

Parents Effectiveness Training (PET) as a Strategy for Improving the Interpersonal Relationship between Foster Parents and Children in Alternative Care Settings

Parents Effectiveness Training (PET) sebagai Strategi Peningkatan Relasi Interpersonal Ibu Asuh dengan Anak di Lingkungan Pengasuhan Alternatif

Hana Vetriana¹, Lucia Hernawati², RA. Praharesti Eriany³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, Indonesia
Email: ¹vetrianahana@gmail.com, ²herna@unika.ac.id, ³praharesti@unika.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 04/07/2025
Revisi 18/08/2025
Diterima 20/09/2025

Keyword:

Parents Effectiveness Training, Foster Mother, Interpersonal Communication

ABSTRACT

Building effective communication between parents and children within the family can be a challenging task. This is also the case for foster mothers at SOS Children's Village Semarang, who face unique challenges in establishing communication with their foster children from diverse backgrounds and age groups. These circumstances present specific difficulties in achieving effective interpersonal communication in their caregiving roles. This training program aims to improve the interpersonal communication skills of foster mothers when interacting with children. The training was conducted over four sessions using key concepts from the Parents Effectiveness Training (PET) program, namely Active Listening, I-Messages, the Behavior Window, and No-Lose Conflict Resolution. The training program is expected to enhance the interpersonal communication skills of foster mothers. This study employed a quantitative method using a quasi-experimental approach. The research design followed a one-group pre-test-post-test format, comparing scores before and after the intervention within the same group. The analysis results showed a significant difference between the pre-test and post-test scores ($Z = -2.80, p = 0.0019 < 0.05$), indicating that the PET training program had a highly significant impact and demonstrated strong effectiveness in improving the interpersonal communication abilities of foster mothers.

ABSTRAK

Membangun komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak-anak dalam suatu keluarga bukanlah hal yang mudah. Hal ini terjadi juga bagi Ibu asuh di SOS Children's Village Semarang yang menghadapi permasalahan dalam membangun komunikasi dengan anak-anak asuh nya yang memiliki latar belakang dan rentang usia yang berbeda. Hal ini menjadi tantangan tersendiri untuk memiliki komunikasi interpersonal yang efektif saat memberikan pengasuhan. Tujuan program pelatihan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal ibu asuh dalam berkomunikasi dengan anak-anak. Pelatihan dilakukan selama 4 kali pertemuan dengan menggunakan konsep kunci yang ada dalam program pelatihan Parents Effectiveness Training (PET) yaitu Active Listening, I-Messages, Behavior Window dan No-Lose Conflict Resolution. Ada kemungkinan program pelatihan ini dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal pada ibu asuh. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan kuasi eksperimen. Desain yang digunakan adalah one group pretest-posttest, yaitu dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama. Dari hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test ($Z = -2.80, p = 0.0019 < 0.05$), yang mengindikasikan bahwa intervensi program pelatihan PET memberikan pengaruh yang sangat signifikan dan memiliki efektivitas yang tinggi dalam peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal ibu asuh.

Kata Kunci

Parents Effectiveness Training, Ibu Asuh, Komunikasi Interpersonal

Copyright (c) 2025 Hana Vetriana, Lucia Hernawati, RA. Praharesti Eriany

Korespondensi:

Hana Vetriana

Magister Profesi Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata
Email: vetrianahana@gmail.com



LATAR BELAKANG

Keberadaan orang tua dalam pengasuhan anak menjadi salah satu faktor penting untuk keberhasilan pengasuhan anak. Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 44 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Pengasuhan Anak menyebutkan bahwa pengasuhan anak adalah upaya untuk memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, kelekatan, keselamatan, dan kesejahteraan yang menetap dan berkelanjutan demi kepentingan terbaik bagi anak (PP No. 44 Tahun 2017). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak juga menegaskan bahwa setiap anak berhak mendapatkan pengasuhan yang layak dari orang tuanya (UU No. 23 Tahun 2002). Ketidakhadiran atau lemahnya peran orang tua dalam pengasuhan terbukti meningkatkan risiko gangguan emosional, keterlambatan perkembangan, hingga masalah perilaku pada anak (Walker, 2011; Shonkoff & Garner, 2012).

Akan tetapi, dalam kenyataannya tidak semua anak mendapatkan pengasuhan yang layak dan memiliki keluarga yang utuh. Terdapat berbagai permasalahan sosial di masyarakat yang mengakibatkan seorang anak kehilangan pengasuhan dari keluarganya. Di antaranya adalah bencana alam, perceraian, kematian orang tua, kelahiran yang tidak dikehendaki, serta kasus pelecehan dan kekerasan terhadap anak (UNICEF, 2017; Save the Children, 2020). Ketika anak kehilangan pengasuhan, baik secara fisik maupun emosional, mereka berada dalam risiko tinggi terhadap berbagai bentuk eksploitasi dan kekerasan (Cummins, 2000). Kondisi tersebut dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan mental dan kesejahteraan anak (Anda, 2006). Maka dari itu, negara dan masyarakat memiliki tanggung jawab untuk menyediakan alternatif pengasuhan yang aman dan berkualitas untuk anak-anak dalam situasi tersebut (Kementerian Sosial RI, 2020).

Atas dasar permasalahan sosial tersebut, maka lahirlah berbagai bentuk pengasuhan alternatif. Salah satu bentuk yang diterapkan secara global adalah sistem *foster care* atau pengasuhan berbasis keluarga pengganti (Courtney, 2005). Di Indonesia, SOS Children's Villages menjadi salah satu lembaga yang aktif memberikan pengasuhan alternatif bagi anak-anak yang telah atau berisiko kehilangan pengasuhan orang tua. SOS Children's Villages merupakan organisasi sosial nirlaba non-pemerintah yang mendukung hak-hak anak dan berkomitmen untuk memenuhi kebutuhan utama mereka, yakni keluarga dan rumah yang penuh kasih sayang (SOS Children's Villages Indonesia, 2024; Kemensos, 2023). Anak-anak yang berada dalam pengasuhan ini bukan hanya diberikan tempat tinggal, tetapi juga pendidikan, dukungan psikososial, dan pembinaan karakter (Wulansari & Rahman, 2021). Program pengasuhan ini terbukti memberikan hasil positif bagi perkembangan jangka panjang anak, termasuk dalam aspek kelekatan, identitas diri, dan kemandirian (Del Valle & Bravo, 2013).

SOS Children's Villages mengembangkan program pengasuhan alternatif jenis *foster care*, dikenal

dengan *Family Based Care*. Menurut Kementerian Sosial RI, pengasuhan *foster care* adalah upaya untuk memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, kelekatan, keselamatan, dan kesejahteraan yang menetap dan berkelanjutan demi kepentingan terbaik anak (Kemensos.go.id, 2023). Program *Family Based Care* menyediakan lingkungan keluarga dengan pengasuh tetap (ibu asuh), saudara-saudara sebaya, dan dukungan komunitas lokal yang meniru struktur keluarga alami (SOS Children's Villages, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan dalam lingkungan berbasis keluarga lebih efektif dibandingkan dengan institusionalisasi dalam mendukung kesejahteraan emosional, perkembangan sosial, dan hasil pendidikan anak (Dozier, 2014). Keberhasilan program pengasuhan ini terletak pada kontinuitas hubungan, rasa aman, dan keterikatan emosional yang konsisten antara anak dan pengasuh (Fisher, 2000; Harden, 2004).

Konsep keluarga yang diberikan di SOS Children's Village berbeda dari konsep keluarga pada umumnya. Pendekatan keluarga yang diterapkan di SOS Children's Villages berlandaskan empat prinsip yakni setiap anak membutuhkan sosok seorang ibu, dan hidup bersama adik kakak, dalam rumah keluarga, di lingkungan masyarakat yang mendukung (Sos.or.id). Terlepas dari semua itu, kesejahteraan bagi setiap anggota di rumah keluarga SOS menjadi bagian dari sebuah misi yang layak untuk diupayakan. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2019) menunjukkan bahwa kualitas interaksi orang tua-anak dalam keluarga dianggap memegang peranan penting dalam tercapainya kesejahteraan keluarga, selain faktor dukungan sosial yang diterima keluarga. Kesejahteraan keluarga merupakan hasil dinamika interaksi dalam keluarga yang di dalamnya terdiri atas kerjasama, penerimaan, kepercayaan, ritual bersama, kesamaan visi-misi keluarga, serta rasa saling mengasahi.

Kurangnya pemahaman akan fungsi dan peran dalam berkeluarga, dapat menyebabkan timbulnya permasalahan antar anggota. Dalam buku psikologi keluarga (2024), teori Sistem Keluarga yang dikembangkan oleh Murray Bowen mengungkapkan bahwa fungsi manusia bergantung pada relasi dalam keluarga sebagai suatu sistem regenerasi yang terjadi secara alami. Teori ini menekankan bahwa keluarga bukanlah hanya sekumpulan individu, tetapi merupakan sebuah sistem emosional yang terhubung dan memengaruhi satu dengan yang lain. Di lingkungan pengasuhan alternatif seperti SOS Children's Village, peran pengasuh, dalam hal ini ibu asuh, menjadi sangat krusial. Ibu asuh tidak hanya menjalankan peran sebagai pengganti orang tua biologis, tetapi juga sebagai figur utama dalam mendampingi perkembangan anak-anak yang datang dari latar belakang yang beragam. Keberadaan ibu asuh dan anak asuh yang tinggal bersama disini pada akhirnya membentuk ikatan-ikatan emosional. Hubungan yang harmonis dapat menciptakan pertumbuhan emosional yang optimal bagi kepribadian anak juga terhadap perilakunya (Wa Rini, 2020).

Ibu Asuh di lingkungan SOS Children's Village memiliki tanggung jawab yang sangat kompleks. Ibu asuh disini

bertanggung jawab merawat antara 2 hingga 10 anak yang berasal dari latar belakang usia, kepribadian, dan riwayat keluarga yang berbeda. Penelitian dari Molano (2022) menunjukkan bahwa kualitas interaksi antara pengasuh dan anak berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis anak, misalnya intervensi berorientasi observasi perilaku secara langsung dapat meningkatkan sensitivitas dan respons pengasuh terhadap emosional anak. Perubahan pada satu anggota keluarga baik dalam perilaku atau emosional dapat berdampak signifikan pada keseimbangan seluruh sistem keluarga, sejalan dengan prinsip *Family Systems Theory* yang menyatakan adanya interdependensi emosional antar anggota keluarga (Butler dan Magnano, 2019). Peran pengasuh menjadi sangat penting sebagai titik regulasi emosional. Melalui salah satu konsep dalam teori sistem keluarga yaitu tentang diferensiasi diri yang menyebutkan kemampuan individu untuk memisahkan pikiran dan perasaan. Menurut Frontiers (2024), tingkat diferensiasi diri orang tua berkorelasi dengan pola pengasuhan yang mendukung kebutuhan anak secara konsisten, dimana orang tua dengan diferensiasi diri tinggi cenderung menggunakan pendekatan yang sehat (*need-supportive*) terhadap kebutuhan anak.

Ketika seorang anak memiliki hubungan komunikasi yang baik dengan orang tuanya, anak akan dapat lebih terbuka dan juga lebih percaya diri. Selain itu hal ini juga akan membuat anak merasa aman untuk mengekspresikan pikiran dan emosinya. Sebaliknya apabila komunikasi tidak berjalan dengan baik maka dapat menimbulkan kesalahpahaman yaitu maksud yang ingin disampaikan malah tidak tersampaikan, hambatan relasi, bahkan konflik dalam keluarga. Jika hal itu terjadi terus-menerus maka komunikasi orang tua dan anaknya akan mengalami hambatan. Noor (2021) dalam hasil penelitiannya mengungkapkan apabila seorang individu mempunyai sikap yang negative dalam berkomunikasi, maka besar kemungkinan individu tersebut menyampaikan pesannya secara negatif juga.

Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran pesan antara dua individu yang melibatkan keterampilan verbal dan nonverbal, serta kemampuan memahami dan merespons perasaan orang lain secara empatik (Beebe & Beebe, 2018). Dalam konteks pengasuhan, keterampilan ini menjadi suatu dasar bagi terbentuknya hubungan yang saling percaya antara ibu dan anak. Komunikasi interpersonal yang positif memungkinkan ibu memahami kebutuhan emosional anak dan memberikan dukungan yang tepat pada setiap tahap perkembangan. Komunikasi interpersonal dapat dinyatakan efektif apabila saat komunikasi merasa saat berkomunikasi merupakan hal yang menyenangkan (Riski, 2014). Komunikasi interpersonal telah terbukti menjadi faktor penting dalam keberhasilan pengasuhan anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kualitas komunikasi yang empatik, jelas, dan sensitif berhubungan langsung dengan kesejahteraan psikologis anak (Molano, 2023). Studi lain menegaskan bahwa keterampilan komunikasi orang tua dapat ditingkatkan melalui intervensi pelatihan, yang

berfokus pada peningkatan empati, keterampilan mendengarkan aktif, serta kemampuan memberikan umpan balik yang konstruktif (Ferguson, 2016). Dalam konteks keluarga asuh, penelitian menemukan bahwa keterbukaan komunikasi dan kemampuan menyelesaikan konflik secara sehat membantu menurunkan tingkat stres pengasuh serta meningkatkan hubungan emosional dengan anak (Mushariawan & Yusuf, 2023).

Parents Effectiveness Training (PET), yang dikembangkan oleh Thomas Gordon, telah diuji dalam berbagai konteks dan terbukti efektif meningkatkan kemampuan komunikasi orang tua serta merupakan langkah strategis untuk membantu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal para ibu asuh. PET menekankan pendekatan tanpa kekerasan dan kolaboratif dalam pengasuhan anak (Gordon & Burch, 2021).

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pelatihan berbasis PET mampu menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan regulasi emosional anak melalui peningkatan kompetensi komunikasi orang tua (Batubara et al., 2018). Selain itu, program pelatihan komunikasi berbasis empati ini juga berkontribusi terhadap peningkatan kelekatan emosional dan resiliensi dalam keluarga asuh (Klein, 2024). Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas *Parents Effectiveness Training* (PET) dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal ibu asuh di SOS Children's Village Semarang. Temuan terdahulu menunjukkan bahwa PET bukan hanya program peningkatan keterampilan teknis komunikasi, tetapi juga strategi penguatan relasi emosional yang sehat antara ibu asuh dan anak. Hal ini relevan karena ibu asuh berperan sebagai figur pengganti orang tua yang mendampingi anak dengan kebutuhan emosional beragam. Keterbaruan penelitian ini terletak pada penerapan PET dalam konteks pengasuhan alternatif yang jarang diteliti di Indonesia, di mana studi sebelumnya lebih banyak berfokus pada keluarga biologis. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi secara teoretis dalam memperluas penerapan PET di ranah pengasuhan non-biologis dan secara praktis dalam meningkatkan kompetensi komunikasi ibu asuh guna mendukung kesejahteraan psikososial anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan kuasi eksperimen. Desain yang digunakan adalah *one group pretest-posttest*, yaitu dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama. Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas intervensi program *Parents Effectiveness Training* (PET) dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada Ibu asuh di SOS Children's Village Semarang. Desain *pretest-posttest* ini biasanya digunakan dalam penelitian intervensi psikologis dan pendidikan, terutama ketika tidak memungkinkan untuk menggunakan kelompok kontrol karena alasan etis atau praktis (Creswell, 2018).

Penelitian dilakukan dalam tiga tahap:

1. Pretest: Pengukuran kompetensi komunikasi dilakukan sebelum pelatihan dilaksanakan.
2. Intervensi: Pelatihan PET dilaksanakan dalam 4 sesi selama 4 hari, yang mencakup konsep kunci pada program ini yaitu *active listening*, *I-message*, *Behavior Window* dan *No-Lose Conflict Resolution*.
3. Posttest: Pengukuran kompetensi komunikasi dilakukan kembali setelah pelatihan selesai.

Metode penyampaian materi pada intervensi ini dirancang berdasarkan pendekatan pembelajaran orang dewasa (andragogi) dan pengalaman langsung (experiential learning) agar peserta dapat memahami dan menginternalisasi keterampilan komunikasi secara optimal. Adapun metode yang digunakan meliputi:

a. Ceramah

Peneliti menyampaikan materi pelatihan mengenai bagaimana menjadi orang tua yang efektif melalui komunikasi yang sehat. Materi mencakup bahasa penerimaan, pesan-pesan tidak efektif, penerapan pesan "Aku" (*I-message*), serta metode "Tanpa Kalah" (*No-Lose Method*) dalam penyelesaian konflik. Tujuan dari metode ceramah adalah memberikan kerangka konseptual dan pengetahuan teoritis yang dibutuhkan sebagai dasar pembelajaran selanjutnya. Ceramah merupakan salah satu metode yang efektif untuk memberikan informasi dan pemahaman konseptual secara menyeluruh, terutama dalam pelatihan keterampilan sosial dan komunikasi (Brookfield, 2013; Knowles, Holton, & Swanson, 2015).

b. Diskusi

Peserta melakukan diskusi kelompok untuk berbagi pemahaman dan pengalaman berdasarkan topik yang telah ditentukan. Diskusi dilakukan sebanyak empat kali selama pelatihan. Metode ini mendorong partisipasi aktif dan pemrosesan informasi secara mendalam melalui interaksi sosial. Diskusi kelompok efektif untuk mendorong refleksi, membangun perspektif baru, serta menumbuhkan empati di antara peserta pelatihan (Johnson & Johnson, 2017).

c. Role-Play

Setelah setiap sesi materi, peserta melakukan *role-play* berdasarkan skenario yang berkaitan dengan materi. Peserta diberi peran dan diminta mengekspresikan diri sesuai dengan situasi komunikasi tertentu, seperti saat menghadapi konflik dengan anak. Metode ini membantu peserta merasakan secara langsung dinamika emosi dalam komunikasi serta mempraktikkan keterampilan yang telah dipelajari. Metode *role-play* terbukti dapat meningkatkan empati dan perilaku peduli secara signifikan dalam sebuah pelatihan (Huang et al, 2023)

d. Games

Metode permainan (*games*) digunakan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif. Dalam pelatihan ini, *games* dilakukan empat kali untuk membantu peserta memahami materi dalam konteks yang ringan namun bermakna. Permainan dirancang agar peserta dapat mengenali pola komunikasi efektif dan tidak efektif melalui pengalaman langsung. Permainan edukatif terbukti meningkatkan keterlibatan emosional peserta dan memperkuat pemahaman melalui pembelajaran aktif (Svinicki & McKeachie, 2014).

Penentuan partisipan dilakukan dengan *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan partisipan berdasarkan karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Etikan, Musa, & Alkassim, 2016). Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu asuh yang tinggal dan aktif bertugas di SOS Children's Village Semarang, dengan kriteria inklusi:

- Telah bertugas minimal 1 tahun
- Menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh sesi pelatihan dan proses asesmen dengan menandatangani *informed consent*.

Terdapat 10 ibu asuh dari jumlah total populasi 14 orang yang mengikuti pelatihan dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan untuk pengukuran *pretest-posttest* dalam penelitian ini adalah Skala komunikasi interpersonal (Liko, 2021) yang disesuaikan dengan subjek penelitian. Alat ukur ini mengukur kompetensi komunikasi interpersonal yang mencakup aspek keterbukaan, sikap mendukung dan kepercayaan. Skala komunikasi interpersonal ini memiliki jumlah 20 item dengan menggunakan skala likert dimana hasil skoring alat test terbagi kedalam tiga kategori yaitu: Kategori Tinggi (61-80), Kategori Sedang (41-60) dan Kategori Rendah (10-40). Validitas isi dari instrumen diuji oleh ahli, dan reliabilitasnya diuji menggunakan uji koefisien Alpha Cronbach. Koefisien validitas skala komunikasi interpersonal berkisar antara 0,447-0,807 dan reliabilitas Skala Komunikasi Interpersonal memperoleh hasil 0,909. Alat ukur ini reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini.

Teknik Analisis Data menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test. Uji ini digunakan untuk menguji perbedaan skor *pretest* dan *posttest* keterampilan komunikasi interpersonal Ibu Asuh sebelum dan sesudah intervensi pelatihan PET. Selain itu, dihitung pula efek besaran (*effect size*) r (untuk uji Wilcoxon) dengan rumus* $r = \frac{Z}{\sqrt{N}}$ untuk mengetahui kekuatan pengaruh pelatihan yang diberikan. Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 29 untuk mac.

*Keterangan:

r = ukuran efek (*effect size*)

Z = nilai statistik Z dari uji Wilcoxon

N = jumlah total observasi (jumlah partisipan)

HASIL PENELITIAN

Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test untuk mengetahui efektivitas program *Parents Effectiveness Training* (PET) terhadap peningkatan keterampilan komunikasi Ibu Asuh di SOS Children's Village Semarang. Berdasarkan hasil uji terhadap 10 partisipan, diperoleh nilai rata-rata skor pre-test sebesar 38,2, sedangkan rata-rata skor post-test meningkat menjadi 67,8.

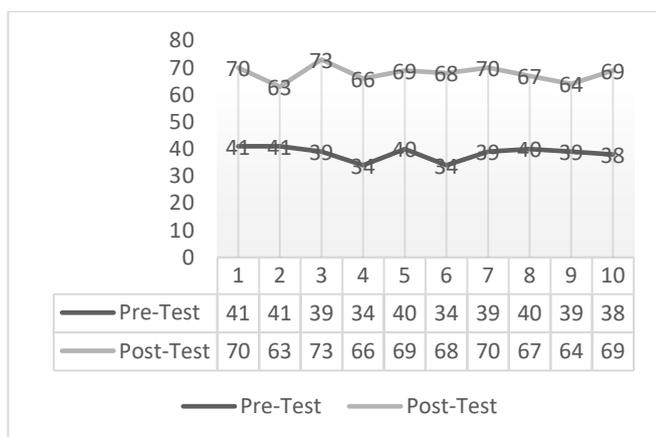
Data Demografi responden bisa dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1.0 Data Demografi Responden

Jumlah Responden	10 orang
Jenis Kelamin	Seluruhnya perempuan.
Usia	30-50 tahun.
Pendidikan Terakhir	SMA hingga Perguruan Tinggi
Lama menjadi ibu asuh	2-15 tahun

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test ($Z = -2.80, p = 0.0019 < 0.05$), yang mengindikasikan bahwa intervensi program PET memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal Ibu Asuh. Besarnya pengaruh intervensi dihitung menggunakan nilai effect size r , yang diperoleh sebesar 0.89. Nilai ini termasuk dalam kategori efek besar berdasarkan klasifikasi Cohen ($0.1 = \text{kecil}, 0.3 = \text{sedang}, 0.5 = \text{besar}$). Hal ini menunjukkan bahwa program PET memberikan efektivitas yang sangat besar terhadap peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal ibu asuh.

Berdasarkan data maka dapat dilihat grafik perkembangan subjek berdasarkan skor skala pretest dan posttest dimana semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi pengetahuan yang didapat oleh peserta.



Grafik 1.0 Hasil Intervensi PreTest dan PostTest

Keterangan:

Axis X = Subjek

Axis Y = Skor Skala "Komunikasi Interpersonal"

Dari hasil intervensi bisa dilihat bahwa:

Subjek 1 mengalami peningkatan cukup tinggi (+29), menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman komunikasi setelah pelatihan.

Subjek 2 meningkat (+22), meskipun peningkatannya relatif lebih rendah dibandingkan subjek lain.

Subjek 3 menunjukkan peningkatan tertinggi (+35), menandakan program sangat efektif untuk individu ini.

Subjek 4 mengalami kenaikan besar (+32), dari skor rendah awal (34) menuju peningkatan signifikan.

Subjek 5 dan Subjek 6 keduanya mengalami peningkatan besar (+30 dan +33), memperlihatkan efektivitas pelatihan.

Subjek 7 stabil dalam hasil baik (+30), memperlihatkan kemampuan komunikasi meningkat pesat.

Subjek 8 meningkat (+26), masih tergolong tinggi meskipun sedikit lebih rendah dibanding rata-rata.

Subjek 9 mengalami peningkatan moderat (+25), sedikit di bawah rata-rata, namun tetap menunjukkan perubahan positif.

Subjek 10 mengalami peningkatan yang cukup tinggi (+31), menandakan penerapan pelatihan berjalan efektif.

Peningkatan skor tiap subjek dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: kondisi awal, motivasi, serta kesiapan individu dalam mengikuti pelatihan. Subjek yang menunjukkan kenaikan sangat tinggi kemungkinan karena memiliki pemahaman awal yang rendah sehingga lebih mudah terlihat signifikan setelah pelatihan, atau karena motivasi dan keterlibatannya sangat kuat (misalnya Subjek 3, 4, 5, 6, dan 10). Subjek yang meningkat dengan skor sedang (misalnya Subjek 2, 8, dan 9) menunjukkan mereka memiliki kemampuan awal yang lebih baik sehingga ruang peningkatan lebih terbatas, atau tingkat penerapan strategi komunikasi masih belum konsisten. Sementara subjek yang "tetap" stabil dalam hasil baik (Subjek 7) menunjukkan bahwa sejak awal sudah memiliki keterampilan cukup tinggi, sehingga peningkatannya lebih terlihat sebagai pemantapan dan penguatan, bukan lonjakan besar.

Berdasarkan analisis deskriptif, seluruh responden mengalami peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal setelah mengikuti program *Parents Effectiveness Training* (PET). Kenaikan skor berkisar antara +22 hingga +35, dengan rata-rata +29,6. Hal ini menunjukkan bahwa program PET efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal ibu asuh, baik pada subjek dengan kemampuan awal rendah maupun yang sudah relatif lebih tinggi.

PEMBAHASAN

Secara teoretis, hasil ini sejalan dengan teori komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Devito

(2015), dimana aspek-aspek penting seperti empati, kejelasan pesan, umpan balik, sensitivitas konteks, serta keterampilan dalam mengelola konflik dapat ditingkatkan melalui pelatihan yang terstruktur. PET, dengan metode *active listening*, *I-messages*, dan *no-lose conflict resolution*, memberikan strategi praktis bagi ibu asuh dalam membangun komunikasi yang efektif, khususnya dengan anak asuh yang memiliki kebutuhan emosional kompleks.

Program PET yang dikembangkan oleh Thomas Gordon sejak tahun 1962 memang dirancang untuk membantu orang tua maupun pengasuh dalam membangun hubungan yang sehat melalui komunikasi tanpa kekerasan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan PET berdampak signifikan dalam meningkatkan kedekatan emosional, mengurangi konflik, dan membangun pola pengasuhan yang suportif (Gordon, 2000; Gordon Training International, 2016). Di Indonesia, penelitian Rosonah (2019) juga menegaskan bahwa pelatihan parenting seperti PET dapat meningkatkan keterampilan pengasuhan serta memperbaiki interaksi orang tua-anak melalui komunikasi yang lebih terbuka.

Sejumlah penelitian lain turut mendukung temuan ini. Misalnya, Sutikno & Hasanah (2020) menemukan bahwa pelatihan komunikasi interpersonal pada orang tua berpengaruh signifikan terhadap peningkatan empati dan keterampilan mendengarkan anak. Farooq (2020) dalam studi intervensi parenting di Pakistan juga menunjukkan bahwa pelatihan berbasis keterampilan komunikasi mampu menurunkan konflik dalam pengasuhan dan meningkatkan kepuasan orang tua. Selain itu, Montoya (2019) menegaskan bahwa pelatihan komunikasi interpersonal meningkatkan kemampuan pengasuh dalam mengelola emosi serta merespons kebutuhan anak secara adaptif.

Secara psikologis, peningkatan komunikasi interpersonal melalui PET juga dapat dijelaskan oleh teori attachment (Bowlby, dalam Santrock 2019) yang mengatakan bahwa hubungan yang aman antara pengasuh dan anak dibangun melalui interaksi yang hangat, responsif, dan konsisten. Melalui keterampilan komunikasi yang lebih baik, ibu asuh mampu memberikan validasi emosional, mendengarkan kebutuhan anak, serta membangun rasa aman yang lebih kuat. Hal ini penting dalam konteks SOS Children's Village, di mana anak-anak seringkali memiliki latar belakang kehilangan, trauma, atau pengalaman relasional yang sulit.

Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa PET adalah salah satu intervensi pelatihan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal ibu asuh. Tidak hanya secara statistik signifikan, tetapi juga secara psikologis memiliki implikasi penting dalam membangun hubungan pengasuhan yang lebih sehat, suportif, dan memberdayakan anak asuh untuk berkembang secara optimal.

KESIMPULAN

Dari penelitian yang telah dilakukan didapat kesimpulan bahwa komunikasi interpersonal para ibu asuh dapat dilatih dan ditingkatkan. Pelatihan seperti PET menjadi salah satu langkah yang strategis dan relevan untuk membantu pengasuhan para ibu asuh. Program pelatihan PET yang diberikan terbukti menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kualitas pengasuhan khususnya dalam komunikasi interpersonal ibu asuh. Selain itu melalui program ini hasil yang didapat dapat mendukung kesehatan emosional yang aman dan suportif bagi tumbuh-kembang anak-anak di SOS Children's Village khususnya saat memasuki masa-masa remaja. Diharapkan melalui program pelatihan ini, para ibu asuh yang sebelumnya mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan anak-anak remaja bisa mulai membangun komunikasi yang lebih terbuka dan hangat.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak subjek dari berbagai SOS Children's Village di Indonesia agar hasilnya lebih representatif dan dapat digeneralisasikan. Selain itu, penelitian dengan desain longitudinal perlu dilakukan guna melihat sejauh mana keterampilan komunikasi yang diperoleh melalui PET dapat bertahan dalam jangka panjang. Lebih jauh, penelitian ke depan penting untuk menilai dampak langsung program pada anak asuh, khususnya terkait kesejahteraan psikologis, keterbukaan komunikasi, dan penyesuaian sosial mereka. Integrasi PET dengan program pendampingan psikologis atau konseling keluarga asuh juga layak dipertimbangkan agar intervensi lebih komprehensif. Terakhir, pengembangan modul PET yang lebih kontekstual dengan budaya lokal Indonesia dan kebutuhan spesifik pengasuhan di SOS Children's Village diharapkan dapat meningkatkan efektivitas program serta memperkuat kualitas pengasuhan di masa mendatang.

REFERENSI

- Anda, R. F., Felitti, V. J., Bremner, J. D., Walker, J. D., Whitfield, C., Perry, B. D., Dube, S. R., & Giles, W. H. (2006). The Enduring Effects of Abuse and Related Adverse Experiences in Childhood: A Convergence of Evidence from Neurobiology and Epidemiology. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256, 174–186. <https://doi.org/10.1007/s00406-005-0624-4>
- Beebe, S. A., Beebe, S. J., & Redmond, M. V. (2018). *Interpersonal Communication: Relating to Others* (9th ed.). Pearson. <https://www.pearson.com/store/p/interpersonal-communication-relating-to-others/P100000002684>
- Brookfield, S. D. (2013). *The Skillful Teacher: On Technique, Trust, and Responsiveness in the Classroom*. Jossey-Bass. <https://www.amazon.com/Skillful-Teacher-Responsiveness-Classroom/dp/1118024726>

- Courtney, M. E. (2005). *The transition to adulthood for youth "aging out" of the foster care system*. In D. W. Osgood, E. M. Foster, C. Flanagan, & G. R. Ruth (Eds.), *On Your Own without a Net: The Transition to Adulthood for Vulnerable Populations* (pp. 27–67). University of Chicago Press. <https://psycnet.apa.org/record/2005-14222-002>
- Creswell, J. W., (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications. <https://id.scribd.com/document/583513720/Educational-Research-Creswell-599-624-en-id>
- Cummins, J. (2000). *Language, Power and Pedagogy: Bilingual Children in the Crossfire*. Vol. Bilingual. Multilingual Matters. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1161297>
- Del Valle, J. F., & Bravo, A. (2013). *Current Trends, Figures and Challenges in Out-of-Home Child Care: An International Comparative Analysis*. *Psychosocial Intervention*, 22(3), 251–257. <https://doi.org/10.5093/in2013a28>
- Destri, A. F., Ramdini, D., Kansa, M., Laila, S., & Rustini, T. (2025). Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Anak. *Dirasah: Jurnal Studi Ilmu dan Manajemen Pendidikan Islam*, 8(1), 65-75.
- DeVito, J. A. (2015). *The Interpersonal Communication Book* (14th ed.). Pearson Education. https://books.google.co.id/books/about/The_Interpersonal_Communication_Book.html?id=Yb6gBwAAQBAJ&redir_esc=y
- Dewi, K. S., & Ginanjar, A. S. (2019). Peranan Faktor-Faktor Interaksional dalam Perspektif Teori Sistem Keluarga terhadap Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 245–263. <https://doi.org/10.14710/jp.18.2.245-263>
- Dozier, M., Kathleen Albus, Fisher, P. A., & Sepulveda, S. (2002). Interventions for foster parents: Implications for developmental theory. *Development and Psychopathology*, 14(4), 843–860. <https://doi.org/10.1017/S0954579414000801>
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1–4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Farooq, M. U., Rafique, M. Z., & Shah, M. A. R. (2019). The Effects of Mother Education and Intervening Mechanisms on Rural-Urban Child Stunting: Evidence from Pakistan. *Revista Pan-Amazônica de Saúde*, 10(0), 1–10. <https://doi.org/10.5123/S2176-6223201900044>
- Ferguson, J. (2016). Communication with parents in child welfare: Skills, language, and interaction. *Child & Family Social Work*. <https://doi.org/10.1111/cfs.12242>
- Fisher, P. A. (2000). The importance of early attachment relationships for foster children. *Child Welfare*, 79(2), 125–137. <https://doi.org/10.1007/s10560-000-0004-3>
- Gordon, T. (2019). *Parent Effectiveness Training: The Proven Program for Raising Responsible Children*. Penguin Random House Canada. <https://www.penguinrandomhouse.ca/books/69658/parent-effectiveness-training-by-dr-thomas-gordon-nobel-peace-prize-nominee/9780609806937>
- Hanafi, M., Zamani, N. F. M., Varma, S. B., Azram, A. A. R., Rahmat, N. H., & Aziz, A. N. A. (2021). *A Study of Perceived Hindrance to Communication*. *Final EProceeding RICE 2021*. https://www.researchgate.net/profile/NoorRahmat2/publication/352750706_A_STUDY_OF_PERCEIVED_HINDRANCE_TO_COMMUNICATION/links/60d66e8b458515d6fbd9ff4/A-STUDY-OF-PERCEIVED-HINDRANCE-TO-COMMUNICATION.pdf
- Harden, B. J. (2004). Safety and stability for foster children: A developmental perspective. *The future of children*, 31-47. <https://doi.org/10.1353/foc.2004.0002>
- Huang, S.-M., Fang, S.-C., Lee, S.-Y., Yu, P.-J., Chen, C.-J., & Lin, Y.-S. (2023). Effects of video-recorded role-play and guided reflection on nursing student empathy, caring behavior and competence: A two-group pretest-posttest study. *Nurse Education Today*, 116, 105478. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2023.105478>
- Ismail, R., & Putri, H. (2022). A Foster Mother Can Be a “Biological Mother” in Raising Neglected Children by Applying Family-Based Care in Yayasan SOS Children’s Village, Indonesia. *JPPUMA: Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Sosial Politik UMA*, 10(1), 57–70. <https://doi.org/10.31289/jppuma.v10i1.6711>
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2017). *Cooperative Learning: Improving University Instruction by Fostering Student Learning and Teamwork*. SAGE Publications. https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/10645_Chapter_1.pdf
- Kalvin, C. B., Zhong, J., Rutten, M. R., Ibrahim, K., & Sukhodolsky, D. G. (2025). Review: Evidence-Based Psychosocial Treatments for Childhood Irritability and Aggressive Behavior. *JAACAP Open*, 3(1), 14–28. <https://doi.org/10.1016/j.jaacop.2024.01.009>
- Kemensos RI. (2023). *Pengasuhan Foster*. <https://kemensos.go.id/>
- Kementerian Sosial RI. (2020). *Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2020 tentang Peraturan Pelaksanaan Peraturan Pemerintah Nomor 44 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Pengasuhan Anak*. Kementerian Sosial Republik Indonesia. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/157302/per-mensos-no-1-tahun-2020>
- Klein, M., Levy, T., Shulman, C., Lwow, E., & Silberg, T. (2024). Exploring the link between parents’ differentiation of self and parenting practices that support children’s psychological needs. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1387944>
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2015). *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development*. Routledge.

- <https://www.amazon.com/Adult-Learner-Definitive-Education-Development/dp/1317911916>
- Liko, I. S. (2021). *Hubungan Kepribadian Ekstrovert dan Komunikasi Interpersonal dengan Kepuasan Perkawinan*. <https://repository.unika.ac.id/24641/>
- Noone, R. J., & Papero, D. V. (2015). *The Family Emotional System: An Integrative Concept for Theory, Science, and Practice*. Lexington Books. <https://www.bloomsbury.com/us/family-emotional-system-9780739198933/>
- PP No. 44 Tahun 2017. (2017). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Pengasuhan Anak*. Lembaran Negara RI. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/51737/pp-no-44-tahun-2017>
- Retnoningtias, D. W. (2024). *Psikologi Keluarga*. MRHJ Press. https://repo.mrhj.ac.id/850/1/E-BOOK_PsikologiKeluarga_new.pdf
- Rini, W. (2020). Hubungan Komunikasi Interpersonal Orang Tua Dengan Kenakalan Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 513–528. <https://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/5380/pdf>
- Roshonah, A. F. (2019). Urgensi Program Pelatihan Parenting dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Orangtua dengan Anak. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 5(2), 121–145. <https://ejournal.kopertais4.or.id/mataraman/index.php/murabbi/article/view/3503/2650?>
- Safitri, R. (2021). Penerapan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Ketrampilan Komunikasi Siswa SMPN 1 Gandapura. https://repository.ar-raniry.ac.id/20144/1/Riski_Safitri%2C_170213092%2C_FTK%2C_BK%2C_082262484009.pdf
- Salsabilla, S., Ayu, C., & Yudha, Y. H. (2022). Family communication patterns sebagai mediator antara empati dan konflik orang tua-anak pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), 207–223. <https://doi.org/10.30996/persona.v10i2.5351>
- Santrock, J. W. (2019). *Children (14th, Ed.)*. McGraw-Hill Education. <https://books.google.com/books/about/Children.html?id=yV7moQEACAAJ>
- Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232–e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- SOS Children's Villages Indonesia. (2024). Tentang SOS Children's Villages Indonesia. SOS Children's Villages Indonesia. <https://www.sos.or.id/tentang-sos>
- Svinicki, M., & McKeachie, W. J. (2014). *McKeachie's Teaching Tips: Strategies, Research, and Theory for College and University Teachers*. Cengage Learning. <https://www.amazon.com/McKeachie's-Teaching-Tips-Wilbert-McKeachie/dp/1285060193>
- Tripathy, M. (2021). Effect of Empathy, Emotional Intelligence on Interpersonal Communication. *Journal of American Science*, 17(9), 24–27. <https://doi.org/10.7537/marsjas190921.03>
- UNICEF. (2017). Violence against children pervasive in homes, schools and communities. United Nations Children's Fund (UNICEF). <https://news.un.org/en/story/2017/11/569772>
- Utami, F. (2021). Pengasuhan Keluarga terhadap Perkembangan Karakter Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1777–1786. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985>
- UU No. 23 Tahun 2002. (2002). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak*. Lembaran Negara Republik Indonesia. <https://peraturan.go.id/id/uu-no-23-tahun-2002>
- Walker, S. P., Wachs, T. D., Grantham-McGregor, S., Black, M. M., Nelson, C. A., Huffman, S. L., Baker-Henningham, H., Chang, S. M., Hamadani, J. D., Lozoff, B., Meeks Gardner, J. M., Powell, C. A., Rahman, A., & Richter, L. (2011). Inequality in early childhood: risk and protective factors for early child development. *The Lancet*, 378(9799), 1325–1338.