

Pelatihan *Smart Parenting* Berbasis *E-Learning* untuk Meningkatkan *Parental Self-Efficacy* Ibu Bekerja yang Memiliki Anak Batita

Smart Parenting Training E-Learning Based to Increase Parental Self-Efficacy in Working Mothers with Toddlers

Mirna Ayu Irapdila¹, Eva Meizara Puspita Dewi¹, Dian Novita Siswanti¹

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Naskah masuk 28 Februari 2023

Naskah diterima 30 Mei 2023

Naskah terbit 31 Mei 2023

Abstract. Parental self-efficacy is an important predictor influencing the positive behavior of parents in parenting. This study aims to identify the influence of smart parenting training on the enhancement of parental self-efficacy in working mothers with toddlers. This study used a quasi-experimental design in a model of the untreated control group design with dependent pretest and posttest samples. Fourteen participants were divided into two groups between the experimental group and the control group. The measurement in this study used the short version SEPTI-TS scale. The results of data analysis using Mann-Whitney U showed a significant difference in parental self-efficacy ($p=0.002$) between the experimental and control groups. Moreover, the Wilcoxon sign rank test showed an enhancement of parental self-efficacy in the experimental group participants ($p=0.018$) after receiving smart parenting training treatment. The results of the study show that smart parenting training influences the enhancement of parental self-efficacy in working mothers with toddlers.

Keywords: parental self-efficacy; smart parenting; toddler; working mother

Abstrak. *Parental self-efficacy* merupakan prediktor penting yang memengaruhi perilaku positif orang tua dalam melakukan pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *smart parenting* terhadap peningkatan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak di bawah tiga tahun. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen kuasi *the untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*. Sebanyak 14 partisipan terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Parental self-efficacy* diukur menggunakan skala SEPTI-TS. Hasil analisis data menggunakan Mann-Whitney U menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *parental self-efficacy* ($p=0,002$) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dan berdasarkan Wilcoxon *sign rank test* menunjukkan bahwa terjadi peningkatan *parental self-efficacy* pada partisipan kelompok eksperimen ($p=0,018$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan *smart parenting* dapat meningkatkan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak di bawah tiga tahun.

Kata kunci: batita; ibu bekerja; *parental self-efficacy*; *smart parenting*

Keterlibatan seorang ibu dalam bekerja memiliki dampak yang bernilai positif maupun negatif pada proses pengasuhan yang dijalankannya. Singh (2019) mengemukakan bahwa dampak positif dari keterlibatan ibu dalam bekerja berpengaruh pada peningkatan ekonomi keluarga dan mendukung kesejahteraan bagi anak terutama pada pemenuhan gizi, pemberian perawatan berkualitas dan pendidikan terbaik. Maclean *et al.* (2021) mengemukakan bahwa keterlibatan ibu dalam bekerja memiliki dampak negatif yang ditandai dengan rentannya menerima stimulus tekanan yang dapat menimbulkan stres karena tuntutan peran yang lebih tinggi. Ibu bekerja juga cenderung mengalami kelelahan dan mudah tersulut perasaan emosionalnya setelah sibuk bekerja, dan tidak jarang pula ibu harus membawa beban serta kondisi perasaan negatif dari tempat kerja ke dalam rumah (Crouter & McHale, 2005). Kondisi ibu bekerja berdampak pada berkurangnya kapasitas ibu untuk menggunakan waktu, energi, dan perhatian dalam melakukan proses pengasuhan anak setelah pulang bekerja.

Ibu bekerja dengan kondisi peran ganda yang dijalani seringkali dihadapkan dengan situasi sulit yang membuat ibu merasa kurang percaya diri terhadap kapasitas dirinya dalam bekerja dan mengasuh anak, terutama ketika anak masih berada pada usia batita. Ibu bekerja sering kali merasa tidak mampu menjalankan peran pengasuhan dengan baik, dan diliputi perasaan bersalah karena meninggalkan anak untuk bekerja (Korabik, 2015). Perihal ini searah dengan penelitian dari Borelli *et al.* (2017) yang dilakukan terhadap 255 orang tua bekerja yang memiliki anak berusia batita di Amerika Serikat menunjukkan hasil bahwa ibu memiliki perasaan bersalah lebih tinggi daripada ayah dalam hal pengasuhan dan cenderung memengaruhi perasaan kompetensinya sebagai orang tua. Perasaan bersalah dan ketidakyakinan terhadap pengasuhan yang dilakukan tersebut mengindikasikan rendahnya *parental self-efficacy*.

Parental Self-Efficacy (PSE) adalah persepsi orang tua terhadap kapasitasnya dalam mengimplementasikan tugas sebagai orang tua agar dapat menciptakan pengaruh positif pada karakter, kepribadian dan proses tumbuh kembang anak (Antawati & Murdiyani, 2013). Persepsi tersebut dapat menjadi faktor acuan orang tua dalam menerapkan proses pengasuhan yang tepat dengan kekhasan dan kebutuhan anak sebagai usaha menunjang proses tumbuh kembang anak secara optimal. Albanese *et al.* (2019) mengemukakan bahwa *parental self-efficacy* merupakan prediktor penting yang memengaruhi perilaku positif orang tua saat melakukan pengasuhan.

Parental Self-Efficacy (PSE) merupakan hal penting yang diperlukan dalam pengasuhan ibu, termasuk ibu yang bekerja dan memiliki anak usia batita. Kim dan Kochanska (2019) mengemukakan bahwa fase pengasuhan tersulit saat anak berada pada usia batita yang dikarenakan anak sangat aktif, atraktif, dan sulit untuk diberikan batasan. Nirwana (2011) mengemukakan masa anak di bawah 3 tahun atau disingkat batita yaitu sejak anak memasuki usia 12 bulan hingga 36 bulan. Anak pada usia tiga tahun pertama mengalami perkembangan yang signifikan pada sel-sel otak, sehingga saat beranjak masa batita terdapat pembentukan jaringan saraf dan otak yang kompleks yang membentuk rasa

ingin tahu dan kemampuan belajar anak. Oleh sebab itu, ibu bekerja yang memiliki anak usia batita memiliki kekhasan kondisi dan situasi yang dihadapi. Berdasarkan data awal penelitian yang dilakukan pada 30 partisipan ibu bekerja yang memiliki anak usia batita di Kota Makassar menunjukkan bahwa 40% ibu memiliki PSE rendah, 43,3% ibu memiliki PSE sedang, dan hanya 16,7% ibu yang memiliki PSE tinggi.

Glatz dan Buchanan (2023) mengemukakan bahwa orang tua dengan tingkat *parental self-efficacy* yang rendah cenderung merasa terbebani oleh perannya sebagai orang tua dan mudah mengalami stres. Lain halnya, orang tua dengan PSE yang tinggi cenderung lebih percaya diri untuk menjalankan proses pengasuhan dan menilai bahwa segala usaha stimulasi tumbuh kembang anak sebagai bentuk tantangan daripada ancaman. Orang tua dengan PSE yang tinggi cenderung lebih optimis atas kapasitas diri dalam melakukan pengasuhan, memiliki persistensi dalam menempuh kesulitan dan mampu mengatasi stres mengatasi berbagai tanggung jawab sebagai orang tua (Bahorski *et al.*, 2020).

Parental self-efficacy dapat ditingkatkan oleh faktor pendukung berupa pengetahuan (Oktavianto *et al.*, 2019). Ketika individu memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai pengasuhan, maka cenderung menimbulkan ketidakpercayaan diri dalam melakukan pengasuhan, sehingga menandakan adanya PSE yang rendah (Glatz & Trifan, 2019). Sebaliknya, individu dengan tingkat pengetahuan yang baik terkait pengasuhan mampu mengoptimalkan sikap dan keterampilan dalam menjalankan proses pengasuhan anak. Dengan adanya optimalisasi sikap dan keterampilan, maka berkorelasi pula dengan peningkatan PSE yang dimiliki.

Pelatihan *smart parenting* adalah salah satu bentuk intervensi untuk meningkatkan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak usia batita. Pelatihan *smart parenting* berupaya memberikan dukungan pengetahuan dan menstimulasi peningkatan PSE dengan berdasarkan teori keseimbangan kerja-keluarga dan pengasuhan anak usia batita yang mengacu pada aspek-aspek dari *parental self-efficacy* yang dikemukakan oleh van Rijen *et al.* (2014) yaitu perhatian penuh kasih sayang, kedisiplinan, rutinitas, dan bermain. Pelatihan *smart parenting* dalam penelitian ini menerapkan model *experiential learning* menggunakan *e-learning* dengan media video. Abarashi *et al.* (2014) dalam hasil penelitiannya mengemukakan bahwa program pelatihan pengasuhan anak dapat meningkatkan PSE ibu dalam pengasuhan anak, sehingga dapat menambah pengetahuan dan pengalaman ibu dalam melakukan interaksi yang positif dengan anak.

Program pelatihan yang dirancang peneliti mengacu pada prinsip *smart parenting* yang dikemukakan oleh Hayati dan Febriani (2019) di mana penelitiannya bertujuan untuk memvalidasi efektivitas modul *smart parenting*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa modul *smart parenting* memiliki validitas isi yang baik ($V > 0,50$) dan validitas fungsional yang baik dengan nilai z sebesar $-2,246$ dan p -value sebesar $0,025$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat perbedaan *parental self-efficacy* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian tersebut juga menyimpulkan bahwa modul *smart parenting* memberikan hasil yang signifikan terhadap peningkatan *parental self-efficacy* ibu bekerja

yang memiliki anak batita di Kota Bantul, DIY. Namun, penelitian tersebut memiliki kekurangan yang perlu dikembangkan, seperti variasi partisipan yang cenderung memiliki pendidikan yang matang, dan durasi pelaksanaan program yang cukup panjang dianggap kurang sesuai dengan kondisi ibu bekerja.

Maka dari itu, berdasarkan beberapa pemaparan di atas peneliti kemudian tertarik lebih lanjut untuk meneliti pengaruh pelatihan *smart parenting* terhadap peningkatan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak batita di Kota Makassar. Pelatihan ini menggunakan model *experiential learning* yaitu proses pembelajaran individu yang berdasarkan pengalaman, yang kemudian membentuk empat fase pokok pembelajaran yaitu *concrete experience* (CE), *reflective observation* (RO), *abstract conceptualising* (AC), dan *active experimentation* (AE). Seluruh rangkaian pelatihan dilakukan dengan berbasis *e-Learning* yang bertujuan untuk meningkatkan *parental self-efficacy* ibu bekerja dalam mengasuh anak usia batita dengan baik meskipun memiliki keterbatasan waktu karena bekerja. Fleksibilitas dan kemudahan akses untuk mengikuti pelatihan adalah kunci utama dalam pelatihan ini. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh pelatihan *smart parenting* terhadap peningkatan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak batita.

Metode

Partisipan Penelitian

Jumlah partisipan penelitian secara keseluruhan adalah 14 orang yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu tujuh orang kelompok eksperimen dan tujuh orang kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu merupakan pengambilan sampel dengan menentukan pertimbangan khusus yang berdasarkan pada karakteristik populasi. Karakteristik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (a) ibu bekerja penuh waktu dan terikat jam kerja (minimal 7 jam sehari dan 5 hari sepekan) di Kota Makassar; (2) memiliki anak usia batita (12-36 bulan) yang tinggal bersama; (3) berada dalam rentang usia 24 – 35 tahun; (4) pendidikan minimal SMA; (5) memiliki ambang *parental self-efficacy* yang rendah dan/sedang; (6) belum pernah mengikuti pelatihan sejenis *smart parenting*.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen-kuasi dengan desain *The Untreated Control Group Design with Dependent Pretest and Posttest Samples*. Shadish *et al.* (2002) mengemukakan bahwa *The Untreated Control Group Design with Dependent Pretest and Posttest Samples* adalah desain yang membandingkan dua kelompok yakni kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan, tetapi keduanya diberlakukan *pretest* dan *posttest*. Pembagian kelompok partisipan dalam penelitian ini didasarkan pada kesediaan untuk mengikuti seluruh

rangkaian pelatihan di waktu yang telah ditentukan, sehingga ibu bekerja yang berminat dan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian pelatihan hingga akhir dimasukkan dalam kelompok eksperimen. Adapun skema rancangan eksperimen sebagai berikut.

Tabel 1.

Skema Desain Penelitian

Kelompok	Pre	Perlakuan	Post
Eksperime n	O ₁	X	O ₂
Kontrol	O ₁		O ₂

Prosedur Penelitian

Pelaksanaan pelatihan *smart parenting* terdiri atas empat tahapan. Tahap pertama, dilakukan *pretest* dengan memberikan skala SEPTI-TS versi pendek untuk mengukur tingkat *Parental Self-Efficacy* (PSE) pada ibu bekerja. Hasil PSE yang berada pada tingkat rendah dan sedang dijadikan partisipan penelitian yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok partisipan yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk kemudian diberikan *informed consent*. Pembagian kelompok partisipan didasarkan pada kesediaan untuk mengikuti seluruh rangkaian pelatihan, sehingga ibu bekerja yang berminat dan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian pelatihan dimasukkan dalam kelompok eksperimen.

Tahap kedua, yaitu pemberian perlakuan pelatihan *smart parenting* menggunakan *e-learning* dengan media video terhadap kelompok eksperimen yang terdiri dari empat sesi. Pelatihan pada sesi satu hingga sesi tiga merupakan pemberian materi dengan menggunakan media video pembelajaran yang berfokus untuk mengimplementasikan fase *Concrete Experience* (CE). Pemateri pada video pembelajaran merupakan narasumber yang ahli pada bidang terkait. Setiap satu sesi terdapat dua materi, sehingga dalam tiga sesi terdapat enam materi dan setiap video materi berdurasi sekitar 25 hingga 45 menit.

Sesi pertama berisikan materi tentang peran orang tua terhadap anak dan bagaimana memberikan dukungan sosio-emosional pada anak. Sesi kedua meliputi materi tentang bagaimana menciptakan waktu berkualitas untuk terlibat secara aktif dalam dunia anak dan menciptakan suasana bermain bersama anak. Sesi ketiga mencakup materi tentang membangun rutinitas untuk membentuk perilaku anak dan penerapan disiplin positif pada anak. Sesi keempat bertujuan untuk mengimplementasikan fase *Reflective Observation* (RO) dan *Abstract Conceptualising* (AC) dengan melalui kegiatan *sharing session*. Kegiatan ini memfasilitasi partisipan dalam mengungkapkan pengalaman dan perasaan, serta saling berbagi solusi dalam kendala pengasuhan yang dijalankannya dan merefleksikan pemahaman partisipan terkait materi-materi yang diberikan sebelumnya.

Tahap ketiga dalam penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan fase *Active Experimentation* (AE) dengan melalui pemberian tugas ceklis aktivitas harian yang

berisikan aktivitas yang harus ibu lakukan bersama dengan anak dengan berdasarkan materi yang telah diberikan saat pelatihan. Tugas ceklis aktivitas harian diberikan setelah pelatihan sebagai bentuk follow up dan berlangsung selama enam hari terhadap kelompok eksperimen. Tahap keempat adalah posttest dengan memberikan kembali skala SEPTI-TS versi pendek untuk mengetahui perubahan tingkatan PSE terhadap kelompok eksperimen dan kontrol, serta diberikan *debriefing* sebagai akhir tahapan.

Teknik Pengumpulan Data

Skala SEPTI-TS Versi Pendek

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala versi pendek dari *Self-efficacy for Parenting Tasks Index-Toddler Scale* (SEPTI-TS) milik van Rijen *et al.* (2014) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Lubis dan Hildayani (2015). Skala penelitian ini menggunakan jenis skala Likert dan melalui dua uji validitas yaitu validasi isi berupa uji validitas logis, dan validasi konstruk berupa uji validitas faktorial. Validitas logis dalam penelitian ini menggunakan formula Aiken's V dengan melalui penilaian tiga validator ahli. Berdasarkan formula Aiken's V pada skala penelitian ini diketahui nilai V sebesar 0,75 untuk 26 aitem. Pengujian daya diskriminasi aitem dengan menggunakan SPSS 25.0 for windows menghasilkan lima aitem gugur dan 21 aitem valid, adapun sebaran skor koefisien korelasi aitem-total yang tidak gugur dalam penelitian ini bergerak antara 0,347 hingga 0,824. Validitas faktorial dalam penelitian ini menggunakan prosedur *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan menggunakan aplikasi Statcal. Hasil pengujian CFA diketahui bahwa terdapat empat aitem tidak digunakan karena memiliki nilai *standardized loading factor* kurang dari 0,50, sedangkan aitem valid yang memiliki *standardized loading factor* lebih dari 0,50 berjumlah 17 aitem. Lebih lanjut, hasil pengujian reliabilitas memperoleh nilai Alpha Cronbach's sebesar 0,933. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat reliabilitas skala SEPTI-TS versi pendek tergolong sangat bagus.

Kuesioner Evaluasi Reaksi dan Tes Pengetahuan

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dipergunakan pula kuesioner evaluasi reaksi dan tes pengetahuan untuk kelompok eksperimen. Kirkpatrick dan Kirkpatrick (2006) mengemukakan bahwa evaluasi reaksi merupakan penilaian partisipan terhadap pelaksanaan kegiatan pelatihan yang telah dilakukan. Tujuan dari evaluasi reaksi adalah untuk mengetahui penilaian peserta terhadap pelaksanaan program pelatihan yang telah diikuti. Hal yang menjadi penilaian dalam evaluasi reaksi diantaranya penguasaan materi dari trainer, sikap interaktif trainer terhadap peserta, kesesuaian materi yang disampaikan dengan tema pelatihan, kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta, kemudahan memahami materi, sistematika pemberian materi, pelayanan penyelenggara dalam pelatihan, ketepatan waktu, dan pelaksanaan pelatihan secara keseluruhan. Total terdapat 12 pernyataan dalam evaluasi reaksi dan diberikan setelah seluruh rangkaian program pelatihan selesai.

Tes pengetahuan digunakan untuk mengukur pengetahuan partisipan penelitian pada sebelum dan setelah materi diberikan. Kuesioner pengetahuan disusun oleh peneliti berdasarkan materi yang disampaikan dalam pelatihan. Kuesioner ini berisi delapan pertanyaan yang memiliki jawaban tertutup yaitu benar atau salah. Salah satu contoh soal kuesioner pengetahuan seperti ‘Stimulasi adalah peran orang tua dalam memenuhi kebutuhan pokok anak seperti sandang, pangan, dan papan’ dengan pilihan jawaban ‘Benar/salah’. Kuesioner tes pengetahuan divalidasi oleh tiga validator ahli, dari hasil validasi diketahui nilai V sebesar 0,83.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis yang dilakukan melalui statistik non-parametrik yaitu uji Mann-Whitney U dan uji Wilcoxon Sign Rank Test. Uji non-parametrik dilakukan karena jumlah partisipan sangat terbatas, sehingga perlu dilakukan antisipasi jika terdapat kemungkinan data tidak terdistribusi normal. Uji Mann-Whitney U digunakan untuk menguji apakah terdapat perbedaan mean dari gain score yang didapatkan dari selisih *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Uji Wilcoxon Sign Rank Test digunakan untuk menguji apakah terdapat signifikansi perbedaan dari *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

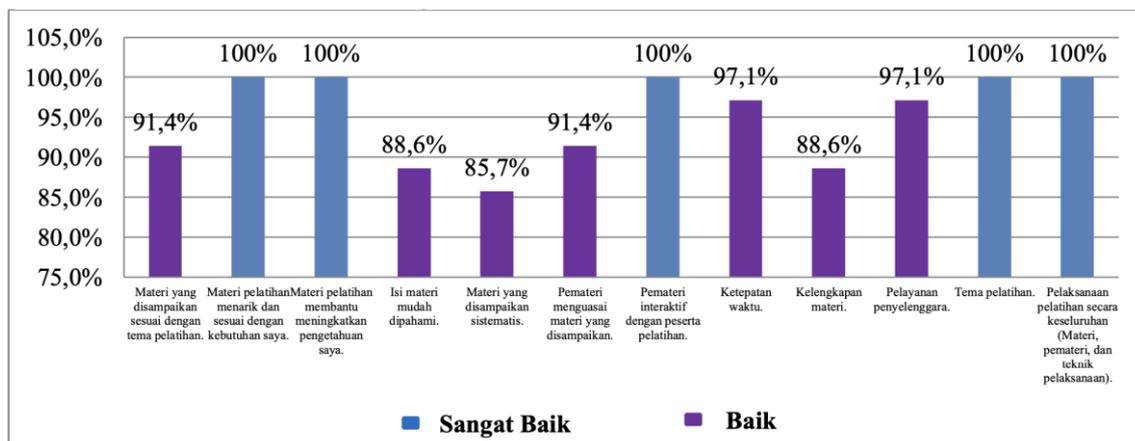
Hasil

Hasil Evaluasi Reaksi

Pemateri sekaligus trainer dalam pelatihan ini adalah Novita Maulidya Djalal, S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Tri Sugiarti, S.Psi., M.Pd. Tujuh partisipan dalam kelompok eksperimen yang mengikuti pelatihan memberikan penilaian terhadap materi, pemateri, dan pelaksanaan pelatihan secara keseluruhan sebagai berikut.

Gambar 1.

Hasil Evaluasi Reaksi

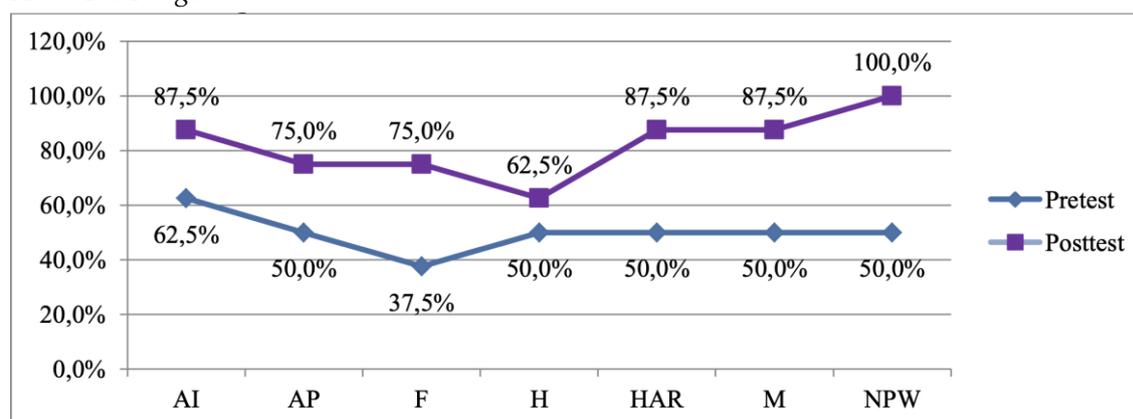


Evaluasi reaksi memiliki 5 pilihan jawaban penilaian yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Keseluruhan partisipan memilih pilihan jawaban sangat baik dan baik. Penilaian tertinggi pada kategori sangat baik yaitu pada pernyataan materi pelatihan menarik dan sesuai kebutuhan memiliki persentase 100%, materi pelatihan membantu meningkatkan pengetahuan memiliki persentase 100%, pemateri interaktif dengan peserta pelatihan memiliki persentase 100%, tema pelatihan memiliki persentase 100%, dan penilaian terhadap pelaksanaan pelatihan secara keseluruhan memiliki persentase 100%.

Hasil Tes Pengetahuan

Gambar 2.

Hasil Tes Pengetahuan



Tes pengetahuan berupa penilaian pengetahuan yang mencakup setiap materi pelatihan secara keseluruhan. Berdasarkan gambar 2, terjadi peningkatan hasil tes pengetahuan pada seluruh partisipan berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Peningkatan terkecil terjadi pada partisipan H dengan persentase *pretest* sebesar 50% dan hanya mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 12,5% yang artinya *posttest* menjadi 62,5%. Sedangkan peningkatan terbesar terjadi pada partisipan NPW dengan persentase *pretest* sebesar 50% dan mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 50% yang artinya *posttest* menjadi 100%.

Hasil Analisis Deskriptif

Tabel 2.

Hasil Kategorisasi Skala SEPTI-TS (Kelompok Eksperimen)

No	Inisial	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>posttest</i>	Kategori
1	AI	57	Sedang	63	Tinggi
2	AP	38	Rendah	60	Sedang
3	F	47	Sedang	65	Tinggi
4	H	52	Sedang	67	Tinggi

Tabel 2. (Lanjutan)*Hasil Kategorisasi Skala SEPTI-TS (Kelompok Eksperimen)*

No	Inisial	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>posttest</i>	Kategori
5	HAR	39	Rendah	60	Sedang
6	M	36	Rendah	67	Tinggi
7	NPW	43	Sedang	75	Tinggi

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil *pretest* pada kelompok eksperimen diketahui terdapat 43% partisipan memiliki *parental self-efficacy* dalam kategori rendah dan 57% partisipan dalam kategori sedang. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor pada setiap partisipan dalam kelompok eksperimen. Diketahui terdapat 71,4% partisipan memperoleh kategori tinggi dan 28,6% partisipan berada dalam kategori sedang.

Tabel 3.*Hasil Kategorisasi Skala SEPTI-TS (Kelompok Kontrol)*

No	Inisial	Skor <i>pretest</i>	Kategori	Skor <i>posttest</i>	Kategori
1	AD	53	Sedang	51	Sedang
2	AH	37	Rendah	38	Rendah
3	CB	51	Sedang	51	Sedang
4	IR	37	Rendah	35	Rendah
5	NA	50	Sedang	54	Sedang
6	NI	50	Sedang	48	Sedang
7	RA	61	Sedang	61	Sedang

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil *pretest* pada kelompok kontrol diketahui terdapat 28,6% partisipan memiliki *parental self-efficacy* dalam kategori rendah dan 71,4% partisipan dalam kategori sedang. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan skor yang signifikan pada setiap partisipan dalam kelompok kontrol. Sehingga terdapat hasil yang stagnan di mana 28,6% partisipan tetap berada dalam kategori rendah dan 71,4% partisipan tetap berada dalam kategori sedang.

*Hasil Uji Hipotesis***Tabel 4.***Hasil uji Mann-Whitney U*

a. Uji Mann-Whitney U

Kelompok	Mean Rank	Gain Score	Sig. Gain Score
Eksperimen	11	77	
Kontrol	4	28	
Eksperimen dan Kontrol			0,002

Berdasarkan hasil analisis uji Mann-Whitney U diperoleh nilai signifikansi *gain score* pada kelompok eksperimen dan kontrol sebesar $p=0,002$ ($p<0,05$). Dapat diketahui pula bahwa kelompok eksperimen memiliki *mean rank* lebih tinggi dibanding kelompok kontrol ($11>4$). Perbedaan *mean rank* tersebut menunjukkan bahwa tingkat *parental self-efficacy* partisipan kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *parental self-efficacy* pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

b. Uji Wilcoxon Sign Rank Test

Tabel 5.

Hasil uji Wilcoxon Sign Rank Test

Kelompok	Q	Mean	
		Pretest	Posttest
Eksperimen	0,018	44,6	65,3
Kontrol	0,680	48,4	48,3

Berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon Sign Rank Test diperoleh nilai signifikansi pada kelompok eksperimen sebesar $p=0,018$ ($p<0,05$) dengan *mean pretest* 44,6 dan *posttest* 65,3. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan *parental self-efficacy* pada partisipan kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan pelatihan *smart parenting*. Sedangkan, pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar $p=0,680$ ($p>0,05$) dengan *mean pretest* 48,4 dan *posttest* 48,3. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi peningkatan *parental self-efficacy* pada partisipan kelompok kontrol.

Diskusi

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 14 orang yang terbagi menjadi 7 partisipan kelompok eksperimen dan 7 partisipan kelompok kontrol. Hasil *pretest* berdasarkan analisis deskriptif menunjukkan bahwa terdapat 5 partisipan memiliki kategori PSE rendah dan 9 partisipan memiliki kategori PSE sedang. Faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya *Parental Self-Efficacy* (PSE) di antaranya adalah tingkat kematangan orang tua dalam segi kognitif dan perilaku, pengalaman orang tua dengan anak, usia anak, dan fatigue (Fang et al., 2021).

Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu bekerja dalam rentang usia 24 hingga 35 tahun. Santrock (2014) mengemukakan bahwa usia 24 hingga 35 tahun termasuk dalam masa dewasa awal yaitu merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan penyesuaian diri terhadap kehidupan perkawinan dan peran sebagai orang tua yang penuh dengan ketegangan emosional. Masa transisi sebagai orang tua berhubungan dengan ketidakstabilan kesiapan pengasuhan individu baik dalam segi kognitif dan perilaku, sehingga berpengaruh terhadap rendahnya PSE (Sigelman & Rider, 2018).

Partisipan dalam penelitian ini, secara keseluruhan memiliki rentang jumlah anak sebanyak 1 sampai dengan 3. Sejumlah 71,4% partisipan memiliki jumlah anak 1, 14,3% partisipan memiliki jumlah anak 2, dan 14,3% partisipan memiliki jumlah anak 3. Dapat diketahui bahwa rata-rata partisipan dalam penelitian ini hanya baru melalui kelahiran pertama, sehingga berpengaruh terhadap rendahnya *Parental Self-Efficacy* (PSE). Individu cenderung memiliki PSE yang rendah ketika baru sekali melahirkan dan belum memiliki pengalaman membesarkan anak sebelumnya (Wang *et al.*, 2021).

Kriteria utama dalam penelitian ini adalah ibu bekerja penuh waktu yang memiliki anak usia batita. Scannell (2020) mengemukakan bahwa individu cenderung memiliki *Parental Self-Efficacy* (PSE) yang rendah ketika anak masih berada dalam usia dini dan cenderung mengalami peningkatan PSE seiring dengan bertambahnya usia anak. Rahmawati dan Ratnaningsih (2018) berdasarkan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak usia sekolah memiliki PSE lebih tinggi dibandingkan ibu yang memiliki anak usia batita.

Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu bekerja penuh waktu dan terikat jam kerja. Handayani *et al.* (2015) mengemukakan bahwa ibu bekerja yang pada umumnya memiliki anak usia di bawah lima tahun memiliki kesulitan untuk membagi perhatian antara kerja dengan keluarga, sehingga merasakan adanya beban dan konflik dalam dirinya. Seo dan Kim (2022) mengemukakan bahwa ibu yang bekerja cenderung mengalami kelelahan dan mudah tersulut perasaan emosionalnya setelah sibuk bekerja, tidak jarang pula ibu harus membawa beban serta kondisi perasaan negatif dari tempat kerja ke dalam rumah dan begitu pula perihal kepentingan anak dapat mengganggu pekerjaan di kantor. Maclean *et al.* (2021) mengemukakan bahwa ibu bekerja yang setiap hari memiliki kegiatan intensif cenderung memiliki PSE yang rendah disebabkan kelelahan yang terus menerus atau disebut dengan *fatigue*.

Pelatihan *smart parenting* merupakan bentuk program intervensi pengasuhan yang bertujuan untuk meningkatkan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak usia batita. Pelatihan *smart parenting* memiliki prinsip untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam menyeimbangkan peran sebagai pekerja dan peran sebagai ibu dengan proses pengasuhan yang optimal. Pelatihan *smart parenting* terdiri atas 4 sesi pelatihan yaitu 3 sesi pemberian materi dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait pengasuhan, dan satu sesi *sharing session* sebagai wadah refleksi terkait materi yang telah diberikan. Kemudian dilakukan pula pemberian tugas mandiri sebagai bentuk *follow up* dari proses pelatihan yang telah dilakukan.

Hasil tes pengetahuan dengan melalui *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa seluruh partisipan mengalami peningkatan pengetahuan terkait pengasuhan. Begitu pula dengan hasil *posttest* skala SEPTI-TS versi pendek yang menunjukkan hasil bahwa seluruh partisipan pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan *Parental Self-Efficacy* (PSE), sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat peningkatan PSE. Pada kelompok eksperimen diketahui terdapat 5 partisipan dengan

peningkatan PSE menjadi kategori tinggi dan 2 partisipan lainnya menjadi kategori sedang. Sedangkan, pada kelompok kontrol diketahui 2 partisipan tetap berada dalam kategori PSE rendah dan 4 partisipan lainnya tetap berada dalam kategori sedang.

Maka dari itu, diketahui bahwa pelatihan *smart parenting* dapat meningkatkan pengetahuan terkait pengasuhan, dan secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan *Parental Self-Efficacy* (PSE) pada ibu bekerja yang memiliki anak usia batita. Glatz dan Trifan (2019) mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan pengasuhan orang tua dengan PSE. Individu yang memiliki rasa percaya diri dan berpengetahuan luas terkait pengasuhan akan lebih menunjukkan interaksi positif dengan anak. Hal ini dikuatkan pula oleh pendapat Bandura (1997) yang mengemukakan bahwa individu yang memiliki pengetahuan luas terkait pengasuhan memiliki PSE lebih tinggi dibandingkan yang kurang berpengetahuan. Pengetahuan merupakan indikator utama bagi individu dapat menakar efikasi dirinya.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan melalui uji Mann-Whitney U diperoleh nilai signifikansi *gain score* pada kelompok eksperimen dan kontrol sebesar $p=0,002$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *Parental Self-Efficacy* (PSE) pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Hasil analisis lanjutan dengan melalui uji Wilcoxon Sign Rank Test diperoleh nilai signifikansi pada kelompok eksperimen sebesar $p=0,018$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan PSE pada partisipan kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan pelatihan *smart parenting*. Sedangkan, pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar $p=0,680$ ($p>0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi peningkatan *parental self-efficacy* pada partisipan kelompok kontrol. Berdasarkan rangkaian uji Mann-Whitney U dan Wilcoxon Sign Rank Test dapat diketahui bahwa hipotesis diterima. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa pelatihan *smart parenting* berpengaruh terhadap peningkatan *parental self-efficacy* ibu bekerja yang memiliki anak batita.

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini sejalan dengan meta-analisis yang dilakukan oleh Amin *et al.* (2018) terhadap 280 artikel ilmiah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa program intervensi pengasuhan berhasil membuat orang tua meningkatkan pengetahuan dan rasa percaya diri dalam melakukan pengasuhan, serta secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan PSE. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Ekaningtyas (2019) terhadap ibu yang memiliki anak penyandang autisme menunjukkan hasil bahwa pelatihan pengasuhan mampu memengaruhi ibu dalam mengubah persepsi dan meningkatkan pemahaman tentang strategi pengasuhan anak dan secara signifikan efektif dalam meningkatkan PSE.

Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan pelatihan *smart parenting* dalam meningkatkan *Parental Self-Efficacy* (PSE) dalam penelitian ini adalah model dan metode pelatihan. Noe (2017) mengemukakan bahwa desain atau model pelatihan menjadi salah satu prediktor penting dalam proses transfer pembelajaran dan memengaruhi keberhasilan suatu program pelatihan. Pelatihan *smart parenting* dalam penelitian ini menggunakan

model *experiential learning* dalam tahapan proses belajarnya. Kolb dan Kolb (2017) mengemukakan bahwa *experiential learning* adalah model pembelajaran berbasis pengalaman dengan membentuk empat fase yaitu *Concrete Experience* (CE), *Reflective Observation* (RO), *Abstract Conceptualising* (AC), dan *Active Experimentation* (AE).

Fase *Concrete Experience* (CE) dilakukan berupa pemberian materi dengan berdasarkan teori keseimbangan kerja-keluarga dan domain spesifik pengasuhan anak usia batita. Terdapat total 6 materi yang diberikan dan dibawakan oleh *trainer* pelatihan yang merupakan praktisi dan memiliki pengalaman terkait materi yang dibawakan. Pemberian materi dalam pelatihan ini menggunakan metode *e-Learning* berbasis video. Pelaksanaan pelatihan dengan menggunakan metode *e-Learning* berbasis video memiliki beberapa keunggulan diantaranya adalah elemen visual dan audio mampu memengaruhi individu untuk menangkap informasi lebih baik, fleksibilitas dalam menerima materi, dan fitur yang memudahkan (Noe, 2017). Akan tetapi, metode *e-Learning* berbasis video memengaruhi kekurangan pada fase *concrete experience* (CE) yang dikarenakan tidak memungkinnya untuk dilakukan *role play* pelatihan secara langsung.

Fase *Reflective Observation* (RO) dan *Abstract Conceptualising* (AC) diimplementasikan melalui sesi *sharing session*. Pada sesi ini, partisipan diminta untuk saling bercerita mengenai pengalaman pengasuhan yang selama ini dijalankan, bercerita tentang kendala dan kekhawatiran dalam pengasuhan sebagai ibu bekerja, serta menceritakan keberhasilan dalam pengasuhan yang telah dilakukan. Hal ini juga merupakan bentuk refleksi terhadap sejauh mana partisipan yakin terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan pengasuhan selama ini. Bandura (1997) mengemukakan bahwa *enactive mastery experiences* atau pengalaman menguasai sesuatu pada masa lalu merupakan sumber yang dapat membentuk PSE. Pada sesi *sharing session* ini pula partisipan saling berbagi pengalaman keberhasilan dalam pengasuhan dan berbagi inspirasi satu sama lain. Wilde dan Hsu (2019) mengemukakan bahwa PSE dapat pula dibentuk oleh *vicarious experiences* atau sumber pengalaman keberhasilan orang lain dengan cara mengamati model yang nyata.

Fase *Active Experimentation* (AE) diimplementasikan dengan melalui tugas mandiri yang berfungsi pula sebagai *follow up* setelah pelaksanaan pelatihan. Tugas mandiri yang diberikan dalam bentuk ceklis aktivitas harian juga memungkinkan dalam mendukung peningkatan PSE partisipan dalam pelatihan *smart parenting* ini. Berdasarkan hasil *follow up* pada tugas mandiri menunjukkan bahwa seluruh partisipan dalam kelompok eksperimen cukup rutin dalam melaksanakan tugas mandiri. Tugas mandiri yang diberikan membantu dalam membentuk interaksi ibu dan anak agar terlibat dalam satu aktivitas berkualitas dan menyenangkan di samping keterbatasan waktu ibu sebagai pekerja. Interaksi nyata antara ibu dan anak menjadi salah satu indikator dalam meningkatkan PSE (Gessulat *et al.*, 2023).

Faktor lain yang mungkin memengaruhi keberhasilan program pelatihan *smart parenting* ini adalah karakteristik *trainer*. Karakteristik *trainer* yang tepat mampu mengimprovisasikan hasil belajar dan memengaruhi efektivitas pelatihan (Glerum *et al.*,

2021). *Trainer* dalam penelitian ini adalah Novita Maulidya Djalal, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang merupakan seorang psikolog pendidikan dan Tri Sugiarti. S.Psi., M.Pd. yang merupakan praktisi anak usia dini. Dalam hal ini, adanya kepercayaan partisipan terhadap *trainer* dikarenakan pengalaman akademis dan pengalaman pekerjaan, serta pengalaman praktik pengasuhan yang dimiliki oleh *trainer*.

Adapun yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini adalah jumlah partisipan yang sedikit. Azwar (2017) mengemukakan bahwa dalam studi eksperimen kuasi jumlah $n=20$ dirasa cukup (10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol). Namun penelitian ini masih belum sampai pada jumlah minimal, jumlah partisipan hanya 14 orang yaitu 7 orang kelompok eksperimen dan 7 orang kelompok kontrol. Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah tidak dilaksanakannya kegiatan *role play* dikarenakan metode pelatihan yang dilaksanakan secara daring. Kekurangan lain dari pelaksanaan pelatihan secara daring ini adalah setiap partisipan dengan *trainer* tidak dapat bertatap muka langsung, dan jalannya pelatihan tidak dapat diselingi dengan kegiatan hiburan seperti *ice breaking*.

Kesimpulan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa pelatihan *smart parenting* berpengaruh terhadap peningkatan *Parental Self-Efficacy* (PSE) pada ibu bekerja yang memiliki anak batita. Terdapat perbedaan hasil akhir PSE pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Diketahui terjadi peningkatan PSE pada partisipan kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan pelatihan *smart parenting*, sedangkan pada partisipan kelompok kontrol tidak terjadi peningkatan PSE.

Selain itu, partisipan juga diberikan tes pengetahuan terkait pengasuhan untuk mengetahui apakah perubahan yang dialami oleh partisipan adalah benar-benar dikarenakan oleh peningkatan pengetahuan terkait pengasuhan dalam pelatihan *smart parenting* berbasis *e-Learning* ini. Hasil analisis data menunjukkan bahwa partisipan pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pelatihan, sedangkan partisipan pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Hal ini berarti bahwa peningkatan PSE benar-benar disebabkan oleh pemberian pelatihan *smart parenting* berbasis *e-Learning* melalui meningkatnya pengetahuan mengenai pengasuhan.

Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan tersebut, peneliti mengajukan beberapa saran penelitian bagi beberapa pihak. Bagi ibu bekerja, diharapkan untuk terus mengedukasi diri dengan

mengikuti berbagai program pendidikan pengasuhan seperti pelatihan *smart parenting*, dan banyak membaca literatur yang relevan terkait pengasuhan agar dapat memberikan pengasuhan yang baik dan optimal terhadap anak meskipun bekerja di luar rumah. Terutama untuk ibu bekerja yang menjadi partisipan dalam penelitian ini, diharapkan terus menerapkan ilmu yang didapatkan dari pelatihan *smart parenting* agar dapat meningkatkan *parental self-efficacy* secara kontinu.

Bagi praktisi perkembangan dewasa dan psikolog, pelatihan *smart parenting* dalam penelitian ini dapat dijadikan program edukasi dan intervensi terkait upaya promotif peningkatan *parental self-efficacy* pada masyarakat sekitar terutama ibu bekerja. Pelatihan *smart parenting* ini mudah dipahami, sehingga mudah untuk diberikan pula pada masyarakat awam. Dan alangkah lebih baik melaksanakan pelatihan secara langsung dengan rangkaian hiburan yang menyenangkan.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema serupa boleh tetap melaksanakan program secara daring dengan mempertimbangkan jumlah partisipan yang lebih banyak. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti efektivitas pelatihan *smart parenting* dengan menambahkan sesi *follow-up* setelah dua minggu pasca pelatihan untuk mengetahui efek jangka panjang dari intervensi tersebut. Peneliti selanjutnya dapat pula melanjutkan penelitian ini terhadap orang tua tunggal yang berpenghasilan rendah, dan juga pada orang tua yang memiliki anak autisme.

Pernyataan

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Pendanaan

Penelitian ini dilakukan secara mandiri dan tidak mendapatkan bantuan dari pihak manapun.

Kontribusi Penulis

MAI memberikan kontribusi dalam penelitian ini dari penulisan, pengambilan data, hingga analisis. EMPD dan DNS memberikan supervisi sejak proses awal penulisan dan memberikan tinjauan akhir untuk naskah penulisan.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa tidak terdapat isu konflik kepentingan yang ada dalam pembuatan naskah ini.

Orcid ID

Mirna Ayu Irpadila <https://orcid.org/0009-0002-8121-5267>

Daftar Pustaka

- Abarashi, Z., Tahmassian, K., Mazaheri, M. A., Panaghi, L., & Mansoori, N. (2014). Parental self-efficacy as a determining factor in healthy mother-child interaction: a pilot study in Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 8(1), 19–25. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
- Albanese, A. M., Russo, G. R., & Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child: Care, Health and Development*, 45(3), 333–363. <https://doi.org/10.1111/cch.12661>
- Amin, N. A. L., Tam, W. W., & Shorey, S. (2018). Enhancing first-time parents' self-efficacy: A systematic review and meta-analysis of universal parent education interventions' efficacy. *International Journal of Nursing Studies*, 82, 149–162.
- Antawati, D. I., & Murdiyani, H. (2013). Dinamika psikologis pembentukan parenting self-efficacy pada orangtua penyandang tunarungu yang memiliki anak berpendengaran normal. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 4(1), 31. <https://doi.org/10.26740/jppt.v4n1.p31-47>
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (Edisi II). Pustaka Pelajar.
- Bahorski, J. S., Childs, G. D., Loan, L. A., Azuero, A., Rice, M. H., Chandler-Laney, P. C., & Bentley, M. E. (2020). Parental self-efficacy in new mothers predicts infant growth trajectories. *Western Journal of Nursing Research*, 42(4), 254–261.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Borelli, J. L., Nelson, S. K., River, L. M., Birken, S. A., & Moss-Racusin, C. (2017). Gender differences in work-family guilt in parents of young children. *Sex Roles*, 74(3), 97–180. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0579-0>
- Crouter, A. C., & McHale, S. (2005). The long arm of the job revisited: Parenting in dual earner families. In T. Luster & L. Okagaki (Eds.), *Parenting: An Ecological Perspective: Second Edition*. Lawrence Erlbaum Associates. <https://doi.org/10.4324/9781410613394>
- Ekaningtyas, N. L. D. (2019). Parenting education guna meningkatkan parenting self-efficacy pada orang tua dari anak dengan gangguan autisme. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 30–39. <https://www.ejournal.ihtn.ac.id/index.php/PW/issue/archive>
- Fang, Y., Boelens, M., Windhorst, D. A., Raat, H., & van Grieken, A. (2021). Factors associated with parenting self-efficacy: A systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 77(6), 2641–2661.
- Gessulat, J., Oppermann, E., Cohen, F., & Anders, Y. (2023). Parental self-efficacy in relation to family characteristics. *Journal of Early Childhood Research*, 0(0).
- Glatz, T., & Buchanan, C. M. (2023). Trends in parental self-efficacy between 1999 and 2014. *Journal of Family Studies*, 29(1), 205–220.
- Glatz, T., & Trifan, T. A. (2019). Examination of parental self-efficacy and their beliefs about the outcomes of their parenting practices. *Journal of Family Issues*, 40(10), 1321–1345.
- Glerum, D. R., Joseph, D. L., McKenny, A. F., & Fritzsche, B. A. (2021). The trainer matters: Cross-classified models of trainee reactions. *Journal of Applied Psychology*, 106(2), 281.
- Handayani, A., Afiatin, T., & Adiaty, M. G. (2015). Studi eksplorasi makna keseimbangan kerja-keluarga pada ibu bekerja. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 2003, 978–979.

- Hayati, F., & Febriani, A. (2019). Menjawab tantangan pengasuhan ibu bekerja: Validasi modul "*smart parenting*" untuk meningkatkan *parental self-efficacy*. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.48582>
- Kim, S., & Kochanska, G. (2019). Evidence for childhood origins of conscientiousness: Testing a developmental path from toddler age to adolescence. *Developmental Psychology*, 55(1), 196.
- Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick, J. D. (2006). *Evaluating training programs: The four Levels* (3rd ed.). Berrett-Koehler Publishers.
- Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2017). Experiential learning theory as a guide for experiential educators in higher education. *ELTHE: A Journal for Engaged Educators*, 1(1), 7–45. <https://nsuworks.nova.edu/elthe/vol1/iss1/7>
- Korabik, K. (2015). The intersection of gender and work-family guilt. In M. J. Mills (Ed.), *Gender and the Work-Family Experience: An Intersection of Two Domains*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08891-4_8
- Lubis, N. Y., & Hildayani, R. (2015). Hubungan antara *parenting self-efficacy* dan interaksi ibu anak batita pada ibu dari keluarga miskin (Thesis Summary). <http://lontar.ui.ac.id>
- Maclean, E. I., Andrew, B., & Eivers, A. (2021). The motherload: Predicting experiences of work-interfering-with-family guilt in working mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 30, 169–181.
- Nirwana, A. B. (2011). *Psikologi bayi, balita, dan anak*. Nuha Medika.
- Noe, R. A. (2017). *Employee training and development* (7th ed.). McGraw-Hill Education.
- Oktavianto, E., Lesmana, T. W. I., Timiyatun, E., & Badi'ah, A. (2019). Pelatihan bermain pada pengasuh meningkatkan parenting self-efficacy. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(1), 523. <https://doi.org/10.35842/jkry.v6i1.294>
- Rahmawati, R. A., & Ratnaningsih, I. Z. (2018). Hubungan antara *parenting self-efficacy* dan konflik pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja yang memiliki anak usia Sekolah Dasar di PT. "X" Cirebon. *Jurnal Empati*, 7(2), 174–181.
- Santrock, J. W. (2014). *Child development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Scannell, C. (2020). *Parental self-efficacy and parenting through adversity*. In *Parenting-studies by an ecocultural and transactional perspective*. IntechOpen.
- Seo, J. H., & Kim, H. K. (2022). What is the burnout of mothers with infants and toddlers during the COVID-19 pandemic? in relation to parenting stress, depression, and parenting efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4291.
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Houghton Mifflin Company.
- Sigelman, C. K., & Rider, E. A. (2018). *Life-span human development* (9th ed.). Cengage Learning.
- Singh, L. K. (2019). Impact of working mothers on their children's development. *Innovation The Research Concept*, 3(3), 18–21.
- Van Rijen, E. H. M., Gasanova, N., M., B. A., & Huijding, J. (2014). Psychometric qualities of the short form of the self-efficacy for parenting tasks index-toddler scale. *Child Psychiatry and Human Development*, 45(4), 443–455. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0414-6>

- Wang, Q., Zhang, Y., Li, X., Ye, Z., Huang, L., Zhang, Y., & Zheng, X. (2021). Exploring maternal self-efficacy of first-time mothers among rural-to-urban floating women: A quantitative longitudinal study in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(6), 2793.
- Wilde, N., & Hsu, A. (2019). The influence of general self-efficacy on the interpretation of vicarious experience information within online learning. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, *16*(1), 1–20.