

**Pengaruh Psikoedukasi Pengasuhan Anak Usia Remaja
Pada *Psychological Well Being* Ibu**

Fabiola Audrey Najoan
Program Magister Profesi Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

Abstrak. Anak usia remaja cenderung mengalami berbagai perubahan. Salah satu perubahan yang menonjol adalah perubahan perilaku serta ingin diperlakukan layaknya orang dewasa. Ibu yang memiliki anak usia remaja cenderung memiliki *psychological well being* yang kurang baik. Fokus penelitian ini adalah *psychological well being* dua orang ibu yang mengasuh anak usia remaja. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh psikoedukasi tentang pengasuhan anak usia remaja pada *psychological well being* ibu. Metode penelitian ini adalah kuantitatif secara eksperimen kuasi yang didukung pula dengan data kualitatif sebagai pelengkap. Pengumpulan data dilakukan observasi *interview*, skala *psychological well being*, dan pengukuran pemahaman pengasuhan anak usia remaja. Berdasarkan uji statistik diketahui skor $p(0.180) > 0.05$, yang dapat diartikan bahwa psikoedukasi tentang pengasuhan anak usia remaja tidak berpengaruh secara signifikan pada *psychological well being* ibu. Secara deskriptif tampak perubahan pada skor mean yang meningkat dari 154.00 menjadi 169.50. Selain itu nilai maksimum meningkat dari 157 menjadi 171, sedangkan nilai minimum meningkat dari 151 menjadi 168. Selain itu, pemahaman ibu tentang pengasuhan anak usia remaja juga mengalami perubahan.

Kata kunci: *psychological well being*, pengasuhan anak usia remaja, psikoedukasi

Abstract. *In generally adolescents tend to change. One of it is changes in behavior. They want to be treated like an adult. Mothers' with adolescent tend to have poor psychological well being. This research focus on two mothers' with adolescent. The purpose of this research is to understanding the influence of psycho-education about adolescent parenting on mothers' psychological well being. Quantitative research method is quasi experimental with qualitative data as complement. Data collection is done by observation interview, psychological well being questionnaire, and parenting questionnaire. Based on statistical test, known $p(0.180) > 0.05$. It means there is no effect on psycho-education about adolescent parenting and mothers' psychological well being. But descriptively, mean score has increase from 154.00 to 169.50. Beside that the maximum and minimum score are increasing too. Two mothers with adolescent have understood about adolescent parenting.*

Keywords: *psychological well being, adolescent parenting, psycho-education*

PENDAHULUAN

Kehadiran anak dalam sebuah perkawinan akan semakin melengkapi keluarga sebagai sebuah sistem. Menurut Minuchin (sitat dalam Santrock, 2005) sistem yang dimaksudkan adalah relasi yang terjalin di antara anggota keluarga yang sifatnya saling tergantung satu sama lain. Sistem ini dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu relasi pernikahan, pola pengasuhan anak, perilaku anak serta perkembangannya. Interaksi tiap aspeknya berkaitan satu sama lain, apabila terdapat konflik maupun masalah di dalamnya

maka akan berdampak baik secara langsung maupun tidak langsung pada aspek lainnya (Wilson & Gottman dalam Santrock, 2005).

Permasalahan yang muncul di dalam keluarga tidak hanya bersumber dari relasi pernikahan, namun juga dapat berasal dari perilaku serta perkembangan anak, terlebih ketika anak tersebut berada pada masa remaja. Menurut Hall (dalam Santrock, 2005), remaja adalah masa yang penuh dengan guncangan yang ditandai dengan munculnya konflik dan perubahan emosi. Konflik yang sering terjadi adalah relasi antara remaja dan orang tua. Pada umumnya, orang tua cenderung memperlakukan anak usia remaja selayaknya kanak-kanak, sedangkan anak usia remaja ingin diperlakukan layaknya orang dewasa. Dalam perkembangan remaja, ibu memiliki peran yang besar dalam pengasuhan. Apabila terjadi kesalahan dalam pengasuhan maka dapat berakibat pada kenakalan remaja.

Menurut Dubois dan Milley (dalam Setyowati, 2011), orang tua yang memiliki remaja yang bermasalah cenderung mengalami kondisi emosional yang negatif seperti perasaan kecewa, marah, khawatir, dan merasa bersalah. Kondisi emosi negatif yang berlarut-larut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* (PWB) seseorang. Penelitian Cronin, Becher, Christians, Maher, & Dibb (2015) menjelaskan bahwa PWB dapat berdampak pada relasi orang tua dan anak. Maka dari itu untuk mengatasi masalah tersebut, ibu (sebagai partisipan) akan diberi psikoedukasi pengasuhan anak usia remaja.

Tujuan dari penelitian ini adalah memahami bagaimana kondisi PWB partisipan serta apakah psikoedukasi pengasuhan anak usia remaja dapat berpengaruh pada PWB partisipan.

KERANGKA TEORI

Psychological Well Being (PWB)

PWB merupakan bentuk aktualisasi diri akan kemampuan individu untuk menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*). Membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*). Memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidupnya (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara berkelanjutan (*personal growth*) (Ryff, 1989)

Dewasa Madya

Menurut Hurlock (1999) masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 40 tahun. Kebanyakan orang dewasa awal berada di puncak kesehatan, kekuatan,

energi dan daya tahan, serta di puncak fungsi sensori dan motorik. Santrock (2002) menjelaskan masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Tugas perkembangannya (Santrock, 2002) adalah mulai bekerja, memilih pasangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, mengelola rumah tangga, bertanggung jawab sebagai warga negara, dan mencari kelompok sosial yang menyenangkan.

Pengasuhan

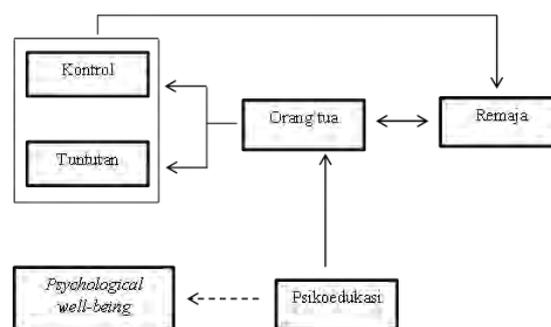
Menurut Baumrind (dalam Santrock, 2005) ada dua dimensi besar pola asuh yang menjadi dasar dari kecenderungan jenis kegiatan pengasuhan anak, yaitu responsivitas (penerimaan) dan *demandingness* (tuntutan). Berdasarkan kedua dimensi ini, pengasuhan dibagi dalam beberapa jenis, yaitu:

		Tuntutan	
		Tinggi	Rendah
Responsivitas	Tinggi	Otoritatif	Memanjakan
	Rendah	Otoriter	Pengabaian

Psikoedukasi

Psikoedukasi merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk pendidikan masyarakat mengenai ilmu psikologi. Penyampaian informasi tersebut diberikan dalam bahasa yang sederhana agar lebih mudah dipahami oleh masyarakat atau publik. Pemberian psikoedukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikososial masyarakat. Perlu ditekankan bahwa psikoedukasi bukanlah bentuk pengobatan, tetapi sebuah intervensi yang diberikan untuk mengedukasi masyarakat atau untuk memberikan pemahaman tentang suatu hal (Supratiknya, 2011).

Kerangka Berpikir



Pada masa kanak-kanak, orang tua cenderung memberikan kontrol dan tuntutan sepenuhnya pada anak. Akan tetapi seiring dengan perkembangan usia anak menjadi remaja, orang tua cenderung tidak mengubah gaya pengasuhannya. Sedangkan anak usia remaja mengalami perkembangan kognitif, emosi, serta sosial. Perkembangan tersebut membawa beberapa perubahan dalam diri anak usia remaja. Mereka cenderung ingin dianggap sebagai individu dewasa yang mandiri tanpa kontrol dan tuntutan yang besar dari orang tua. Hal ini cenderung memengaruhi relasi antara orang tua dan anak usia remaja. Relasi ini memiliki keterkaitan satu sama lain yang tidak dapat dipisahkan. Apabila terjadi masalah dalam relasi tersebut maka dapat memengaruhi kondisi *psychological well being* pada ibu. Maka dari itu akan dilakukan intervensi berupa psikoedukasi pengasuhan anak usia remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kuasi. Eksperimen kuasi merupakan metode eksperimen yang memiliki perlakuan (*treatment*), pengukuran-pengukuran dampak (*outcome measures*), dan unit-unit eksperimen (*experimental units*) namun tidak menggunakan penempatan secara acak. Tujuan dari eksperimen kuasi adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen, namun pemilahan kedua kelompok tersebut tidak dengan teknik *random*. Penelitian eksperimental kuasi juga bertujuan untuk menjelaskan hubungan sebab akibat terjadinya suatu kondisi tertentu.(Seniati,2006).

Pada penelitian ini, desain eksperimen yang digunakan adalah *pretest posttest design*. *Pretest posttest design* bertujuan untuk mengukur tingkat perubahan yang terjadi sebagai hasil dari intervensi. Peneliti juga menggunakan metode kualitatif (interview) yang bertujuan untuk memperjelas data terkait relasi yang terjalin antara partisipan dengan anak usia remaja serta kondisi *psychological well being*-nya.

Pemilihan partisipan dilakukan secara *purposive sampling* yang berarti dalam menentukan sampel disesuaikan dengan karakteristik yang diperlukan dalam penelitian (Poerwandari,2001). Karakteristik yang sesuai dengan penelitian ini adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki anak berusia remaja (16 tahun atau kelas X) dan memiliki skor PWB dalam kategori rendah atau sangat rendah. Partisipan juga mengeluhkan jika mengalami kesulitan dalam mengasuh anak usia remaja.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara. Panduan wawancara meliputi pola pengasuhan, relasi dengan pasangan, relasi dengan anak usia remaja, dan

kondisi PWB. Kedua partisipan juga diminta untuk mengisi angket PWB yang disusun oleh Ryff dan diadaptasi oleh Abdillah (2016). Angket tersebut terdiri dari 42 item yang butirnya disesuaikan dengan enam dimensi PWB.

Data yang terkumpul diuji menggunakan program SPSS metode non parametrik (*within subject*) dengan uji Wilcoxon. Sedangkan data hasil wawancara diolah dengan cara mengkategorikan data berdasarkan beberapa tema sesuai fokus penelitiannya. Hasil yang didapatkan akan dianalisis dan diinterpretasi.

HASIL ASESMEN

Berikut merupakan hasil pre-test pada kedua partisipan:

ASESMEN	P1		P2	
	PRE TEST		PRE TEST	
	SK OR	KATE GORI	SK OR	KATE GORI
PWB	157	R	151	SR
ASPEK PWB:				
Self Acceptance	23	SR	23	SR
Positive Relations	26	SR	25	SR
Autonomy	25	R	25	R
Environmental Mastery	25	R	25	R
Purpose in Life	26	SR	26	SR
Personal Growth	32	C	27	SR
Pengasuhan	5	C	5	C

PWB partisipan 1 termasuk dalam kategori rendah, sedangkan partisipan 2 termasuk dalam kategori sangat rendah. Menurut Ryff dan Keyes (1995). *Psychological well being* merupakan kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya membentuk menjalin relasi yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan, memiliki makna hidup, serta mengaktualisasikan kemampuan dirinya. Apabila dilihat pada hasil pre test kedua partisipan, mereka memiliki *self acceptance*, dan *positive relations* dan *purpose in life* yang tergolong sangat rendah.

Rendahnya dimensi *self acceptance* berarti bahwa partisipan kurang mampu dalam menerima kondisi dirinya, serta kurang mampu dalam melakukan introspeksi diri. Kurangnya penerimaan diri tersebut dapat memengaruhi kemampuannya dalam menjalin relasi yang hangat dengan orang lain, serta kurang mampu memberi kepercayaan pada orang yang ada di sekitarnya. Selain itu, kedua partisipan juga kurang mampu menyusun perencanaan yang jelas untuk mencapai tujuan hidupnya.

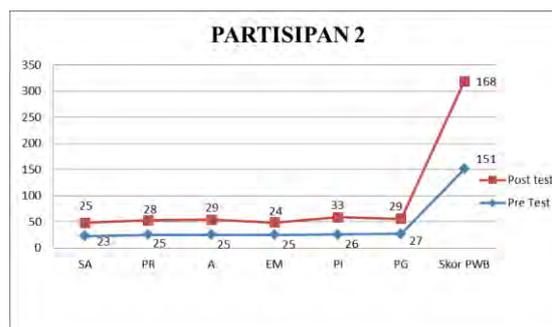
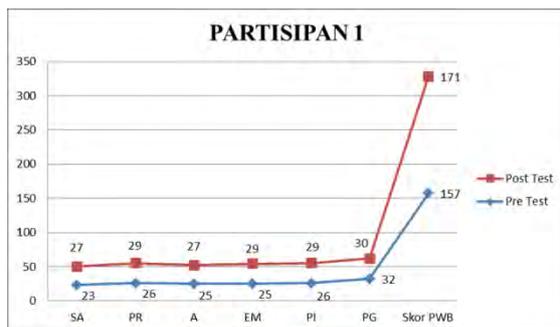
Berikut merupakan rekapitulasi hasil wawancara dengan kedua partisipan:

	P1	P2
Riwayat pengasuhan	<ul style="list-style-type: none"> - Sejak anak masih kecil, ibu P1 memberikan banyak aturan dan tuntutan pada anak. - Pengawasan yang diberikan juga ketat. - Tidak ada perbedaan pengasuhan saat anak masih kecil maupun remaja. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sejak anak masih kecil, ibu P2 cenderung memanjakan anak. - Ibu menuruti semua keinginan anak. - Ketika D beranjak remaja, ibunya tetap memanjakan dan memberi kebebasan pada D. - D boleh melakukan apapun yang ia inginkan, ibu juga menuruti segala keinginan D.
Keterlibatan orang lain dalam pengasuhan	<ul style="list-style-type: none"> - A lebih banyak menghabiskan waktu sendiri di rumah. - A tidak banyak berinteraksi dengan adiknya maupun dengan asisten rumah tangga. 	Ibu mertua dari ibu P2 cenderung memanjakan D. Begitu pula dengan ibu kandung dari ibu P2.
Relasi ibu dan anak	<ul style="list-style-type: none"> - Relasi yang terjalin cenderung kurang hangat. - Pola komunikasi cenderung satu arah. 	<ul style="list-style-type: none"> - Relasi yang terjalin cenderung hangat. - D lebih banyak „mengatur“ ibunya.
Konflik yang terjadi	A membantah dan berbohong pada orang tua.	<ul style="list-style-type: none"> - D bertumbuh menjadi remaja yang memiliki masalah dengan bidang akademis maupun pergaulan sosial. - Ibu D mulai merasa kewalahan dengan kenakalan D.
Harapan ibu terhadap anak	Anak patuh terhadap P1.	<ul style="list-style-type: none"> - Ibu ingin membahagiakan anak dengan menuruti segala keinginan anak. - Ibu ingin mendidik anak menjadi mandiri sejak remaja.

HASIL PENELITIAN

PWB SEBELUM DAN SESUDAH PSIKOEDUKASI					
	N	Rerata	Standar Deviasi	Nilai Maks.	Nilai Min.
Pre Test	2	154.00	4.243	157	151
Post Test	2	169.50	2.121	171	168
HASIL UJI WILCOXON					
Z	-1.342 ^b				
Asymp Sig. (2 tailed)	0.180				

Diketahui bahwa skor *psychological well being* kedua partisipan mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan nilai rerata dari 154 menjadi 169.50 serta penurunan standar deviasi dari 4.243 menjadi 2.121. Namun secara statistik, psikoedukasi tentang pengasuhan anak usia remaja tidak berpengaruh secara signifikan pada *psychological well being* ibu yang mengasuh anak usia remaja. Berikut merupakan grafik perubahan skor sebelum dan sesudah psikoedukasi pada masing-masing partisipan.



Keterangan:

SA: *Self Acceptance*

PR: *Positive Relations*

A: *Autonomy*

EM: *Environmental Mastery*

PI: *Purpose in Life*

PG: *Personal Growth*

Dapat dilihat dari kedua grafik di atas, kedua partisipan mengalami peningkatan skor PWB dan peningkatana pada setiap dimensinya.

PEMAHAMAN PENGASUHAN SEBELUM DAN SESUDAH PSIKOEDUKASI					
	N	Rerata	Standar Deviasi	Nilai Maks.	Nilai Min.
Pre Test	2	5.00	0.000	5	5
Post Test	2	9.50	0.707	10	9



Berdasarkan tabel dan grafik di atas, diketahui bahwa kedua partisipan juga mengalami peningkatan pemahaman pengasuhan anak usia remaja. Hal tersebut dibuktikan dari peningkatan rerata, peningkatan nilai maksimum dan nilai minimum Berikut adalah rekapitulasi analisis kualitatif

	P1	P2
Riwayat pengasuhan	- Mulai mempercayai anak usia remaja. - Mengurangi tuntutan serta pengawasan. - Memberi kebebasan yang bertanggung jawab pada anak usia remaja.	- Tetap mempercayai anak usia remaja, namun masih memberikan kontrol. - Akan meminta anak usia remaja untuk meningkatkan prestasi akademis. - Tidak akan memanjakan anak usia remaja lagi.
Keterlibatan orang lain dalam pengasuhan	- Akan lebih banyak menghabiskan waktu dengan anak usia remaja.	- Berusaha untuk membagi waktu antara bekerja dan mengasuh anak. - Meminta bantuan mertua untuk mengawasi anak usia remaja.
Relasi ibu dan anak	- Mulai melibatkan anak usia remaja untuk bertukar pikiran.	- Relasi yang terjalin cenderung hangat dan mulai membuat beberapa peraturan bagi anak usia remaja.
Konflik yang terjadi	Belum ada konflik.	Belum ada konflik.
Harapan ibu	Anak patuh terhadap P1 dan menjadi	- Ibu ingin membahagiakan anak dengan

	P1	P2
terhadap anak	anak yang sukses.	menuruti segala keinginan anak. - Ibu ingin mendidik anak menjadi mandiri sejak remaja.
Observasi selama proses psikoedukasi.	Cenderung memiliki kepribadian yang egosentris, sehingga sulit menerima informasi atau pemahaman yang diberikan oleh peneliti.	Tampak antusiasme serta kesungguhan untuk memahami informasi yang diberikan oleh peneliti. Hal ini tampak dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh P2.

Evaluasi atau *follow up* penerapan dilakukan setelah dua minggu pelaksanaan psikoedukasi. Hasil yang diperoleh dari proses evaluasi adalah terjadinya peningkatan pada beberapa dimensi *psychological well being*. Kedua partisipan dapat mempertahankan *psychological well being* pada kategori cukup. Terdapat perbedaan hasil pada kedua partisipan. P1 mengalami peningkatan sebanyak 1 *grade* pada skor total PWB, sedangkan P2 mengalami peningkatan 2 *grade*. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa hal yaitu, berdasarkan hasil observasi P1 memiliki kepribadian yang cenderung egosentris sehingga sulit dalam menerima masukan. Hal tersebut dirasa dapat menghambat proses psikoedukasi. Sedangkan kondisi P2 terdapat faktor eksternal yang dirasa dapat memengaruhi suasana hatinya. Dalam proses psikoedukasi, P2 lebih mengenal partisipan dibandingkan P1.

PENUTUP

Diskusi & Kesimpulan

Pada mulanya kedua partisipan penelitian ini cenderung mengasuh anak usia remajanya dengan kurang tepat. Partisipan 1 memberikan aturan serta tuntutan yang besar terhadap anak, sehingga perilaku anak yang muncul cenderung membantah dan berbohong. Bahkan ketika P1 sedang memarahi anaknya maka suami dari P1 merasa terganggu dan berakhir dengan pertengkaran suami istri.

Lain halnya dengan partisipan 2 yang tidak memberikan tuntutan apapun serta memberi kebebasan yang cenderung kurang bertanggung jawab. Pengasuhan tersebut berdampak pada perilaku anak yang mudah marah apabila keinginannya tak dipenuhi, serta kurang menghargai orang lain. Bahkan D (anak partisipan 2) mengalami masalah akademis. Suami dari P2 cenderung menyalahkan P2 atas kondisi yang dialami oleh D. Keadaan tersebut memengaruhi relasi partisipan dengan suami serta kondisi *psychological well being* yang kurang baik.

Menurut Wilson & Gottman (dalam Santrock, 2005), disebutkan bahwa sistem keluarga dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu relasi pernikahan, pola pengasuhan anak,

perilaku anak serta perkembangannya. Interaksi tiap aspeknya berkaitan satu sama lain, apabila terdapat konflik maupun masalah di dalamnya maka akan berdampak baik secara langsung maupun tidak langsung pada aspek lainnya. Hal ini sesuai dengan kondisi yang dialami oleh kedua partisipan. Kedua partisipan menerapkan pola pengasuhan yang kurang tepat sehingga berdampak pada perilaku anak usia remaja yang cenderung kurang baik. Keadaan tersebut bahkan berpengaruh pada relasi kedua partisipan dengan pasangan mereka masing-masing.

Psychological well being partisipan 1 cenderung rendah, sedangkan partisipan 2 tergolong sangat rendah. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Dubois dan Milley (dalam Setyowati, 2011), orang tua yang memiliki remaja yang bermasalah cenderung mengalami kondisi emosional yang negatif. Emosi negatif tersebut dapat dilihat dari dimensi *psychological well being*.

Kedua partisipan mengalami perubahan pemahaman terkait dengan pengasuhan anak usia remaja, yang awalnya tidak memahami, menjadi memahami. Setelah pemberian psikoedukasi, pemahaman kedua partisipan tentang pengasuhan anak usia remaja mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari naiknya skor rerata dari 5.00 menjadi 9.50. Begitu pula dengan meningkatnya nilai maksimum dari skor 5 menjadi 10, sedangkan nilai minimum naik dari skor 5 menjadi 9.

Berdasarkan uji statistik diketahui skor $p (0.180) > 0.05$, yang dapat diartikan bahwa psikoedukasi tentang pengasuhan anak usia remaja tidak berpengaruh secara signifikan pada *psychological well being* ibu. Secara deskriptif, perubahan pemahaman tentang pengasuhan anak usia remaja berpengaruh pada masing-masing dimensi *psychological well being*. Peningkatan pemahaman pengasuhan anak usia remaja memengaruhi dimensi *self acceptance*, yang dapat diartikan sebagai kedua partisipan mulai mampu untuk menerima kekurangan – kelebihan diri serta introspeksi diri atas pengasuhan yang selama ini mereka terapkan selama ini. Penerimaan diri tersebut memunculkan niatan dalam diri kedua partisipan untuk merubah pengasuhan yang tepat bagi anak mereka yang berusia remaja. Akan tetapi, pada kedua partisipan cenderung kurang terbuka terhadap pengalaman baru, sehingga pengembangan diri masih belum optimal.

Munculnya niat untuk merubah pengasuhan terhadap anak usia remaja bertujuan untuk membimbing anak usia remaja menjadi lebih baik dari sebelumnya. Perubahan tersebut dimulai dari diri masing-masing partisipan. Telah diketahui sebelumnya jika P1 mengasuh dengan cara menerapkan aturan, pengawasan, serta tuntutan terhadap anak usia

remajanya. Ketika P1 memahami bagaimana pengasuhan yang tepat bagi anak usia remaja, maka P1 mengalami penurunan pada dimensi *environmental mastery*. P1 cenderung akan melakukan adaptasi dan terbuka pada lingkungannya, tidak lagi berusaha untuk mengontrol kondisi lingkungan sesuai dengan harapan pribadinya. Perubahan yang akan dilakukan oleh P1 adalah mulai mempercayai, mengurangi intensitas kemarahannya, serta memberi kebebasan yang bertanggung jawab pada anak usia remajanya.

P2 cenderung membebaskan, tak memberi peraturan yang jelas, dan tidak menuntut apapun terhadap anak usia remajanya. P2 mengalami peningkatan dalam dimensi *environmental mastery*, dapat diartikan bahwa P2 mulai berusaha untuk mengontrol lingkungan sekitarnya (termasuk pengasuhan anak usia remaja). Hal ini dapat disebabkan karena P2 telah memahami pengasuhan yang tepat bagi anak usia remaja. Bagi P2 pengasuhan yang tepat bagi anak usia remajanya adalah menerapkan aturan yang jelas terhadap anak, serta akan mengontrol pergaulan anak usia remajanya.

Kelemahan Penelitian

- Kurangnya waktu penelitian sehingga peneliti belum dapat melakukan uji reliabilitas alat ukur *psychological well being* pada beberapa orang (usia dewasa madya).
- Kurangnya waktu dalam pelaksanaan intervensi serta *follow up*. Kekurangan tersebut sedikit banyak berdampak pada hasil penelitian yang kurang berpengaruh secara signifikan pada *psychological well being* ibu. Selain itu, diperlukan *follow up* jangka panjang untuk dapat melihat perubahan sikap anak terhadap pengasuhan yang diterapkan oleh ibu.
- Psikoedukasi tidak dapat berlangsung sesuai dengan yang diharapkan. Kedua partisipan masih sibuk bekerja dan terkadang meninggalkan peneliti.

Saran

- Pada penelitian berikutnya dapat menambahkan variabel *parenting stress* sehingga dapat diketahui kondisi stress orang tua dalam mengasuh anak usia remaja. Selain itu, dalam pelaksanaan asesmen dapat dilakukan tes kepribadian seperti tes grafis atau EPPS yang bertujuan untuk memahami kondisi partisipan.
- Dalam proses intervensi ada baiknya untuk melibatkan anggota keluarga inti, agar setiap anggota keluarga dapat memahami perubahan remaja dan pengasuhan yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, I. (2016). *Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Psychological Well Being pada Remaja*. Surabaya: Universitas Surabaya.
- Bordbar, Mohammad. Faridhosseini, Farhad. (2010). Psychoeducation for Bipolar Mood Disorder. *Jurnal: Clinical, Research, Treatment Approaches to Affective Disorders*.
- Brooks, J.R. (2008). *The Process Of Parenting (7th Edition)*. New York: Mc Graw Hill.
- Carr, Alan. (2004). *Positive Psychology, The Science of Happiness and Human Strength*. New York: Brunner-Routledge.
- Cronin, S., Becher, E.H., Christians, K.S., Maher, M., Dibbs, S. (2015). *Parents and Stress: Understanding Experiences, Context, dan Responses*. Minnesota: University Of Minnesota.
- Lukens, E. p., & Mc. Farlane, W. (2004). Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Consideration for Practice, Research, and, Policy. *Journal Brief Treatment and Crisis Intervention, 04*.
- Mottaghipour, Y., & Bickerton, A. (2005). The Pyramid of Family Care: A Framework for Family Involvement with Adult Mental Health Services. *Australian eJournal for the Advance of Mental Helath, 4(3)*.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development, 10th edition*. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D.(2009). *Human development*. (Brian M., Pengalih bhs.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rosmawaty. (2010). *Mengenal Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Widya Padjajaran.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is Everything or Is It? Explorations On The Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality & Social Psychology*. 57 (6): 1069-81.
- Ryff, C.D. (1989). Psychological Well Being in Adult of Current Directions in Psychological Science, 4(4), 99-104. Diunduh dari <http://jstor.org/stable/20182342>
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2010). *Adolescence, Thirteen Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Seniati, L., Yulianto, A., Setiadi, B.N. (2006). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Gramedia.
- Supratiknya. (2011). *Merancang Program dan Modul Psikoedukasi Edisi Revisi*. Jakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Suyanto, B., & Sutinah. (2006). *Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alterbatif Pendekatan*. Jakarta: Kencana Predana Media Group.
- Walsh, Joseph. (2010). *Psycheducation In Mental Health*. Chicago: Lyceum Books, Inc.