

## **Peran *Parent-Child Attachment* dalam Meningkatkan Resiliensi Anak Usia Sekolah Dasar**

**Myrna Apriany Lestari<sup>1</sup>, Eli Hermawati<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Kuningan, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Myrna Apriany Lestari

**E-mail:** [myrna@uniku.ac.id](mailto:myrna@uniku.ac.id)

### **Abstrak**

Resiliensi merupakan kompetensi individu untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit, untuk bertahan dan bangkit dari berbagai tantangan kehidupan dapat menjadi sumber stres dan trauma. Resiliensi ini menjadi kompetensi penting bagi setiap individu namun dia tidak dapat berkembang dengan sendirinya melainkan harus dikembangkan melalui latihan sejak dini. Usia sekolah dasar menjadi usia yang krusial karena individu mulai dihadapkan pada berbagai tuntutan perkembangan baik akademik, sosial, maupun emosional. Teori dan hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap resiliensi individu adalah pola asuh otoritatif dan hubungan emosional yang kuat antara orang tua dan anak (*parent-child attachment*). Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan resiliensi anak usia sekolah dasar melalui penguatan *parent-child attachment*. Program dilaksanakan dalam bentuk pelatihan dan pendampingan kepada orang tua dan guru di lingkungan sekolah dasar, dengan fokus pada strategi membangun hubungan yang positif, komunikasi yang efektif, serta pemahaman kebutuhan emosional anak. Metode yang digunakan meliputi seminar dan lokakarya interaktif sebagai sesi pertama. Simulasi kasus dan pemberian modul pendampingan praktik di rumah akan diberikan di sesi selanjutnya. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua mengenai pentingnya *parent-child attachment*. Kegiatan ini menegaskan bahwa penguatan *parent-child attachment* dapat menjadi strategi efektif dalam membangun resiliensi anak usia sekolah dasar, sekaligus mendukung perkembangan mereka secara holistik. Diharapkan, program ini dapat diimplementasikan secara berkelanjutan dengan dukungan sekolah dan komunitas setempat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung ketahanan anak secara optimal.

**Kata kunci** – resiliensi siswa SD, *parent-child attachment*, orang tua dan guru.

### **Abstract**

Resilience is an individual's competence to adapt and remain resilient in difficult situations, to survive and rise above the challenges of life that can be a source of stress and trauma. Resilience is an important competency for every individual but it cannot develop by itself but must be developed through early training. Elementary school age is a crucial age because individuals begin to be faced with various developmental demands both academically, socially, and emotionally. Theory and research results show that one of the main factors contributing to individual resilience is authoritative parenting and a strong emotional connection between parents and children (*parent-child attachment*). This service activity aims to improve the resilience ability of elementary school-age children through strengthening *parent-child attachment*. The program is carried out in the form of training and mentoring for parents and teachers in the elementary school environment, with a focus on strategies for building positive relationships, effective communication, and understanding children's emotional needs. The methods used include interactive seminars and workshops as the first session. Case simulation and home practice assistance module will be provided in the next session. The results of this activity show an increase in parents' understanding of the importance of *parent-child attachment*. This activity confirms that strengthening *parent-child attachment* can be an effective strategy in building the resilience of elementary school-age children, while supporting their holistic

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

development. It is hoped that this program can be implemented in a sustainable manner with the support of schools and local communities to create an environment that supports children's resilience optimally.

**Keywords** - resilience of elementary students, parent-child attachment, parents and teachers.

## PENDAHULUAN

Resiliensi, atau kemampuan untuk menghadapi, beradaptasi, dan bangkit dari tantangan kehidupan, merupakan keterampilan penting yang perlu dimiliki oleh anak sejak usia dini. Pada anak usia sekolah dasar, resiliensi berperan penting dalam membantu mereka mengatasi tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat muncul seiring dengan perkembangan mereka. Namun, tidak semua anak memiliki kemampuan resiliensi yang optimal, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis serta keberhasilan mereka dalam jangka panjang.

Salah satu faktor kunci yang memengaruhi resiliensi anak adalah hubungan emosional yang terjalin antara orang tua dan anak, yang dikenal sebagai *parent-child attachment*. Hubungan ini berfungsi sebagai fondasi penting dalam perkembangan emosional anak, karena memberikan rasa aman, dukungan, dan kepercayaan diri yang dibutuhkan untuk menghadapi berbagai tantangan. Anak-anak yang memiliki *secure attachment* yang kuat dengan orang tua cenderung lebih mampu mengelola emosi, beradaptasi dengan perubahan, dan menunjukkan sikap optimis dalam menghadapi masalah. Sebaliknya, anak-anak yang kurang mendapatkan dukungan emosional dari orang tua sering kali lebih rentan terhadap stres dan kesulitan (Buchheim et al., 2022) (Gupta, 2023) (Godor et al., 2024).

Di tingkat sekolah dasar, anak mulai mengeksplorasi lingkungan sosial yang lebih luas, peran orang tua sebagai pendukung utama dalam membangun resiliensi semakin krusial. Sayangnya, tidak semua orang tua menyadari pentingnya *parent-child attachment* atau memiliki keterampilan yang memadai untuk membangun *secure attachment* dengan anak. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman ini sering kali menjadi hambatan dalam upaya mengembangkan keterampilan resiliensi anak.

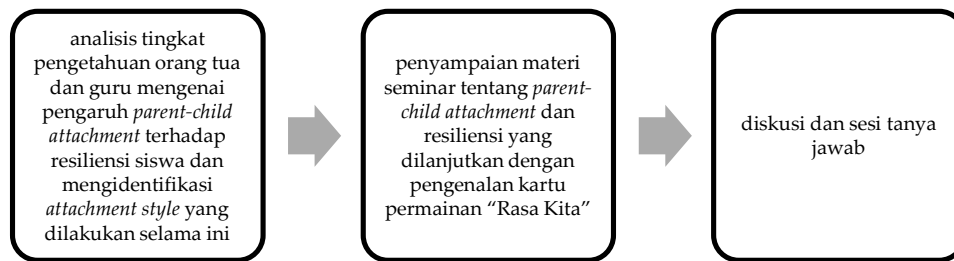
Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya *parent-child attachment*, yaitu pola asuh yang tidak responsif (kurangnya kehadiran orang tua dan guru secara emosional, gaya pengasuhan yang cenderung permisif); kurangnya keterlibatan orang tua dalam interaksi sehari-hari (minimnya waktu berkualitas dan penggunaan gadget berlebihan); masalah psikologis dan emosional (stres dan depresi pada orang tua dan guru, *innerchild* yang belum tuntas); faktor sosial dan lingkungan (kestabilan ekonomi dan kurangnya dukungan sosial); konflik dalam keluarga (pertengkaran orang tua dan perceraian); kebutuhan khusus pada anak (gangguan perkembangan dan kesehatan); kurangnya pemahaman tentang pentingnya *parent-child attachment* (kurangnya pengetahuan tentang pentingnya *parent-child attachment* dan cara membangun hubungan yang sehat); budaya dan nilai-nilai sosial (dalam beberapa budaya, menunjukkan kasih sayang secara eksplisit dianggap kurang penting sehingga mengurangi kedekatan emosional antara orang tua dan anak) (Datani, 2016) (Reck & Herpertz, 2016) (Seifert M, 2016) (Puspasari et al., 2024).

Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memberikan solusi atas permasalahan tersebut melalui seminar interaktif dan simulasi permainan kartu "Rasa Kita" pada sesi kesatu serta pemberian modul dan pendampingan kepada orang tua dan guru pada sesi kedua. Fokus utama program ini adalah meningkatkan kesadaran dan kemampuan orang tua dan guru dalam membangun *parent-child attachment* terutama *secure attachment* dalam mengembangkan resiliensi anak. Dengan pendekatan yang komprehensif, program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi anak usia sekolah dasar dan meningkatkan *secure attachment* pada *parent-child attachment* di dalam hubungan orang tua dan anak, serta guru dan siswa.

## METODE

Pengabdian ini dilaksanakan di SDIT Darul Amanah dan diikuti oleh guru-guru dan orang tua siswa sebanyak 41 orang, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan bertepatan dengan rapat awal tahun

ajaran pada tanggal 28 September 2024. Metode yang digunakan adalah seminar interaktif. Kegiatan seminar ini dimulai dengan melakukan analisis tingkat pengetahuan orang tua dan guru mengenai pengaruh *parent-child attachment* terhadap resiliensi siswa dan mengidentifikasi *attachment style* yang dilakukan selama ini dengan cara meminta peserta mengisi kuesioner. Tahap berikutnya adalah penyampaian materi seminar tentang *parent-child attachment* dan resiliensi yang dilanjutkan dengan pengenalan kartu permainan "Rasa Kita". Pada tahap akhir dilakukan diskusi dan sesi tanya jawab dengan peserta.



Gambar 1.  
Tahapan Kegiatan Pengabdian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil identifikasi awal mengenai pengetahuan orang tua dan guru mengenai *parent-child attachment* menunjukkan 72,1% orang tua dan guru pernah mendengar istilah *parent-child attachment* dan 27,9% orang tua dan guru belum pernah mendengar istilah tersebut. 58,1% orang tua dan guru mendengar istilah tersebut dari media sosial, 11,6% mengenal istilah tersebut dari membaca artikel, dan 27,9% mengetahui istilah tersebut dari sumber lain. 66,7% orang tua dan guru bahkan sudah mengetahui bahwa jika *parent-child attachment* termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi pada anak, sedangkan 33,3% lainnya belum mengetahui hal tersebut. Ketika ditanya apakah orang tua dan guru perlu memperoleh informasi mengenai *parent-child attachment* 100% menjawab membutuhkan informasi tersebut dan bersedia untuk mengikuti seminar dan pelatihan mengenai pengembangan keterampilan orang tua dan guru dalam membangun *attachment* dengan anak.

Berdasarkan hasil pengisian PCASQ (Parent-Child Attachment Style Questionnaire) menunjukkan bahwa 41.86% memiliki *disorganized attachment style*, 25.58% memiliki *avoidant attachment style*, 23.26% memiliki *secure attachment style*, dan 9.30% *ambivalent attachment style*. Hal ini dipengaruhi oleh pemahaman orang tua dan guru yang belum lengkap mengenai *parent-child attachment* dan pengetahuan orang tua tentang bagaimana cara menerapkan *secure attachment style* yang mampu meningkatkan resiliensi anak.

PARENT-CHILD ATTACHMENT STYLE QUESTIONNAIRE (PCASQ)

4. Petunjuk:

- Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan cermat. Berikan tanda (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan pengalaman atau perasaan Anda terhadap anak Anda.
- Kuesioner ini bersifat rahasia, tidak ada jawaban benar atau salah didalamnya serta tidak akan mempengaruhi penilaian terhadap apapun sehingga Anda bisa dengan leluasa memilih jawaban yang paling sesuai dengan pengalaman atau perasaan yang Anda rasakan terhadap anak Anda.

4. Skala penulisan:

- 1 = Tidak benar
- 2 = Kadang-kadang
- 3 = Cukup benar
- 4 = Biasanya benar
- 5 = Sangat benar

PARENT-CHILD ATTACHMENT STYLE QUESTIONNAIRE (PCASQ)

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya segera merespons ketika anak saya membutuhkan bantuan					
2	Saya memberi perhatian penuh dan tidak menaruhkani ketika anak saya sedang cerita					
3	Saya berupaya menjadi tempat kenyamanan bagi anak saya ketika ia merasa sedih					
4	Anak saya merasa senang untuk datang kepada saya ketika ia memiliki masalah					
5	Anak saya percaya bahwa saya akan selalu ada untuknya saat ia membutuhkan					
6	Saya sering merasa sulit untuk memahami kebutuhan emosional anak					
7	Saya cenderung menasihati anak saya menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa banyak campur tangan					
8	Saya jarang mengungkapkan perasaan kasih sayang secara langsung kepada anak saya					
9	Saya cenderung menilai bahwa terlalu banyak perhatian dapat membuat anak saya menjadi manja					
10	Anak saya jarang melihat saya menunjukkan emosi yang kuat, baik positif maupun negatif					
11	Saya merasa takut jika anak saya kehilangan rasa sayangnya kepada saya					
12	Saya sering merasa bahwa anak saya akan menjauh jika saya tidak cukup terlibat dalam kehidupannya					
13	Saya merasa kecewa jika anak saya tidak menunjukkan kasih sayang yang saya harapkan					
14	Saya merasa cemas jika anak saya menghabiskan terlalu banyak waktu jauh dari saya					
15	Saya sering merasa kesulitan untuk percaya bahwa anak saya dapat menjaga dirinya dan menyelesaikan masalahnya sendiri					
16	Saya merasa sulit mempertahankan konsistensi dalam cara saya mendidik dan membesarkan anak					
17	Saya kadang-kadang merasa bingung bagaimana merespons kebutuhan anak saya					
18	Saya merasa cemas ketika anak saya terlalu bergantung, tetapi juga merasa tidak nyaman ketika ia mandiri					
19	Saya pernah merasa takut bahwa saya tidak cukup baik sebagai orangtua					
20	Saya merasa pengalaman masa lalu saya mempengaruhi cara saya berinteraksi dengan anak					

Gambar 2. Parent-Child Attachment Style Questionnaire (PCASQ)



Gambar 3. Pemaparan Sesi Seminar dan Diskusi



Gambar 4. Kartu Permainan "Rasa Kita"

Kartu permainan "Rasa Kita" diperkenalkan sebagai alat bantu untuk meningkatkan interaksi positif antara orang tua dan anak. Peserta memberikan tanggapan positif terhadap penggunaannya,

dengan 90% peserta menyatakan bahwa kartu ini dapat membantu mereka memahami perasaan anak dan memperkuat hubungan emosional.

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan interaktif, seperti seminar dan pengenalan alat praktis, efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang pentingnya *parent-child attachment*. Penemuan ini sejalan dengan teori attachment Bowlby, yang menekankan bahwa hubungan emosional yang kuat antara orang tua dan anak membangun fondasi untuk pengembangan resiliensi. Seminar interaktif memberikan ruang bagi peserta untuk berdiskusi dan berbagi pengalaman, yang meningkatkan kesadaran mereka tentang pengaruh *attachment style* terhadap anak. Pemaparan materi yang disertai dengan contoh konkret membuat peserta lebih mudah memahami konsep *attachment* dan resiliensi.

Kartu permainan "Rasa Kita" menjadi media yang efektif untuk mendorong komunikasi emosional antara orang tua dan anak. Alat ini juga memungkinkan guru untuk mendukung hubungan positif antara siswa dan orang tua, sehingga menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pengembangan resiliensi. Pengabdian ini menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, orang tua dan guru dapat meningkatkan kualitas hubungan dengan anak, yang pada akhirnya berkontribusi pada pengembangan resiliensi anak usia sekolah dasar.

## KESIMPULAN

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pemahaman dan *penerapan parent-child attachment* berperan penting dalam meningkatkan resiliensi anak usia sekolah dasar. Meskipun sebagian besar orang tua dan guru sudah mengenal istilah *parent-child attachment*, banyak yang belum sepenuhnya memahami konsep tersebut dan cara penerapannya untuk mendukung perkembangan anak. Hasil identifikasi menunjukkan adanya variasi *attachment style*, dengan sebagian besar responden memiliki gaya *disorganized attachment*, yang menunjukkan perlunya intervensi lebih lanjut.

Pengenalan kartu permainan "Rasa Kita" dapat menjadi salah satu media yang efektif dalam mendorong komunikasi emosional dan memperkuat hubungan antara orang tua dan anak. Alat ini juga membantu guru dalam mendukung hubungan positif antara siswa dan orang tua. Seminar interaktif dan pengenalan alat praktis memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman peserta, sesuai dengan teori attachment Bowlby yang menegaskan pentingnya hubungan emosional yang kuat untuk pengembangan resiliensi anak. Dengan pendekatan yang interaktif dan media yang mendukung, pengabdian ini berhasil meningkatkan kesadaran dan keterampilan peserta dalam membangun *secure attachment*, yang pada akhirnya memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan resiliensi anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada LPPM dan Universitas Kuningan atas dukungannya terhadap kegiatan pengabdian masyarakat. Terima kasih kepada mitra kami yaitu Kepala Sekolah bersama dewan guru dan Komite Orang Tua SDIT Darul Amanah atas partisipasi dan kerjasamanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Buchheim, A., Ziegenhain, U., Kindler, H., Waller, C., Gündel, H., Karabatsiakakis, A., & Fegert, J. (2022). Identifying Risk and Resilience Factors in the Intergenerational Cycle of Maltreatment: Results From the TRANS-GEN Study Investigating the Effects of Maternal Attachment and Social Support on Child Attachment and Cardiovascular Stress Physiology. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16(July), 1–22. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.890262>

- Datani, M. (2016). Psychological attachment: An issue of due concern in parenting. *IRA International Journal of Education and Multidisciplinary Studies (ISSN 2455-2526)*, 2(2), 8–10. <https://doi.org/10.21013/jems.v2.n2.p2>
- Godor, B. P., van der Horst, F. C. P., & Van der Hallen, R. (2024). Unravelling the Roots of Emotional Development: Examining the Relationships Between Attachment, Resilience and Coping in Young Adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 44(4), 429–457. <https://doi.org/10.1177/02724316231181876>
- Gupta, S. M. (2023). Building Strong Foundations: Strategies for Enhancing Resilience in Children. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 46(3), 22–28. <https://doi.org/10.9734/ajess/2023/v46i31003>
- Puspasari, J., Larasati, L., & Winarti, R. (2024). Family Support Affect Bonding Attachment of Baby and Adolescent Mother. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(2), 230. <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v6i2.10795>
- Reck, C., & Herpertz, S. C. (2016). Parental Bonding and Dyadic Interaction: Source of Mental Health and Risk of Psychopathology. *Psychopathology*, 49(4), 199–200. <https://doi.org/10.1159/000448746>
- Seifert M, K. (2016). Attachment and the Development of Relationship Skills. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 5(2), 1–8. <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2016.05.00281>