungan Menggunakan Teknologi

Banyak keuntungan bisa diperoleh dengan memanfaatkan teknologi dalam intervensi keluarga. Penggunaan teknologi dalam program *parenting* akan meningkatkan efisiensi pemberian program. Sebagai contoh, program *parenting* yang dikemas dalam bentuk serial televisi dapat menjangkau masyarakat luas dari berbagai kalangan, termasuk mereka yang tinggal di pedalaman atau di tempat yang terisolasi maupun mereka yang tidak ingin berpartisipasi dalam program *parenting* karena malu atau takut dengan penilaian masyarakat bahwa dirinya memiliki permasalahan psikologis (Calam, et al., 2008). Selain itu, program televisi yang memberikan informasi mengenai perilaku bermasalah pada anak dan strategi-strategi yang efektif untuk mengatasinya dapat mendorong para orang tua untuk mawas diri dengan kondisi anaknya. Dengan demikian, apabila orang tua melihat anaknya menunjukkan tanda-tanda perilaku bermasalah yang serius, maka ia dapat dengan segera mencari bantuan atau melakukan tindakan intervensi secara dini (Sanders, et al., 2000).

Teknologi dalam bentuk tayangan video yang dikemas sebagai DVD atau tayangan *online* dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk mendapat intervensi darurat. Hal ini dilakukan apabila akses untuk

melakukan konsultasi atau sesi terapi dengan panduan praktisi kesehatan atau psikolog tidak bisa diperoleh karena mahal biaya atau lamanya antrian atau daftar tunggu (Porzig-Drummond, *et al.*, 2015). Bukannya tidak mungkin bahwa sebagian orang tua yang mengakses materi *parenting* via teknologi ini memecahkan masalahnya sehingga mereka tidak perlu lagi mendapat intervensi tingkat lanjut untuk mengatasi perilaku anaknya.

Manfaat lain dari penggunaan teknologi adalah kepraktisannya. Sebagai contoh, program *parenting online* dapat diakses di mana saja oleh orang tua, baik itu dengan menggunakan komputer *desktop*, *laptop*, *tablet*, ataupun *smartphone*. Dengan kata lain, orang tua dapat secara fleksibel mengakses materi program *parenting* sesuai dengan waktu luangnya dan tidak terbatas pada tempat. Kendala teknis seperti masalah transportasi dan menjaga anak yang menyebabkan ketidakhadiran orang tua dalam pelaksanaan program *parenting* secara *face-to-face* dapat teratasi. Demikian pula dengan stigma sosial (anggapan bahwa yang mengikuti program *parenting* adalah mereka yang bermasalah) tidak lagi ada karena orang tua tidak perlu bertemu dengan orang lain atau muncul di hadapan publik (Sanders, *et al.*, 2012). Orang tua juga tidak tergantung pada praktisi, ia dapat dengan bebas memilih materi program yang relevan dengan kebutuhannya dan mempelajari materi sesuai dengan kecepatannya (Irvine, *et al.*, 2015).

Lebih jauh lagi, program *parenting online* yang melibatkan media sosial memiliki keuntungan tambahan. Melalui media sosial, orang tua dapat berinteraksi dengan orang tua lainnya sehingga memungkinkan terjadinya proses *modelling* atau peniruan. Orang tua dapat membicarakan keberhasilannya sewaktu menerapkan strategi pengasuhan yang positif. Hal ini kemudian memotivasi orang tua lainnya untuk mencoba menerapkan strategi yang sama. Selain sebagai sumber informasi, media sosial dapat menjadi sumber dukungan sosial karena orang tua merasa tidak sendirian saat menghadapi masalah atau kendala dalam pengasuhan. Orang tua juga dapat memberikan semangat dan dukungan bagi orang tua lainnya. Melalui media sosial, orang tua dapat pula berbagi konsep pengasuhan yang efektif kepada orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 50% anggota *Triple-P Online Community* secara aktif berbagi konsep dan



strategi pengasuhan yang positif kepada pihak lain. *Sharing* tidak hanya terbatas pada anggota komunitas tetapi juga kepada pribadi-pribadi di luar komunitas, seperti teman, anggota keluarga, guru dan staf penitipan anak (Love, *et al.*, 2016). Dengan kata lain, program *parenting online* ternyata dapat mendorong orang tua untuk berperan aktif selama proses intervensi.

## **Efektivitas Program *Parenting* Berbasis Teknologi**

Berdasarkan berbagai penelitian, program *parenting* yang memanfaatkan teknologi memiliki efektivitas yang setara dengan program *parenting* tradisional yang mengandalkan pertemuan tatap muka dengan praktisi atau professional. Penyampaian singkat materi program *parenting* dalam serial televisi bertajuk *Families* (12 episode berdurasi 5-7 menit) ternyata dapat menurunkan perilaku bermasalah pada anak dan meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam mengasuh anak (Sanders, *et al.*, 2000). Penelitian ini dilakukan di Australia pada 56 orang tua yang memiliki anak berusia 2-8 tahun. Kelompok orang tua yang menonton serial televisi (kelompok intervensi) melaporkan perilaku bermasalah anaknya menurun dan rasa percaya dirinya meningkat dibandingkan dengan kelompok yang tidak menonton serial televisi (kelompok kontrol). Lebih jauh lagi, sebelum intervensi terdapat 42,9% anak yang memiliki perilaku bermasalah yang cukup serius (berada dalam kategori klinis), namun sesudah intervensi, persentase ini turun menjadi 14,3%.

Seperti halnya tayangan program *Families*, siaran televisi *Driving Mum and Dad Mad* mengubah perilaku pengasuhan orang tua dan menurunkan perilaku bermasalah pada anak. Kelompok orang tua yang mendapat bantuan ekstra berupa *Triple P Self-Help Workbook* mengalami perubahan yang sedikit lebih drastis dibandingkan dengan kelompok orang tua yang tidak menerima bantuan ekstra (Sanders, *et al.*, 2008). Sekalipun demikian, kedua kelompok orang tua ini sama-sama mendapatkan manfaat yang besar dari tayangan televisi. Efektivitas dari program ini bertahan hingga 6 bulan kemudian. Penelitian juga menunjukkan bahwa keluarga yang menonton semua episode hingga tuntas mengalami perubahan yang sangat signifikan. Analisis lebih jauh menunjukkan bahwa mereka yang memiliki anak

yang sangat bermasalah cenderung menonton seluruh episode. Dengan kata lain, partisipasi penuh dalam program *parenting* via televisi ini justru berasal dari keluarga yang memiliki masalah berat (Calam, *et al.*, 2008). Hal ini semakin mempertegas bahwa media televisi bisa digunakan secara efektif untuk intervensi klinis.

Sama halnya dengan media televisi, program *parenting online* juga terbukti efektif mengubah perilaku orang tua dan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Sanders dan kawan-kawan (2012) dengan menggunakan desain randomisasi dan kelompok kontrol pada 126 orang tua di Australia menunjukkan bahwa *Triple P Online* yang diakses selama 3 bulan dapat menurunkan masalah emosi dan masalah perilaku pada anak, mengubah perilaku pengasuhan orang tua yang kurang efektif, mengurangi kemarahan orang tua kepada anak, dan meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam mengasuh anak. Efektivitas ini bertahan hingga 6 bulan kemudian. Penelitian Irvine, *et al.* (2015) pada 304 orang tua yang menjalankan program *parenting online, Parenting Toolkit*, menunjukkan hasil yang serupa: terjadi perubahan pada pola disiplin orang tua dan perilaku anak, serta rasa percaya diri orang tua meingkat sesudah mengikuti program. Penelitian berikutnya menunjukkan bahwa program *parenting online* memiliki efektivitas yang sama baiknya dengan program *parenting* dengan *workbook* (Sanders, Dittman, Farruggia, & Keown, 2014). Keduanya merupakan bentuk pembelajaran mandiri yang tidak melibatkan pertemuan tatap muka atau dukungan langsung dari praktisi. *Triple P Online* terbukti mengurangi perilaku bermasalah pada anak, mengubah gaya pengasuhan orang tua yang kurang efektif dan kecenderungannya melakukan kekerasan pada anak, serta menurunkan stres yang dialami orang tua dan intensitas konflik antar orang tua.

Sementara itu, program *parenting online* yang melibatkan media sosial atau kelompok virtual seperti *Triple-P Online Community (TPOC)* terbukti efektif pada keluarga yang bermasalah. Penelitian terhadap 155 orang tua dari kalangan sosial ekonomi bawah di Los Angeles menunjukkan bahwa setelah para orang tua terlibat dalam *TPOC* selama 3 bulan, mereka melaporkan bahwa perilaku bermasalah pada anak mengalami penurunan yang signifikan. Demikian pula dengan pengasuhan orang tua yang permisif dan over reaktif serta stres yang



dialami orang tua cenderung menurun. Efektivitas program masih dirasakan hingga 6 bulan kemudian (Love, *et al.*, 2016).

## **Kesimpulan dan Rekomendasi**

Berdasarkan berbagai hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa program *parenting* berbasis teknologi dapat digunakan sebagai media intervensi keluarga yang efektif dan efisien. Teknologi dapat digunakan untuk mentransfer informasi mengenai strategi *parenting* yang efektif kepada banyak orang. Selain efisien, program *parenting* yang dikemas dalam bentuk tayangan video, siaran televisi, dan program *online* memperbesar peran orang tua sebagai penentu keberhasilan program. Tanpa bantuan praktisi, orang tua harus secara mandiri mengakses materi, menyerap informasi yang diberikan, serta menerapkan strategi yang dilihat atau yang diajarkan ke dalam kehidupan nyata. Hal ini tentu saja mensyaratkan disiplin diri, motivasi yang besar, dan upaya aktif dari pihak orang tua. Usaha keras orang tua ini akan terbayar dengan keberhasilannya mengatasi perilaku bermasalah pada anak. Dengan keberhasilan ini, rasa percaya diri orang tua dalam mengasuh anak meningkat. Stres yang dirasakan cenderung berkurang. Perubahan yang terjadi pada orang tua inilah yang menjadi kunci efektivitas dari program *parenting*.

Mengingat bahwa masyarakat Indonesia sudah semakin paham internet dan banyak yang menggunakan *smartphone*, media intervensi keluarga dengan memanfaatkan teknologi bukan lagi mimpi. Tindakan prevensi dan intervensi perilaku bermasalah pada anak dapat dilakukan dengan cepat dan meluas melalui teknologi *online*. Hanya saja, perlu dicatat bahwa penggunaan teknologi *online* membutuhkan sumber daya yang memadai. Orang tua perlu memiliki perangkat teknologi, seperti memiliki komputer atau *smartphone* dengan koneksi internet yang lancar. Orang tua juga perlu memiliki ketrampilan untuk menggunakan teknologi tersebut. Adanya kendala pada sumber daya dan terbatasnya ketrampilan *online* terutama dialami oleh keluarga dari golongan sosial ekonomi bawah. Untuk mengatasi masalah ini, dibutuhkan campur tangan berbagai pihak, antara lain agen layanan masyarakat (LSM/Pemerintah) untuk membangun infrastruktur seperti akses komputer gratis dan *free wifi* di rumah sakit, puskesmas,

atau tempat-tempat publik lainnya. Selain itu, pelatihan penggunaan komputer dan internet perlu digalakkan dan diberikan sesuai dengan kebutuhan orang tua. Akhirnya, praktisi perlu didorong agar tidak buta terhadap teknologi dan tidak ragu untuk menggunakan teknologi sebagai media intervensi bagi keluarga.

Harus diakui bahwa saat ini begitu banyak informasi mengenai kesehatan dan *parenting* membanjiri dunia maya, baik yang disampaikan secara perorangan (*blog* atau *website* pribadi) maupun melalui situs lembaga yang sifatnya komersial dan non komersial (situs surat kabar atau majalah *online*, situs yang menjual produk bayi dan anak-anak, situs yang mempromosikan layanan kesehatan/psikologis). Orang tua yang memiliki anak tentu menyambut aliran informasi ini dengan antusias. Sayangnya, tidak semua informasi *parenting* yang diberikan berkualitas dan akurat. Bahkan adakalanya informasi tersebut saling berkontradiksi sehingga membingungkan orang tua. Hal ini memunculkan kebutuhan untuk memperkenalkan secara luas program *parenting* yang telah terbukti secara ilmiah (*evidence-based parenting program*) karena program tersebut banyak membantu para orang tua di berbagai belahan dunia dalam mengatasi perilaku anak. Dengan memanfaatkan kepraktisan dan fleksibilitas perangkat teknologi, diharapkan efektivitas dari program *parenting* akan semakin menyebar kepada banyak pihak. Kelak akan semakin banyak orang tua dari berbagai lapisan dapat menerapkan strategi pengasuhan yang efektif kepada anak-anaknya, dan anak-anaknya kemudian menerapkan hal yang sama kepada generasi berikutnya. Dengan demikian, perubahan yang terjadi akan bersifat global dan berkelanjutan, sehingga pada akhirnya terjadilah perubahan positif yang membawa kebaikan bagi kesehatan mental dan kesejahteraan bangsa.



## Daftar Acuan

- Bradley, S.J., Jadaa, D.A., Brody, J., Landy, S., Tallett, S.E., Watson, W., & Stephens, D. (2003). Brief psychoeducational parenting program: An evaluation and 1-year follow-up. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42(10), 1171–1178. <http://doi.org/10.1097/01.chi.0000081823.25107.75>
- Calam, R., Sanders, M.R., Miller, C., Sadhnani, V., & Carmont, S.A. (2008). Can technology and the media help reduce dysfunctional parenting and increase engagement with preventative parenting interventions? *Child Maltreatment*, 13(4), 347–361. <http://doi.org/10.1177/1077559508321272>
- Gordon, D.A. (2000). Parent training via CD-ROM: Using technology to disseminate effective prevention practices. *Journal of Primary Prevention*, 21(2), 227–251. <http://doi.org/10.1023/A:1007035320118>
- Haslam, D., Mejia, A., Sanders, M.R., & de Vries, P.J. (2016). Parenting programs. In J.M. Rey (Ed.), *IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health* (pp. 1–29). Geneva.
- Herschell, A.D., Calzada, E.J., Eyberg, S.M., & McNeil, C.B. (2002). Parent-Child Interaction Therapy: New directions in research. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9, 9–16. <http://doi.org/1077-7229/02/9-16>
- Irvine, A.B., Gelatt, V.A., Hammond, M., & Seeley, J.R. (2015). A randomized study of internet parent training accessed from community technology centers. *Prevention Science: The Official Journal of the Society for Prevention Research*, 16(4), 597–608. <http://doi.org/10.1007/s11121-014-0521-z>
- Love, S.M., Sanders, M.R., Turner, K.M.T., Maurange, M., Knott, T., Prinz, R., Ainsworth, A.T. (2016). Social media and gamification: Engaging vulnerable parents in an online evidence-based parenting program. *Child Abuse & Neglect*. <http://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.10.031>

- Porzig-Drummond, R., Stevenson, R.J., & Stevenson, C. (2015). *Preliminary evaluation of a self-directed video-based 1-2-3 Magic parenting program: A randomized controlled trial. Behaviour Research and Therapy, 66*, 32–42. <http://doi.org/10.1016/j.brat.2015.01.003>
- Sanders, M. ., Montgomery, D.T., & Brechman-Toussaint, M.L. (2000). *The mass media and the prevention of child behavior problems: The evaluation of a television series to promote positive outcome for parents and their children. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41(7)*, 939–948. <http://doi.org/10.1111/1469-7610.00681>
- Sanders, M.R. (2012). *Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. Annual Review of Clinical Psychology, 8(1)*, 345–379. <http://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Sanders, M.R., Baker, S., & Turner, K.M. (2012). *A randomized controlled trial evaluating the efficacy of Triple P Online with parents of children with early-onset conduct problems. Behaviour Research and Therapy, 50(11)*, 675–684. <http://doi.org/10.1016/j.brat.2012.07.004>
- Sanders, M. R., Calam, R., Durand, M., Liversidge, T., & Carmont, S.A. (2008). *Does self-directed and web-based support for parents enhance the effects of viewing a reality television series based on the Triple P - Positive Parenting Programme? Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49(9)*, 924–932. <http://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.01901.x>
- Sanders, M.R., Dittman, C.K., Farruggia, S.P., & Keown, L.J. (2014). *A comparison of online versus workbook delivery of a self-help positive parenting program. Journal of Primary Prevention, 35(3)*, 125–133. <http://doi.org/10.1007/s10935-014-0339-2>
- Webster-Stratton, C. (2001). *The incredible years: Parents, teachers, and children training series. Residential Treatment For Children & Youth, 18(3)*, 31–45. [http://doi.org/10.1300/J007v18n03\\_04](http://doi.org/10.1300/J007v18n03_04)



*Webster-Stratton, C., & McCoy, K.P. (2015). Bringing the Incredible Years programs to scale. In K.P. McCoy & A. Diana (Eds.), The science and art of program dissemination: Strategies, successes, and challenges. New Directions for Child and Adolescent Development (pp. 81-95). <http://doi.org/10.1002/cad20115>*

**Agnes Maria Sumargi. "The Use of Technology in Family Intervention."**

*Parenting programs aim to support parents dealing with their child's difficult behavior. Parents participating in parenting programs learn to implement effective strategies to develop good relationships with their child and manage child emotional and behavioural problems. Modern technology can be used to enhance the efficacy of parenting programs and increase parents' engagement and participation in parenting programs. With technology, programs can be delivered according to parents' preferences and needs. This paper describes various range of technologies used in parenting programs, the advantages of using technology in program delivery, and the efficacy of technology-based parenting programs. The examples of parenting programs that incorporates technology in their delivery are Triple P-Positive Parenting Program (in the format of television series: Families and Driving Mum and Dad Mad, and online program: Triple P Online and Triple-P Online Community), 1-2-3 Magic Effective Discipline for Children (videotape in DVD format), Parenting Wisely (video-based CD-ROM), and Parenting Toolkit (online program). The use of technology in program delivery supports parents who live in remote areas or who have practical barriers (i.e., having problems with transportation, child care, or conflicting work schedule) and emotional barriers (perceived social stigma, shame and embarrassment) to participating in parenting programs. With technology, parents can access and participate in parenting programs at any time with minimal cost. Research has shown that programs delivered via technology, such as television series and online program, are effective in reducing child emotional and behavioral problems, dysfunctional parenting practices, parental stress, as well as increasing parenting confidence. This delivery is time- and cost-effective. It can reach large population in limited time. It can also reach families from different backgrounds including those who are at risk and highly need for intervention. The use of technology in parenting programs multiplies the benefits of parenting programs and therefore, it should be considered as an important media for family intervention.*