

Dinie Ratri Desiningrum  
Darosy Endah Hyoscyamina  
Farah Nisa Miranti

# PENGASUHAN POSITIF



# **PENGASUHAN POSITIF**



# PENGASUHAN POSITIF

Dinie Ratri Desiningrum  
Darosy Endah Hyoscyamina  
Farah Nisa Miranti

# PENGASUHAN POSITIF

*Penulis: Dinie Ratri Desiningrum, Darosy Endah Hyoscyamina,  
Farah Nisa Miranti*

*Hak Cipta © 2023 pada penulis  
Edisi Pertama: Cetakan I ~ 2023*

*Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, secara elektronis maupun mekanis, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya, tanpa izin tertulis dari penerbit.*

## **Data Buku:**

Format : 17 x 24 cm  
Halaman : xvi + 204 halaman  
Isi : HVS 70 gram  
Cover : Ivory 260 gram  
Finishing : Perfect Binding  
ISBN : 978-602-5875-24-3



**Buku Cetak Kertas Bisa di peroleh di sini**



**Buku ini tersedia sumber elektronisnya**

## **Diterbitkan Oleh:**

 **psikosain**

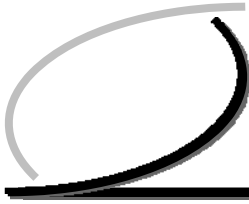
Ruko Jambusari No. 7A Yogyakarta 55283

Telp. : 0274-882262

Web. : [www.grahailmu.id](http://www.grahailmu.id)

Email : [info.psykosain@grahailmu.co.id](mailto:info.psykosain@grahailmu.co.id)

Psikosain adalah imprint dari CV. Graha Ilmu dengan nomor Keanggotaan IKAPI 016/DIY/01



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh*  
*Bismillahirrahmanirrahim*

**A**lhamdulillahi Rabbil 'Aalamin, puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahuwata'ala, berkat rahmat dan pertolongan-Nya, maka buku *parenting* positif ini akhirnya bisa diterbitkan. Salam dan shalawat penulis haturkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad Sulallahu Alaihi Wassalam, beserta keluarganya, para sahabat dan seluruh umatnya hingga akhir jaman, semoga kita semua menjadi umatnya yang bisa mendapatkan syafaat beliau, aamiin.

Anak adalah titipan luar biasa dari Allah Subhanahuwata'ala. Anak bisa menjadi sumber pahala, sumber kebahagiaan bahkan *naudzubillah*, anak juga bisa menjadi sumber masalah, itu semua tergantung dari bagaimana orangtua menyikapi keberadaan anak dan menerapkan pengasuhan yang positif.

Menjadi orangtua tidak ada sekolahnya, namun kini sebenarnya cukup banyak sarana meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam *parenting* atau pengasuhan. Termasuk membaca buku-buku terkait dengan *parenting*. Salah satunya adalah buku ini. Kami mencoba untuk menyajikan berbagai alternatif pengasuhan positif, yang berpedoman kepada tercapainya perkembangan optimal anak, kesehatan dan

kesejahteraan keluarga, dan memperoleh keberkahan dalam proses pengasuhan.

Kita menyadari bahwa pengasuhan sangatlah kaya akan dinamika. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi pengasuhan, diantaranya adalah kepribadian orangtua dan anak yang unik, Pendidikan dan kondisi ekonomi keluarga serta beban pekerjaan. Belum lagi situasi pandemi dan kemajuan ilmu pengetahuan serta teknologi termasuk keberadaan internet, keseluruhan kondisi ini mempengaruhi proses pengasuhan.

Buku pengasuhan positif ini mencoba menyajikan alternatif-alternatif solusi yang diharapkan dapat menambah wawasan di dalam menerapkan pengasuhan positif dari para orangtua di Indonesia. Orangtua mengajarkan anak tentang kehidupan, dan begitu pula orangtua belajar dari anak tentang kehidupan. Gaya hidup yang diajarkan oleh orang tua juga akan ditiru oleh anak, sehingga orang tua harus benar-benar menjaga seorang anak serta melindungi anak dari tindakan yang akan merugikan diri mereka sendiri. Orangtua bisa menerapkan pendisiplinan pada anak, dengan gaya pengasuhan yang berbeda. Belum lagi adanya keluarga besar yang bisa menjadi pendukung atau penghambat pengasuhan positif.

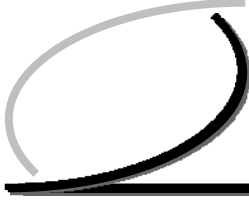
Buku ini merupakan karya sederhana kami sebagai ibu dan calon ibu, dengan tujuan secara umum yaitu ingin sedikit memiliki peran dalam meningkatkan pengasuhan positif di Indonesia. Secara khusus buku ini kami hadirkan untuk buah hati dan keluarga kami tercinta.

Kami berharap buku ini dapat bermanfaat dan menambah warna pengasuhan di Indonesia.

*Salam keluarga sejahtera, keluarga bahagia....*

Semarang, Agustus 2022

Penulis



## DAFTAR ISI

|                                                        |             |
|--------------------------------------------------------|-------------|
| <b>KATA PENGANTAR</b>                                  | <b>v</b>    |
| <b>DAFTAR ISI</b>                                      | <b>vii</b>  |
| <b>PENDAHULUAN</b>                                     | <b>xiii</b> |
| <b>BAB 1    TEORI-TEORI PENGASUHAN POSITIF</b>         | <b>1</b>    |
| 1.1   Pengantar Pengasuhan Positif                     | 1           |
| 1.2   Prinsip Disiplin                                 | 3           |
| 1.3   Pola Asuh yang Baik                              | 4           |
| 1.4   Peran Pengasuh                                   | 5           |
| 1.5   Pendidikan Pengasuhan                            | 6           |
| 1.6   Prinsip Utama Pengasuhan Positif                 | 7           |
| <b>BAB 2    KETERAMPILAN PENGASUHAN POSITIF</b>        | <b>9</b>    |
| 2.1 <i>Positive Parenting Skills</i>                   | 9           |
| 2.2   Melatih Kejujuran pada Anak                      | 10          |
| 2.3   Perkataan yang Sebaiknya Dihindari oleh Orangtua | 14          |
| 2.4 <i>Parent Training</i> (Pelatihan Orang tua)       | 16          |
| 2.5 <i>Direct Behavior Rating</i>                      | 17          |
| <b>BAB 3    FAMILY RESILIENCE</b>                      | <b>19</b>   |
| 3.1   Definisi <i>Family Resilience</i>                | 19          |
| 3.2 <i>Strengthening Family Resilience</i>             | 20          |
| 3.3 <i>Mindset and Mindsight of Family Resilience</i>  | 24          |

|              |                                                                             |           |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.4          | <i>Connection Parenting</i>                                                 | 25        |
| 3.5          | Permasalahan yang Berkaitan dengan<br><i>Resilience Family</i> di Indonesia | 27        |
| <b>BAB 4</b> | <b>HUBUNGAN ORANGTUA - ANAK</b>                                             | <b>31</b> |
|              | <b>DAN PENGARUHNYA HINGGA USIA REMAJA</b>                                   | <b>31</b> |
| 4.1          | Pengantar                                                                   | 31        |
| 4.2          | <i>Parent Child Relationship</i>                                            | 32        |
| 4.3          | Karakteristik Remaja                                                        | 35        |
| 4.4          | Membangun Pengasuhan Positif                                                | 36        |
| 4.5          | Langkah Membangun Hubungan Orangtua-Anak                                    | 36        |
| 4.6          | Kesimpulan                                                                  | 37        |
| <b>BAB 5</b> | <b>FAKTOR AYAH DALAM PENGASUHAN POSITIF</b>                                 | <b>39</b> |
| 5.1          | Pengantar                                                                   | 39        |
| 5.2          | <i>Co-parenting</i>                                                         | 41        |
| 5.3          | Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterlibatan Ayah                           | 44        |
| 5.4          | Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak                                            | 45        |
| 5.5          | Dimensi-dimensi Peran Ayah                                                  | 46        |
| 5.6          | Manfaat Keterlibatan Pengasuhan Ayah bagi Anak                              | 47        |
| 5.7          | <i>Art of Listening</i>                                                     | 49        |
| 5.8          | <i>Father Communicate Differently</i>                                       | 50        |
| 5.9          | <i>Respectful Discipline</i>                                                | 52        |
| 5.10         | <i>Father Factor of Positive Parenting</i>                                  | 53        |
| 5.11         | <i>Prepare Children for The Real World</i>                                  | 58        |
| 5.12         | Mempersiapkan Anak pada Kasus ' <i>Bullying</i> '                           | 64        |
| 5.13         | <i>Sex and Gender Education</i>                                             | 64        |
| <b>BAB 6</b> | <b>KESEHATAN MENTAL DALAM PENGASUHAN</b>                                    | <b>75</b> |
| 6.1          | Berkomunikasi secara Positif dan Efektif                                    | 75        |
| 6.2          | Memberi Dorongan dan Mendengarkan<br>( <i>Encouraging and Listening</i> )   | 77        |
| 6.3          | <i>Dealing with Conflict</i>                                                | 79        |
| 6.4          | <i>Solving Problem Togetherness</i>                                         | 81        |
| 6.5          | <i>Build Positive Discipline Strategies Together</i>                        | 81        |

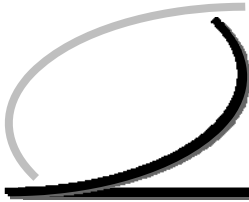
|              |                                                                    |            |
|--------------|--------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>BAB 7</b> | <b>PARENTING ROGRAM (TRIPLE-P)</b>                                 | <b>85</b>  |
| 7.1          | Pengantar <i>Positive Parenting Program</i>                        | 85         |
| 7.2          | Konsep Dasar <i>Triple-P (Parenting Positive Program)</i>          | 86         |
| 7.3          | Aspek-aspek dalam <i>Tripel-P (Positive Parenting Program)</i>     | 88         |
| 7.4          | Level Intervensi dalam <i>Triple-P</i>                             | 90         |
| 7.5          | <i>Triple-P</i> yang Didasari oleh Pendekatan Teori Belajar Sosial | 91         |
| <b>BAB 8</b> | <b>PENGASUHAN POSITIF BAGI ANAK USIA DINI</b>                      | <b>93</b>  |
| 8.1          | Pengertian Pengasuhan                                              | 93         |
| 8.2          | Pengasuhan Positif bagi Anak Usia Dini                             | 94         |
| 8.3          | Memulai Pengasuhan pada Anak                                       | 95         |
| 8.4          | Pengasuhan yang Tepat untuk Anak                                   | 95         |
| 8.5          | Prinsip Pengasuhan untuk Diri Orangtua atau Guru (Internal)        | 96         |
| 8.6          | Prinsip Pengasuhan untuk Pengkondisian Lingkungan (Eksternal)      | 97         |
| 8.7          | Pola Asuh Orangtua Menurut Baumrind                                | 98         |
| 8.8          | Strategi Pengasuhan Positif saat Anak Belajar dari Rumah           | 99         |
| 8.9          | Tips Penerapan Pengasuhan Positif untuk Orangtua                   | 100        |
| 8.10         | Melakukan Pengasuhan                                               | 101        |
| 8.11         | Dampak Pengasuhan yang Keliru                                      | 102        |
| 8.12         | Tips Praktis Pengasuhan Positif untuk Orangtua                     | 104        |
| <b>BAB 9</b> | <b>STRES PENGASUHAN</b>                                            | <b>105</b> |
| 9.1          | Pengantar                                                          | 105        |
| 9.2          | Pengertian Stres Pengasuhan                                        | 106        |
| 9.3          | Penyebab dan Akibat Stres Pengasuhan                               | 106        |
| 9.4          | Aspek-aspek dalam Stres Pengasuhan                                 | 107        |
| 9.5          | <i>The Parent Child Dysfunctional Interaction</i>                  | 109        |
| 9.6          | Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan                   | 110        |
| 9.7          | Dampak Stress Pasca Melahirkan terhadap Pengasuhan                 | 111        |
| 9.8          | Strategi <i>Coping Stress</i>                                      | 116        |

|               |                                                                |            |
|---------------|----------------------------------------------------------------|------------|
| <b>BAB 10</b> | <b>PARENTING ISLAMI</b>                                        | <b>121</b> |
| 10.1          | Pengantar <i>Parenting</i> Islami                              | 121        |
| 10.2          | Membangun Kesholehan Diri (Ayah dan Ibu)                       | 122        |
| 10.3          | Mendidik Anak itu Proses                                       | 123        |
| 10.4          | Pendidikan Anak Diajarkan Sebelum Rahim Ibu Berpenghuni        | 124        |
| 10.5          | ASI (Air Susu Ibu) Eksklusif adalah Hak Anak                   | 125        |
| 10.6          | Empat Tahap Mendidik Anak yang Dicontohkan oleh Rasulullah SAW | 126        |
| 10.7          | Lima Metode Pengasuhan Islami Menurut Abdullah Nashih Ulwan    | 129        |
| 10.8          | Aspek-aspek <i>Parenting</i> Islami                            | 133        |
| <b>BAB 11</b> | <b>TEKNIK DISIPLIN HOLFMAN</b>                                 | <b>141</b> |
| 11.1          | Teknik Penerapan Disiplin                                      | 141        |
| 11.2          | Pengertian Disiplin                                            | 142        |
| 11.3          | Unsur-unsur Disiplin                                           | 142        |
| 11.4          | Pola-pola Disiplin                                             | 146        |
| <b>BAB 12</b> | <b>PENGASUHAN PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS</b>                | <b>149</b> |
| 12.1          | Memahami Anak Berkebutuhan Khusus dan Jenis-jenisnya           | 150        |
| 12.2          | Panduan Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus                   | 153        |
| 12.3          | <i>Compassionate Love</i> dalam Pengasuhan Anak dengan ASD     | 157        |
| <b>BAB 13</b> | <b>HELICOPTER PARENTING</b>                                    | <b>167</b> |
| 13.1          | Pengantar                                                      | 167        |
| 13.2          | Penerapan <i>Helicopter Parenting</i>                          | 168        |
| 13.3          | Alasan Orangtua Menerapkan <i>Helicopter Parenting</i>         | 168        |
| 13.4          | Dampak <i>Helicopter Parenting</i> terhadap Anak               | 169        |
| 13.5          | Manfaat <i>Helicopter Parenting</i>                            | 171        |
| 13.6          | Mencegah Orangtua Melakukan Pola Asuh Helikopter               | 171        |

|                       |                                   |            |
|-----------------------|-----------------------------------|------------|
| <b>BAB 14</b>         | <b>EXTENDED FAMILY</b>            | <b>173</b> |
| 14.1                  | Konsep Keluarga                   | 173        |
| 14.2                  | Jenis-jenis Keluarga              | 174        |
| 14.3                  | Fungsi Keluarga                   | 175        |
| <b>BAB 15</b>         | <b>KEPRIBADIAN DAN PENGASUHAN</b> | <b>179</b> |
| 15.1                  | Pengantar                         | 179        |
| 15.2                  | Pengukuran Kepribadian            | 182        |
| 15.3                  | Diskusi                           | 183        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> |                                   | <b>185</b> |

-oo0oo-





## PENDAHULUAN

Orangtua dan pengasuh adalah orang yang memiliki peran untuk merawat dan membesarkan anak. Orang tersebut dapat memiliki hubungan darah, tidak memiliki hubungan darah, wali yang sah secara hukum, maupun tidak secara sah memiliki keterikatan tetapi peduli terhadap anak.

Pendidikan untuk pengasuhan mencakup tentang kemampuan dan pengetahuan yang diperlukan dalam pengasuhan yang baik oleh orangtua atau pengasuh. Pendidikan pengasuhan memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas pengetahuan dan kemampuan orangtua atau pengasuh agar dapat lebih mengoptimalkan lingkungan pengasuhan yang positif.

Pengasuhan positif adalah pengasuhan yang mendukung hubungan sehat antara orangtua dan anak. Orangtua memberi bimbingan supaya anak berada di jalur yang positif sehingga meminimalisir hukuman yang diberikan orangtua kepada anak. Oleh karena itu orang tua sangat penting untuk selalu belajar dalam mengasuh dan perkembangan anaknya.

Anak tidak selamanya menjadi bayi. Mereka akan tumbuh dan berkembang dari bayi, anak-anak, remaja dan dewasa. Dalam bertumbuh dan berkembang seorang anak membutuhkan pemenuhan kebutuhan baik secara fisiologis maupun psikologis. Anak dapat tumbuh dan berkembang

dengan optimal jika pengasuhan yang dilakukan mengacu kepada prinsip-prinsip pengasuhan positif yang sesuai dengan usia dan potensi anak.

Pengasuhan positif di sini adalah pengasuhan yang dilakukan berdasarkan kasih sayang, saling menghargai, pemenuhan dan perlindungan hak anak, terbangunnya hubungan yang hangat, bersahabat dan ramah antara anak dan orangtua, serta menstimulasi tumbuh kembang anak, agar optimal.

Setiap tumbuh kembang anak akan ada karakter berbeda yang muncul. Hal ini dapat membuat orang tua mengalami stres dan konflik. Stres pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orangtua dan interaksi antara orangtua dengan anak.

Hubungan orangtua - anak yang baik membuat orangtua mampu melewati masa-masa sulit, dan menciptakan masa-masa indah. kemampuan keluarga sebagai kesatuan fungsional untuk bangkit kembali dari kesulitan kemudian menjadi lebih kuat, mampu mengambil pelajaran dari kesulitan yang dihadapi dan juga menggunakan kesulitan tersebut sebagai sarana mengembangkan diri dan hubungan dengan orang lain.

Keyakinan dan kepercayaan diri orang tua dalam mengasuh anak haruslah tinggi. Jika tidak orang tua akan terbawa pada pola asuh yang salah. Oleh karenanya orang tua harus memiliki pedoman pengasuhan yang sesuai. Salah satunya pengasuhan dengan pendekatan agama, istilahnya adalah *parenting* Islami. *Parenting* Islami, adalah cara mengatur pola pengasuhan anak, dalam proses tumbuh kembang anak sesuai ajaran Islam dengan dasar Al-Qur'an dan sunah Rasulullah Sallallahualaihi wassalam dengan *Tarbiyah al-Awlad* yang berlandaskan atas prinsip tauhid, keimanan dan akhlak mulia. Orangtua mempunyai tugas dan bertanggung jawab untuk mengajarkan kepada anak-anaknya tentang aqidah, pendidikan akhlak, pendidikan jasmani, pendidikan nalar, dan pendidikan untuk bertanggung jawab di masyarakat.

Dalam Pengasuhan memerlukan dukungan keluarga yang baik. Keluarga sebagai perkumpulan dua atau lebih dari dua individu yang

tergabung karena hubungan darah, hubungan perkawinan atau pengangkatan dan mereka hidup dalam suatu rumah tangga, berinteraksi satu sama lain dan di dalam peranannya masing-masing dan menciptakan serta mempertahankan suatu kebudayaan (Angell & Solomon, 2014). Biasanya orang tua akan mewariskan pola pengasuhan yang didapatnya dulu. Tidak jarang ditemui dalam satu rumah, terdiri dari banyak keluarga inti, termasuk kakek nenek yang pastinya akan mempengaruhi pola pengasuhan pada anak. Hal ini dapat menimbulkan konflik karena perbedaan pola asuh keluarga besar.

Hubungan yang terjalin antara anak dengan orangtua sangat ditentukan oleh sikap orangtua dalam mengasuh anak, proses pengasuhan yang dilakukan orangtua pada anak dan apa yang ditanamkan orangtua kepada anak sejak dini (Karaer & Akdemir, 2019). Hubungan positif dengan orangtua mereka sendiri dan dengan satu sama lain memungkinkan orangtua untuk menjadi orangtua yang lebih mencintai dan efektif dalam pengasuhan. Komunikasi positif dan efektif dalam pengasuhan positif dapat tercapai apabila orangtua memiliki hubungan yang positif pula. Keluarga juga merupakan lingkungan yang sangat mempengaruhi pembentukan kepribadian anak, sehingga dalam mengasuh anak memerlukan pengasuhan yang positif yaitu adanya hubungan yang baik antara anak dan orangtua.

-oo0oo-



# **BAB 1**

## **TEORI-TEORI**

### **PENGASUHAN POSITIF**

# **BAB 1**

## **PENGANTAR PENGASUHAN POSITIF**

### **A. Pengantar Pengasuhan Positif**

Menurut (Farzand et al., 2017), keluarga merupakan sebuah tim. Dalam sebuah tim setiap orang memiliki peran dan kontribusi masing-masing. Setiap tim akan berhasil ketika tim tersebut melaksanakan tanggungjawab dan menerima haknya.

Menurut (Danzig et al., 2015), orangtua mengajarkan anak tentang kehidupan, dan begitu pula orangtua belajar dari anak tentang kehidupan. Setiap interaksi yang dilakukan oleh orangtua kepada anak adalah suatu pembelajaran, orangtua merupakan role model bagi anak. Tugas orang tua adalah mempersiapkan anak untuk tumbuh dan berkembang. Gaya hidup yang diajarkan oleh orang tua juga akan ditiru oleh anak, sehingga orang tua harus benar-benar menjaga seorang anak serta melindungi anak dari tindakan yang akan merugikan diri mereka sendiri.

Konsekuensi dibagi menjadi 2 jenis, yaitu :

1. Konsekuensi Alamiah adalah konsekuensi yang berakibat langsung dari peristiwa alami. Contohnya : ketika anak tidak ingin makan, dia akan merasa lapar.
2. Konsekuensi Logis adalah konsekuensi yang terjadi ketika ada campur tangan manusia lain dalam memberikan konsekuensi. Konsekuensi logis dibagi menjadi 3 subbagian, antara lain:
  - a. Konsekuensi relevan dilakukan agar anak melakukan perilaku yang diharapkan. Contohnya: ketika anak tidak mau mengerjakan tugas, orangtua memberikan hukuman anak untuk mengerjakan tugas yang sama beberapa kali.
  - b. Konsekuensi berkait berhubungan erat dengan perilaku dan persoalan yang ada. Contohnya : ketika anak tidak mau mengerjakan tugas, orangtua menghukum dengan cara diakhir pekan anak harus tetap belajar.
  - c. Konsekuensi signifikan diberikan untuk menarik perhatian anak tapi tak berusaha untuk membuat anak melakukan perilaku yang diharapkan dan tidak sesuai dengan

persoalan. Terkadang pada konsekuensi signifikan orangtua menggunakan cara kekerasan.

Perlu diketahui, bahwa masa *golden age* terjadi pada usia 0-7 tahun. Garvey (2018) memberikan gambaran perkembangan sosial-emosional dan pengasuhan, dan terdapat tiga golongan anak, diantaranya sebagai berikut:

1. 3% dari anak usia 3 tahun memiliki kecenderungan untuk mengamuk;
2. 10% dari orangtua anak usia 2-5 tahun meminta bantuan untuk mengatasi masalah perilaku anak dan
3. 30 – 40 % anak membutuhkan arahan untuk mengatasi masalah anti sosial.

Apa yang sebenarnya telah hilang? Kurangnya kelemahan lembut, permainan, dan kurangnya pengasuhan dari orangtua menjadi beberapa faktor yang mempengaruhi hal itu terjadi. Fakta yang cukup mengerikan adalah orangtua merasa bahwa merekalah yang berhak untuk menentukan jalan hidup anak sehingga kepribadian yang ingin dibentuk tergantung dari keinginan orangtuanya.

## **B. Prinsip Disiplin**

1. Memiliki beberapa aturan yang jelas. Pemberian aturan disiplin ini perlu disesuaikan dengan kebutuhan bukan karena orang tua sedang stress sehingga mengatakan aturan yang tidak sesuai dengan kondisi saat itu.
2. Berbicara sedikit. Berbicara seperlunya agar anak fokus pada aturan disiplin dibanding perkataan tentang kesalahan anak.
3. Membosankan / kaku. Perkataan yang membosankan cenderung tidak disukai anak.
4. Seolah-olah menjadi bos. Ketika orangtua sang pemberi aturan disiplin bertindak sebagai bos, diharapkan anak menjadi patuh kepada orang tua.
5. Jadilah hangat terlibat. Keterlibatan orangtua saat pemberian disiplin dengan hangat bisa membuat anak merasa dihargai dan bisa diterima dengan baik oleh anak.

Hanya memberikan satu peringatan. Hal ini agar anak bisa fokus pada peringatan tersebut. Jika peringatan diberikan bersamaan cenderung akan menyebabkan anak menjadi bingung.

6. Jangan sampai merampas hak anak. Pemberian aturan disiplin perlu disesuaikan dengan usia anak, sehingga tidak merampas hak anak. Misalnya anak usia dini masih suka

bermain atau aktivitas fisik, diharapkan aturan disiplin tidak mengurangi porsi aktivitas fisik anak.

7. Tetapkan harapan dan hasil sebelum kejadian / tantangan. Prinsip ini mendorong orang tua untuk diskusi dengan anak tentang keinginan orang tua, aturan, perilaku yang diharapkan, hadiah atau hukuman bila aturan itu dilanggar.

### **C. Pola Asuh yang Baik**

1. Orang tua memiliki rencana - rencana. Penting bagi orang tua memiliki rencana saat mengasuh anak, agar apa yang diharapkan orang tua bisa tercapai. Seperti rencana pendidikan anak, rencana melakukan kegiatan, atau rencana mengisi liburan.
2. Bebas dari perasaan bimbang dan takut. Sering kali orang tua merasa bimbang atau takut dengan pola asuh yang diterapkan. Hal ini malah tidak efektif. Dengan berbekal pengetahuan melalui seminar atau membaca buku atau berdiskusi dengan keluarga misalnya, maka orang tua sebaiknya tidak ragu dalam mengasuh anak - anaknya.
3. Orang tua yang penuh dengan kasih sayang, bukan kelembutan / memanjakan. Kasih sayang orang tua bisa berupa dukungan yang membangun atau pemberian semangat sehingga anak tidak dimanjakan atau orang tua tidak direpotkan anak. Contohnya ketika anak terjatuh orang tua tidak langsung untuk membantu anak, percayakan anak bisa mengatasi hal itu sendiri. Orang tua baru turun tangan ketika anak betul-betul membutuhkan bantuan orang dewasa dalam menyelesaikan masalahnya.
4. Orang tua tetap pemegang otoritas, tapi bukan berarti memaksa. Seorang anak tanggung jawab orang tuanya, sehingga orang tua menjadi pemegang otoritas untuk anak – anaknya.
5. Menjadi orangtua yang mengagumkan, orang tua seperti ini akan selalu dirindukan oleh anak. Tidak perlu menjadi orang sangat hebat untuk membuat anak kagum. Bisa dengan melakukan hal – hal kecil, misalnya menyempatkan bermain dengan anak, membuatkan makanan enak, atau pergi bersama dengan anak.

#### D. Peran Pengasuh

Orangtua dan pengasuh adalah orang yang memiliki peran untuk merawat dan membesarkan anak. Orang tersebut dapat memiliki hubungan darah, tidak memiliki hubungan darah, wali yang sah secara hukum, maupun tidak secara sah memiliki keterikatan tetapi peduli terhadap anak. Penggunaan kata *caregiving* dan *parenting* disamakan. Namun, *parenting* lebih merujuk kepada gambaran tentang pengasuhan dengan jangka waktu yang panjang (Lachman et al., 2014).

Seorang pengasuh memiliki peranan sebagai berikut :

- a. Menyediakan lingkungan yang positif yang dapat membantu anak untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.
- b. Lingkungan positif mencakup dukungan secara fisiologis (fisik), emosi, psikologis, dan perlindungan.

Untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, seorang anak membutuhkan pemenuhan kebutuhan baik secara fisiologis maupun psikologis. Kebutuhan fisiologis yang dibutuhkan oleh anak adalah makanan, minuman, kebersihan, dan pelayanan kesehatan yang baik. Sedangkan secara psikologis anak membutuhkan perhatian, dukungan mental, kasih sayang, bimbingan, dan pengawasan.

Gambaran mengenai sebuah keluarga dapat berbeda tergantung masing-masing individu. Pada dasarnya semua orang bisa menjadi pengasuh, tapi hal penting untuk diperhatikan dalam pengasuhan adalah hal-hal apa yang diperlukan oleh seorang anak agar dapat tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang sehat.

Pengasuhan juga dapat berbeda ditinjau dari perbedaan lingkungan, termasuk lingkungan pemerintahan dan budaya. Namun, pengasuhan memiliki 3 tujuan utama yang harus dipenuhi, yaitu :

- a. Memastikan kesehatan dan keselamatan anak
- b. Mempersiapkan anak yang dapat tumbuh menjadi seorang dewasa yang produktif.
- c. Menanamkan nilai-nilai budaya dan norma yang berlaku dalam masyarakat.

Hal-hal yang perlu dimiliki dalam pengasuhan yang baik, yaitu membekali anak akan berbagai informasi yang jelas tentang banyak hal, mengarahkan anak untuk memperoleh pengalaman positif, memberikan dukungan sosial, memperhatikan pendidikan anak,

memberikan pengawasan yang proporsional kepada anak, dan senantiasa memberikan bimbingan.

#### **E. Pendidikan Pengasuhan**

Pendidikan untuk pengasuhan mencakup tentang kemampuan dan pengetahuan yang diperlukan dalam pengasuhan yang baik oleh orangtua atau pengasuh. Selain itu, pendidikan pengasuhan juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas pengetahuan dan kemampuan orangtua atau pengasuh agar dapat lebih mengoptimalkan lingkungan pengasuhan yang positif.

Pengasuhan positif adalah pengasuhan yang mendukung hubungan sehat antara orangtua dan anak. Orangtua memberi bimbingan supaya anak berada di jalur yang positif sehingga meminimalisir hukuman yang diberikan orangtua kepada anak. Pengasuhan ini menerapkan disiplin positif bukan disiplin fisik yang kurang efektif. Hukuman fisik dikaitkan dengan perilaku anti sosial, agresi pada anak-anak, kecemasan, ketidakbahagiaan, penyalahgunaan psikotropika, hingga menuju ke gangguan depresi. Hukuman ini juga berupa mempermalukan anak-anak dengan melabeli “kamu bodoh” serta memberikan kritik atas semua perilaku anak.

Hukuman fisik memberikan dampak negatif pada anak yaitu menyebabkan peningkatan perilaku eksternal, mengubah area di otak yang terkait dengan inteligensi, kerentanan terhadap ketergantungan alkohol. Berikut terdapat hasil intervensi dari pengasuhan positif yaitu, “*Child-Parents Centres*” memberikan dukungan pendidikan komprehensif dan dukungan kepada anak-anak yang kurang beruntung secara ekonomi. Hasil uji coba ini terjadi penurunan 52 persen pada kasus penganiayaan anak (Reynolds & Robertson, 2003).

Perawatan kemitraan keluarga adalah program kunjungan untuk keluarga berpenghasilan rendah, orangtua yang baru saja memiliki anak dan berlanjut hingga tahun kedua anak tersebut. Program ini mendorong perilaku sehat selama dan setelah kehamilan, pengasuhan yang sesuai, dan menghubungkan orangtua dengan layanan masyarakat. Program Perawatan Kemitraan Keluarga bisamemberikanmanfaat, berupa:

- a. Pengurangan penggunaan perintah negatif dan penggunaan kritik
- b. Peningkatan rasa percaya diri orangtua
- c. Meningkatkan kepatuhan anak pada orangtua
- d. Meningkatkan komunikasi keluarga yang positif dalam penyelesaian masalah
- e. Penggantian hukuman fisik dengan teknik disiplin

## **F. Prinsip Utama Pengasuhan Positif**

1. Norma-norma yang diterapkan berdasarkan tahap perkembangan anak.

Jangan anggap anak sebagai “orang dewasa kecil”. Orangtua harus memahami norma-norma yang terkait dengan ranah perkembangan anak sehingga anak dapat memahami cara berinteraksi yang baik.

2. Menyediakan lingkungan yang nyaman, ramah, aman bagi tumbuh kembang anak.

Bantu anak untuk mengembangkan keterampilannya. Orangtua perlu menciptakan kegiatan-kegiatan menarik untuk anak. Tidak perlu biaya mahal untuk menciptakan lingkungan yang menarik bagi anak, tergantung pada keterampilan orangtua dalam mengidentifikasi sesuatu yang menyenangkan bagi anak

3. Lingkungan belajar positif.

Anak-anak membutuhkan perhatian dari orangtua, namun tidak setiap saat. Tunjukkan rasa cinta pada anak melalui hal-hal sederhana dengan memberi penghargaan saat berbuat baik sehingga mereka akan mengulang perilakunya tersebut

4. Menumbuhkan perilaku disiplin

Anak-anak membutuhkan batasan dan konsistensi yang membuat mereka merasa aman, orangtua harus pandai dalam merespon. Disiplin yang tegas membuat anak-anak mengetahui konsekuensi atas segala perilakunya

5. Harapan yang realistis

Setiap anak memiliki kepribadian berbeda. Orangtua diharapkan tidak terlalu menekan anak untuk mencapai sebuah target yang hanya “target orangtua”, biarkan anak mencoba dan gagal. Maka ia akan belajar dari setiap kegagalannya untuk menjadi individu yang lebih baik

6. Perhatian diri untuk orangtua

Orangtua perlu meluangkan waktu untuk hal-hal yang disukai agar merasa sabar dan tenang ketika anak membutuhkan, terlebih pada orangtua yang bekerja.

# **BAB 2**

## **KETRAMPILAN**

## **PENGASUHAN**

## **POSITIF**

## **BAB 2**

### **KETRAMPILAN PENGASUHAN POSITIF**

#### **A. *Positive Parenting Skills***

Terdapat beberapa hal yang dapat mendukung terbentuknya pengasuhan positif. Di bawah ini adalah uraian penjelasannya.

##### **1. Tiga Tips untuk Menerapkan Disiplin Tanpa Hukuman**

###### **a. Mengisi Keranjang Perhatian**

Yang dimaksud dengan mengisi keranjang perhatian adalah bahwa anak butuh perhatian. Hal tersebut terkesan sederhana dan mudah. Akan tetapi, jika kita tidak menjaga “keranjang perhatian” penuh dengan perhatian yang baik, anak akan mencari banyak perhatian, dan bisa saja mereka mendapat perhatian yang buruk. Mereka akan menekan kita dengan perlakuan yang buruk karena bagian akan setiap perhatian negative adalah baik, daripada mereka tidak mendapat perhatian sama sekali.

###### **b. Waktu untuk Latihan**

Orang tua harus berpikir tentang bagaimana untuk mendisiplinkan anak, penting bagi orang tua untuk mengingat kata disiplin adalah berakar dari pengertian belajar dan mengajar. Jalan terbaik mendisiplinkan seorang anak adalah dengan membantu dia membuat pilihan yang terbaik. Orang tua bisa bermain peran bertingkah laku dengan sopan. Menggunakan suara yang tenang. Contohnya, “Saya benar-benar ingin bermain dengan traktor itu ketika kau memainkannya”. “Tolong, aku ingin sebuah makanan ringan”. Bergantilah peran dan orang tua berpura – pura menjadi anak kecil, dan biarkan sikecil memerintahmu lalu buat pilihan yang baik.

###### **c. Menetapkan Batas dan Tatap Mereka**

Anak tumbuh berkembang ketika mereka memiliki struktur dan tau batasan – batasan mereka. Jangan berlebihan dengan ratusan aturan, tapi fokus dengan apa yang paling penting untuk keluargamu.

Menjelaskan tentang aturan dasar dan apa yang terjadi ketika seseorang merusak aturan tersebut buat setiap orang benar - benar mengerti konsekuensi yang akan terjadi dan disiplin itu terkait dengan perilaku yang buruk.

## 2. Melatih Kejujuran pada Anak

Kebohongan tidak selalu dilakukan dengan maksud tersembunyi. Ketika anak mulai berbohong, simpelnya itu sebuah perkembangan baru dan batu peringatan. Hal ini merupakan sebuah tahap normal, jadi orang tua tidak perlu khawatir mengenai “sikecil mulai menjadi seorang pembohong”.

Penelitian menunjukkan berbohong itu muncul dari umur 4 sampai 17, dan di umur 7 tahun, anak dapat memberitahukan kebohongan itu, baik sering kali keluarga mereka tidak pernah bisa memberitahukan kepada anak mengenai sesuatu yang tidak benar. Akan tetapi, setelah umur 17 tahun, berbohong menurun, jadi sebuah masalah belum tentu terbawa hingga dewasa.

Biasanya, orang tua ketika anak terang - terangan berbohong, orang tua ingin menghukum mereka agar apa yang dilakukan tidak terjadi lagi. Sayangnya, apa yang terjadi ketika kita menghukum anak untuk kebohongan, mereka akan tetap melakukannya berharap terlepas dari hukuman yang akan diterima. Jadi jika orang tua tidak bisa menghukum anak, bagaimana yang orang tua lakukan untuk menghentikan kebohongan itu ? Simpan dalam pikiran alasan kenapa anak berbohong, orang tua bisa membuat lingkungan dimana mereka merasa aman untuk memberitahukan kebenaran.

Berikut 7 tips untuk menciptakan rumah dengan kejujuran di dalamnya:

### a. Tetap tenang dan orangtua mengawasi

Lihatlah bagaimana orangtua merespon perilaku buruk dan kesalahan yang terjadi didalam rumah. Misalnya ketika menemukan jus yang tumpah dikarpet, atau PR sekolah yang belum selesai, sebaiknya bukan merespon langsung dengan amarah, tetapi anak bisa diajak berdiskusi dan membuat komitmen untuk membentuk tanggung jawab pada dirinya. Apabila anak yang sudah melakukan sebuah kesalahan lalu merasa khawatir akan dimarahi atau dihukum, maka anak akan berusaha menutupi kesalahannya dengan kebohongan dan itu akan terus berulang.

Orangtua dapat fokus menggunakan suara yang tenang, apabila menggunakan suara yang keras tidak berarti anak akan terlepas dari berbohong, bisa jadi anak akan marah dan menyalahkan, lebih baik untuk mendiskusikan solusi untuk masalah dengan anak.

b. Jangan buat kebohongan

Apabila orangtua melihat tumpukan pakaian dilantai anaknya, jangan tanyakan siapa yang melakukannya, karena jika orang tua bertanya sebuah pertanyaan yang sudah diketahui jawabannya, orang tua seolah memberi kesempatan kepada anak untuk menyampaikan kebohongan. Arahkan untuk mencari solusi, dan diskusikan baik – baik untuk perubahan perilaku selanjutnya.

Apabila orang tua tahu anak tidak pernah menyentuh pekerjaan rumahnya, orangtua dapat bertanya kepada anak, “Apa rencanamu untuk menyelesaikan pekerjaan rumahmu?”. Kasus lain, ketika orang tua melihat lantainya kotor banyak lumpur, jangan bertanya “bagaimana lumpur itu bisa berceceran di lantai?” khawatir akan menstimulasi kebohongan pada anak. Di sisi lain, orang tua sebaiknya bertanya “Apa yang bisa dilakukan untuk membersihkan ini semua dan membuat itu tidak terjadi lagi dilain waktu ?” hal ini dapat membantu anak dalam mengukur kekuatannya, menciptakan lingkungan aman bagi anak dengan fokus pada rencana untuk bertindak.

c. Mendapat seluruh kebenaran.

Ketika orang tua memergoki anak di tempat adanya masalah dan melihat anak berbohong, lalu orang tua menuduh atau menyalahkan anak, maka hal ini hanya akan memperburuk keadaan. Sebaiknya yang dilakukan orang tua adalah mencari akar masalahnya dan memahami mengapa anak tidak bisa jujur, yang akan menstimulasi anak untuk mengatakan yang sebenarnya di masa depan. Buka percakapan dengan lembut, katakan, "Itu terdengar seperti sebuah cerita bagi mama. Kamu tidak perlu khawatir tentang sesuatu dan takut untuk mengatakan yang sebenarnya. Ayo bicara ada mama. Tidak ada yang perlu ditutupi karena mama sayang kamu ?". Orang tua dapat menggunakan informasi yang dia dapatkan untuk membantu anak menjadi lebih jujur di masa depan.

d. Rayakan kejujuran

Bahkan jika orang tua marah ketika ada lautan air di lantai kamar mandi atau ketika anak perempuan Anda mencoba memandikan boneka di bak cuci piring, mintalah dia untuk mendatangi Anda dan mengatakan yang sebenarnya. Katakan padanya, "Mama

sangat menghargai kamu menceritakan apa yang sebenarnya terjadi. Pasti sulit bagi kamu, tapi mama sangat menghargai kamu jika mengatakan yang sebenarnya dan mau bertanggung jawab”. Setelah kejujuran terjadi, maka sebuah pelukan hangat bisa diberikan pada anak, dan libatkan anak dalam aktifitas rumah orang tua yang menandakan bahwa orang tua masih menganggap anaknya penting.

e. Menyenangkan untuk di ulangi

Pikirkan kesalahan sebagai cara untuk belajar bagaimana membuat pilihan yang lebih baik. Ketika orang tua tetap tenang dan menghindari teriakan atau menghukum anak – anak secara berlebihan kita melakukan kesalahan, maka anak-anak akan lebih banyak belajar dan berkembang di masa depan. Intinya adalah mengubah kesalahan menjadi kesempatan belajar. Tanyakan, "Jika kamu bisa melakukan sesuatu, apa yang akan kamu lakukan secara berbeda? " Dan pikirkan gagasan yang berbeda. Jika seorang anak merusak skuter adiknya – tanya kenapa yang bisa dia lakukan untuk memperbaikinya mungkin bisa minta bantuan orang dewasa lainnya.

f. Tunjukkan rasa cinta

Biarkan anak-anak tahu bahwa orang tua mencintai anak tanpa syarat, bahkan ketika anak melakukan kesalahan. Pastikan anak tahu bahwa meski orang tua tidak menyukai perilaku buruk mereka, orang tua tidak akan pernah kurang dalam mencintai anak. Ini membantu anak-anak merasa aman membuka diri terhadap orangtua.

g. Kerjakanlah apa yang dikatakan

Ingatlah bahwa anak-anak selalu memperhatikan dan belajar dari tindakan orangtua. Kebohongan kecil yang dikatakan, jangan diteruskan dengan bahwa tidak apa-apa untuk berbohong, karena hal ini akan membangun pemahaman keliru pada anak. Sekecil dan seburuk apapun tetap diungkapkan dengan jujur, ini akan membantu memulai keluarga menuju rumah tangga yang lebih jujur. Tetapi hal ini tentu saja membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan dan dibutuhkan kesabaran. Kasus lain, jika anak sering berbohong atau berbohong dengan niat menyakiti orang lain, maka orang tua perlu mempertimbangkan konseling atau bantuan profesional lainnya. Menciptakan lingkungan dimana anak-anak merasa aman mengatakan yang sebenarnya, tidak hanya mengurangi kebohongan dari hari ke hari, tetapi juga membantu anak membangun karakter positif yang akan dijalani sepanjang masa dewasa.

### 3. Perkataanyang Sebaiknya Dihindari oleh Orangtua

#### a. “Jangan takut” atau “jangan menangis”

Ketika kita sebagai orang tua mengatakan, kita benar-benar menginginkan anak-anak merasa lebih baik. Namun sebaliknya, hal itu dapat membuat anak merasa bahwa orangtua menganggap perasaan itu tidak penting. Perasaan sedih atau khawatir itu merupakan hal yang wajar, anak perlu dibimbing untuk belajar mengelola dan bukan mengabaikannya.

#### b. “Jangan malu-malu”

Ketika orang tua mengobrol dengan kenalan di taman atau toko dan ternyata anak bersembunyi di belakang kaki orangtua. Atau mungkin anak perempuan yang biasanya banyak bicara, menjadi pendiam saat teman dari orang tua mengajukan pertanyaan sederhana. Seringkali, hal pertama yang dikatakan kepada anak adalah "jangan malu." Di sisi lain, orang tua mendorong anaknya untuk selalu sopan. Yang perlu diingat adalah bahwa anak-anak memiliki kepribadian yang berbeda dan tidak semuanya sama-sama keluar.

#### c. Setiap kalimat dimulai dengan “memahami” terlebih dahulu

Sebagai orang dewasa, kita tidak suka mendengar "Sudah ku katakan," dan juga anak-anak kita. Orangtuabisaberkata, "Coba lihat, bukan ide bagus untuk membawa payung hari ini" Atau "lihat, bukankah lebih mudah untuk memilih kemeja saat kamu menggantungnya?". Bukan seperti ini, "Sudah ku katakan. Jika kamu mau mendengarkan aku, hidupmu akan jauh lebih mudah!" Anak akan melakukan pertahanan, membantah perkataan orang tua, dan biasanya berlanjut dengan konflik. Yang perlu ditekankan adalah bahwa guru terbaik adalah pengalaman itu sendiri.

### 4. Kata-kata yang Bisa Membentuk Keyakinan pada Anak

Buatlah daftar kata-kata dan kalimat yang meyakinkan. Tutur kata yang meyakinkan dapat berupa kalimat sederhana, seperti “Terima kasih atas bantuanmu” atau “Kamu benar-benar sudah bekerja keras!”. Berikut ini adalah beberapa contoh lain, dapat dicoba di rumah:

- Terima kasih untuk bantuannya!

- Kamu harus bangga pada diri sendiri!
- Lihatlah kemajuanmu!
- Itu "A" mencerminkan banyak kerja keras!
- Kamu bekerja sangat keras untuk membersihkan kamar ini!
- Terima kasih telah membantu mengatur meja, kelihatan jauh lebih rapi sekarang.
- Ibu melihat Kamu benar-benar sabar dengan adik laki-lakimu.
- Apa yang Kamu pikirkan?
- Kamu sepertinya benar-benar menikmati sains.
- Kerja kerasmu terbayar!
- Itu sulit, tapi Kamu akan menemukannya.
- Lihatlah seberapa jauh Kamu telah berusaha!
- Aku percaya penilaianmu
- Ibu senang bersama kamu.
- Kamu benar-benar membuat dia tersenyum dengan kata-kata baikmu!
- Kamu benar-benar berhasil!
- Itu pengamatan yang sangat bagus.
- Terima kasih atas kerja samanya
- Ibu melihat pekerjaan yang sangat teliti!
- Itulah yang kita sebut ketekunan!
- Kamu membuatnya terlihat mudah!
- Kamu benar-benar menguasainya!
- Ibu bisa merasakan kita satu tim saat kita bekerja seperti ini!

##### 5. *Parent Training* (Pelatihan Orang tua)

*Parent training* adalah pelatihan bagi orangtua untuk mengubah perilaku anak di rumah berdasarkan prinsip dasar belajar sosial (Bandura) dan behaviorisme (Skinner). Teori belajar sosial menyatakan individu belajar mengenai perilaku sosial yang sesuai dengan cara mengamati (melihat orang lain) dan meniru yang disebut dengan modeling atau pembelajaran dengan pengamatan (Feldman, 2017). Teori behaviorisme menjelaskan perilaku yang terlihat sebagai respon terhadap pengalaman yang bisa diprediksi. Menurut

Skinner individu akan cenderung mengulang respon yang telah diperkuat (*reinforcement*) dan akan menekan sebuah respon yang telah dihukum (*punishment*).

*Training* ini bertujuan untuk mengatasi dan mengubah perilaku anak seperti, kepatuhan, tantrum, hiperaktif, *enuresis* (perilaku mengompol), dan gangguan makan. Targetnya adalah untuk anak pra sekolah – remaja, anak autisme, retardasi mental, gangguan belajar dan ADHD. Namun menurut (Moffitt et al., 2008) target *parent training* cenderung pada orangtua yang memiliki anak pada umur 3-10 tahun. Pada orang tua yang memiliki anak remaja cenderung mengabaikan *parent training* ini, padahal masa remaja adalah masa *stress* dan *storm*. Pada masa remaja ketegangan emosi meningkat karena perubahan fisik.

a. Metode dalam *Parent Training*

1. Model *Videotape* (Rekaman Video)

Model rekaman video dalam *parent training* dapat menghasilkan perubahan perilaku anak yang signifikan, yaitu:

- a) Mengurangi perilaku bermasalah anak
- b) Lebih mendorong perilaku prososial
- c) Mengurangi perilaku agresif
- d) Mengurangi stress pada orangtua
- e) Mendorong hubungan positif antara orangtua dan anak

Pelaksanaan MVT dilakukan secara berkelompok. Waktu kebersamaan anak dengan orangtua dapat digunakan sebagai sarana untuk melatih teknik manajemen perilaku dan keterampilan pengasuhan secara positif.

b. Materi dalam *parent training*

Materi-materi yang perlu disampaikan dalam *parent training*:

- 1) Mengetahui anak remaja. Hal ini sangat penting orang tua mengetahui perkembangan anak remaja untuk memberikan perlakuan yang tepat.
- 2) Berkomunikasi secara positif dan efektif. Komunikasi secara positif tanpa menghakimi anak atau remaja serta komunikasi efektif disesuaikan dengan keadaan anak dan remaja.
- 3) Mendukung dan mendengarkan anak. Orang tua sebagai orang yang dekat dengan anak, perhatian dan dukungan sangat diperlukan anak.

- 4) Menetapkan aturan dan larangan. Pembuatan aturan dan larangan dilakukan agar anak tetap terkendali.
- 5) Mengajarkan remaja mengenai tanggung jawab. Tanggung jawab remaja ini berhubungan dengan aturan atau larangan yang didiskusikan orang tua bersama anak.
- 6) Strategi disiplin positif. Penerapan disiplin positif berdasarkan pada perancangan aturan yang disepakati oleh anak.
- 7) Menghadapi konflik. Konflik bisa terjadi, maka hal ini harus disikapi dengan bijak. Utamakan berkomunikasi hangat dengan anak.
- 8) Memecahkan masalah bersama. Libatkan anak dalam memecahkan setiap masalah dalam keluarga sesuai kemampuannya. Jika anak memiliki masalah, maka kembangkan kemandirian dalam mencari *problem solving*, dan orang tua siap membantu jika anak betul-betul tidak merasa mampu.

#### 6. *Direct Behavior Rating*

DBR (Miller & Ph, 2014) adalah alat atau metode yang digunakan untuk menilai perilaku anak secara singkat dalam jangka waktu tertentu. Contohnya adalah menilai perilaku anak ketika bekerja kelompok selama 45 menit. Kelebihan dari DBR adalah lebih dapat dipertahankan, fleksibel, berulang, dan efisien untuk mengumpulkan informasi tentang perilaku anak.

Berikut empat langkah *Direct Behavior Rating*:

- a. Menentukan perilaku target yang akan dinilai
- b. Penilaian perilaku setelah periode pengamatan tertentu
- c. Berbagi informasi yang diperoleh melalui individu (mis., Orangtua, guru, siswa)
- d. Menggunakan data hasil DBR untuk memantau perilaku target dari waktu ke waktu

Salah satu bentuk metode DBR yaitu pemberian formulir standar DBR pada orang tua yang berlapis magnet untuk ditempel di lemari es. Orang tua akan menggunakan formulir DBR tersebut untuk menilai perilaku target remaja pada waktu tertentu. Kemudian hasilnya akan dicatat melalui SMS dan email. Selama sesi konsultasi, orang tua akan menerima umpan balik mengenai data DBR, termasuk grafik untuk penilaian visual DBR dan grafik tersebut akan digunakan untuk menganalisis perubahan perilaku remaja selama DBR.

# **BAB 3**

## ***FAMILY RESILIENCE***

## **BAB 3**

### ***FAMILY RESILIENCE***

#### **A. Definisi *Family Resilience***

*Family Resilience* merupakan suatu konsep yang berkembang dari resiliensi individu (Kalil, 2003). *Family Resilience* merupakan konsep pengembangan oleh McCunbin dan Mc Cubbin (Chapin, 2009) melalui model yang dibangunnya yang bernama *the resilience model of familiy adjustment and adaption*. *Family Resilience* mengacu pada pola tingkah laku positif dan kompetensi fungsional yang ditampilkan individu dan keluarga ketika mengalami peristiwa yang menekan, yang menandakan kemampuan keluarga untuk pulih mempertahankan integritasnya sebagai sebuah unit. McCubbin dan McCubbin (Becvar, 2013) mengatakan bahwa *Family Resilience* merupakan gabungan antara pola tingkah laku positif dan kompetensi fungsional yang dimiliki masing-masing individu dalam keluarga dan unit keluarga secara keseluruhan. Tingkah laku positif dan kompetensi individual ini diperlukandalam bereaksi terhadap lingkungan yang menekan dan merugikan (seperti peristiwa hidup yang signifikan). Selain itu juga menentukan kemampuan keluarga tersebut untuk pulih dengan cara mempertahankan integritasnya sebagai sebuah kesatuan namun dengan cara tetap mempertahankan dan memperbaiki kesejahteraan anggota keluarga dan unit keluarga secara keseluruhan.

Kemudian Hawley dan De Han (O'Brien, 2016) menjelaskan bahwa *Family Resilience* menggambarkan proses dimana keluarga beradaptasi dan bangkit kembali dari situasi-situasi yang sulit. *Family Resilience* tidak hanya dipandang berdasarkan kualitas dan kekuatan yang dimiliki oleh keluarga. Ia mengungkapkan bahwa *Family Resilience* harus dilihat berdasarkan proses yang terjadi sepanjang waktu yang dipengaruhi konteks yang unik yang meliputi tahap perkembangan keluarga, interaksi antara faktor resiko dan faktor pelindung serta pandangan bersama keluarga.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Family Resilience* merupakan kemampuan keluarga sebagai kesatuan fungsional untuk bangkit kembali dari kesulitan kemudian menjadi lebih kuat, mampu mengambil pelajaran dari kesulitan yang dihadapi dan juga menggunakan kesulitan tersebut sebagai sarana mengembangkan diri dan hubungan dengan orang lain.

## **B. Strengthening Family Resilience**

Pada dasarnya resiliensi keluarga merupakan hal yang penting untuk menjadikan keluarga yang “tahan banting”, mudah menyesuaikan dengan perubahan-perubahan situasi serta kondisi, juga mudah kembali kepada kondisi normal setelah mengalami permasalahan, tekanan atau keterpurukan.

Semakin tinggi daya resiliensi suatu keluarga, semakin tinggi pula nilai ketahanan keluarga tersebut. Hal ini akan tampak pada kemampuan keluarga tersebut untuk beradaptasi dengan hal-hal baru yang dijumpai dalam kehidupan berumah tangga, menyesuaikan dengan tuntutan perubahan yang muncul akibat adanya perubahan situasi dan kondisi, serta kemampuan untuk melakukan normalisasi pada saat keluarga harus menghadapi situasi yang tidak diharapkan.

Menurut Sandau-Beckler, Devall, & de la Rosa (2002), penguatan resiliensi keluarga dapat dilakukan dengan melakukan penguatan pada komponen resiliensi keluarga yang merupakan proses kunci dalam pembentukan resiliensi keluarga. Komponen tersebut terdiri dari:

### **1. Sistem Keyakinan Keluarga (*Family Belief Systems*)**

Sistem keyakinan merupakan inti dari keberfungsian keluarga dan menjadi kekuatan utama dalam resiliensi (Walsh dalam Sandau-Beckler, Devall, & de la Rosa, 2002). Sistem keyakinan ini meliputi nilai, pendirian, sikap, prasangka, dan asumsi yang bergabung membentuk serangkaian premis dasar yang memicu respon emosi, keputusan, dan pedoman tingkah laku. Menurut Wright, Watson, dan Bell (Oh & Chang, 2014) sistem keyakinan keluarga sangat mempengaruhi bagaimana keluarga melihat sebuah krisis, penderitaan yang dialami, dan pilihan yang dimiliki keluarga.

Menurut Walsh (dalam Sandau-Beckler, Devall, & de la Rosa, 2002) secara umum, sistem keyakinan keluarga memuat tiga subkomponen yaitu:

#### **a. Memaknai situasi krisis (*making meaning of adversity*)**

Keluarga yang resilien melihat krisis dengan cara yang khas, yaitu:

- 1) *Relational view of resilience*, keluarga melihat krisis sebagai tantangan bersama dan menggunakan perspektif hubungan antar anggota keluarga sebagai kekuatan yang dipegang dalam memandang krisis.
- 2) *Normalizing and contextualizing distress*, keluarga memaknai krisis sebagai hal normal dan kontekstual, sehingga anggota keluarga memperbesar sudut

pandangannya terkait respon dan krisis yang dialami sebagai hal yang dapat dipahami. Selain itu, dapat menurunkan kecenderungan untuk saling menyalahkan di antara anggota keluarga terkait krisis.

- 3) *Sense of coherence*, keluarga dapat melalui krisis dengan baik ketika dapat mencapai *sense of coherence* atau dapat melihat krisis sebagai hal yang dapat dipahami, dapat dikendalikan, dan bermakna.
- 4) *Causal or explanatory attributions*, merupakan penilaian subjektif keluarga mengenai krisis dan sumber-sumber yang dimiliki yang dapat mempengaruhi *coping* dan adaptasi keluarga.

b. Pandangan Positif (*Positive Outlook*)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara pandangan positif dengan *coping*, *recovery* dari krisis, dan mengatasi hambatan-hambatan mencapai sukses. Pandangan positif memiliki elemen kunci yang terdiri dari harapan dan optimisme, fokus pada kekuatan dan potensi, inisiatif dan ketekunan, keberanian dan dorongan, serta penguasaan aktif dan penerimaan (Sandau-Beckler et al., 2002).

c. Transendental dan spiritualitas

*Trancendent belief* memberikan kejelasan mengenai hidup kita dan menjadi pelipur terkait tekanan yang kita alami (Sandau-Beckler et al., 2002). Selain itu, *trancendent belief* berperan mengubah krisis yang tak terduga yang sedang kita alami sebagai hal yang tidak mengancam dan menguatkan penerimaan diri akan situasi yang tidak dapat diubah. Sedangkan spiritualitas merupakan penghayatan terhadap nilai-nilai yang tertanam yang membuat seseorang dapat memaknai, merasakan kesatuan, dan keterhubungan dengan orang lain. Spiritualitas melibatkan investasi aktif dalam *belief* yang terinternalisasi mengenai pemaknaan, keutuhan, dan hubungan dengan orang lain. Kemudian spiritualitas juga melibatkan *belief* adanya kekuatan tertinggi atau *belief* mengenai Keesaan tunggal yang menyatukan komunitas manusia, alam, dan jagat raya.

## 2. Pola Organisasi (*Organizational Patterns*)

Suatu keluarga akan membutuhkan struktur dalam mendukung unit keluarga dan anggota di dalamnya untuk beradaptasi dan bersatu. Kebutuhan akan adanya struktur organisasi ini akan semakin meningkat terutama ketika keluarga mengalami situasi krisis. Oleh karena itu, agar dapat mengatasi krisis secara efektif, keluarga perlu mengarahkan dan mengatur sumber-sumber yang dimiliki, menghambat tekanan, dan mereorganisasi agar dapat menyesuaikan dengan kondisi yang berubah (Kalil, 2003). Dalam organisasi keluarga, resiliensi didukung dengan adanya struktur yang fleksibel, keterhubungan, dan sumber sosial ekonomi.

### a. Fleksibilitas

Fleksibilitas melibatkan perubahan yang adaptif. Dalam resiliensi seringkali dipahami sebagai kemampuan untuk bangkit kembali ke kondisi normal. Fleksibilitas merupakan hal yang diperlukan dalam mengatur kembali peran dan beradaptasi menghadapi situasi yang berubah.

### b. Keterhubungan

Keterhubungan atau kohesi merupakan ikatan emosi dan struktural di antara anggota keluarga. Keterhubungan dalam keluarga diperkuat melalui saling dukung, kolaborasi, dan komitmen dalam melalui krisis bersama, namun anggota keluarga juga diharapkan mampu saling menghargai perbedaan, jarak, dan batasan masing-masing anggota (Becvar, 2013).

### c. Sumber sosial dan ekonomi

Sumber sosial dan ekonomi merupakan akses yang dimiliki keluarga terhadap berbagai jaringan sosial seperti mentor atau role model dan sumber keuangan seperti pekerjaan atau layanan kesehatan yang terjangkau. Jaringan sosial dan keluarga besar secara umum berperan menyediakan bantuan langsung, dukungan emosional, dan hubungan dengan komunitas secara langsung. Namun ketika menghadapi krisis, mereka dapat berperan menawarkan informasi, bantuan konkret, dan mendorong adanya rasa aman serta solidaritas (Sandau-Beckler et al., 2002).

### 3. Proses Komunikasi (*Communication Process*)

Komunikasi yang baik merupakan hal yang penting dalam keberfungsian keluarga dan resiliensi. Komunikasi sendiri menurut Epstein, Ryan, Bishop, Miller, dan Keitner (dalam Sandau-Beckler et al., 2002) melibatkan transmisi *belief*, pertukaran informasi, ekspresi emosi, dan proses *problem solving*. Pada dasarnya komunikasi memiliki dua fungsi, yaitu:

- 1) Aspek isi artinya komunikasi berfungsi menyampaikan informasi yang sesungguhnya, pendapat atau perasaan;
- 2) Aspek hubungan artinya komunikasi berfungsi menentukan sifat hubungan.

### C. *Mindset and Mindsight of Family Resilience*

*Mindset* diartikan sebagai keyakinan atau kepercayaan individu terhadap inteligensi yang dimiliki. Keberadaan *mindsight* di dalam individu menentukan dan memengaruhi kemampuan dalam menghadapi masalah yang muncul di dalam kehidupan (Darling et al., 2019). Terdapat dua jenis teori tentang inteligensi, yaitu *entity theory* yang beranggapan bahwa inteligensi bersifat tetap dan tidak pernah berubah dan *incremental theory* yang beranggapan bahwa inteligensi tidak bersifat mutlak sehingga masih dapat berubah. Kedua teori tersebut yang kemudian mendasari munculnya istilah *fixed mindset* (berdasarkan *entity theory*) dan *growth mindset* (berdasarkan *incremental theory*). *Mindset* memengaruhi beberapa hal seperti konsep harga diri, *self-efficacy*, strategi *coping stress*, tujuan yang ingin dicapai, dan tingkat kepercayaan diri yang dimiliki individu (Siegel, 2007). Berkaitan dengan *family resilience*, *mindset of family resilience* diartikan sebagai keyakinan terhadap inteligensi yang dimiliki untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan yang timbul dalam keluarga.

Menurut Dr. Dan Siegel, *mindsight* adalah suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan kemampuan individu merasakan apa yang dirasakan oleh dirinya dan orang lain. Kemampuan merasakan yang dimaksud adalah menyadari sepenuhnya pikiran dan perasaan yang dialami, baik oleh diri sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, *mindsight of family resilience* dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyadari sepenuhnya pikiran dan perasaan sebuah keluarga dalam menghadapi dan mengatasi suatu masalah yang timbul di dalam kehidupan berkeluarga.

*Mindsight* memiliki kemiripan dengan *mindset*, yang membedakan keduanya adalah *mindsight* lebih berorientasi pada bagaimana individu menyadari sepenuhnya pikiran dan perasaannya sedangkan *mindset* lebih berorientasi pada bagaimana pemikiran individu tersebut mengenai suatu hal, dalam hal ini berarti mengenai kemampuan resiliensi sebuah keluarga.

#### **D. Connection Parenting**

Apa itu *Connection Parenting*? Memprioritaskan hubungan Anda dengan anak Anda, karena Anda tahu itu dasar untuk kesejahteraan emosional. Seiring pertumbuhan bagaimana kita menjaga hubungan yang kuat sambil menetapkan batasan yang diperlukan? Bisakah kita menjaga hubungan agar tetap dekat saat anak kita memulai penitipan anak atau anak prasekolah dan kita mengajarnya untuk memecahkan masalah dan menjadi anak yang mandiri? Seiring perkembangan anak menjadi tumbuh dewasa, bagaimana kita tetap terhubung sehingga kita dapat menerapkan harapan yang tinggi. Pola asuh otoriter didasarkan pada ketakutan anak untuk kehilangan cinta orangtua. Sedangkan *permissive parenting* didasarkan pada rasa takut orangtua kehilangan cinta anak itu. *Connection parenting* didasarkan pada cinta dan bukan rasa takut.

Para ilmuwan psikologi telah berulang kali melakukan penelitian dan menunjukkan apa yang membangun hubungan yang kuat antara orangtua dan anak-anak. Ini dimulai lebih awal, dengan orangtua yang menanggapi kebutuhan bayi, sehingga dia mengembangkan keterikatan yang aman kepada mereka. Ini disebut dengan *Attachment Theory* (Gillath et al., 2005), dan telah melahirkan pendekatan pengasuhan anak yang disebut *Attachment Parenting*. *Attachment Parenting* memang menjadi terkenal karena rekomendasinya bahwa bayi perlu dekat dengan orangtua mereka, diasuh orangtua dan diberi sentuhan kasih sayang. Hal ini menjadi dasar perkembangan emosional yang sehat pada anak.

*Attachment Parenting* hanyalah awal dari ikatan yang dibangun dan pengasuhan dengan anak. Filosofi pengasuhan yang membantu orangtua membuat hubungan yang baik seumur hidup dengan anak mereka dikenal sebagai *Connection Parenting*. *Connection Parenting* (Leo, 2007) adalah hubungan orangtua dengan anak, bukan seperangkat "keterampilan" untuk membuat seseorang menjadi orangtua yang lebih baik karena naluri sebagai orang tua akan lahir secara alamiah.

Orangtua memiliki hubungan dengan anaknya. Pertanyaannya adalah hubungan seperti apa. Kita bisa memikirkan hubungan sebagai penambahan interaksi sehari-hari yang lambat. Kebersamaan adalah bahwa setiap interaksi menciptakan hubungan. Mulai dari makan bersama anak, bercerita tentang apa yang dilakukan saat bersama di ruang keluarga dan masih banyak lagi.

*Connection Parenting* terdengar sangat berpusat pada anak. *Parenting* membutuhkan usaha yang sangat besar. Waktu yang banyak dengan anak, penghargaan emosional membuatnya terasa berharga. Hubungan orangtua - anak yang baik membuat orangtua mampu melewati masa-masa sulit, dan menciptakan masa - masa indah. Manfaat *Connection Parenting*:

- 1) Anak akan mendapatkan sesuatu yang berharga.
- 2) Hubungan yang kuat dengan orangtua membantu dia mencintai dirinya sendiri, yang merupakan fondasi kesehatan mental dan kebahagiaan
- 3) Dapat mencintai orang lain, yang merupakan dasar dari hubungan di masa depan.
- 4) Kebutuhan emosionalnya terpenuhi sehingga anak dapat mengekspresikan sifat dan nilai yang kita semua inginkan pada anak-anak kita
- 5) Anak mampu melakukan pertimbangan dan penghargaan terhadap orang lain, kepercayaan diri, integritas, kecerdasan.
- 6) Hubungan yang erat dengan orangtua melindungi anak-anak dari pergaulan buruk dari dunia luar.

#### **E. Permasalahan yang Berkaitan dengan *Resilience Family* di Indonesia**

##### **1. Resiliensi Keluarga pada Pasangan Usia Paruh Baya**

Resiliensi keluarga merupakan kondisi dinamik suatu keluarga yang memiliki keuletan dan ketangguhan serta mengandung kemampuan fisik material dan psikis mental spiritual guna hidup mandiri, mengembangkan diri dan keluarganya untuk mencapai keadaan harmonis dalam meningkatkan kesejahteraan lahir dan batin.

Resiliensi keluarga ditandai dengan:

- 1) Sikap melayani sebagai tanda kemuliaan
- 2) Keakraban antara suami-istri menuju kualitas perkawinan yang baik,
- 3) Orangtua yang mengajar dan melatih anaknya dengan penuh tantangan kreatif, pelatihan yang konsisten dan mengembangkan keterampilan,

- 4) Suami-istri yang menjadi pemimpin dengan penuh kasih, dan
- 5) Anak-anak yang mentaati dan menghormati orangtuanya.

Resiliensi keluarga dipengaruhi oleh dua faktor, yakni faktor resiko dan protektif. Faktor resiko merupakan faktor-faktor yang dapat mengancam kesejahteraan keluarga karena sangat berhubungan dengan *outcome negative*. Faktor resiko memiliki pengaruh yang dapat secara langsung meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku maladaptif. Sedangkan faktor protektif merupakan faktor yang mendukung keluarga untuk menjadi resilien dalam menghadapi tantangan hidup.

Terdapat beberapa hal yang bisa dilakukan oleh pasangan usia paruh baya untuk meningkatkan resiliensi keluarga, di antaranya:

- 1) Bertanggung jawab atas ketenangan, keselamatan, dan kesejahteraan keluarga,
- 2) Mendidik anak dengan penuh rasa kasih sayang dan tanggungjawab,
- 3) Memberi kebebasan berpikir dan bertindak kepada istri sesuai dengan ajaran agama, dan
- 4) Penghubung intern keluarga dengan masyarakat atau dunia luar.

Faktor-faktor protektif yang turut mempengaruhi peningkatan resiliensi keluarga adalah:

- 1) Faktor internal, meliputi: pengamalan nilai-nilai agama, adanya komitmen, saling percaya, dan adanya komunikasi;
- 2) Faktor eksternal, meliputi: orangtua, santri, kepercayaan dari masyarakat, asisten rumah tangga, teman dan kyai.

## 2. Peran Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi, mengatasi masalah, bertahan dan melenting dari musibah dalam kondisi fungsional (Plump, 2011). Resiliensi keluarga adalah tingkat resiliensi yang terkait dengan hubungan yang kompleks dan faktor-faktor lingkungan (Fernandes et al., 2021). Dalam orientasi sistem biopsikososial, resiko dan resiliensi dipandang dalam suatu pengaruh berulang yang melibatkan individu,

keluarga dan sistem sosial yang lebih besar (Walsh, 2003). Resiliensi keluarga meliputi kemampuan untuk mengembangkan ketrampilan interpersonal yang adaptif, misalnya membedakan orang dengan sakitnya, dan adanya kualitas keluarga yang positif, misalnya adanya penerimaan secara mutual dan keterlibatan yang empatik (Marshall et al., 2010).

Keluarga sebagai *social support system* juga dapat dikatakan sebagai sarana terdekat bagi seseorang yang membutuhkan dukungan sosial. Dukungan sosial dalam keluarga dapat menurunkan tingkat kerentanan stres dan juga meningkatkan kemampuan bagi penderita skizofrenia untuk bisa menghadapi dan mengatasi masalah yang menimbulkan stres.

Regulasi emosi adalah fungsi yang sangat signifikan dalam kehidupan manusia. Regulasi emosi sendiri adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Setiap hari individu akan terus menerus terpapar pada ragam stimuli yang berpotensi untuk membangkitkan emosi. Oleh sebab itu, reaksi emosional yang tidak sesuai, ekstrim atau tidak terkontrol akan mengganggu fungsi individu dalam masyarakat, sehingga diperlukan adanya regulasi emosi setiap waktu (Gross & John, 2003).

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan regulasi emosi merupakan faktor protektif dalam resiliensi keluarga dan merupakan prediktor yang baik untuk fungsi psikologi yang positif setelah kejadian musibah. Dukungan sosial yang memberikan sumbangan secara signifikan terhadap resiliensi keluarga adalah dukungan jaringan. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa dengan adanya jaringan yang memadai maka keluarga penderita bisa mendapatkan pengetahuan dan umpan balik mengenai perawatan penyakit tersebut dan bagaimana cara mengatasi kekambuhannya. Strategi regulasi emosi yang positif akan meningkatkan resiliensi keluarga dalam hal mengembalikan stabilitas respon emosional dalam menghadapi kejadian musibah.

# **BAB 4**

## **HUBUNGAN ORANGTUA - ANAK DAN PENGARUHNYA HINGGA USIA REMAJA**

## **BAB 4**

### **HUBUNGAN ORANGTUA - ANAK**

#### **A. Pengantar**

Keluarga merupakan lingkungan utama yang berperan penting dalam pembentukan karakter anak, karena disanalah anak mulai mengenal dan belajar berbagai macam hal dalam hidup sehingga mereka mengerti dan dapat mengambil keputusan yang benar saat beranjak dewasa. Oleh sebab itu peran orang tua disini sangat vital, bertanggung jawab dan berpengaruh terhadap tumbuh kembang serta sikap perilaku anak di masa depan. Orang tua selalu diharapkan member bimbingan, pengawasan anak dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungannya. Apabila terjadi suatu masalah dengan anak, orang tua dapat berperan untuk membantu anak dalam memecahkan permasalahannya

Namun semua itu belum bisa terjadi karena pada umumnya orang tua masih belum bisa membangun hubungan atau komunikasi yang baik dengan anaknya dikarenakan kesibukan orangtua dalam pekerjaan dan kehidupan sosialnya, sehingga tanpa disadari banyak orangtua yang menelantarkan anaknya sehingga hubungan dan pembentukan karakter anak tidak terkontrol dengan baik.

#### **B. Parent-Child Relationship**

Dalam tinjauan psikologi perkembangan, menurut Lestari (2013) pandangan tentang relasi orangtua-anak pada umumnya merujuk pada teori kelekatan (*attachment theory*) yang pertama kali dicetuskan oleh Bowlby (Bretherton, 1994). Bowlby mengidentifikasikan pengaruh perilaku pengasuhan sebagai faktor kunci dalam hubungan orangtua-anak yang dibangun sejak usia dini. Rosen & Rothbaum (Lestari, 2013) pada masa awal kehidupannya anak mengembangkan hubungan emosi yang mendalam dengan orang dewasa yang secara teratur merawatnya. Kelekatan merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan hubungan khusus antara bayi dan pengasuhnya. Kelekatan dicirikan sebagai hubungan timbal balik antara sistem kelekatan dari anak dan sistem pengasuhan dari orangtua. Pengertian yang lebih luas

mengenai kelekatan diungkapkan oleh Mercer (Lestari, 2013), yakni sebagai ikatan emosi yang terjadi diantara manusia yang memandu perasaan dan perilaku.

Selain teori kelekatan, hubungan antara orangtua-anak juga dapat dijelaskan dengan pendekatan teori penerimaan dan penolakan orangtua (*parental acceptance-rejection theory*) yang dikembangkan oleh Rohner (Bretherton, 1994). Penerimaan dan penolakan orangtua membentuk dimensi kehangatan (*warmth dimension*) dalam pengasuhan, yaitu suatu kualitas ikatan afeksi antara orangtua dan anak. Dimensi kehangatan merupakan suatu rentang kontinum, yang disatu sisi ditandai oleh penerimaan yang mencakup berbagai perasaan dan perilaku yang menunjukkan kehangatan, afeksi, kepedulian, kenyamanan, perhatian, perawatan, dukungan, dan cinta. Adapun sisi yang lain ditandai oleh penolakan yang mencakup ketiadaan atau penarikan berbagai perasaan atau perilaku tersebut (kehangatan, afeksi, dan lain-lain), dan adanya berbagai perasaan atau perilaku yang menyakitkan secara fisik maupun psikologis (seperti tidak menghargai, penelantaran, tak acuh, caci maki, dan penyiksaan). Persepsi anak terhadap penerimaan dan penolakan orangtua atau sosok signifikan yang lain akan mempengaruhi perkembangan kepribadian individu dan mekanisme yang dikembangkan dalam menghadapi masalah.

Menurut Chen (Lestari, 2013) kajian tentang hubungan orangtua-anak dapat dibagi kedalam dua masa, yaitu sebelum berkembangnya paham dua arah (*bidirectionality*) pada akhir tahun 60-an dan setelahnya. Semasa berkembangnya paham satu arah (*unidirectionality*), penelitian mengenai hubungan orangtua-anak memfokuskan pada mengenali strategi pengasuhan, praktik-praktik, perilaku, gaya, dan pembawaan yang mempengaruhi akibat pada anak, misalnya kompetensi, perkembangan yang sehat, prestasi akademik, dan problem perilaku. Walaupun topik tersebut masih menarik minat para ilmuwan, tetapi setelah era paham dua arah pengaruh timbal balik antara orangtua dan anak mulai diperhatikan. Para ilmuwan mulai mengenali bahwa baik orangtua maupun anak merupakan agen bagi proses sosialisasi.

Kualitas hubungan orangtua anak merefleksikan tingkatan dalam hal kehangatan (*warmth*), rasa aman (*security*), kepercayaan (*trust*), afeksi positif (*positive affect*) dan ketanggapan (*responsiveness*) dalam hubungan mereka. Kehangatan menjadi komponen mendasar dalam hubungan orangtua-anak yang dapat membuat anak merasa dicintai dan mengembangkan rasa percaya diri. Kehangatan memberi konteks bagi afeksi positif yang akan meningkatkan *mood* untuk peduli dan tanggap terhadap satu sama lain (Edward, 2017).

Rasa aman merupakan dimensi dalam hubungan yang berkembang karena interaksi yang berulang yang memperlihatkan adanya kesiagaan, kepekaan, dan ketanggapan. Interaksi tersebut mengembangkan kelekatan pada masing-masing pihak yang terlibat dalam hubungan. Rasa percaya diri anak dapat tumbuh karena adanya rasa aman terhadap lingkungannya dan orang lain. Rasa aman juga akan mendorong anak untuk berani melakukan eksplorasi yang bermanfaat bagi perkembangan kompetensi.

Setelah perkembangan paham dua arah, area penting yang menjadi fokus penelitian adalah kaitan antara interaksi orangtua-anak dan relasi yang terbentuk. Interaksi dan waktu merupakan dua komponen mendasar bagi relasi orangtua-anak. Yang dimaksudkan dengan interaksi adalah suatu rangkaian peristiwa ketika individu A menunjukkan suatu perilaku X kepada individu B, atau A memperlihatkan X kepada B yang meresponnya dengan Y. Menurut Hindi (Lestari, 2013) relasi orangtua-anak mengandung beberapa prinsip pokok, yaitu:

1. Interaksi

Orangtua dan anak berinteraksi pada suatu waktu yang menciptakan suatu hubungan. Berbagai interaksi tersebut membentuk kenangan pada interaksi di masa lalu dan antisipasi terhadap interaksi di kemudian hari.

2. Kontribusi mutual

Orangtua dan anak sama-sama memiliki sumbangan dan peran dalam interaksi, demikian juga terhadap relasi keduanya.

3. Keunikan

Setiap relasi orangtua-anak bersifat unik yang melibatkan dua pihak, dan karenanya tidak dapat ditirukan dengan orangtua atau dengan anak lainnya.

4. Pengharapan masa lalu

Interaksi orangtua-anak yang telah terjadi membentuk suatu cetakan pada pengharapan keduanya. Berdasarkan pengalaman dan pengamatan, orangtua akan memahami bagaimana anaknya akan bertindak pada suatu situasi. Demikian pula sebaliknya anak kepada orangtuanya.

5. Antisipasi masa depan

Karena relasi orangtua-anak bersifat kekal, masing-masing membangun pengharapan yang dikembangkan dalam hubungan keduanya.

### C. Karakteristik Remaja

Individu mulai memasuki masa remaja (*adolescence*) disaat mencapai usia awal 10 hingga 12 tahun sampai pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun. Ketika individu berada di tahapan masa remaja, individu akan mulai mengerti akan kemandirian dan mulai sibuk mencari jati diri seperti apa yang sesuai dengan mereka. Hal itu sesuai dengan tahap kelima perkembangan psikososial yang dijelaskan oleh Erikson bahwa beberapa individu yang memasuki masa remaja akan mengalami tahap *identity vs identity confusion*. Makna dari tahap tersebut adalah individu mulai dihadapkan pada peran-peran baru yang terkait dengan proses kedewasaan. Apabila individu mampu menjalani peran-peran tersebut secara positif dan dapat menemukan jati dirinya, maka individu akan mendapatkan identitas yang diharapkan (*identity*).

Sedangkan individu yang tidak dapat menjalankan peran-peran terkait proses kedewasaan secara positif, maka individu akan mengalami kebingungan identitas (*identity confusion*). Selain itu, salah satu yang menjadi ciri khas pada masa remaja terkait perkembangan sosialnya yaitu mencari dan menemukan *peer group* yang sesuai untuk menjalin keakraban dan saling mendukung satu sama lain. Akibatnya, remaja akan meluangkan waktu lebih banyak bersama dengan teman-temannya.

### D. Membangun Pengasuhan Positif

Dalam membangun atmosfir pengasuhan yang positif, orangtua berperan sebagai partner yang interaktif terhadap anak. Orangtua yang dapat mengasuh anaknya dengan baik dan dilandasi pula oleh kelekatan (*attachment*) sejak masa bayi hingga mereka dewasa secara konsisten, maka anak akan merasa aman walaupun mereka jauh atau berada di samping orangtuanya serta mampu mengembangkan rasa kepercayaan mereka terhadap lingkungan di sekitarnya.

Selain itu, dengan pengasuhan yang mengembangkan *secure attachment*, rasa peka, dan tanggungjawab yang besar terhadap anak, maka hal itu akan meningkatkan kemauan dan kemampuan anak untuk menginternalisasikan aturan, nilai-nilai dalam keluarga, dan mampu meregulasi perilaku anak. Ketika orangtua membangun atmosfir pengasuhan positif dengan baik, maka orangtua tersebut akan menciptakan suasana saling menguntungkan antar anggota

keluarga dan kerjasama yang positif antara hubungan orangtua dan anak, khususnya individu yang berada di tahapan masa remaja.

#### **E. Langkah Membangun Hubungan Orangtua-Anak**

Sebagai orangtua kita sangat perlu membangun sebuah kebiasaan berinteraksi dan mempunyai relasi yang kuat dengan anak-anak kita. Agar anak-anak mulai terbiasa berinteraksi dan membangun relasi dengan orang lain di lingkungan luar. Hal ini dapat dilakukan dengan beberapa langkah seperti :

1. Menyempatkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga
2. Membangun hubungan yang harmonis
3. Berusaha membangun komunikasi yang baik dengan anak
4. Orangtua sebagai sumber informasi yang utama untuk bertanya
5. Memberikan pilihan dan dukungan yang intensif
6. Memberikan anak privasi dan keleluasaan pribadi
7. Menjadi pendengar yang baik
8. Batasi penggunaan internet yang kurang bermanfaat

#### **F. Kesimpulan**

Keluarga sebagai sarana utama dan perkembangan sosialisasi pada anak, karena itu hubungan orangtua dan anak harus diperhatikan dari kelekatan, penerimaan, kehangatan, rasa aman, kepercayaan dan perilaku positif sebagai acuan utamanya. Dalam hubungan mereka, kehangatan menjadi komponen mendasar dalam hubungan orangtua-anak yang dapat membuat anak merasa dicintai dan mengembangkan rasa percaya diri. Kehangatan memberi konteks bagi afeksi positif yang akan meningkatkan mood untuk peduli dan tanggap terhadap satu sama lain. Rasa aman merupakan dimensi dalam hubungan yang berkembang karena interaksi yang berulang yang memperlihatkan adanya kesiagaan, kepekaan, dan ketanggapan. Interaksi tersebut mengembangkan kelekatan pada masing-masing pihak yang terlibat dalam hubungan. Rasa percaya diri anak dapat tumbuh karena adanya rasa aman terhadap lingkungannya dan orang lain. Rasa aman juga akan mendorong anak untuk berani melakukan eksplorasi yang bermanfaat bagi perkembangan kompetensi. Relasi orangtua dan anak memiliki 5 prinsip

pokok yang terdiri dari interaksi, kontribusi mutual, keunikan, pengharapan masa lalu dan antisipasi masa depan. Orang tua juga diharapkan dapat membina hubungan dan kelekatan yang baik dengan anaknya

**BAB 5**

**FAKTOR AYAH**

**DALAM**

**PENGASUHAN POSITIF**

## BAB 5

### FAKTOR AYAH DALAM PENGASUHAN POSITIF

#### A. Pengantar

Secara umum, pria bertanggung jawab untuk mendukung istri dan anak-anaknya secara finansial, sedangkan wanita bertanggung jawab untuk menjaga rumah tangga. Menurut Mintz (Kail, 2010), pembagian kerja antara suami dan istri mempengaruhi peran mereka sebagai orangtua. Pada keluarga di abad ke-19, ibu diasumsikan memiliki lebih banyak tugas membesarkan anak karena ayah bekerja dan jauh dari rumah. Sekarang ini, peran ayah diasumsikan ulang oleh perubahan ideologi dan teknologi dalam masyarakat kita. Selain itu, sekarang ini banyak ayah yang berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosialisasi anak-anaknya.

Dahulu konsep pembagian peran antara ayah dan ibu dapat dilihat dengan jelas. Ibu memberikan rasa aman di dalam rumah sedangkan ayah yang mengajak anak-anak untuk berani menjelajahi dunia luar berbekal rasa aman yang telah tertanam. Peran itu kini mulai membur. Ibu jauh lebih baik dalam *multi-tasking* dan ayah tampaknya terlalu terlibat dalam satu kegiatan dengan mengesampingkan pemberian makan dan pakaian anak setelah mereka. Ibu cenderung lebih berwibawa dan fleksibel dalam gaya pengasuhan dan lebih responsif secara emosional. Mereka cenderung terpolarisasi dalam gaya pengasuhan mereka, baik permisif atau otoriter. Wanita ingin pria menjadi dewasa dan orangtua yang setara sehingga mereka tidak hanya mengandalkan teman bermain untuk anak mereka. Ibu dan ayah sama-sama memiliki peran penting dalam merawat, melindungi, memberi dukungan finansial dan yang terpenting menjadi teladan dalam berperilaku, baik pada aspek emosional maupun sosial.

Ayah cenderung memaksa anak lelakinya untuk pencapaian yang lebih besar, tetapi menerima jika anak perempuannya bergantung padanya (Darling et al., 2019). Meskipun peran ayah dan ibu semakin mirip, cara-cara melakukannya berbeda sehingga pengaruhnya terhadap anak juga berbeda. Penelitian membuktikan bahwa sikap seorang ayah yang penuh kasih mendukung, dan terlibat dalam kehidupan anak akan membantu mengoptimalkan perkembangan sosial, bahasa, dan kognitif anak. Bukan sekedar keberhasilan akademis. Anak

yang memiliki ayah yang terlibat ini juga akan memiliki sumber daya inti yang kuat, rasa sejahtera, dan harga diri anak yang sehat serta autentik.

## **B. Co-parenting**

*Co-parenting* atau pengasuhan bersama, didefinisikan oleh Doherty dan Beaton (Santrock, 2018) sebagai jumlah dukungan yang saling diberikan oleh orangtua dalam membesarkan anak. Sedangkan Brooks (2011) mengatakan bahwa *co-parenting* tidak hanya berfokus pada hubungan dalam pernikahan, tetapi pada bagaimana dua atau lebih figur *parenting* berelasi satu sama lain seperti mereka bekerja bersama dalam membesarkan anak. *Co-parenting* ini dapat dilakukan dalam kondisi orangtua masih terikat pernikahan, berpisah (*separated*), bercerai (*divorced*), atau telah menikah kembali.

*Parenting* adalah tugas yang disandang oleh pasangan suami-isteri ketika mereka sudah mempunyai keturunan dengan mengarahkan anak menjadi individu yang mandiri di masa dewasanya. Ayah dan ibu adalah pasangan yang dating dengan latar belakang yang berbeda. Perbedaan ini idealnya dapat saling melengkapi sehingga pasangan akan dapat menjalankan rumah tangga dan perkawinan dengan lancar. Demikian pula dengan pengasuhan anak, orangtua akan memberikan model yang lengkap bagi anak-anaknya dalam menjalani kehidupan. Oleh karena itu, kerjasama dalam pengasuhan atau *co-parenting* adalah hal yang sangat penting (Andayani & Koentjoro, 2004). *Co-parenting* merujuk bagaimana seorang ibu dan ayah dapat bekerjasama dalam mendidik anak ditengah kesibukan kariernya.

*Co-parenting* adalah pengasuhan yang mempunyai gagasan kedua orangtua terlibat secara seimbang pada anak (Andayani & Koentjoro, 2004). *Co-parenting* tidak hanya berfokus pada hubungan pernikahan, tetapi pada bagaimana dua atau lebih figure *parenting* berelasi satu sama lain seperti mereka bekerja bersama dalam membesarkan anak (Brooks, 2011). Sedangkan Kelly & Dupasquier (2016) mengatakan bahwa pasangan atau mitra dalam parenting merupakan sumber utama dukungan sosial. *Co-parenting* mengacu pada cara orangtua untuk bekerja bersama sebagai pasangan, melakukan negoisasi dalam membesarkan anak dan saling mendukung satu sama lain. *Co-parenting* mungkin di konseptualisasikan serupa dengan bagaimana gaya pengasuhan atau bagaimana ibu dan ayah saling mendukung dalam proses interaksi sehari-hari yang melibatkan perawatan anak. Gagasan *co-parenting* ini dapat

diaplikasikan dalam kondisi orangtua masih terikat pernikahan, berpisah, bercerai, dan atau telah menikah kembali.

Mc. Hale (Bornstein, 2002) menyebutkan ada beberapa aspek penting untuk mewujudkan *co-parenting* yang efektif. Aspek-aspek tersebut adalah kerjasama, komunikasi yang efektif, usaha untuk berkoordinasi, aturan standar yang disepakati untuk anak, batasan-batasan yang jelas dalam rumah tangga, kedekatan emosional dan adanya ikatan atau konektivitas.

Sejalan dengan itu, Feinberg (Poblete & Gee, 2018) menegaskan bahwa *co-parenting* mengacu pada interaksi antara orangtua dengan anak-anaknya, tidak termasuk kedalamnya hal-hal yang tidak terkait dengan proses membesarkan anak, seperti romantika, hubungan seksual, emosi, finansial dan aspek legal dari kedua orangtua tersebut. Mc.Haledkk. (Brooks, 2011) juga menambahkan bahwa fungsi unit *co-parenting* yang efektif adalah dimana figur orang dewasa berkolaborasi untuk menyediakan sebuah bentuk komunikasi keluarga untuk mendukung dan memiliki rasa solidaritas pada anak, sebuah aturan yang konsisten, standard dan dapat diprediksi, serta rumah yang nyaman dan aman. Dalam hal ini *co-parenting* juga dapat dilakukan, meskipun kedua orangtua tidak berada dalam sebuah rumah secara bersama.

Pasangan atau mitra dalam *parenting* merupakan sumber utama dukungan sosial. *Co-parenting* mengacu pada cara orangtua untuk bekerja bersama sebagai pasangan, melakukan negosiasi dalam membesarkan anak dan saling mendukung satu sama lain (Poblete & Gee, 2018). *Co-parenting* mungkin dikonseptualisasikan serupa dengan bagaimana gaya pengasuhan, atau bagaimana ibu dan ayah saling mendukung dalam proses interaksi sehari-hari yang melibatkan perawatan anak. Meskipun demikian, Gable, Crnic & Belsky (Andayani & Koentjoro, 2004) mengemukakan bahwa salah satu orangtua dapat memperkuat upaya orangtua lain, atau justru bertentangan dan merusak upaya-upaya yang lain. Gagasan mengenai *co-parenting* ini dapat diaplikasikan kedalam keluarga yang utuh atau keluarga yang bercerai, keluarga yang berpisah dan keluarga yang menikah kembali.

Selanjutnya, Mc.Haledkk. (Bornstein, 2002) mengatakan bahwa ada beberapa aspek yang penting untuk mewujudkan *co-parenting* yang efektif. Aspek- aspek tersebut adalah kerjasama, komunikasi yang efektif, usaha untuk berkoordinasi, aturan standar yang disepakati untuk anak, adanya batas-batas kewenangan yang jelas dalam rumah tangga, kedekatan emosional dan adanya ikatan atau konektivitas.

Manfaat *co-parenting* terdapat beberapa penelitian menunjukkan bahwa solidaritas orangtua, kerjasama dan kehangatan menunjukkan ikatan yang jelas dengan perilaku prososial dan kompetensi anak dalam hubungan dengan teman sebayanya. Ketika orangtua menunjukkan kerjasama, sikap saling menghormati, komunikasi yang seimbang dan penyesuaian terhadap kebutuhan masing-masing, maka akan membantu anak dalam membentuk sikap positif terhadap laki-laki maupun perempuan (Santrock, 2018). *Co-parenting* yang bersifat kooperatif akan meningkatkan perkembangan anak.

Keterlibatan ayah dalam pola pengasuhan anak telah mengembalikan pada hakikat hidup berkeluarga yaitu terciptanya hubungan yang harmonis dengan pasangan dan kebahagiaan dalam pernikahan. Terdapat lima factor penting yang mempengaruhi keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak, yaitu:

1. Faktor ibu

Faktor ini berpengaruh pada corak interaksi ayah dan anak, karena dalam hal ini ibu merupakan orang yang selalu memberikan evaluasi pada ayah ketika terlibat dengan anak-anak.

2. Faktor ayah sendiri

Keaktifan ayah dalam mengasuh anak bisa memberikan kecemasan pada ibu karena merasa kehilangan identitas keibuannya. Oleh karena itu perlu adanya factor *co-parental* antar suami istri. Ketika hubungan dengan istri kurang memuaskan atau penuh konflik, ayah cenderung menjauh dari anak. Namun jika ayah masih berinteraksi dengan anak ketika hubungan suami istri tidak memuaskan, maka pola perilakunya terhadap anak juga cenderung kurang positif dan suportif.

3. Faktor anak

Ayah cenderung lebih nyaman berinteraksi dengan anak laki-laki daripada anak perempuan. Oleh karena itu karakteristik anak juga sangat diperhatikan dalam pola pengasuhan.

4. Faktor *co-parental*

Faktor *co-parental* antar suami istri. Ketika hubungan dengan istri kurang memuaskan atau penuh konflik, ayah cenderung menjauh dari anak. Namun jika ayah masih berinteraksi dengan anak ketika hubungan suami istri tidak memuaskan, maka pola perilakunya terhadap anak juga cenderung kurang positif dan suportif.

## 5. Faktorkonstektual

Faktor yang berkaitan dengan ekonomi keluarga, dukungan sosial, dan bantuan dari orang-orang terdekat seperti keluarga asal dan saudara lain. Kemampuan ekonomi ayah berdampak pada kesejahteraan psikologis suami istri dan selanjutnya berdampak pada cara pengasuhan anak.

### C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterlibatan Ayah

Andayani & Koentjoro (2004) mengemukakan faktor-faktor yang memengaruhi keterlibatan ayah sebagai berikut :

#### 1. Faktor Kesejahteraan Psikologis

Dalam faktor kesejahteraan psikologis orangtua dalam kondisi rendah, orientasi orangtua adalah lebih kepada pemenuhan kebutuhannya sendiri sehingga dapat diprediksi bahwa perilaku orangtua terhadap anak lebih terpusat pada bagaimana orangtua mencapai keseimbangan diri. Contoh kesejahteraan psikologis rendah depresi

#### 2. Faktor Kepribadian

Kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola emosinya. Dalam proses mengasuh anak ekspresi emosi dapat berperan pula pada proses pembentukan pribadi anak.

#### 3. Faktor Sikap

Sikap adalah kumpulan keyakinan, perasaan, dan perilaku terhadap orang atau objek. Dalam konteks pengasuhan, sikap muncul dalam area seputar kehidupan keluarga dalam pengasuhan, seperti sikap tentang siapa yang bertanggung jawab atas pengasuhan anak.

#### 4. Faktor Keberagamaan

Ayah yang religious cenderung bersikap egalitarian dalam urusan rumah tangga dan anak-anak mereka. Mereka tidak keberatan untuk mengerjakan tugas rumah tangga dan mengasuh anak. Selanjutnya, sikap egalitarian inilah yang meningkatkan keterlibatan ayah dengan anak-anaknya.

#### **D. Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak**

Peran ayah lebih merujuk pada perannya dalam *parenting*. Idealnya ayah dan ibu mengambil peran yang saling melengkapi dalam kehidupan rumah tangga dan perkawinannya, termasuk dalam berperan sebagai model yang lengkap bagi anak-anak dalam menjalani kehidupannya. Peran ayah dapat dijelaskan sebagai suatu peran yang dijalankan dalam kaitannya dalam tugas untuk mengarahkan anak menjadi mandiri di masa dewasanya, baik secara fisik maupun biologis. Bahkan, ayah bertanggung jawab secara primer terhadap kebutuhan financial keluarga. Peran ayah sama pentingnya dengan peran ibu dan memiliki pengaruh dalam perkembangan anak walaupun pada umumnya menghabiskan waktu relative lebih sedikit dibandingkan dengan ibu.

Selain tugas pokok sebagai penyedia kebutuhan anak, ayah mempunyai perilaku pengasuhan yang khas antara lain: interaksi ayah-anak berorientasi pada gerak dan bermain, membantu anak bereksplorasi dan menyukai tantangan, ayah mampu mengajarkan sikap asertif, kebijaksanaan, pengambilan keputusan, ayah merupakan pendisiplin yang tegas, anak dapat belajar sifat maskulin sekaligus sebagai model pria dewasa, dan ayah merupakan peletak dasar kemampuan intelektual anak. Namun di sisi lain tetap dibutuhkan peran ayah untuk memberikan afeksi, merawat anak, dan mendukung anak untuk mencapai keberhasilan.

#### **E. Dimensi-Dimensi Peran Ayah**

Dimensi-dimensi keterlibatan ayah dalam pengasuhan (Bornstain, 2002), meliputi:

1. *Paternal Engagement*

Yaitu pengalaman ayah berinteraksi langsung dan melakukan aktivitas bersama. Contoh bermain-main, meluangkan waktu bersama, dan seterusnya.

2. *Paternal Accessibility*

Yaitu kehadiran dan kesediaan ayah untuk anak. Orangtua ada didekat anak tetapi tidak berinteraksi secara langsung dengan anak. Contoh menemani anak belajar, menjaga saat anak bermain.

### 3. *Paternal Responsibility*

Yaitu sejauh mana ayah memahami dan memenuhi kebutuhan anak, termasuk memberikan nafkah dan merencanakan masa depan anak. Contoh menyiapkan sekolah untuk anak, memenuhi kebutuhan sehari-hari anak

Palkovitz (2002) menyimpulkan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memiliki beberapa definisi, diantaranya:

- a. Terlibat dengan seluruh aktivitas yang dilakukan oleh anak.
- b. Melakukan kontak dengan anak
- c. Dukungan finansial
- d. Banyaknya aktivitas bermain yang dilakukan bersama-sama.

Keterlibatan dalam pengasuhan juga diartikan sebagai seberapa besar usaha yang dilakukan oleh seorang ayah dalam berpikir, merencanakan, merasakan, memperhatikan, memantau, mengevaluasi, mengkhawatirkan serta berdoa bagi anaknya (Palkovitz, 2002). Menilik dari perspektif anak, keterlibatan ayah diasosiasikan dengan ketersediaan kesempatan bagi anak untuk melakukan sesuatu, kepedulian, dukungan dan rasa aman. Anak yang ayahnya terlibat dalam pengasuhan dirinya akan memiliki kemampuan sosial dan kognitif yang baik, serta kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini terjadi bila ayah mengembangkan model pengasuhan yang positif. Keterlibatan akan menimbulkan efek yang negatif apabila dalam praktek pengasuhannya, ayah menunjukkan perilaku negatif, dan melibatkan hukuman fisik.

Dari hal diatas dapat disimpulkan keterlibatan ayah dalam pengasuhan akan membawa manfaat besar bagi perkembangan anak, hanya apabila keterlibatan tersebut cocok, hangat, bersifat positif, membangun dan memfasilitasi anak untuk berkembang.

## **F. Manfaat Keterlibatan Pengasuhan Ayah Bagi Anak**

### 1. Perkembangan Kognitif

Bayi yang telah menerima perlakuan serta pengasuhan dari figur ayah akan menunjukkan peningkatan kemampuan kognitif pada usia 6 bulan. Pada saat menginjak usia 1 tahun, mereka akan menunjukkan peningkatan fungsi kognitif, baik dalam hal

pemecahan masalah, pada usia 3 tahun memiliki tingkat intelegensi lebih tinggi dari seusianya (Hurlock, 2012). Ketika diperbandingkan dengan ibu, pola pembicaraan ayah dengan balita lebih diarahkan ke hal yang sifatnya pertanyaan misalnya apa, kemana; hal ini mengakibatkan anak akan lebih komunikatif dalam berinteraksi, menggunakan kosakata dan kalimat yang lebih bervariasi.

Mereka yang mendapat pengasuhan dari ayah, akan menunjukkan prestasi akademik. Dukungan akademik yang diberikan oleh ayah, berkorelasi positif dengan motivasi akademik remaja. Mereka akan termotivasi untuk melakukan performansi akademik terbaik, dan mengutamakan nilai akademik dalam hidup. Secara jangka panjang, anak yang dibesarkan dengan keterlibatan ayah dalam pengasuhan akan memiliki prestasi akademik serta ekonomi yang baik, kesuksesan dalam karir, pencapaian pendidikan terbaik, dan kesejahteraan psikologis (Flouri, 2005).

## 2. Perkembangan Emosi dan Kesejahteraan Psikologis

Keterlibatan ayah dalam kehidupan anak berkorelasi positif dengan kepuasan hidup anak, kebahagiaan (Flouri, 2005) dan rendahnya pengalaman depresi. Penerimaan ayah secara signifikan mempengaruhi penyesuaian diri remaja, salah satu faktor yang memainkan peranan penting bagi pembentukan konsep diri dan harga diri. Secara keseluruhan kehangatan yang ditunjukkan oleh ayah akan berpengaruh besar bagi kesehatan dan kesejahteraan psikologis anak, dan meminimalkan masalah perilaku yang terjadi pada anak (Lila et al., 2007).

## 3. Perkembangan Sosial

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan secara positif berkorelasi dengan kompetensi, inisiatif, kematangan sosial dan *relatedness* (Stolz et al., 2005). Remaja yang memiliki kelekatan dengan ayah memiliki interaksi yang minimal konflik dengan teman sebayanya. Kehangatan, bimbingan serta pengasuhan yang diberikan oleh ayah memprediksi kematangan moral, yang diasosiasikan dengan perilaku prososial dan perilaku positif yang dilakukan baik oleh anak perempuan maupun anak laki-laki.

#### 4. Kesehatan Fisik

Ayah secara tidak langsung berperan terhadap kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis anak, ketika memberikan dukungan optimal terhadap pasangannya (istri). Suami yang memberikan dukungan emosional kepada istri yang hamil, mengakibatkan terjadinya kondisi kehamilan prima dan proses persalinan normal serta anak yang sehat. White dkk, (2021) menyatakan anak-anak yang tidak tinggal bersama ayah, sebagian besar mengalami masalah kesehatan.

Peningkatan yang besar pada penelitian mengenai *co-parenting* telah terjadi dalam dua decade terakhir ini. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa koordinasi yang buruk, peremehan yang dilakukan oleh orangtua, kurangnya kerjasama dan kehangatan dan pemutusan hubungan dari salah satu orangtua, merupakan kondisi yang membuat anak menghadapi resiko perkembangan (Santrock, 2018). Sebaliknya, solidaritas orangtua, kerjasama dan kehangatan menunjukkan ikatan yang jelas dengan perilaku prososial dan kompetensi anak dalam hubungan dengan teman sebayanya. Sebagai contoh, dalam sebuah studi yang dilakukan oleh Mc.Hale, Johnson & Sinclair (Santrock, 2018) menyebutkan bahwa anak berusia 4 tahun dari keluarga yang tingkat kerjasama dan dukungannya rendah dalam *co-parenting*, lebih cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian social dibandingkan teman-teman sekelas mereka di taman bermain.

Ketika orangtua menunjukkan kerjasama, sikap saling menghormati, komunikasi yang seimbang dan penyesuaian terhadap kebutuhan masing-masing, maka akan membantu anak dalam membentuk sikap yang positif terhadap laki-laki maupun perempuan. Lebih mudah bagi keluarga yang bekerja dalam menghadapi perubahan kondisi, ketika ayah dan ibu bekerjasama dan berbagi tanggung jawab pengasuhan anak secara adil. Stress ibu menjadi berkurang dan dia bersikap lebih positif terhadap suaminya ketika suaminya merupakan mitra yang mendukung.

*Co-parenting* yang bersifat kooperatif akan meningkatkan perkembangan anak. Sebuah studi yang dilakukan oleh Feinberg dkk, (2009) mengenai peningkatan *co-parenting* melalui program *psikoeducational* menunjukkan hasil bahwa program tersebut meningkatkan *co-parenting* yang positif antara orangtua. Selain itu, dampak program tersebut memperbaiki aturan antara orangtua dengan anak. Hasil lainnya menunjukan bahwa intervensi yang bersifat preventif bagi keluarga yang memasuki masa transisi menjadi orangtua dapat menjadi

pendekatan yang efektif untuk mempromosikan hubungan keluarga yang positif, penyesuaian orangtua, dan perkembangan anak.

### **G. Art of Listening**

Mendengarkan secara aktif alat khusus yang digunakan orangtua dalam pembinaan, adalah istilah thomas gordons untuk apa yang orangtua lakukan saat merefleksikan perasaan anak-anak mereka. Orangtua mendengarkan statement anak-anak, perhatikan dengan seksama perasaan yang dikelirangkan, dan kemudian bingkai respons *similare* terhadap pernyataan anak-anak. Jika seorang anak mengatakan bahwa dia merasa terlalu ingin belajar mata pelajaran di sekolah, orangtua tersebut memberi umpan balik kepadanya bahwa dia merasa dia tidak cukup pintar. Jika tanggapan orangtua itu akurat, anak tersebut menegaskan umpan baliknya dengan respon positif. Jika interpretasi orangtua salah, anak menunjukkan bahwa dia bisa memperbaiki salah tafsir dengan memperluas perasaannya. Orangtua dapat terus aktif mendengarkan untuk mengerti apa yang sedang terjadi pada anak.

Mendengarkan secara aktif memiliki banyak kelebihan(O'Rourke, 2005). Pertama, membantu anak mengekspresikan perasaan secara langsung dan efektif. Saat perasaan diungkapkan dan orangtua menerima, anak-anak merasa mengerti dan belajar bahwa mereka sama seperti orang lain. Kedua, karena perasaan diungkapkan, orangtua dan anak-anak bersama-sama mengetahui bahwa yang jelas bukanlah masalah nyata atau mendasar. Ketiga, mendengarkan perasaan anak terkadang dibutuhkan untuk menyelesaikan masalah. Sering kali kita sedih atau marah, kita hanya ingin mengungkapkan perasaan dan ada seseorang yang merespons.

Mendengarkan secara aktif membutuhkan ketekunan, kesabaran, dan komitmen kuat untuk menghadiri tiap kata anak dan petunjuk perilaku yang menyertainya. Selanjutnya ada saatnya mendengarkan secara aktif tidak tepat. Jika seseorang anak meminta informasi, berikan informasinya. Jika seorang anak tidak ingin memberi tahu tentang sepengetahuannya, hormati privasi anak-anaknya dan jangan menyelidiki. Similaris, jika mendengarkan secara aktif dan *dialogue* sudah sampai anak tersebut mau pergi, maka orangtua perlu menyadari bahwa inilah saatnya berhenti.

## **H. *Father Communicate Differently***

### **1. Cara Ayah Bermain**

Ayah cenderung suka melakukan aktivitas-aktivitas fisik yang menyenangkan bersama anaknya, seperti menggelitiki anak, bergelut (meski dengan anak perempuan), dan melempar anak ke udara (meskipun ibu selalu mengingatkan untuk tidak terlalu tinggi). Para ayah juga senang mengejar-ngejar anaknya, kadang berpura-pura menjadi monster. Anak-anak yang bermain dengan ayahnya akan belajar bahwa menggigit, menendang, dan bentuk-bentuk kekerasan fisik lainnya tidak dapat diterima. Anak belajar untuk mengontrol diri ketika diberitahu bahwa “*enough is enough*” dan kapan harus berhenti. Baik anak perempuan maupun lelaki akan belajar keseimbangan antara agresi dan kelembutan.

### **2. Cara Ayah Berkomunikasi**

Biasanya para ibu lebih ekspresif dalam berkomunikasi dan akan menyederhanakan kata-katanya agar sesuai dengan pengertian anak. Sedangkan, para ayah cenderung tak mengubah bahasanya ketika berbicara dengan anak. Hal ini dapat dikatakan ayah dan ibu saling melengkapi. Cara ibu akan memudahkan komunikasi langsung, anak juga dapat mengerti, sedangkan cara ayah menantang anak untuk memperluas kosakata dan kecakapan bahasanya, sehingga hal tersebut dapat menjadi pondasi untuk keberhasilan akademis anak.

### **3. Cara Ayah Mendisiplinkan Anak**

Ayah akan lebih menekankan keadilan, kesetaraan, dan kewajiban (berdasarkan aturan). Sedangkan ibu lebih menyentuh sisi emosional anak seperti lebih memperhatikan simpati, kepedulian, dan pertolongan (berdasarkan hubungan). Ayah cenderung mengamati dan memaksakan aturan secara sistematis dan tegas, serta mengajari anak konsekuensi benar dan salah. Sedangkan ibu cenderung memberi rasa pengharapan. Penggabungan keduanya akan menciptakan keseimbangan yang sehat.

#### 4. Ayah Mempersiapkan Anaknya Menghadapi Dunia Nyata

Ayah memandang bahwa sikap dan perilaku memiliki konsekuensi. Contohnya, para ayah akan mengatakan kepada anak bahwa jika mereka tidak berprestasi baik di sekolah, mereka tidak akan mendapatkan pekerjaan yang diinginkan. Karena itu, para ayah menyiapkan anak-anaknya untuk menghadapi realitas dan kerasnya dunia. Ayah juga memperlihatkan seperti apakah dunia laki-laki. Bagaimanapun laki-laki dan perempuan berbeda. Makan secara berbeda, berpakaian berbeda. Menghadapi dan mengatasi masalah juga berbeda. Baik anak lelaki maupun perempuan yang tumbuh besar bersama dengan seorang ayah akan lebih terbiasa dan merasa aman dengan dunia laki-laki. Karena itu anak-anak perempuan yang memiliki orangtua lengkap dengan keterlibatan ayah dalam pengasuhannya akan lebih mungkin memiliki hubungan yang sehat dengan lawan jenisnya. Anak belajar dari ayahnya bagaimana pria sejati bertindak dan memperlakukan wanita, anak tahu tindakan dan sikap seperti apa yang tidak layak dan perilaku seperti apa yang menunjukkan cinta sejati. Sedangkan anak laki-laki yang tumbuh besar bersama ayahnya yang terlibat juga cenderung sedikit melakukan kekerasan. Bukan hanya maskulinitas yang diperkuat, tetapi anak juga belajar dari ayahnya tentang bagaimana menyalurkan kelelakian dan kekuatannya dalam cara-cara yang positif. Para ayah akan membantu anak lelakinya untuk memahami seksualitas lelaki yang layak beserta *hygiene* dan perilaku lelaki sesuai dengan umurnya.

##### ***I. Respectful Discipline***

Mengapa anak tidak disiplin, sulit ditertibkan, suka membantah, dan cenderung selalu ingin memberontak, membantah, atau melawan perintah? Mengapa anak-anak seakan akan mendapatkan kepuasan batin jika mereka berhasil membuat orangtua kesal dan marah? Padahal, apa yang disampaikan adalah hal yang baik dan positif?

Sebagian orangtua yang memiliki anak dirumah menghadapi persoalan yang sama, disiplin yang buruk adalah satu aspek yang mengganggu keharmonisan hubungan orangtua dengan anak. Disiplin yang buruk akan menyebabkan relasi dan interaksi anggota keluarga terganggu.

Penyebab anak-anak berkelakuan buruk dan tidak disiplin, antara lain:

1. Sikap, perilaku, perangai atau keteladanan orangtua atau pemimpin keluarga buruk, sehingga anak2 meragukan kapasitas dan kapabilitas orangtua
2. Orangtua membiarkan permusuhan, perseteruan atau percekcoan berlangsung di tengah keluarga tanpa ada solusi
3. Orang mentolerir, memperbolehkan, atau membiarkan pergaulan. Orangtua permisif terhadap anak, sehingga mereka bisa melakukan apa saja tanpa perlu memahami perilaku yang benar dan salah
4. Orangtua memberikan toleransi berlebihan kepada anak sehingga anak cenderung melanggar kesepakatan
5. Orangtua menerapkan pendidikan dan pengajaran yang buruk dan tidak bermutu
6. Orangtua pilih kasih pada anak-anak sehingga menimbulkan permusuhan, perseteruan, iri hati, cemburu dan dendam. Anak merasakan adanya tindakan diskriminatif.

#### ***J. Father Factor of Positive Parenting***

Keluarga dengan orangtua dan anak kecil, biasanya ibu yang lebih banyak mengajarkan perilaku disiplin daripada ayah. Teori peran menunjukkan bahwa temuan ini mungkin disebabkan oleh norma dan harapan bersama tentang bagaimana individu harus bersikap dalam situasi tertentu, yang juga berlaku untuk peran dan tanggung jawab yang berbeda ibu dan ayah di keluarga dan dapat menyebabkan perbedaan dalam interaksi mereka dengan anak mereka.

Meski para ibu lebih sering mendisiplinkan, ayah yang disiplin memiliki peran lebih kuat dalam membangun kedisiplinan. Ibu, di sisi lain, mencoba beralasan dengan anak-anak mereka dan bergantung pada keterikatan emosional anak-anak terhadap perilaku mereka. Meskipun Ibu dan Ayah sepertinya tidak berada di halaman yang sama, pendekatan yang beragam ini bisa sangat efektif dalam mendisiplinkan anak-anak.

Peran yang dimainkan ayah sebagai pendisiplin perlu mendapatkan perhatian khusus. Mengajari anak untuk disiplin seringkali sulit dan membuat frustrasi. Secara unik Ayah memiliki peran khusus dalam mendisiplinkan anak, terutama laki-laki. Mungkin sebagian karena anak laki-laki sering lebih cenderung menanggapi disiplin oleh seorang pria. Seorang ayah harus menjaga kontrol emosinya, bahasa tubuhnya, dan tangannya saat dia mengajarkan perilaku disiplin kepada anak-anaknya. Ayah yang berteriak pada anak mereka, yang memukul meja, atau dengan cara kekerasan fisik dapat dikategorikan gagal sebagai pendisiplin, baik

karena mereka pemodelan perilaku buruk dan karena kurang menghormati anak-anak mereka saat mereka membiarkan emosinya. Sayangnya, banyak ayah mengalami rasa frustrasi ketika mereka merasa tidak bisa mengendalikan anak-anak, karena mereka tidak bisa mengendalikan kemarahan mereka, atau karena tidak tahu cara lain.

Setiap ayah perlu mengerti bagaimana mendisiplinkan anak dengan benar, bukan hanya karena ini dapat membantu memastikan bahwa seorang anak diperlakukan dengan baik tapi juga karena itu adalah salah satu alat yang paling penting untuk mengajar anak Disiplin bukan hanya tentang hukuman atau koreksi kenakalan. Lebih Secara umum, disiplin juga mengajarkan anak menjalankan kontrol diri dan mematuhi otoritas yang sah. Ayah dapat mempelajari strategi untuk mengendalikan kemarahan mereka, seperti mengenali fisik mereka sendiri dan isyarat emosional yang menyarankan mereka terlalu marah berurusan dengan situasi pada saat itu dan belajar berjalan menjauh dari situasi sampai mereka mencapai keadaan emosional yang lebih tenang. Terkadang, kemarahan seorang ayah mungkin didasarkan pada isu-isu pribadi, seperti pengalaman sendiri dengan ayahnya saat ia masih kecil.

Kunci dari disiplin yang baik adalah:

1. Tetapkan aturan yang jelas dan tegakkan aturan tersebut.
2. Konsisten.
3. Tidak melakukan tindakan agresif dan kekerasan. Ini hanya akan mengajarkan anak-anak untuk melakukan tindakan serupa yang lebih keras di masa depan.
4. Jauhkan kemarahan dari disiplin. Ini juga membantu orangtua menahan diri dari tidak pantas atau tidak disiplin yang berlebihan
5. Jangan menyamakan perilaku buruk dengan *labeling* anak nakal. Orangtua perlu mengungkapkan secara verbal kepada anak-anak mengenai perilaku buruk yang tidak mereka sukai, bukan karena kenakalan sikecil.
6. Pujilah perilaku yang baik. Dengan memberikan pujian, dimaksudkan agar perilaku baik pada anak meningkat.
7. Kombinasikan aturan dan batasan setting dengan penjelasan. Memberitahu anak mengapa aturan tersebut diberlakukan secara apa adanya, dan mengapa mereka dihukum membantu mereka belajar mengapa sebuah perilaku tidak pantas untuk dilakukan.

Disiplin perlu ditegakkan atau diterapkan pada anak sejak mereka berusia dini. Keterlambatan atau kesalahan penerapan disiplin akan mengakibatkan kesulitan di kemudian hari. Dalam hal ini mengakkan disiplin dibutuhkan ketegasan, konsistensi dan kebijaksanaan karena walaupun anak yang satu dengan yang lainnya dilahirkan di rahim yang sama, tetapi setiap anak punya karakter yang berbeda dan hal itu menyebabkan perlakuan tiap anak juga berbeda. Aspek yang perlu diketahui tentang dunia anak adalah bahwa anak selalu menguji dan mengetahui sampai batas mana mereka diizinkan dan diperbolehkan dalam melanggar peraturan yang orangtua tegakkan, jika orangtua bersikap tidak konsisten terhadap peraturan yang dibuat maka anak akan kebingungan dan teknik disiplin yang dibuat tidak akan berhasil. Sebaliknya jika orangtua bersikap tegas, dan konsisten maka anak juga akan menghormati dan menghargai peraturan yang diberikan.

Disiplin positif adalah penerapan disiplin yang bertujuan tidak hanya mengatasi masalah tingkah laku, tetapi juga dapat membantu anak mengembangkan rasa percaya diri (*self confidence*), kedisiplinan diri, tanggung jawab, harga diri (*self-esteem*) yang sehat serta berbagai keterampilan hidup (*life skills*). Terutama keterampilan dalam memecahkan masalah. Orangtua perlu memerhatikan unsur 3R, yaitu *respect*, *rules*, dan *role models* sehingga beliau merumuskan prinsip 3R dalam menerapkan disiplin positif, yaitu sebagai berikut:

#### 1) *Respect* (menghargai anak)

Orangtua merupakan figur otoritas di rumah, namun dalam penerapan disiplin Anda harus menghargai anak, bukan hanya menuntut atau mengharuskan anak menuruti perintah. Hal yang dapat dilakukan orangtua adalah memberikan tanggung jawab di rumah, yang disesuaikan dengan usia dan kemampuan anak. Semisal memberikan tanggung jawab merapikan kembali mainan yang telah digunakan, tanggung jawab untuk tidak bermain dengan benda-benda yang berbahaya, atau pada anak yang sudah bersekolah dapat diajarkan bertanggung jawab merapikan peralatan sekolah yang akan dibawanya. Selain itu, Anda perlu bersikap adil dan seimbang dalam memberikan penghargaan terhadap tingkah laku yang diharapkan maupun konsekuensi terhadap tindakan yang tidak diharapkan.

Seringkali orangtua lebih menonjolkan kesalahan-kesalahan yang dilakukan anak dan memberikan hukuman ataupun teguran atas kesalahan tersebut. Tetapi jika anak

melakukan tingkah laku yang positif, tidak terlalu diperhatikan. Akan lebih baik bila orangtua fokus pada tindakan positif yang dilakukan anak, sehingga anak termotivasi untuk mengulangnya. Kemudian kontrol diri orangtua patut diperhatikan. Orangtua harus menjaga emosi agar tetap netral dalam menerapkan disiplin. Hal yang harus dihindari ketika anak melanggar disiplin adalah berteriak-teriak memarahinya, menyakiti secara fisik seperti memukul atau mencubit, serta mempermalukan anak. Dengan berteriak-teriak memarahi, anak menjadi tidak fokus pada tindakannya yang salah, tetapi lebih fokus pada rasa takut mendengar suara yang keras. Sedangkan hukuman fisik, dapat ditiru anak dan menjadi alternatif pemecahan masalah baginya kelak dalam memecahkan masalah.

## 2) *Rules* (Penerapan Aturan)

Menerapkan aturan pada si kecil harus bersifat jelas dan spesifik. Jadi, aturan berisi tingkah laku yang diharapkan dari anak atau tugas-tugas lainnya dapat dilakukan anak setiap hari. Aturan hendaknya disesuaikan dengan usia anak dan orangtua wajib bersikap tegas dan konsisten dalam menerapkan aturan, namun tetap disertai sikap tenang dan hangat.

## 3) *Role Models* (Menjadi Contoh bagi Anak)

Orangtua merupakan contoh bagi anak. Jadi jika orangtua mengharapkan anaknya bertingkah laku tertentu, hendaknya orangtua tersebut memberikan contoh dengan menampilkan tingkah laku tersebut karena anak belajar dengan cara meniru melalui apa yang ia lihat, apa yang ia dengar, dan apa yang ia rasakan.

Yelia menjelaskan bahwa sebaiknya ganti hukuman dengan konsekuensi. Selama ini, salah satu cara yang kerap dilakukan orangtua untuk mendisiplinkan anak yaitu dengan hukuman. Dalam disiplin positif dikenal adanya konsekuensi, yakni hal-hal yang mengikuti atau terkait dengan tindakan anak. Ada dua jenis konsekuensi, terdiri atas konsekuensi natural dan konsekuensi logis. Konsekuensi natural adalah konsekuensi yang terjadi secara alami, seperti kalau hujan-hujan akan basah, jika tidak makan akan kelaparan. Sedangkan konsekuensi logis merupakan konsekuensi dari pilihan yang dibuat oleh anak dan dapat ditentukan sesuai perjanjian.

Proses pembelajaran konsekuensi dapat dimulai saat anak mendapatkan suatu kesempatan, maka ia bertanggung jawab atas kesempatan tersebut dan memiliki konsekuensi yang menyertainya. Semisal anak mendapatkan kesempatan bermain bersama teman di luar rumah, maka anak bertanggung jawab menjaga tingkah lakunya selama bermain, seperti bertingkah laku sopan dan tidak menyakiti teman. Jika anak melanggarnya, konsekuensinya anak hanya boleh bermain di rumah, tentunya ia harus meminta maaf pada temannya tersebut. Konsekuensi dapat berupa kehilangan atau penundaan hal-hal yang disukai anak, contohnya anak tidak diperbolehkan main keluar rumah bersama teman selama beberapa hari karena ia memukul temannya.

Pada dasarnya penerapan konsekuensi lebih efektif dibandingkan memberi hukuman. Biasanya hukuman hanya fokus membuat anak jera, namun dalam jangka waktu pendek. Artinya anak jera saat diberi hukuman, tetapi kemudian mengulang tindakan yang sama di lain waktu. Sedangkan konsekuensi lebih fokus pada solusi dan bersifat jangka panjang. Tentu saja jika konsekuensi tersebut melibatkan anak dalam pembuatannya, disertai diskusi mengapa harus dilakukan, sehingga anak mengetahui kesalahannya dan dapat mengubah perilakunya.

Setelah disiplin positif berhasil dijalankan, maka orangtua perlu memperkuat tampilnya tingkah laku yang positif. Umumnya orangtua memberikan hadiah (*reward*) pada si kecil. Idealnya, pemberian *reward* harus sesuai dengan tindakan yang dilakukan anak, serta tetap fokus pada tingkah lakunya. Lebih baik jika orangtua memberikan dukungan (*encouragement*), saat anak melakukan tindakan positif maupun negatif. Dukungan dapat berbentuk pujian atau penghargaan bila anak melakukan tindakan positif, serta membantu anak mencari solusi ketika anak menampilkan tindakan negatif atau tidak diharapkan. Semisal anak mendapat nilai buruk di sekolah, orangtua dapat memberikan dukungan dengan mengatakan, “Sekarang kakak dapat nilai lima untuk ulangan matematika. Tapi mama tetap sayang kakak kok. Kira-kira gimana ya supaya lain kali kakak dapat nilai lebih tinggi?”. Dengan demikian, anak tetap merasa dirinya dihargai.

## ***K. Prepare Children for The Real World***

Definisi dari ‘dunia nyata’ setiap orang berbeda-beda tergantung pada tujuan, dimana tempat tinggalnya, serta status sosioekonomi. Yang paling penting adalah ‘dunia nyata’ menurut anak sepenuhnya tergantung pada tujuan dan harapan orangtua. Tetapi, perlu ditekankan realitas anak sangatlah berbeda dengan realitas orangtua, dimana orangtua tidaklah bisa menyesuaikan harapannya sesuai dengan apa yang anak pahami. ‘Dunia nyata’ yang orangtua khawatirkan adalah ketika anak-anaknya tidak dapat belajar bagaimana mengatasi masa depan.

Orang-orang bisa memproyeksikan harapan bagi anak-anak untuk menghadapi dunia nyata. Seharusnya anak-anak tidak dibiarkan sendirian menderita dan menyesuaikan dirinya untuk masa depan.

Keberadaan ayah dalam hal pengasuhan menjadi faktor penting dalam menyempurnakan kebahagiaan keluarga. Dimana peran utama ayah sendiri adalah menjadi teman bermain bagi anak-anaknya, tetapi hal ini bisa terjadi apabila adanya perubahan pola kerja, sehingga ayah memiliki waktu senggang yang banyak bagi anak-anaknya (Gestwicki, 2010). Interaksi dan pengalaman anak dengan ayahnya ini yang terjalin hingga dewasa akan sangat memengaruhi perkembangan kognitif dan sosio-emosionalnya. Kedekatan hubungan dalam pengasuhan inilah yang membuat ayah secara sadar akan pentingnya kebutuhan anak termasuk kebutuhan mereka untuk merasa bahagia. Pendapat ini diperkuat oleh Sousa (Prabaningrum, 2013)(, yang mengatakan bahwa ketika kita membuat orang lain bahagia, maka otak melepaskan zat kimia dopamin yang memberikan rasa nikmat dan indikasi untuk mengulangnya. Jadi, dengan menjadi teman bermain bagi anak, ayah akan merubah sikap kekakuannya menjadi khawatir. Ayah juga akan merasakan dicintai dan bahagia dapat bersenang-senang dengan anaknya. Berbeda dengan ibu yang lebih halus pada anak-anak. Biasanya ayah memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap tumbuh kembang anak. Tidak hanya dalam urusan akademis, ayah juga sebagai petunjuk (yang mengarahkan) hidup bagi anak. Tidak peduli berapapun usia ayah, anak akan ingat pertama kali ayah mengajarnya naik sepeda, menendang bola, dan memberi nasehat ketika anak dalam masalah. Dimana dalam hal ini ayah akan terus mendorong anaknya untuk mencapai batas tertinggi dalam hidup anak untuk mempersiapkannya dalam kehidupan nyata. Dorongan tersebut berupa motivasi terbesar bagi anak. Tetapi, perlu diingat bagi para ayah bahwa harus ada batasan antara memberikan dorongan dan membiarkan mereka menjadi diri sendiri.

Fungsi penting lainnya yang digunakan oleh ayah bagi kehidupan anak-anak mereka adalah sebagai panduan bagi dunia di luar rumah. Saat anak-anak berada di prasekolah, Ayah bisa mempersiapkan anak mereka sebaik-baiknya untuk orang luardunia dengan terlibat dalam permainan fisik dan semangat yang kuat mendorong langkah kecil menuju otonomi. Misalnya, ayah bisa mendorong anak-anak prasekolah untuk belajar berpakaian sendiri, berjabat tangan dengan tamu rumah, dan, lebih umum lagi, untuk mengatasi frustrasi kehidupan sehari-hari.

Saat anak-anak mulai sekolah, ayah bisa tahu anak mereka dari pengalaman mereka sendiri di sekolah dan mendorong mereka untuk belajar dengan giat, ajari mereka pengelolaan uang, atau mengajarkan mereka olahraga yang akan membantu anak mereka belajar tentang kerja sama tim.

Ayah dengan anak remaja harus memasukkan diskusi keyakinan inti dan pengalaman hidup mereka menjadi bias percakapan dengan remaja mereka dan makan bersama anak mereka secara teratur. Ayah juga perlu melibatkan anak-anak mereka di beberapa pekerjaan mereka atau kegiatan masyarakat sehingga bisa memberi gambaran kepada remaja dan anak-anak untuk merasakan kehidupan di luar rumah. Ayah juga harus berbicara dengan anak-anak mereka tentang tekanan teman sebaya, bahaya alkohol, narkoba, aktivitas seksual dini, dan kekerasan. Dan ayah harus memimpin dan memberi remaja mereka sedikit kebebasan lebih karena mereka bertambah dewasa, asalkan kebebasan ini sesekali digabungkan dengan dorongan dan saran, bersama dengan konsekuensi untuk penyalahgunaan kebebasan yang bertanggung jawab.

Singkatnya, ayah perlu mempersiapkan anak mereka untuk tantangan dan peluang masa dewasa dengan secara bertahap memberi mereka lebih banyak kesempatan untuk melakukannya secara independen dan memanfaatkannya dengan baik.

#### 1. Kontribusi Ayah dalam Kehidupan Anak

Menurut McLanahan dan Teitler (Brooks, 2011), mengidentifikasi ada 3 aspek kontribusi ayah dalam pola pengasuhan, yakni keuangan, sosial, dan komunitas. Kontribusi ayah dalam hal keuangan yang mana dapat meningkatkan sumber daya dengan tujuan meningkatkan pemeliharaan anak di dalam keluarga. Tanpa adanya sumber keuangan, keluarga mungkin tidak memiliki layanan seperti perawatan kesehatan dan layanan pendidikan ketika keluarga tersebut tinggal di lingkungan tempat tinggal yang serba kekurangan. Perlu dicatat bahwa sangat sulit bagi satu orang tua untuk menyediakan banyak perhatian, waktu, dan keseimbangan dalam hal mengasuh anak.

## 2. Kehadiran dan Ketidakhadiran Ayah

Berdasarkan beberapa data dari sampel longitudinal Sara McLanahan dan Julien Teitler (Brooks, 2011), mengatakan bahwa anak-anak dengan kehadiran dan ketidakhadiran ayah memiliki konsekuensi. Ketika terdapat kehadiran ayah pada keluarga utuh, tetapi anak tumbuh dengan kondisi ayah yang memiliki nilai atau pendidikan lebih rendah, maka anak kurang mendapatkan pendidikan atau mungkin putus sekolah dan kecil kemungkinan untuk mendapatkan dan mempertahankan aktivitas atau lebih cenderung melakukan hubungan seksual sejak dini dan tidak menutup kemungkinan mengalami kehamilan di luar nikah. Di Eropa sendiri ketidakhadiran ayah memiliki efek yang lebih besar memunculkan kehamilan di luar nikah bagi anak terutama remaja.

## 3. Peran Ayah dalam Perkembangan Anak

### a. Peran ayah dalam perkembangan sosial-emosional

- 1) Ketika ayah membantu menyelesaikan permasalahan anak;
- 2) Kebersamaan ayah dengan anak memberikan kenyamanan diri (*self esteem*), rasa percaya diri, dan keterampilan sosial anak yang nantinya dapat menjadi bekal anak untuk menghadapi kehidupan nyata;
- 3) Keterlibatan anak sebelum usia 7 tahun dapat memberikan perlindungan secara psikologis dalam hal menyesuaikan diri ketika mereka menjalani masa remaja, dimana sering adanya konflik di masa itu;
- 4) Keterlibatan ayah sejak dini menjadi sumber penting bagi perkembangan anak, dalam hal ini adalah kontribusi rasa aman dan penuh cinta.

### b. Perkembangan ayah dalam kecerdasan anak, antara lain:

- 1) Pengasuhan ayah lebih mengajarkan pada eksplorasi anak ke dunia luar;
- 2) Ayah terlibat dalam hal mengasuh dan bermain dapat meningkatkan kecerdasan anak dan memiliki pemrosesan bahasa yang baik;
- 3) Ayah lebih sering menggunakan permainan yang mengasah kreativitas anak, sehingga anak dapat berpikir kreatif dalam hal apapun nantinya.

### c. Peran ayah dalam perkembangan motorik (Gestwicki, 2010), antara lain:

- 1) Ayah mengajarkan permainan yang memberikan kesempatan pada anak untuk mengeksplorasi hal-hal di kehidupan nyata yang bisa dilakukan dengan tubuh mereka;

- 2) Ayah membantu anak untuk mengatur emosi saat mereka terlibat interaksi fisik dengan orang lain;
- 3) Bayi 6 bulan yang diasuh oleh ayahnya memiliki perkembangan motorik yang baik.

#### 4. Cara Mempersiapkan Anak untuk Menghadapi Masa Depan

Masa depan anak bisa dipersiapkan oleh orangtua sebaik mungkin, bisa mencakup beberapa strategi, yaitu:

- a. Memupuk potensi dan bakat anak. Setiap anak memiliki bakat dan potensi masing-masing, dan ini bersifat unik. Maka orangtua sebaiknya mengenal bakat dan potensi anak, memberikan motivasi kepada anak untuk mengembangkannya, diantaranya bisa dengan mengikutsertakan anak kepada kursus-kursus yang diminatinya.
- b. Membantu anak mengatasi konflik. Orangtua yang baik adalah orangtua yang berusaha memahami kondisi anaknya. Ketika anak sedang mengalami kesulitan atau sedang menghadapi konflik, tentu saja ada perubahan sikap dan perilaku anak yang bisa dikenal oleh orangtua. Orangtua bisa menanyakan dan berusaha menyediakan bantuan sesuai dengan kebutuhan anak. Namun menstimulasi kemandirian anak bisa juga dilakukan oleh orangtua.
- c. Menyelesaikan permasalahan dengan diskusi. Membiasakan anak untuk berpikir dan berdiskusi tentang segala hal merupakan sesuatu yang disarankan bagi pengasuhan orangtua. Setiap masalah yang dihadapi anak, bisa didiskusikan dengan orangtua untuk menemukan solusinya.
- d. Membiarkan anak membuat pilihan. Kemandirian anak harus dibangun sejak dini. Termasuk dalam membuat sebuah pilihan, misalnya dalam memilih sekolah. Dengan melatih kemandirian dalam membuat suatu pilihan, maka anak akan dididik pula untuk bisa bertanggung jawab terhadap pilihannya.
- e. Memberikan pendidikan moral yang baik bagi anak. Moralitas jauh lebih penting daripada kecerdasan intelektual. Pendidikan moral anak merupakan tanggungjawab dari orangtua. Orangtua seyogyanya akan lebih bangga dengan anak yang berakhlak baik meski prestasinya biasa-biasasaja, daripada sebaliknya, anak yang berprestasi tapi tidak jujur dan sering melakukan pelanggaran.

- f. Memberitahu apa yang penting bagi diri mereka. Orangtua perlu untuk mengenalkan kepada anak mengenai skala prioritas dalam kehidupan. Misalnya pentingnya sekolah, mengikuti kursus jika dibutuhkan, atau pentingnya bersosialisasi dengan orang-orang baik.
- g. Memberikan kesempatan anak untuk berkontribusi dalam menjalankan kesejahteraan keluarga. Orangtua bisa melibatkan anak dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Misalnya dalam melakukan pekerjaan rumah tangga, menentukan liburan keluarga, atau dikenalkan pada pekerjaan utama ayahnya.
- h. Memberikan ruang saat anak ingin mengeksplorasi diri mereka. Orangtua tentunya menginginkan anaknya tumbuh berkembang dan menjadi kreatif. Maka salah satu caranya adalah dengan memberikan kebebasan pada anak untuk mencari tahu bakat minatnya, mengembangkan hobi dan kemampuannya, atau bergaul dengan banyak orang.
- i. Menghargai pendapat anak dan melindungi hak-haknya. Penting bagi orangtua untuk mendengarkan pendapat anaknya, menghargai pandangan yang diberikan oleh anak, serta memaklumi adanya perbedaan pendapat dengan anak dengan tetap mengarahkan jika anak benar-benar keliru.
- j. Tunjukkan pada anak kasih sayang dan cinta dari orangtuanya tanpa pamrih. Ada sebagian orangtua yang merasa gengsi atau malu untuk mengungkapkan kasih sayang terhadap anak karena takut kurang dihormati. Padahal justru dengan ungkapan kasih sayang dan rasa cinta kepada anak, maka anak akan merasa berharga dan menjadi sosok individu yang penuh kasih sayang.

#### **L. Mempersiapkan Anak pada Kasus ‘*Bullying*’**

Apa yang dapat anak pelajari dari adanya *bullying* jika saja mereka tidak dapat belajar dari hal yang traumatis dan merugikan diri mereka? Apa hal positif yang perlu orangtua ambil? Hal-hal yang dapat dipelajari seperti memperkuat ketahanan emosional anak, mengajarkan pendidikan moral dan karakter, resolusi konflik, serta sifat-sifat lain. Dengan mempersiapkan hal-hal positif seperti membangun kekuatan dalam keluarga, ketahanan, harga diri, dan kecerdasan emosional ini adalah hal penting yang perlu dilakukan para orangtua. Baik sebagai

pelaku maupun korban *bullying*, keduanya memiliki dampak yang signifikan dalam merusak pembentukan ketahanan diri anak.

Orangtua harus mengisi pengalaman traumatis pada anak dengan hal-hal yang positif, agar pengalaman traumatis tersebut bisa tertutupi, dan anak menjadi terbangun harga dirinya, sifat penuh kasih sayang, kepercayaan diri untuk berperan dalam kehidupan, dan membangun aktualisasi dirinya kelak.

## ***M. Sex and Gender Education***

### ***1. Sex Education***

Seksualitas merupakan perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan (Andika, 2010). Seksualitas berkaitan dengan beberapa aspek, yaitu aspek biologis, aspek psikologis, aspek dimensi sosial, dan aspek kultural. Aspek biologis terkait dengan segala sesuatu mengenai organ reproduksi, seperti fungsi, cara merawat kebersihan, dan menjaga kesehatan organ reproduksi. Aspek psikologis berkaitan dengan identitas dan peran jenis kelamin, perasaan terhadap lawan jenis, dan cara individu menjalankan fungsinya sebagai makhluk seksual. Aspek dimensi sosial berkaitan dengan interaksi atau hubungan interpersonal individu yang satu dengan lainnya dan tentunya memiliki perspektif yang berbeda mengenai seksualitas. Selain itu, lingkungan juga berpengaruh dalam membentuk pilihan terhadap perilaku seks. Terakhir, terdapat aspek kultural yang menunjukkan bahwa perilaku seks merupakan bagian dari budaya yang ada di masyarakat dan sangat berkaitan dengan norma agama dan norma adat.

Pendidikan seks sangat diperlukan bagi anak-anak karena dengan pemberian pendidikan seks pada anak dengan tepat, rasa penasaran dan ketertarikan anak tidak akan berkembang ke arah yang salah atau keliru. Pendidikan seks harus dimulai sejak dini dan bertahap sesuai perkembangan anak karena dengan melakukan hal ini ketika anak beranjak dewasa, mereka tidak akan mencari penjelasan dari lingkungan sekitarnya yang terkadang malah menyesatkan. Mereka tidak lagi tertarik mengenai seks dan berpikir bahwa seks merupakan sesuatu yang biasa karena mereka telah mengetahui apa itu seksualitas dan bagaimana mengatasi gejala yang ada di dalam dirinya. Dengan demikian, anak terhindar dari seks bebas dan menjauh dari perbuatan terlarang tersebut.

Pendidikan seks bertujuan untuk mengenalkan anak mengenai jenis kelamin dan cara menjaganya, baik dari segi kesehatan, kebersihan, keamanan, maupun keselamatan (Andika, 2010). Pendidikan seks pada anak tidak hanya sekadar untuk mencegah kehamilan di usia dini atau kehamilan sebelum pernikahan, tetapi juga untuk mengerti fungsi organ seks atau reproduksi dan bagaimana bertanggung jawabkannya.

Sigmund Freud menyatakan bahwa terdapat 4 fase perkembangan psikoseksual, yaitu:

a. Fase oral

Fase ini ditandai dengan kepuasan yang diperoleh anak melalui daerah oral atau mulut. Pada usia 0-1 tahun, bayi memperoleh perasaan nikmat ketika menyusu melalui puting susu ibunya, sedangkan pada usia 1-2 tahun anak cenderung suka untuk memasukkan apa saja yang dilihat ke dalam mulutnya.

b. Fase anal

Pada fase ini anak memperoleh kepuasaannya melalui aktivitas yang berkaitan dengan proses pembuangan. Anak usia 2-4 tahun cenderung suka berlama-lama di kamar mandi dan sering menahan buang air kecil ataupun besar.

c. Fase phallus

Fase ini dimulai dari anak memasuki usia 4 tahun dan anak sudah mulai menyadari perbedaan jenis kelamin antara dirinya dengan teman lawan jenisnya. Anak merasakan rasa nikmat ketika alat kelaminnya disentuh atau diraba dan anak mulai mengeksplorasi bagian-bagian tubuhnya secara menyeluruh. Sebaiknya pada fase ini perhatian anak dialihkan ke hal lain yang lebih positif, seperti mengajak anak bermain dan beraktivitas motorik seperti olahraga ataupun mengembangkan minat seni anak.

d. Fase laten

Biasanya fase ini berkisar di usia 6-10 tahun. Minat seksual berkembang menjadi berbagai bentuk dari kemampuan psikis anak. Anak mulai beranjak mengenal dorongan seksual dan ketertarikan pada lawan jenis.

Menurut Andika (2010), pendidikan seks berdasarkan usia terdiri dari 6 tahap, yaitu sebagai berikut:

1) Usia 0-2 tahun

Sejak usia dini yaitu berusia 0-2 tahun, orangtua sudah dapat memberikan pengertian pada anaknya mengenai pendidikan seks secara perlahan. Orangtua merasa khawatir ketika anaknya menyentuh alat kelaminnya atau ketika anak laki-lakinya mengalami ereksi yang berlebihan. Orangtua ingin meyakinkan bahwa perilaku tersebut normal dan perilaku tersebut termasuk salah satu bagian dari mengeksplorasi tubuhnya. Bayi yang sudah pandai berjalan sangat menyukai ketika dia telanjang. Selaku orangtua harus merespons perilaku tersebut dengan suara, kata-kata, dan ekspresi wajah yang tenang dan tidak panik, terkejut, ataupun marah karena respons orangtua akan menjadi salah satu pelajaran pertama bagi anak mengenai seks. Apabila orangtua merespons secara wajar dan normal, maka anak akan berpikir bahwa keingintahuan mereka terhadap tubuhnya adalah normal sebagai bagian dari hidup. Jadi, pada usia ini, anak diajari untuk mengenal bagian tubuhnya.

## 2) Usia 3-6 tahun

Ketika memasuki usia 3 tahun, rasa ingin tahu anak sangat besar dan anak sudah mampu menunjukkan emosi yang beragam serta kemampuan kognitifnya juga mengalami perkembangan pesat. Secara kognitif, anak usia 3-6 tahun berada pada masa pra-operasional sehingga anak sudah bisa diajak memahami sesuatu melalui stimulus, imajinasi, dan mengelompokkan warna, benda, serta ukuran. Orangtua perlu memberikan pendidikan yang benar sesuai perkembangan emosi dan mental anaknya berdasarkan pemahaman yang dicerna anak. Stimulus yang diberikan harus berupa benda konkret, yaitu bisa dilihat, dipegang, dilakukan, dan dialami secara langsung. Pada usia ini, orangtua menekankan bahwa tubuh laki-laki dan perempuan berbeda dalam bahasa yang sederhana, sebagai contoh, “Ibu bisa melahirkan, tetapi ayah tidak.”

Ajarkan anak tentang privasi dengan memulai memisahkan kamar antara anak laki-laki dengan perempuannya karena semakin cepat orangtua mengajarkan perbedaan antara laki-laki dengan perempuan kepada anaknya semakin baik. Selain itu, orangtua harus membiasakan anak-anaknya untuk tidur sendiri dan tidak bersama orangtuanya lagi. Untuk mengajarkan anak pada usia ini, dalam menjelaskan hindari penggunaan kata-kata yang abstrak dan bermakna ganda. Dalam menjelaskan sebuah konsep, mulai dari fungsinya, kemudian baru beri tambahan penjelasan mengenai deskripsi organ tubuh yang tengah dipelajari secara sederhana. Stimulus mengenai fungsi sangat diperlukan

anak yang belum terlalu menguasai bahasa. Orangtua perlu melakukan pengulangan (*recall*) dalam mengenalkan konsep apapun.

### 3) Usia 7-11 tahun

Memasuki usia 7 tahun, anak-anak sudah mulai memperoleh lingkungan baru, yaitu sekolah. Pergaulan anak-anak mulai menentukan sikapnya dan mereka tidak lagi merasa puas dengan jawaban yang sederhana untuk pertanyaan-pertanyaan yang mereka ajukan. Pada masa ini merupakan masa yang tepat untuk orangtua memberikan pendidikan seks dan reproduksi dalam istilah yang lebih rumit kepada anaknya. Orangtua harus mendampingi anak dalam menerjemahkan istilah yang anak tidak mengerti. Tidak hanya mengenal dan mengetahui fungsi organ reproduksi yang tampak, anak sudah mulai bisa diajari mengenai apa yang ada di dalam tubuhnya. Namun, hindari menjelaskan dengan bahasa ilmiah yang sulit dimengerti dan menjelaskan dengan cara bercerita khas anak-anak.

Orangtua berperan dalam mengarahkan aktivitas anak yang lebih memperjelas identitas kelaminnya. Namun, orangtua tidak boleh terlalu menentukan keputusan bakat, kemampuan, dan ketertarikan kepada anak dan biarkan anak tumbuh dengan sifat dasar yang dimiliki anak. Agar anak tidak merasa terbebani, orangtua perlu untuk tidak memaksakan anak berperilaku seperti kebanyakan orang. Orangtua perlu menjelaskan pada anak bahwa setiap orang memiliki keputusan dan minatnya masing-masing, sehingga anak tidak melakukan penghinaan jika ada temannya yang memiliki orientasi berbeda dari kebanyakan orang.

### 4) Usia 12-13 tahun (Masa pra-pubertas)

Pada masa ini, terjadi perubahan yang besar pada anak, yaitu mulai berkembangnya organ-organ seksual dan reproduksi serta meningkatnya hormon seksualitas. Masa ini anak kerap lebih memilih main ke tempat temannya daripada berkumpul dengan keluarganya. Anak butuh pertolongan dan bantuan yang selalu siap sedia dari orangtuanya dan apabila orangtua tidak dapat memenuhi kebutuhan psikisnya untuk mengatasi konflik yang terjadi, anak akan mencarinya dari orang lain. Jika orang lain

tersebut merupakan orang yang memiliki pengaruh yang negatif maka anak tersebut akan terjun ke dunia yang salah atau negatif.

5) Usia 14-15 tahun (Masa pubertas)

Masa pubertas merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Masa ini juga disebut masa remaja awal, di mana perkembangan fisik anak sangat menonjol dan anak akan merasa cemas akan perubahan tersebut sekaligus merasa bangga karena hal itu menunjukkan bahwa mereka bukan kanak-kanak lagi. Selain itu, emosi remaja menjadi sangat tidak labil karena perkembangan hormone seksualnya yang sangat pesat. Di masa ini, orangtua perlu membantu anak menghadapi masa-masa sulit anaknya dengan sikap terbuka terhadap pertanyaan anak. Orangtua juga harus menjadi sumber informasi yang tepat dan pastikan anak mendapatkan informasi yang benar, seperti membawa anak ke ahli yang dapat dipercaya atau berikan buku-buku yang berisi informasi yang anak pertanyakan.

6) Usia 16-19 tahun

Masa remaja merupakan suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Masa ini merupakan kesempatan bagi orangtua untuk kembali mendekati anaknya lagi. Anak di masa akhir tidak lagi mudah terpengaruh oleh lingkungan sekelilingnya. Berdiskusi mengenai seks pada usia ini tidak perlu lagi menggunakan simbol-simbol atau pendekatan khusus. Anak pada masa ini sudah mengetahui mana yang baik dan buruk untuk dirinya, namun orangtua jangan sampai lepas tangan terhadap anaknya. Orangtua dan anak harus tetap menjaga komunikasi di antara mereka, terlebih pada anak yang memiliki kepribadian yang tertutup.

## **2. Gender Education**

Bandura dan Mischel (Kail, 2010) mengemukakan bahwa anak-anak mempelajari peran gender dengan cara sama seperti mereka mempelajari perilaku sosial lainnya, dengan melihat dan memperhatikan dunia sekitar mereka dan mempelajari hasil atau konsekuensi dari perilaku. Dengan demikian, anak-anak mempelajari apa yang budaya di sekitar mereka

pertimbangkan mengenai perilaku yang pantas laki-laki dan perempuan dengan melihat dan memperhatikan bagaimana orang dewasa dan teman sebaya di sekitarnya berperilaku.

Berdasarkan 127 penelitian meta-analisis yang luas dengan melibatkan 27.836 anak-anak (Kail, 2010) menemukan bahwa orangtua sering memperlakukan anak laki-laki dan anak perempuannya dengan cara yang sama. Orangtua berinteraksi dengan anak laki-laki dan anak perempuannya dengan sama, yang berarti memberikan kehangatan dan juga mendorong untuk meraih prestasi dan menjadi independen dengan cara yang sama untuk keduanya. Perilaku yang berkaitan dengan peran gender, orangtua merespon dengan berbeda ke anak laki-laki dan anak perempuannya. Aktivitas seperti berdandan, bermain dengan boneka, dan membantu orang dewasa, orangtua lebih sering mendorong aktivitas tersebut ke anak perempuan daripada anak laki-laki. Sedangkan, orangtua lebih sering mendorong aktivitas seperti permainan blok dan permainan yang sifatnya kasar ke anak laki-laki.

Ayah lebih mungkin untuk memperlakukan anak laki-laki dan anak perempuan dengan berbeda Ayah lebih dari ibu dalam hal seperti mendorong permainan yang berkaitan dengan peran gender. Ayah mendorong anak laki-lakinya untuk meraih prestasi yang lebih, tetapi menerima ketergantungan anak perempuannya. Sebagai contoh, ayah mendorong anak laki-lakinya untuk menghadapi ketakutan anak laki-laki kecilnya untuk berani mendekati hewan buas di kebun binatang dan berkata, “Anak laki-laki tidak boleh menangis!”, tapi berbeda terhadap anak perempuannya dengan tidak begitu bersikeras dan berkata, “Tidak apa-apa kok, sayang.” Hal ini karena ayah merespon lebih berdasarkan pada stereotip gender.

Untuk meningkatkan kehidupan anak-anak dengan cara mendorong sifat-sifat bernilai dan berharga, bukan sifat-sifat gender. Orangtua dan orang dewasa di sekitarnya dapat mendorong anak-anak untuk mempelajari yang terbaik dari kedua peran gender yang tradisional. Menjadi independen, percaya diri, peduli, dan tenggang hati merupakan bernilai dan berharga untuk semua orang, tidak hanya laki-laki atau perempuan. Berikut beberapa pedoman untuk membantu meraih tujuan tersebut:

- a. Anak-anak mempelajari peran gender dari lingkungan sekitar mereka. Orangtua harus yakin bahwa mereka sendiri bukan terikat gender. Ibu dan ayah dapat memotong rumput, memperbaiki yang rusak, dan bekerja di luar rumah. Ibu dan

ayah, keduanya dapat membuat makanan, mencuci, dan peduli pada yang lebih muda.

- b. Orangtua sebaiknya tidak mendasarkan keputusan mengenai mainan, aktivitas, dan pekerjaan rumah anak-anaknya berdasarkan pada jenis kelamin anak. Mereka harus memutuskan jika mainan, aktivitas, atau pekerjaan rumah itu pantas untuk anak sebagai seorang individu yang berdasarkan umur, kemampuan, dan ketertarikan, daripada karena anak tersebut laki-laki atau perempuan.
- c. Pengaruh dari luar rumah, seperti media dan guru, kadang berlawanan dengan orangtua yang menginginkan anak-anaknya untuk melampaui peran gender tradisional. Orangtua dapat mendorong anak-anaknya untuk berpikir secara kritis mengenai keputusan oranglain berdasarkan gender.

Dengan mengikuti pedoman di atas, orang dewasa dapat membantu anak-anak untuk mengembangkan semua bakat mereka, bukan hanya beberapa pandangan tradisional mengenai peran gender antara laki-laki dengan perempuan.

### **3. *Sex and Gender Education***

Keterlibatan ayah dalam perkembangan dan kehidupan remaja sama pentingnya dengan peran dan keterlibatan ibu. Tanggung jawab seorang ayah dalam keluarga bukan hanya sekedar mencari nafkah tetapi juga mendukung dan terlibat langsung dengan pertumbuhan anak. Meskipun sering peran dan tanggung jawab ayah dalam kehidupan sehari-hari digantikan oleh ibu dikarenakan kurangnya waktu yang disediakan untuk remaja atau minimnya interaksi dan komunikasi dengan remaja. Sang ayah harus sepenuhnya sadar bahwa agar mencapai hasil yang terbaik dalam perkembangan remaja, orangtua wajib memainkan perannya masing-masing. Ayah mengambil bagian dalam mengasuh anak, kaum ayah merasa lebih baik dan terbuka dengan anak-anaknya, sehingga anak-anak tumbuh dengan kemampuan diri yang lebih tinggi serta keyakinan diri yang lebih besar, cenderung lebih matang dan dapat bergaul, serta mampu menghadapi berbagai masalah(Dagun, 2002).

Faktor-faktor yang menghambat pengasuhan seksualitas oleh ayah meliputi pengetahuan tentang seksualitas yang dimiliki oleh ayah, waktu, kesempatan dan cara

komunikasi. Ayah yang masih “sungkan” berbicara seksualitas karena masih menganggapnya tabu. Kesulitannya karena ada rasa canggung, tabu akan menceritakan masalah seksual karena hal-hal tersebut hanya diketahui oleh orang-orang dewasa saja. Ketidaktahuan orangtua untuk memulai diskusi menjadi persoalan lainnya. Ayah juga belum bisa menghadapi perubahan emosi remaja yang masih belum stabil. Ayah masih menyerahkan peran pengasuhan seksualitas pada pihak lain misalnya ibu, sekolah, guru dan pemuka agama. Pada tahap tumbuh-kembang anak, anak-anak membutuhkan tidak hanya figur ibu melainkan juga figur ayah secara bersama, baik itu anak perempuan maupun anak laki-laki. Purwandari menemukan fakta bahwa anak laki-laki maupun perempuan tidak memiliki kedekatan dengan ayah mereka. Ketidakhadiran sosok ayah akan meningkatkan konflik gender dan kebingungan gender pada anak di mana hal ini akan menyebabkan perilaku seksual menyimpang, yaitu homoseksual di kalangan pria maupun wanita.

Ketidak pahaman ayah mengenai perannya menunjukkan bahwa ia belum sepenuhnya mengerti dan memahami tentang identitas gender mereka sendiri. Sebab, identitas gender tidak hanya mengenai perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan secara fisik, melainkan juga identitas mereka, peran sosial mereka. Ketidak pahaman tersebut berakibat pada adanya fungsi-fungsi dalam rumah tangga yang belum berjalan dengan baik. Hal ini akan menimbulkan kasus kekerasan pada anggota keluarga.

Indonesia didaulat sebagai *Fatherless Country*, negara tanpa keberadaan ayah secara psikologis. Hingga akibatnya remaja-remaja mengalami krisis *Father Hunger*, dimana remaja sangat membutuhkan sosok ayah, namun tak dapat dimilikinya, yang kemudian berdampak hilangnya rasa berani dan rasa percaya diri dalam dirinya. Selama ini studi-studi perkembangan remaja telah mengupas tentang peranan ibu secara luas dan mendalam, sayangnya peran ayah seakan diabaikan. Lamb (Flouri, 2005) sebagai salah satu perintis penelitian tentang fathering mengungkapkan bahwa ayah adalah *the forgotten contributor*. Padahal mengabaikan peran ayah sama saja dengan membiarkan terjadinya bias dalam penelitian perkembangan remaja. Kasus-kasus seks pranikah yang semakin meningkat mengindikasikan adanya masalah dalam sistem keluarga, terutama bagi remaja, yang menunjukkan minimnya informasi yang diperoleh remaja lewat orangtuanya.

Terlebih lagi jika informasi ini diberikan saat remaja menjelang remaja, di saat remaja mulai mengenal lawan jenis dan berpacaran. Penelitian ilmu psikologi menemukan bahwa peran ayah sangat besar dalam menumbuhkan rasa berharga dalam diri remaja. Salah satu cara agar seorang remaja tidak mudah terjebak dalam seks pranikah adalah kedekatan dengan ayah.

Ayah yang kurang berperan dalam menjalankan fungsi keayahannya akan membawa berbagai dampak yang buruk, bagi anak-anaknya. Berbagai dampak buruk yang mungkin terjadi akibat tidak berfungsinya ayah antara lain adalah, sebagai berikut:

1. Dampak terhadap identitas dan peran seksual anak

Absennya ayah dalam kehidupan anak akan membawa berbagai dampak yang cukup berarti, bagi perkembangan seksual maupun identitas seksual anak. Pada anak laki-laki, hubungan yang sangat dekat dengan ibu dikombinasikan dengan hubungan yang renggang dengan ayah akan menyebabkan terjadinya gangguan identitas gender. Bila ditelusuri, kurangnya model kepriaan, sebagaimana yang terjadi bila ayah jarang hadir dalam kehidupan anak, akan membuat identifikasi anak laki-laki lebih kuat kepada figure kewanitaan. Dalam hal perilaku seksual, absennya ayah akan cenderung membuat anak laki-laki mencari laki-laki lain sebagai pasangan seksualnya. Di lain pihak, anak perempuan tanpa kehadiran ayah mengembangkan kebutuhan yang luar biasa akan penegasan pria akan keberadaan dirinya. Sedemikian besar kebutuhan anak perempuan ini sehingga ia cenderung melemparkan dirinya pada laki-laki. Selain itu anak perempuan mungkin akan melakukan aktivitas seksual dengan banyak pasangan (promiskuitas).

2. Dampak gangguan psikologis pada anak di masa dewasa

Penelitian menunjukkan bahwa ketiadaan peran ayah membuat anak menderita banyak kemurungan di kemudian hari. Selain itu anak dari latar belakang yang sama juga acap kali terlibat dalam tujuh masalah utama, yakni :

- a. Identitas yang tidak lengkap
- b. Ketakutan yang tidak teratasi
- c. Kemarahan yang tidak terkendali
- d. Depresi yang tidak terdiagnosa
- e. Perjuangan melawan perasaan kesepian

- f. Kesalah pahaman seksualitas
- g. Kegagalan dalam hal keterampilan pemecahan masalah

Akhirnya, seorang ayah dalam melakukan tugasnya perlu selalu menyadari bahwa tujuan utama mendidik anak bukanlah demi kepentingan pribadi sang ayah. Tujuan akhir pendidikan anak adalah menghadirkan Allah dan perintah-Nya dalam kehidupan pribadi sang anak.

# **BAB 6**

## **KESEHATAN MENTAL DALAM PENGASUHAN**

## **BAB 6**

### **KESEHATAN MENTAL DALAM PENGASUHAN**

#### **A. Berkomunikasi secara Positif dan Efektif**

Hubungan positif dengan orangtua mereka sendiri dan dengan satu sama lain memungkinkan orangtua untuk menjadi orangtua yang lebih mencintai dan efektif dalam pengasuhan. Komunikasi positif dan efektif dalam pengasuhan positif dapat tercapai apabila orangtua memiliki hubungan yang positif pula. Hal pertama yang memberikan kontribusi dalam hubungan positif pasangan yaitu ketika pasangan memiliki ideologi yang sama. Kedua, kemampuan pasangan dalam berkomunikasi antara satu sama lain, yaitu mengungkapkan pikiran, perasaan, dan saling mendengar apa yang dibutuhkan oleh pasangan.

Komunikasi tidak hanya bersifat verbal. Ekspresi wajah, gestur tubuh, sentuhan, atau sebuah tindakan yang mengkomunikasikan dukungan, persetujuan disebut juga komunikasi yang bersifat non verbal. Orangtua yang berfokus pada apa yang baik tentang situasi atau tindakan orang lain, yang menghindari kritik negatif dan pertukaran amarah, akan merasa lebih sedikit stres dan lebih sedikit menciptakan stres satu sama lain.

Komunikasi yang efektif akan tersampaikan apabila penyampaian pesan dapat dipahami oleh penerima pesan dengan nyaman. Berikut cara untuk membangun komunikasi yang efektif dengan anak:

- a. Memberikan kesempatan pada anak agar dapat berbicara lebih banyak
- b. Orangtua sebagai pendengar aktif
- c. Berkomunikasi dengan posisi tubuh sejajar dengan tubuh anak dan kontak mata
- d. Berbicara dengan jelas dan singkat agar anak memahami
- e. Gunakan kata-kata yang positif
- f. Merefleksikan perasaan dan arti yang disampaikan
- g. Memperhatikan bahasa tubuh anak
- h. Berempati

Ketika ingin menciptakan komunikasi yang positif dan efektif hindari kata-kata yang bersifat menyalahkan, menyindir, meremehkan, labeling, ceramah, membandingkan, memerintah, serta menyindir karena akan menjadi penghalang terciptanya komunikasi antara

orangtua dan anak. Perilaku atau tindakan yang orangtua lakukan akan berpengaruh pada bagaimana perilaku anak terbentuk.

Interaksi pertama kali pada masa bayi, orangtua membentuk reaksi emosional bayi, mendorong suasana hati yang positif dan tersenyum dan mengecilkan hati suasana hati negatif dengan ungkapan seperti “jangan menangis”. Bayi akan meniru reaksi emosional orangtua, merespon dengan senang dan bahagia terhadap ekspresi bahagia ibu. Karena perilaku bayi menjadi lebih terintegrasi, orangtua merespons ritme dan *mood* bayi secara sensitif. Orangtua melibatkan bayi dalam interaksi tatap muka, menjadi mitra sosial. mencari masa kewaspadaan dan kesiapan bayi untuk merespon sebelum bermain permainan. Interaksi sosial tersebut dapat menstimulasi perkembangan emosional, kognitif, dan sosial pada bayi.

Pada anak usia dua sampai lima tahun, orangtua dengan pengasuhan positif menggunakan *secure attachment* untuk mendidik anak untuk melatih kepekaan anak, tanggung jawab, kemampuan menyerap nilai-nilai dalam keluarga serta mengatur perilaku anak. Ketika kedua orangtua menggunakan pola asuh yang positif, mereka menciptakan suasana keluarga saling timbal balik dan kerja sama yang menguntungkan tidak hanya hubungan anak-anak tetapi hubungan antara orangtua juga.

Peran orangtua dalam perkembangan anak yang memasuki masa dewasa harus menjadi figur utama dalam lingkungan anak. Orangtua harus memberikan dukungan dan peduli terhadap perkembangan sosial emosi serta kognitif anak. Orangtua harus berperan menjadi partner atau sahabat agar anak terbuka tentang kehidupan sekitarnya.

## **B. Memberi Dorongan dan Mendengarkan (*Encouraging and Listening*)**

### **1. Memberi Dorongan**

Mengemukakan strategi dalam mengasuh anak secara positif adalah dengan mengandalkan dorongan untuk merangsang kemampuan anak-anak dalam membangun kemampuan mereka sehingga menjadi seseorang yang kompeten dan penting di dalam keluarga, tugas utama orangtua adalah menyediakan lingkungan bagi pertumbuhan anak dan menghindari kekuatan orangtua seperti memaksa atau menghukum anak-anak. Inti penting di dalam pertumbuhan lingkungan adalah dorongan, yang mana Dreikurs definisikan sebagai “proses yang berkesinambungan bertujuan memberikan anak rasa menghargai diri sendiri dan rasa prestasi.” Nada suara orangtua dalam berbicara kepada

anak-anak, gerak tubuh mereka, kasih sayang mereka, kesediaan mereka untuk bermain dengan anak-anak untuk bermain dengan anak-anak, sehingga didalam keluarganya mereka merasa dihargai dan dicintai.

Orangtua memberi dorongan ketika mereka:

- a. Memberi anak kebebasan untuk bertindak atas keinginannya sendiri. Bahkan bayi sendiri dapat memiliki kesempatan menghibur dirinya sendiri, makan sendiri, dan ketika mereka balita, bagi tugas keluarga kepada mereka sehingga mereka dapat mempelajari kemampuan mereka sendiri.
- b. Memperkenalkan anak atas kontribusi positif dan bantuannya, contohnya “ini benar-benar membantu ketika kamu membantu ibu membersihkan sampah,” atau “terimakasih sudah membawakan lap meja kepada ibu.”
- c. Ajari anak untuk mengatakan apa yang diinginkan sehingga orangtua dapat dengan mudah menemukan apa yang mereka inginkan, contohnya “beritahu ibu apa yang membuatmu kesal sehingga kita dapat melihat apa yang bisa kita lakukan.”

Dukungan orangtua kepada anak dilakukan dengan cara mengajari mereka bagaimana melakukan dasar merawat diri yang dilakukan sehari-hari dan pekerjaan yang dilakukan sehari-hari, seperti memakai baju sendiri atau membereskan tempat tidurnya sendiri. Orangtua harus merasakan bahwa anak akan butuh waktu untuk mengembangkan keterampilan mereka, dan lebih baik tidak mengkritik atau menjatuhkan kepercayaan diri anak dengan perkataan seperti, “ibu bisa lebih cepat darimu” atau “kamu masih terlalu kecil untuk membawa piring ke meja.” Saat anak frustrasi dengan proses belajarnya, sebaiknya orangtua memperhatikan tantangan tugas anak dan menumbuhkan semangatnya. “latihan piano memang susah pada awalnya, tapi kamu pasti dapat mempelajari semuanya. Kamu pasti bisa.”

Semua keluarga, pasti ada anak yang membuat kesalahan. Dreikurs (Brooks, 2011) menjelaskan orangtua cenderung terlalu menekan kesalahan anak dengan menunjuk setiap kesalahan yang dibuat anak dan terus mengatakan apa yang harus dibuatnya untuk memperbaiki kesalahan tersebut. Tekanan tersebut mungkin membuat anak merasa bahwa mereka harus menjadi sempurna agar diterima dan rasa sakit tersebut bisa membuat anak-

anak tidak mencoba aktivitas karena kesalahan-kesalahan tersebut dianggap menyakitkan. Kesalahan merupakan ketidaksempurnaan bukan kegagalan. Itu bertanda bahwa anak sedang mencoba untuk melakukan sesuatu, berusaha, namun belum siap untuk melakukan tugasnya secara lengkap. Anak-anak mungkin membutuhkan waktu lebih banyak untuk berlatih, dan orangtua bertugas membantu anak untuk mengetahui langkah apa yang harus dilakukan anak.

## 2. Mendengarkan

Mendengarkan secara aktif merupakan teknik memberi perhatian dan memperlihatkan pesan verbal dan *nonverbal* pembicara. Mendengarkan secara aktif termasuk parafrase dan mencerminkan kembali. Parafrase dan mencerminkan kembali menunjukkan bahwa kita benar-benar mendengarkan anak. Ketika orangtua mendengarkan pendapat anak, anak akan menjadi lebih terbuka untuk menerima pendapat orangtua. Sehingga orangtua dapat membimbing atau mengarahkan anaknya menjadi lebih baik. Orangtua yang mendengarkan pendapat anak, mereka akan merasa dirinya dihargai, dicintai dan merasa diperhatikan. Bagi orangtua, mereka juga dapat memahami, mengenali dan membimbing anaknya. Sehingga mendengarkan merupakan hal penting yang harus dilakukan karena dapat memberi kontribusi pada perkembangan perilaku positif anak.

### C. *Dealing with Conflict*

Beberapa konflik pasti terjadi selama masa pertumbuhan anak yang pesat. Orangtua akan menghadapi konflik-konflik yang beraneka ragam dari anak balita hingga remaja yang biasanya konflik tersebut mereda saat usia 16 tahun. Misalnya, ketika anak remaja, masalah kecil seperti komentar yang orangtua buat tentang sesuatu yang tidak signifikan seperti sebuah film mungkin dapat menjadi alasan pertengkaran. *Positive parenting* memiliki beberapa tips yang dapat membuat konflik lebih mudah dikelola, yaitu:

- a. Tentukan penyebab konflik yang mendasarinya. Pikirkanlah argumen segera untuk menentukan apa yang benar-benar menjadi dasar konflik.
- b. Perhatikan anak. Jika konflik yang terjadi antara orangtua dengan remaja meledak dan tidak terarah, ini mengindikasikan bahwa anak tersebut hanya mencari perhatian orangtua. Hal ini bisa membingungkan, karena remaja dalam keinginan mereka untuk

dianggap mandiri, sering berpura-pura tidak membutuhkan orangtua mereka padahal sebenarnya mereka membutuhkannya sama seperti sebelumnya.

- c. Jangan mencoba untuk menyelesaikan perkelahian saat emosi. Selama berargumen, seringkali tidak ada yang bisa menyepakati sebuah solusi yang masuk akal. Orangtua dan anak yang bersangkutan terlebih dahulu harus menenangkan diri masing-masing, kemudian sepakat untuk kembali menyelesaikan masalah.
- d. Siapkan waktu diskusi yang rutin dengan anak. Memiliki waktu yang dijadwalkan, misalnya hari minggu setelah makan malam, dimanfaatkan untuk berbicara atau berjalan-jalan bersama. Momen ini dapat membantu karena dapat dimanfaatkan untuk mengubah atau memperbarui peraturan kepada anak yang sudah ditetapkan sebelumnya. Ini juga merupakan kesempatan bagi anak untuk didengar. Ketika anak tahu bahwa orangtua sedang mendengarkan, maka dia lebih cenderung mendengarkan orangtuanya.
- e. Carilah bantuan dari luar jika perlu. Jika konflik dengan anak meningkat, menjadi lebih kuat, atau menjadi merusak hubungan antara orangtua dengan anak, carilah pertolongan. Bicara dengan dokter atau konselor anak untuk menanyakan mengenai masalah pengasuhan.

#### **D. Solving Problem Togetherness**

*Problem solving* atau pemecahan masalah merupakan jalan untuk mencari solusi terbaik dari berbagai situasi yang menghambat kegiatan individu. Sebagai orangtua, individu tidak bisa terus menerus memproteksi anak dari masalah, sebaiknya orangtua mengajarkan *skill* pemecahan masalah agar anak dapat belajar.

Ketika seseorang mencari solusi bersama, maka secara tidak langsung mereka mengharapkan menjadi keluarga yang lebih bahagia dan memiliki hubungan yang kuat. Berikut ini merupakan langkah-langkah dalam pemecahan masalah;

1. Memahami permasalahan, dalam fase ini orangtua dapat mencoba memahami perubahan yang dirasa perlu, berfokus pada diri sendiri
2. Mengklarifikasikan keinginan, dalam fase ini ayah/ibu saling mengomunikasikan terkait keinginan masing-masing.
3. *Brainstorming*, pada proses ini, orangtua diminta untuk mencari atau memilih solusi yang mungkin untuk di terapkan.

4. Mengevaluasi dan memilih solusi mana yang di pilih dari berbagai macam solusi pada tahap sebelumnya.
5. Uji coba solusi, dalam fase ini orangtua berkomitmen untuk menjalankan kesepakatan yang telah dipilih dan disepakati.
6. Review, dalam tahap ini baik orangtua maupun anak diminta untuk menevaluasi tindakan-tindakan yang telah ditempuh.

### ***E. Build Positive Discipline Strategies Together***

Displin memiliki arti mengintruksikan dan melatih seseorang agar melakukan sesuatu. Disiplin itu sendiri merujuk pada sistem pengajaran dan memilhara yang menyiapkan anak untuk mencapai kompetensi tertentu, *self-control*, *self-direction*, dan peduli terhadap orang lain yang berlaku apabila disiplin diaplikasikan dalam membesarkan dan mengajari anak. Displin berbeda dengan hukuman (*punishment*), karena disiplin bagi anak-anak bertujuan untuk membentuk dan mengubah perilaku.

*Canadian Paediatric Society*(Williams et al., 2019) menggambarkan disiplin sebagai struktur yang membantu anak agar sesuai dengan dunia yang sebenarnya secara menyenangkan dan efektif. Hal inilah yang harusnya mendasari penerapan disiplin pada anak. Disiplin yang efektif dan positif adalah tentang mengajari dan membina anak-anak, tidak hanya memaksa mereka untuk patuh. Seperti intervensi lainnya yang ditunjukkan untuk perilaku yang tidak dapat diterima, anak harus selalu tahu bahwa orangtua mencintai dan mendukungnya. Kepercayaan antara orangtua dengan anak harus dipelihara dan terus dibangun.

Dalam membesarkan anak, terdapat lima hal mendasar mengenai disiplin, yaitu:

1. Aturan : mengajarkan aturan adalah bagian dari mendisiplinkan anak.

Sebagai orangtua, secara sadar maupun tidak sadar sering kali mengenalkan sebagian aturan untuk anak-anak yang kira-kira dibutuhkan dengan harapan agar mereka dapat tinggal dengan keluarga maupun di dunia luar sana. Seperti menyuruh anak mencuci tangan sebelum makan, mengucapkan terimakasih apabila seseorang memberikan sesuatu, jangan berlarian di jalan raya. Aturan tersebut merupakan aturan yang biasanya didengar yang berkontribusi pada kode etik yang diinginkan orangtua.

2. Perilaku yang diinginkan: mendisiplinkan anak adalah bagian dari memuji perilaku yang tepat. Sebagai orangtua, dibutuhkan strategi untuk menguatkan perilaku yang diharapkan. Untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan:
- Menguatkan perilaku yang diharapkan. Puji lah perilaku positif.
  - Identifikasi perilaku yang kamu hargai dan harapkan untuk dipuji agar anak mengerti apa yang bernilai
  - Perhatikan anak untuk meningkatkan perilaku positif.
  - Perhatikan dan tampilkan ketertarikan kepada anak dan aktivitasnya (khususnya untuk anak yang lebih besar).
3. Perilaku yang tidak diinginkan: mengecilkan hati anak atas perilaku yang tidak tepat termasuk salah satu bagian dalam mendisiplinkan. Beberapa dari perilaku ini memerlukan tanggapan segera karena bahaya atau risiko pada anak. Perilaku lain yang tidak diinginkan memerlukan konsekuensi yang konsisten untuk mencegah generalisasi perilaku terhadap situasi lain. Perilaku yang tidak diinginkan ini mencakup:
- Perilaku yang dapat menempatkan anak dalam bahaya
  - Tidak patuh terhadap harapan dan tuntutan orangtua atau orang dewasa lain yang sesuai, misalnya guru.
  - Perilaku yang mengganggu interaksi sosial positif dan *self-discipline*.
    - Mengabaikan, menghilangkan atau menahan perhatian orangtua untuk mengurangi frekuensi intensitas perilaku yang tidak diinginkan.
    - Berikan konsekuensi awal yang kuat dan segera saat perilaku masalah pertama kali terjadi
    - Memberikan konsekuensi yang tepat secara konsisten tiap kali terjadi masalah dalam perilaku
    - Bila memungkinkan, sarankan alternatif perilaku yang dapat diterima untuk menggantikan perilaku bermasalah
    - Berikan alasan konsekuensi atas perilaku tertentu, yang membantu anak-anak, begitu mereka berada di luar tahap balita, untuk mempelajari perilaku yang sesuai, dan meningkatkan kepatuhan mereka secara keseluruhan terhadap permintaan dari orang dewasa

- 6) Menghentikan penghapusan perilaku yang tidak diinginkan dengan strategi untuk merangsang perilaku yang lebih diminati. Hal ini meningkatkan efektifitas disiplin

4. *Setting*: menyediakan lingkungan yang baik untuk belajar adalah salah satu cara mendisiplinkan anak

Perlunya disediakan lingkungan belajar yang mencakup hubungan orangtua-anak yang mendukung dan tanggapan positif terhadap usaha anak untuk menguasai kosa kata, gerak dan keterampilan lainnya.

Teknik disiplin paling efektif bagi anak adalah ketika:

- a. Terjadi dalam konteks hubungan aman dan penuh cinta. Tanggapan orangtua terhadap perilaku anak-anak, apakah menyetujui atau menolak, cenderung memiliki dampak terbesar dalam konteks ini karena persetujuan orangtua penting bagi anak-anak dalam hubungan orangtua dan anak semacam ini.
- b. Konteks hubungan orangtua dan anak yang aman serta penuh cinta membuat anak merasa stabil dan dirawat oleh orang dewasa yang kompeten. Rasa kasih sayang dan keamanan ini mengarah pada pengembangan keberhargaan dirinya.

Untuk memberikan hubungan orangtua-anak yang aman dan penuh cinta:

- a. Menjaga nada emosional positif di rumah melalui permainan, kehangatan dan kasih sayang orangtua untuk anak
- b. Berikan konsistensi dalam bentuk waktu dan pola rutin untuk aktivitas dan interaksi sehari-hari agar mengurangi hambatan, berikan rasa hormat kepada anak, dan kurangi pengalaman negatif yang dapat membuat stres.

Seiring anak menanggapi sifat positif dari hubungan orangtua-anak dan disiplin yang konsisten, kebutuhan akan interaksi negatif akan menurun, dan kualitas hubungan membaik, baik untuk orangtua maupun anak. Seiring hubungan orangtua-anak menjadi semakin nyaman, rasa berharga pada diri anak akan semakin kuat.

5. Memberikan contoh yang tepat

Pendidik terbaik anak-anak adalah orang-orang yang merupakan panutan yang baik dan tentang siapa anak-anak yang cukup peduli untuk ditiru dan diinginkan

# **BAB 7**

## ***POSITIVE PARENTING PROGRAM (TRIPLE-P)***

## **BAB 7**

### ***POSITIVE PARENTING PROGRAM***

#### ***A. Pengantar Positive Parenting Program***

Pola Asuh terdiri dari kata pola dan asuh. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata Pola dapat diartikan model, sistem, cara kerja, dan bentuk (struktur yang tepat), sedangkan kata asuh berarti, merawat, menjaga, mendidik anak agar dapat berdiri sendiri. Anak adalah anugerah yang diberikan Tuhan kepada manusia sebagai pelengkap kebahagiaan keluarga. Anak merupakan titipan yang wajib dijaga, dipelihara, disayangi, dan dibesarkan secara baik dengan tuntunan yang benar dari orangtua. Anak merupakan harapan orangtua untuk melanjutkan estafet kehidupan keluarga dan negara, maka diperlukan pola asuh yang positif agar dapat memberikan bekal untuk pencapaian estafet yang baik bagi anak terutama dukungan dari lingkungan keluarga yang sehat.

Keluarga merupakan tempat pertama bagi anak dalam belajar, sehingga orangtua merupakan orang yang paling bertanggung jawab terhadap perkembangan anak karena orangtua merupakan orang pertama yang berinteraksi kepada anak sebelum anak berinteraksi dengan orang lain (Hulei et al., 2006). Keluarga juga merupakan lingkungan yang sangat mempengaruhi pembentukan kepribadian anak, sehingga dalam mengasuh anak memerlukan pengasuhan yang positif yaitu adanya hubungan yang baik antara anak dan orangtua. Sanders (2012) mengungkapkan kondisi pengasuhan yang kurang tepat dapat menimbulkan permasalahan karena tidak tercapainya pemecahan masalah pada akar masalahnya. Kondisi tersebut dapat menyebabkan tumbuhnya rasa kurang percaya diri pada ibu sehingga mempengaruhi kemampuan ibu untuk menyelesaikan masalah dalam pengasuhan. Ibu yang tidak percaya diri lebih pasif mencari informasi terkait pengasuhan dan penyelesaian masalah pengasuhan.

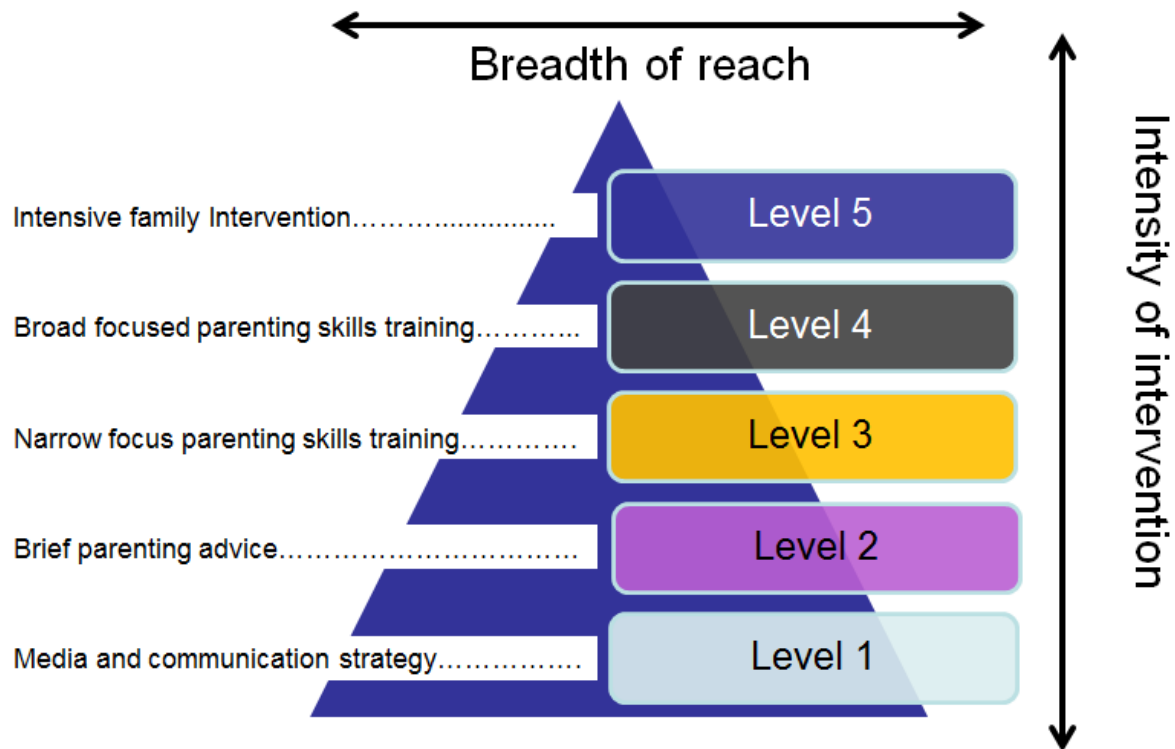
Pentingnya peran orangtua terutama ibu dalam mengasuh anak menuntut orangtua memiliki bekal yang lebih matang dalam pengasuhan anak. Bekal yang dibutuhkan adalah penambahan informasi dan edukasi mengenai pengasuhan yang positif kepada anak. Pengasuhan positif dapat orangtua dapatkan melalui pelatihan *management parenting*, seminar

atau *workshop parenting*, dan Triple P. Pelatihan *management parenting* dan seminar atau *workshop* telah banyak dikenal sehingga dalam makalah ini penyusun akan sedikit menjelaskan tentang Triple-P (*Positive Parenting Program*).

## **B. Konsep Dasar Triple-P (*Parenting Positive Program*)**

*Positive Parenting Triple-P* dikemukakan pertama kali oleh Sanders pada tahun 1999. *Triple P* merupakan program yang dirancang guna meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri orangtua. Program ini mempromosikan perawatan, keamanan, kecerahan, tanpa kekerasan dan menciptakan lingkungan tanpa konflik pada anak. Program ini dapat diterapkan dalam populasi masyarakat dan melibatkan banyak pihak berwenang (Sanders, 2008). Triple-P atau disebut juga *Positive Parenting Program*, merupakan program yang berasal dari teori pembelajaran sosial dan prinsip-prinsip perubahan perilaku, kognitif, dan afektif yang dipaparkan pada tahun 1960an dan 1970an. Model dukungan *parenting* kesehatan masyarakat yang digunakan pada *Triple-P* membutuhkan waktu 35 tahun mengembangkan dan melibatkan bermacam-macam usaha berupa sejumlah staf dan mahasiswa pascasarjana di University of Queensland (Sanders, 2012).

*Triple-p* memiliki tujuan untuk mencegah masalah perilaku, emosional dan masalah perkembangan yang serius terjadi pada anak-anak dan remaja dengan cara meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan kepada orangtua. Untuk mencapai tujuan ini *triple p* menggabungkan lima tahap intervensi pada rangkaian berjenjang untuk meningkatkan kekuatan orangtua dari anak sejak lahir hingga usia 16 tahun. Rangkaian program yang terdiri dari sistem triple P dirancang untuk menciptakan lingkungan keluarga yang ramah sehingga dapat mendukung orangtua dalam menjalankan tugasnya membesarkan anak-anak mereka, dengan berbagai program yang telah disesuaikan dengan kebutuhan orangtua yang berbeda. *Triple-P* dianggap sebagai intervensi gabungan dan bertingkat yang terdiri dari intervensi universal dan bertarget yang didukung dalam sistem pengasuhan yang komprehensif.



Gambar Skema Sistem Triple P dengan Tingkat Intervensi Berjenjang (Prinz, 2020)

Dasar pemikiran untuk strategi bertingkat ini yaitu bahwa perbedaan tingkat disfungsi dan gangguan perilaku pada anak-anak dan remaja, dan orangtua memiliki kebutuhan dan preferensi yang berbeda-beda mengenai jenis, intensitas, dan cara bantuan yang mereka butuhkan. Strategi bertingkat ini menggunakan prinsip intervensi efektif “*minimally sufficient*” sebagai pedoman dalam memberikan intervensi yang dibutuhkan orangtua.

### C. Aspek-Aspek dalam *Tripel-P (Positive Parenting Program)*

#### a. *Understanding Child Behavior in Every Age and Gender*

Sistem *Triple P* yang dikembangkan oleh Sanders dan rekannya (Sanders, 2008). *TripleP* dirancang sebagai sistem pengasuhan dan dukungan keluarga yang sangat komprehensif. Sistem bertingkat ini mencakup lima intervensi tingkat intensitas meningkat dan penyempitan jangkauan populasi.

Sistem ini dirancang untuk meningkatkan kompetensi orangtua, dan mencegah atau mengubah praktik pengasuhan disfungsional, sehingga mengurangi serangkaian faktor risiko

keluarga yang penting baik untuk penganiayaan anak maupun untuk masalah perilaku dan emosional anak-anak.

Berbagai komponen sistem *Triple P* telah mengalami serangkaian evaluasi terkontrol, dan secara konsisten menunjukkan efek positif pada masalah perilaku anak, praktik pengasuhan anak yang dilaporkan, dan penyesuaian orangtua di seluruh lokasi, penyidik, karakteristik keluarga, budaya, dan negara.

Pendekatan *Triple P* untuk mengasuh anak berfokus pada memberikan anak-anak perhatian positif dan mengelola tingkah laku anak secara konstruktif yang mempertimbangkan fungsi perilaku anak.

Program *parenting* positif berdasarkan pembelajaran sosial dan prinsip perilaku kognitif adalah yang paling efektif dalam mengurangi perilaku bermasalah pada anak-anak dan remaja.

#### b. *Creating a Safe, Interesting Environment*

Aspek *Creating a Safe, Interesting Environment* yakni menyediakan lingkungan yang aman bagi anak untuk memberinya kesempatan bereksplorasi, bereksperimen dan bermain (Sanders, 2012). Prinsip ini penting untuk mencapai perkembangan yang sehat dan mencegah terjadinya luka dan kecelakaan.

Penting membuat *setting* rumah yang aman. Letakkan pisau, bahan kimia dan obat-obatan di luar jangkauan anak, gunakan helm ketika anak mengendarai sepeda. Dengan demikian, potensi bahaya akan berkurang. Selain itu, beri anak hal-hal yang menarik untuk dilakukan, tidak berarti membeli semua mainan terbaru dan paling mahal. Tetapi, miliki beberapa permainan, kerajinan tangan, dan aktivitas untuk menjaga anak tetap sibuk dan aktif, sehingga ia cenderung tidak bosan dan berperilaku kurang tepat.

Orangtua juga menjalankan peran sebagai guru pertama bagi anak yang harus merespon secara positif dan konstruktif ketika berinteraksi dengan anak (seperti meminta tolong, memberikan informasi, memberi nasehat dan memberi perhatian), mendorong anak belajar menyelesaikan masalah mereka sendiri, belajar keterampilan sosial dan komunikasi dengan bahasa yang baik.

### c. *Having a Positive Learning Environment*

Prinsip ini selain melatih orangtua dalam menjalankan peran mereka sebagai guru/panutan bagi anak, program ini secara khusus mengajarkan orangtua untuk memberikan respon positif dan konstruktif terhadap inisiatif anak dalam berinteraksi (contohnya: meminta bantuan, informasi, saran, dan perhatian) melalui pengajaran insidental dan teknik lain yang membantu anak agar dapat belajar memecahkan masalahnya sendiri.

## D. Level Intervensi dalam *Triple P*

Lima level intervensi yang dapat dilakukan dalam *Triple P*, adalah sebagai berikut :

### 1. Level 1

Pada level ini dilakukan pemberian informasi secara umum tentang strategi pengasuhan anak kepada orangtua. Intervensi ini berupa penyebaran informasi melalui media cetak maupun media sosial.

### 2. Level 2

Pada level ini orang tua diberikan panduan tentang pengasuhan anak yang mengalami masalah perkembangan ringan seperti kesulitan dalam mengatur jam tidur dan *toilet training*. Intervensi ini dapat dilakukan selama 1 hingga 2 sesi pertemuan.

### 3. Level 3

Pada level ini intervensi dilakukan kepada orangtua yang membutuhkan konsultasi dan pelatihan untuk menangani anak yang memiliki masalah perilaku pada taraf sedang seperti tantrum. Intervensi ini akan dilakukan dalam 4 sesi pertemuan.

### 4. Level 4

Level 4 ini merupakan pelatihan intensif yang diberikan kepada orangtua dengan anak yang memiliki masalah perilaku yang berat seperti agresi, *oppositional defiant disorder*, perilaku membangkan dan kesulitan belajar. Intervensi ini dilakukan dalam 8 hingga 10 sesi pertemuan intensif secara individu.

### 5. Level 5

Level ini merupakan program intervensi lanjutan untuk keluarga yang memiliki permasalahan perilaku anak yang menetap disertai dengan disfungsi keluarga seperti konflik pernikahan, perceraian, dan stress pengasuhan orangtua.

### **E. Triple P yang Didasari oleh Pendekatan Teori Belajar Sosial**

*Triple P* yang berdasarkan pendekatan teori belajar sosial memiliki teknik-teknik untuk mendisiplinkan dan mengelola perilaku anak yang salah dengan cara menetapkan aturan yang jelas, memberikan bimbingan yang terarah, pemberian instruksi yang jelas dan konsekuensi yang logis. Adapun proses belajar sosial yang digunakan selama pelatihan, yaitu *modelling*. Proses ini dilakukan agar orangtua dapat secara langsung mempelajari dan meniru apa yang dicontohkan oleh fasilitator sebagai model kemudian mendapat *feedback* positif terhadap apa yang telah dilakukan. Hal ini bertujuan agar orangtua terbiasa menjadi model yang positif bagi anak terkait dengan interaksi anak dengan lingkungan. Proses belajar sosial melalui *modeling* ini berlangsung dalam 4 tahap, sebagai berikut :

1. Orangtua memperhatikan aspek-aspek penting perilaku baru yang akan dipelajari (aspek perilaku bersifat positif bisa berbentuk verbal maupun nonverbal).
2. Orangtua mengingat perilaku yang telah diperhatikan (*rehearsal*) pada saat perilaku tersebut butuh dimunculkan. Individu membuat kode memori berupa representasi verbal (intruksi-instruksi) dan gambaran visual tentang perilaku yang dipelajari sebagai panduan untuk melakukannya.
3. Orangtua mereplikasi perilaku model (*motor reproduction*). Mereplikasi perilaku model ini memungkinkan orangtua untuk mempelajari perilaku bukan hanya dengan representasi verbal dan visual saja, tetapi juga memanfaatkan gerakan motorik.
4. Orangtua memiliki motivasi dan kemauan untuk mempelajari perilaku.

**BAB 8**

**PENGASUHAN POSITIF**

**BAGI**

**ANAK USIA DINI**

## **BAB 8**

### **PENGASUHAN POSITIF BAGI ANAK USIA DINI**

#### **A. Pengertian Pengasuhan**

Pengasuhan merupakan proses interaksi antara orangtua dan anak dalam mendukung perkembangan fisik, emosi, sosial, intelektual, dan spiritual sehingga anak tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang cerdas, mandiri, sehat, berbudi pekerti yang luhur, dan berakhlak mulia (Santrock, 2018).

Anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal jika pengasuhan yang dilakukan mengacu kepada prinsip-prinsip pengasuhan positif yang sesuai dengan usia dan potensi anak. Pengasuhan positif di sini adalah pengasuhan yang dilakukan berdasarkan kasih sayang, saling menghargai, pemenuhan dan perlindungan hak anak, terbangunnya hubungan yang hangat, bersahabat dan ramah antara anak dan orangtua, serta menstimulasi tumbuh kembang anak, agar optimal.

#### **B. Pengasuhan Positif bagi Anak Usia Dini**

Pengasuhan yang positif perlu dilakukan oleh setiap orangtua dalam memberikan dukungan kesuksesan anak di masa depan melalui beberapa pendekatan, yaitu :

1. Meningkatkan kualitas interaksi anak dengan orangtua. Orangtua dan anak bisa saling berkomunikasi dengan efektif, membangun kerjasama yang baik, saling mendukung dan menghargai satu sama lain.
2. Mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Dengan pengasuhan yang positif, anak mendapatkan kesempatan yang memadai untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya, percaya diri, mandiri, disiplin, bertumbuh sesuai dengan usianya, tanpa adanya tekanan, bebas dari intimidasi, serta rasa takut.
3. Mencegah perilaku - perilaku menyimpang. Pengasuhan positif memberikan kesempatan bagi anak untuk mengembangkan karakter mulia dengan bimbingan dari orangtua, sehingga menghindarkan anak dari berbagai perilaku menyimpang, baik saat ini maupun di masa depan.

4. Mendeteksi kelainan pada tumbuh kembang anak. Pengasuhan positif memungkinkan untuk tumbuhnya kepekaan pada orangtua terhadap setiap tahap pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga apabila terjadi penyimpangan atau gangguan, dapat dideteksi atau diketahui oleh orangtua sedini mungkin, yang kemudian sangat memungkinkan untuk intervensi sedini mungkin.

### **C. Memulai Pengasuhan pada Anak**

Anak merupakan amanah terbesar yang dititipkan sang pencipta kepada orangtua. Michele Borba dalam bukunya *The Big Book of Parenting Solutions* (Danzig et al., 2015) mengatakan pengasuhan adalah amanah untuk orangtua sepanjang hidupnya. Artinya, pengasuhan dilakukan tanpa henti, dari sejak anak dalam kandungan, usia dini, remaja, hingga dewasa. Orangtua memiliki tanggung jawab penuh untuk membimbing, mengawasi, dan melindungi anaknya untuk tumbuh dan berkembang optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki setiap anak agar kelak anak siap untuk hidup bermasyarakat dengan karakternya yang mulia.

### **D. Pengasuhan yang Tepat untuk Anak**

Pengasuhan anak menekankan pada sikap positif dan menerapkan disiplin dengan kasih sayang. Prinsip dasarnya adalah menghargai anak agar tumbuh menjadi pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab.

Dalam praktiknya, pengasuhan yang diterapkan pada satu anak tidak selalu berhasil untuk anak yang lain. Karena pada prinsipnya, semua anak adalah unik, berbeda satu sama lain. Perbedaan dapat disebabkan oleh usia, jenis kelamin, pola pengasuhan, latar belakang keluarga, kondisi lingkungan, termasuk social budaya yang ada di masyarakat, temperamen, atau gaya belajar, ataupun berbagai perbedaan lainnya, sejak anak berada dalam kandungan, proses persalinan, hingga pasca persalinan. Meskipun demikian, ada sejumlah prinsip yang dapat digunakan dalam pengasuhan untuk tiap anak pada setiap kesempatan.

Prinsip pengasuhan ada yang ditujukan secara internal untuk diri orangtua, guru, atau orang dewasa lainnya. Ada juga prinsip yang ditujukan bagi pengondisian lingkungan anak (eksternal).

## **E. Prinsip Pengasuhan untuk Diri Orangtua atau Guru (Internal)**

Rasa cinta serta kasih sayang orangtua dan guru kepada anak selalu ada dan tidak pernah berkurang. Namun, yang terpenting dalam hubungan orangtua, guru ataupun anak bukan hanya banyaknya cinta yang diberikan, tetapi bagaimana di antara mereka bisa saling mencintai dan menyayangi dengan lebih baik. Ada beberapa prinsip pengasuhan yang bisa diterapkan orangtua dalam pengasuhan positif anak, sebagai berikut :

### **1. Pahami setiap anak unik dan memiliki impian.**

Setiap anak unik, mereka memiliki keunggulan yang berbeda baik dalam pengetahuan, keterampilan, maupun perilaku. Kepercayaan orangtua dan guru menjadi modal utama anak untuk percaya diri, kreatif, mandiri dan bertanggung jawab. Modal inilah yang menjadi dasar bagi tercapainya cita-cita atau impian anak kelak. Untuk itu orangtua dan guru harus percaya bahwa pada dasarnya anak mampu, bahkan sebelum anak membuktikan pada dirinya sendiri bahwa dia berhasil melakukan sesuatu.

### **2. Selalu mencari cara.**

Tantangan yang dihadapi orangtua dan guru pada tiap tahap perkembangan anak berbeda. Demikian juga kondisi lingkungan memberikan pengaruh pada perubahan diri anak, untuk itu dibutuhkan cara yang berbeda untuk setiap anak dalam melakukan pengasuhan. Misalnya ketika anak belum masuk sekolah, penanaman disiplin dan komunikasi biasanya masih mudah dilakukan. Akan tetapi ketika anak sudah dapat bersosialisasi memiliki banyak teman baik dilingkungan rumah maupun di sekolah, perilaku anak mengalami perubahan, maka penerapan disiplin dan komunikasi perlu disesuaikan dengan perubahan perilaku anak. Orangtua dan guru harus mencari cara baru atau strategi yang tepat untuk menyikapi perubahan tersebut.

### **3. Terima anak apa adanya.**

Orangtua dan guru harus dapat menerima anak apa adanya, baik ketika dia berbuat benar maupun berbuat salah. Ketika anak mendapat penghargaan atau piala karena menang lomba orangtua dan guru merasa bangga, bahagia dan bersikap manis terhadap anak. Dan saat anak kalah dan salah, orangtua dan guru pun harus tetap bersikap wajar, tidak memberikan celaan dan dapat mengendalikan amarah. Justru disinilah anak membutuhkan dukungan dan motivasi, anak membutuhkan guru dan orangtua yang dapat meluruskan dan mendampingi dia untuk mengoreksi kesalahan dan berbuat lebih baik.

4. Dukung dan fasilitasi anak untuk tumbuh dan berkembang.

Orangtua dan guru harus terus belajar dalam memberikan dukungan pada anak. Dorong anak untuk melakukan kembali apabila anak mengalami kegagalan dalam suatu kegiatan. Yakinkan pada anak untuk terus mencoba dan tidak takut salah. Kesempatan kedua tidak pernah sia-sia, selalu ada hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik, serta diadaptasi. Seperti halnya Ketika anak belajar berjalan, berapa kali dia terjatuh untuk akhirnya diaberhasil berjalan sendiri, tanpa bantuan orangtua.

5. Bermain dan bergembira bersama.

Interaksi yang hangat penuh humor yang dilakukan orangtua dan guru kepada anak menjadi menyenangkan, menggembirakan juga didambakan, bila dilakukan bersungguhsungguh dengan rasa cinta dan kasih sayang. Kehadiran dan keterlibatan orangtua dalam kegiatan bermain anak akan menumbuhkan kelekatan antara orangtua dan anak.

## F. Prinsip Pengasuhan untuk Pengkondisian Lingkungan (Eksternal)

- ### 1. Lingkungan yang aman

Semua anak membutuhkan lingkungan yang aman bagi proses tumbuh kembangnya. Untuk itu, orangtua dan guru harus memastikan lingkungan fisik anak bebas dari benda tajam dan berbahaya, berada dalam jarak yang dapat dilihat dan diawasi. Keamanan juga harus terjadi di lingkungan *nonfisik* anak. Hal ini dapat dilakukan dengan menjaga lingkungan belajar anak bebas dari kekerasan (verbal, emosi dan seksual).

2. Lingkungan yang nyaman, ramah dan menyenangkan

Lingkungan yang nyaman dan ramah tercipta saat guru atau orangtua ada ketika anak membutuhkan bantuan, dukungan atau perhatian. Saat guru atau orangtua memberikan perhatian dan pujian bagi perilaku baik anak, akan terasa bermakna, maka anak akan melakukannya lagi. Dengan demikian perkembangan anak dapat tumbuh dengan optimal.

3. Lingkungan yang melibatkan (*engaging*).

Setiap anak harus dilibatkan dalam pengasuhan. Hal ini dapat dilakukan dengan meminta pendapat, ide atau gagasan, dan cerita anak dibanyak kesempatan. Pengasuhan bisa menciptakan kesempatan yang menantang bagi anak untuk eksplorasi, menemukan dan mengembangkan gagasan dan keterampilan. Tentunya, kesempatan yang menantang

tersebut disesuaikan dengan usia dan tahap perkembangan anak, serta tetap memperhatikan keamanan dan kenyamanan anak.

## **G. Pola Asuh Orangtua Menurut Baumrind**

### **1. Pola Asuh Permissif.**

Pola asuh permisif dapat diartikan sebagai pola yang membebaskan anak untuk melakukan apa yang ingin dilakukan tanpa mempertanyakan. Pola asuh ini tidak menggunakan aturan yang ketat, bahkan bimbingan pun tidak diberikan sehingga tidak ada pengendalian atau pengontrolan serta tuntutan kepada anak. Kebebasan diberikan penuh dan anak diizinkan untuk member putusan untuk dirinya sendiri. Anak berperilaku sesuai dengan keinginannya tanpa adanya control dari orangtua

### **2. Pola Asuh Otoriter.**

Pola asuh otoriter, yaitu ketika orangtua menerapkan aturan dan batasan yang mutlak harus ditaati, tanpa member kesempatan pada anak untuk berpendapat, jika anak tidak mematuhi akan diancam dan dihukum. Pola asuh otoriter ini dapat menimbulkan hilangnya kebebasan pada anak, kurangnya inisiatif dan aktivitasnya, sehingga anak menjadi tidak percaya diri pada kemampuannya.

### **3. Pola Asuh Demokratis.**

Pola asuh demokratis yaitu menanamkan disiplin kepada anak, dan menghargai kebebasan yang tidak mutlak, dengan bimbingan yang penuh pengertian antara anak dan orangtua, member penjelasan secara rasional dan obyektif jika keinginan dan pendapat anak tidak sesuai. Dalam pola asuh ini, tumbuh rasa tanggung jawab pada anak, dan pada akhirnya, anak mampu bertindak sesuai dengan norma yang ada.

## **H. Strategi Pengasuhan Positif saat Anak Belajar dari Rumah.**

Beberapa strategi pengasuhan positif ini dapat diterapkan oleh orangtua selama masa anak belajar dari rumah antara lain :

1. Ciptakan suasana rumah yang aman, nyaman dan menyenangkan. Rumah yang nyaman, aman, menyenangkan membuat anak bisa betah berada dirumah.
2. Ciptakan suasana positif yang mendukung proses belajar.
3. Lakukan proses belajar di rumah dengan disiplin positif

4. Berikan ekspresi yang realistis pada saat anak belajar
5. Orangtua tetap tenang dan rileks
6. Orangtua menyiapkan berbagai kegiatan selain yang sudah disiapkan oleh guru. Kegiatan tersebut hendaknya mengarah pada kecakapan hidup dasar, antara lain kecakapan untuk menolong diri sendiri, pembiasaan perilaku hidup bersih, sehat, dan aman, pembiasaan kecakapan dalam menghadapi pandemic covid-19. Kegiatan tidak membebani anak, terintegrasi dalam berbagai aktivitas harian yang dilaksanakan dirumah, menyenangkan, dan bermakna bagi anak.
7. Libatkan anak dalam berbagai aktivitas di rumah, misalnya membereskan tempat tidur, menata alat dan bahan main, memilih menu makanan, memasak di dapur, mencuci buah-buahan, dan berbagai aktivitas lainnya. Sesuaikan aktivitas tersebut dengan usia dan tahap perkembangan anak.
8. Mengajak bermain dengan permainan yang edukatif sesuai dengan alat dan bahan main yang tersedia dirumah.
9. Orangtua dapat membacakan buku, mengajak anak membaca bersama-sama atau bercerita.

#### **I. Tips PenerapanPengasuhanPositifuntukOrangtua**

1. Memahami tahap perkembangan anak. Masa anak usia dini merupakan masa perkembangan yang sangat pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak memiliki dunia dan karakteristik tersendiri yang jauh berbeda dari dunia dan karakteristik orang dewasa. Anak sangat aktif dinamis, antusias dan hampir selalu ingin tahu terhadap apa yang dilihat dan didengarnya. Orangtua perlu memahami setiap perkembangan anak agar dapat memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahapan usianya sehingga pertumbuhan anak bisa maksimal baik secara fisik maupun secara psikologi.
2. Memahami komunikasi efektif. Komunikasi merupakan sebuah media untuk menyampaikan pesan. Komunikasi harus dikuasai oleh orangtua dan guru dalam melakukan pengasuhan positif pada anak. Melalui komunikasi verbal dan komunikasi nonverbal orangtua dan guru dapat mengetahui maksud yang akan disampaikan oleh anak. Komunikasi berlangsung efektif ketika orangtua atau guru memberikan arahan kepada

anak, dan anak menyampaikan gagasannya dalam suasana yang nyaman dan saling memahami.

**Contoh komunikasi yang efektif dan tidak efektif.**

| Komunikasi Efektif                                                                                                                         | Komunikasi Tidak Efektif                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Refleksi</b><br><b>Pengalaman</b><br>“Ibu juga pernah memecahin gelas, kaget banget. Akhirnya, ibu selalu berhati-hati kalau membawanya | <b>Nasihat</b><br>“Makanya jangan sambil main- main membawanya!               |
| <b>Menyatakan Observasi</b><br>“Ibu lihat makanan kamu masih agak banyak”                                                                  | <b>Interogasi</b><br>“Kok, makannya ga dihabiskan?<br>Kenyang?<br>Nggaksuka?” |
| <b>Menunjukkan Empati</b><br>“Ngantuk ya rasanya habis main diluar?”                                                                       | <b>Menolak /Mengalihkan perasaan</b><br>“Masa sih kamu capek?”                |
| <b>Pilihan</b><br>“Ibu akan membacakan cerita mengenai binatang, mana yang akan kamu pilih: ibu bercerita tentang sapi                     | <b>Perintah</b><br>“Tenang! Ibu akan membacakan buku tentang sapi!            |

atau ayam?

3. Memahami disiplin positif. Disiplin positif merupakan suatu cara penerapan disiplin tanpa kekerasan, ancaman, dan hukuman, yang dalam praktiknya melibatkan komunikasi tentang perilaku yang efektif antara orangtua dan anak. Dalam penerapan disiplin positif, anak diajarkan untuk memahami konsekuensi dari perilaku mereka. Selain itu, disiplin positif juga mengajarkan anak tanggung jawab serta rasa hormat dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Disiplin positif membuat anak mengerti bahwa ketika dia merapikan kamar tidurnya, dia akan merasa nyaman, bukan karena akan dihukum oleh mama jika tidak melakukannya atau karena ingin mendapatkan pujian atau hadiah.

#### **J. Melakukan Pengasuhan.**

Selain di lingkungan rumah, ayah, ibu, kakak, nenek, kakek, om, tante, sepupu, dan asisten rumah tangga (semua orang dewasa yang ada di rumah), pengasuhan bisa dilakukan di lingkungan sekolah, yaitu guru, kepala sekolah, dan warga sekolah lainnya yang melakukan pengasuhan. Pengasuhan dapat pula dilakukan di lingkungan masyarakat, melibatkan tetangga dan orang-orang yang tinggal di sekitar lingkungan tempat tinggal anak.

#### **K. Dampak Pengasuhan yang Keliru**

Beberapa perilaku anak yang menandakan pola asuh orangtua yang masih keliru.

1. Sering menangis dan mudah tersinggung. Setiap anak tentu pernah menangis, tetapi perhatikan frekuensi dan intensitasnya. Jika anak terus-menerus menangis meminta perhatian dan mengganggu dengan sengaja, bisa jadi menjadi salah satu tanda dari pola asuh yang kurang tepat. Ada kemungkinan orang tua kurang memberikan perhatian dan kasih sayang yang ditunjukkan dengan sentuhan atau kata kata yang lembut.
2. Sering berbohong. Jika menemukan anak sering berbohong, bahkan tentang hal-hal kecil, kemungkinan besar orangtua telah bereaksi berlebihan terhadap kesalahan sebelumnya. Hal ini menjadi kebiasaan yang fatal sehingga orangtua sebaiknya perlu berkaca

mengenai respons terhadap perilakunya. Cobalah untuk tidak bereaksi hebat saat dirinya melakukan kesalahan, sampaikan dengan cara yang baik bahwa kesalahan wajar terjadi, tetapi menjadi kewajiban setiap orang untuk memperbaikinya.

3. *Self esteem* (hargadiri) rendah. Anak tidak percaya diri dan memiliki harga diri yang rendah. Itu mungkin karena orangtua memberikan nasihat lebih dari kata-kata yang memotivasi. Pada usia muda, anak-anak membutuhkan motivasi dari orangtua mereka dan dapat merasa putus asa jika itu tidak terjadi. Jadi, sebaiknya memberikan nasihat dan motivasi harus berjalan beriringan dengan intensitas yang sama.
4. Sering ketakutan. Ketakutan berlebih pada anak tidak muncul dengan sendirinya, Seringnya hal ini terjadi karena orangtua terlalu bereaksi ketika anak menghadapi rintangan. Memang, sudah menjadi naluri setiap ibu untuk melindungi. Namun, sesekali cobalah untuk membiarkan anak bertanggung jawab dan melewati rintangan tanpa bantuan dari orang lain.
5. Merasa iri hati. Anak sering cemburu atau iri hati karena orang tua terus-menerus membandingkan anak dengan anaklain. Percayalah, setiap anak itu unik dengan kelebihan beserta kekurangannya sehingga orangtua sebaiknya tidak membandingkannya dengan keberhasilan anak lain. Walau masih kecil, anak memiliki perasaan yang sensitif. Bahkan, perilaku pengasuhan seperti ini akan diingat olehnya yang secara tak langsung bisa menjadi perilaku bahkan kepribadian iri hati hingga besar nanti.
6. Tidak bisa bangkit dengan dirinya sendiri. Bila anak sangat ketergantungan dan tidak bisa bangkit sendiri, mungkin memang ada perilaku pengasuhan yang kurang tepat. Kondisi ini bisa terjadi, khususnya bila orang tua pernah menegur, dan memarahi anak di depan orang lain, termasuk saudara kandung dan temannya. Jadi, bila orangtua melihat ada perilakunya yang salah, sebaiknya bicarakan baik-baik dan dengan empat mata.
7. Tidak Berempati. Jika anak kurang memiliki empati terhadap orang lain dan kecenderungan memanipulasi orang lain tanpa perasaan bersalah, salah satunya disebabkan pengasuhan yang kurang tepat. Orangtua yang acuh tak acuh, sangat kaku dalam menerapkan aturan atau menerapkan pengasuhan otoriter menjadi salah satu penyebab terjadinya gangguan pada kepribadian anak mungkin saja anak menjadi psikopat atau perilaku criminal saat dewasa. Tidak akan pernah ada pola asuh yang sempurna, tetapi tentu menuju pola asuh yang baik agar anak cerdas dan beretika

merupakan harapan setiap orangtua. Mari sama-sama belajar menjadi orangtua yang bisa diteladani sikapnya oleh anak-anak agar kelak ia bisa tumbuh dan berkembang sesuai dengan harapan.

#### **L. Tips Praktis Pengasuhan Positif Untuk Orangtua**

1. Menjalin komunikasi yang positif dengan anak
2. Berikan kepercayaan kepada anak karena pada dasarnya setiap anak memiliki kompetensi (kemampuan), dan kompetensi ini akan berkembang ketika anak diberi kepercayaan
3. Tidak membandingkan anak dengan anak lain karena setiap anak unik
4. Orangtua dapat mengelola emosi dengan baik
5. Dekatkan diri anak kepada Tuhan YME melalui keteladanan, pembiasaan, dan pengkondisian di keluarga
6. Bangun rasa empati anak pada lingkungan dan orang sekitar

# **BAB 9**

## **STRES PENGASUHAN**

## **BAB 9**

### **STRES PENGASUHAN**

#### **A. Pengantar**

Stres merupakan keadaan dimana seseorang yang mengalami ketegangan karena adanya kondisi-kondisi yang mempengaruhi dirinya. Stres adalah tekanan internal maupun eksternal serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan (Conner & White, 2014). Stres adalah segala masalah atau tuntutan menyesuaikan diri, yang karena tuntutan itulah individu merasa terganggu keseimbangan hidupnya.

#### **B. Pengertian Stres Pengasuhan**

Menurut Patterson, Debarryshe & Ramsey (Ahern, 2004), stres pengasuhan yaitu stres memberikan peranan dalam gangguan praktek pengasuhan dan tidak berfungsinya manajemen keluarga.

Sedangkan menurut Deater–Deckard (Lestari, 2013) mendefinisikan stres pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologi yang tidak disukai dan reaksi psikologi yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua.

Stres pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orangtua dan interaksi antara orangtua dengan anak. Model stres pengasuhan Abidin (Ahern, 2004) juga memberikan perumpamaan bahwa stres mendorong kearah tidak berfungsinya pengasuhan orangtua terhadap anak, pada intinya menjelaskan ketidaksesuaian respon orangtua dalam menanggapi konflik dengan anak-anak mereka.

Berdasarkan pengertian dan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa stres pengasuhan adalah tidak berfungsinya peran orangtua dalam pengasuhan dari interaksi dengan anak karena ketidaksesuaian respon orangtua dalam menanggapi konflik dengan anak berkebutuhan khusus yang menghambat dalam kelangsungan hidupnya.

### C. Penyebab dan Akibat Stres Pengasuhan

Ditinjau dari penyebab dan akibat stres pengasuhan, terdapat dua pendekatan yang utama, yakni teori P-C-R (*parent-child-relationship*) dan teori daily hassles. Dari sudut pandang teori P-C-R, stres pengasuhan bersumber dari tiga komponen yaitu ranah orangtua (P, yaitu segala aspek stres pengasuhan yang muncul dari pihak orangtua): ranah anak (C, yaitu segala aspek stres pengasuhan yang muncul dari perilaku anak) dan ranah hubungan orangtua-anak (R, yaitu segala aspek pengasuhan yang bersumber dari hubungan orangtua-anak) (Lestari, 2013).

Karakteristik orangtua tertentu dapat memicu stres pengasuhan, misalnya mudah mengalami simptom depresi, kelekatan terhadap anak, kekakuan dalam menjalankan peran orangtua, merasa tidak kompeten, terisolasi sosial, hubungan dengan pasangan yang kurang harmonis, dan kesehatan yang buruk. Sebaliknya karakteristik anak juga yang rendah, kurang penerimaan terhadap orangtua, suka menuntut dan menyusahkan, suasana hati yang buruk, mengalami kekacauan pikiran dan kurang memiliki kemampuan untuk memperkuat orangtua. Adapun dimensi relasi orangtua anak yang memicu stres pengasuhan adalah derajat konflik yang muncul dalam interaksi orangtua-anak (Lestari, 2013).

Ketiga ranah stres pengasuhan tersebut pada akhirnya akan menyebabkan kemerosotan kualitas dan efektivitas perilaku pengasuhan. Penurunan kualitas pengasuhan ini pada gilirannya akan meningkatkan problem emosi dan perilaku anak, misalnya perilaku agresi, pembangkangan, kecemasan, dan kesedihan yang kronis. Dengan demikian pendekatan P-C-R memperlihatkan adanya saling mempengaruhi antara orangtua dan anak atau disebut dua arah (Lestari, 2013).

Dari sudut pandang teori *daily hassles*, stres pengasuhan merupakan tipikal stres yang sering terjadi sehari-hari atau mingguan. Teori ini tidak menentang P-C-R. Namun memperluas dan melengkapi. Stres pengasuhan yang tipikal ini masih bersifat normal, belum sampai menimbulkan gangguan psikologi. Orangtua hanya perlu beradaptasi untuk mengatasi stres yang demikian ini (Lestari, 2013).

### D. Aspek - Aspek dalam Stres Pengasuhan

Model stres pengasuhan abidin (Ahern, 2004) memberikan perumpamaan bahwa stres mendorong kearah tidak berfungsinya pengasuhan orangtua terhadap anak, pada intinya

menjelaskan ketidaksesuaian respon orangtua dalam menanggapi konflik dengan anak-anak mereka. Model ini tentang pengasuhan orangtua yang dicerminkan dalam aspek-aspeknya meliputi:

### 1. *The Parent Distress*

Stres pengasuhan disini menunjukkan pengalaman stres orangtua sebagai sebuah fungsi dari faktor pribadi dalam memecahkan personal stres lain yang secara langsung dihubungkan dengan peran orangtua dalam pengasuhan anak. Tingkat stres pengasuhan ini berhubungan dengan karakteristik individu yang mengalami gangguan. Indikatornya meliputi:

- a. *Feeling of competence*: yaitu orangtua diliputi oleh tuntutan dari perannya dan kekurangan perasaan akan kemampuannya dalam merawat anak. Hal ini dihubungkan dengan kurangnya pengetahuan orangtua dalam hal perkembangan anak dan keterampilan manajemen anak yang sesuai.
- b. *Social isolation*: yaitu orangtua merasa terisolasi secara sosial dan ketidakhadiran dukungan emosional dari teman sehingga meningkatkan kemungkinan tidak berfungsinya pengasuhan orangtua dalam bentuk mengabaikan anaknya.
- c. *Restrictin imposed by parent role*: yaitu adanya pembatasan pada kebebasan pribadi, orangtua melihat dirinya sebagai hal yang dikendalikan dan yang dikuasai oleh kebutuhan dan permintaan anaknya. Berhubungan dengan hilangnya penghargaan terhadap identitasnya diri yang diekspesikan. Seringkali, adanya kecewaan dan kemarahan yang kuat yang dihasilkan oleh frustasinya.
- d. *Relationship with spouse*: yaitu adanya konflik antar hubungan orangtua yang mungkin menjadi sumber stres utama. Konflik utamanya mungkin melibatkan ketidakhadiran dukungan emosi dan material dari pasangan serta konflik mengenai pendekatan dan strategi manajemen anak.
- e. *Health of parent*: yaitu sampai taraf tertentu, efektivitas proses pengasuhan orangtua terhadap anak dapat mempengaruhi kondisi kesehatan orangtua.
- f. *Parent depression*: yaitu orangtua mengalami beberapa gejala depresi ringan hingga menengah dan rasa bersalah (kecewa), yang mana pada suatu waktu dapat melemahkan kemampuannya untuk menangani tanggung jawabnya terhadap pengasuhan. Permasalahan ini secara khas dihubungkan dengan tingkatan depresi meliputi keluhan

hilangnya energi.

## 2. *The Difficult Child*

Stres pengasuhan disini digambarkan dengan menghadirkan perilaku anak yang sering terlibat dalam mempermudah pengasuhan atau malah lebih mempersulit karena orangtua merasa anaknya memiliki banyak karakteristik tingkah laku mengganggu. Indikatornya meliputi:

- a. *Child adaptability*: yaitu anak menunjukkan karakteristik perilaku yang membuat anak sulit untuk diatur. Stres orangtua berhubungan dengan tugas pengasuhan orangtua yang lebih sulit dalam ketidakmampuan anak untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan lingkungan.
- b. *Child demands*: yaitu anak lebih banyak permintaan terhadap orangtua berupa perhatian dan bantuan. Umumnya anak-anak sulit melakukan segala sesuatu secara mandiri dan mengalami hambatan dalam perkembangannya.
- c. *Child mood*: yaitu orangtua merasa anaknya kehilangan perasaan akan hal-hal positif yang biasanya merupakan ciri khas anak yang bisa dilihat dari ekspresinya sehari-hari.
- d. *Disobedience*: yaitu orangtua merasa anaknya menunjukkan perilaku yang terlalu aktif dan sulit mengikuti perintah.

## E. *The Parent Child Dysfunctional Interaction*

Stres pengasuhan disini menunjukkan interaksi antara orangtua dan anak yang tidak berfungsi dengan baik yang berfokus pada tingkat penguatan dari anak terhadap orangtua serta tingkat harapan orangtua terhadap anak. Indikatornya meliputi:

1. *Child resented parent*: yaitu orangtua merasa tidak ada pengetahuan yang positif dari anaknya. Interaksi antara orangtua dengan anak tidak menghasilkan perasaan yang nyaman terhadap anaknya.
2. *Acceptability of child to parent*: yaitu stres pengasuhan orangtua karena karakteristik anak seperti intelektual, fisik, dan emosi yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan orangtua sehingga lebih besar dapat menyebabkan penolakan orangtua.
3. *Attachment*: yaitu orangtua tidak memiliki kedekatan emosional dengan anaknya sehingga

mempengaruhi perasaan orangtua.

#### **F. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan**

Menurut Johnston dkk (2003) faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi dan sebagai faktor penentu stress pengasuhan, yaitu:

1. *Child behavior problems* dan dukungan sosial. Perilaku yang bermasalah berhubungan dengan stress pengasuhan yaitu perasaan keibuan yang meliputi aspek kemampuan, penerimaan ibu serta perasaan terisolasi.
2. *Family cohesion*. Menekankan pada berbagai rasa tanggung jawab dan dukungan interpersonal di rumah.
3. *Family income*. Meliputi status sosial ekonomi, dukungan keluarga dan sumber daya coping yaitu *coping skills*.
4. *Maternal psychological well being*. Kesejahteraan psikologis meliputi aspek perasaan terisolasi dan penerimaan. Jika seorang ibu sedang menderita permasalahan psikologis, ibu mungkin tidak memiliki sumber daya pribadi yang cukup tersedia untuk orang lain atau anaknya, dengan demikian meningkatnya perasaan terisolasi dan pengurangan perasaan akan kemampuan dalam keterampilan pengasuhan juga, sehingga mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Menurut Lestari (2013), faktor-faktor yang dapat mendorong timbulnya stress dapat dibedakan menjadi tiga tingkatan yaitu:

##### **1. Individu**

Pada tingkatan individu, faktor-faktor tersebut dapat bersumber dari pribadi orangtua maupun anak. Kesehatan fisik orangtua dapat menjadi faktor yang mendorong timbulnya stres pengasuhan. Misalnya, sakit yang dialami orangtua dan berlangsung dalam jangka panjang. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosi orangtua yang kurang baik juga dapat mendorong timbulnya stres. Sebaliknya, dari pihak anak faktor-faktor individu yang dapat mendorong stres pengasuhan dapat berupa masalah fisik dan problem perilaku. Adapun stres pengasuhan yang terjadi sehari-hari sering kali menyebabkan oleh problem perilaku anak. Apalagi pada anak-anak yang tergolong sebagai anak yang sulit. Anak-anak seperti ini biasanya sangat sulit diatur, suka membangkang, sering menimbulkan

kekacauan bahkan kerusakan. Orangtua menghadapi anak yang demikian akan mudah mengalami stres pengasuhan.

## 2. Keluarga

Pada tingkatan ini masalah keuangan dan struktur keluarga merupakan faktor-faktor yang mendorong timbulnya stres pengasuhan. Aspek ini juga dapat berupa pengasuhan anak yang dilakukan sendiri tanpa keterlibatan pasangan atau karena menjadi orangtua tunggal. Selain itu hubungan yang penuh dengan konflik, baik antar pasangan maupun antara orangtua anak, sangat berpotensi menimbulkan stres pengasuhan.

## 3. Lingkungan

Kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka pendek, situasional atau aksidental, bila sumber stres pengasuhan lebih dominan pada situasi lingkungan. Namun, bila tidak segera diatasi atau dikelola dengan baik, kondisi stres ini dapat berlangsung dalam jangka panjang juga.

### **G. Dampak stress pasca melahirkan terhadap pengasuhan**

Sebuah kelahiran anak dalam keluarga, umumnya menjadi momen yang membahagiakan. Terlebih jika kelahiran ini merupakan kelahiran pertama, yang membuat seorang wanita menjadi ibu dan laki-laki menjadi ayah. Prosesnya dimulai dari kehamilan, melahirkan, merawat bayi adalah sebuah tantangan yang harus dilalui orang tua. Semua proses ini pastinya membutuhkan penyesuaian fisik dan mental. Sehingga tidak mengherankan bahwa 14% ibu dan 10% ayah mengalami postpartum distress (Paulson JF, dkk dalam Missler et al., 2018).

Secara umum ibu yang melahirkan anak pertama (Primipara) rentan mengalami *baby blues*, bahkan bisa terjadi pada sang ayah juga. Sedangkan bagi ibu multipara atau ibu dengan kelahiran kedua dan seterusnya dapat juga mengalami *baby blues*. Ibu primipara maupun multipara memang memiliki tantangan berbeda sesuai pengalaman terdahulu. Ibu primipara memiliki tantangan dalam penyesuaian merawat, mengasuh bayi untuk pertama kalinya, maupun merawat diri pasca melahirkan. Sedangkan ibu multipara yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya, tantangannya mungkin pada penyesuaian ekonomi, dan pembagian peran jika anaknya lebih dari satu. Keadaan ini dapat menyebabkan *post partum blues*, *post partum depression*, dan jika tidak tertangani dapat menyebabkan *post partum psikosis*.

**Berdasarkan tingkat gejalanya, gangguan pasca melahirkan dibagi menjadi tiga jenis :**

**1. *Baby blues* atau *post partum blues***

merupakan gangguan mental ringan yang dapat terjadi pada minggu pertama sampai sepuluh hari setelah melahirkan (Haeba & Moordiningsih, 2009). Gejala ibu dengan *baby blues syndrome* seperti mudah tersinggung, mudah sedih, menangis tiba – tiba, gangguan tidur dll.

**2. *Post partum depression***

merupakan bentuk depresi berat dari *baby blues* (Haeba & Moordiningsih, 2009). Gejala pada *post partum depression* seperti kehilangan semangat hidup, hilangnya minat beraktivitas, lelah berlebihan, kesulitan konsentrasi, mudah lupa (Nonacs dalam Haeba & Moordiningsih, 2009). Keadaan ini dapat berlangsung kira – kira enam sampai delapan minggu ( Miyaoka dalam Haeba & Moordiningsih, 2009).

**3. *Post partum psikosis***

jarang terjadi dan kemungkinan terjadi hanya satu sampai dua diantara 1000 kelahiran (Kaplab dan Sadock dalam Haeba & Moordiningsih, 2009). Gejala post partum psikosis muncul setelah tiga sampai 14 hari setelah melahirkan dan biasanya ditunjukan pada tiga bulan pertama pasca melahirkan (Haeba & Moordiningsih, 2009). Gejala yang membedakan dengan gangguan post partum lain nya adalah, adanya halusinasi pendengaran dengan instruksi membunuh anaknya dan delusi kepercayaan mengenai bayinya sampai ketidak mampuan ibu dalam mengurus bayinya (Nonacs dalam Haeba & Moordiningsih, 2009).

Berdasarkan data dari Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2015), jumlah ibu hamil tergolong tinggi yaitu sebanyak 89,33% (Marmer & Ariana, 2016). Data WHO (2020) menyatakan bahwa 10% ibu hamil di dunia mengalami gangguan kesehatan mental dan depresi (Rahman & Urbayatun, 2021). Data laporan ibu dengan gangguan kesehatan mental dan depresi pada negara berkembang jauh lebih tinggi , yaitu sebanyak 15,6% (Rahman & Urbayatun, 2021). Terlebih masa pandemi saat ini dimungkinkan angka kecemasan pada ibu hamil dan melahirkan meningkat.

Fenomena dilapangan terdapat banyak faktor yang menyebabkan gangguan pasca melahirkan (internal dan eksternal). Faktor internal contohnya perubahan hormon, trauma

proses melahirkan, trauma masa lalu, penyakit. Faktor eksternal contohnya kurangnya dukungan pasangan, masalah ekonomi, jumlah anak, kritik sosial. Tidak ada faktor tunggal yang menyebabkan gangguan pasca melahirkan. Setiap faktor tersebut saling mempengaruhi.

Kondisi pasca melahirkan yang belum pulih, membuat ibu memiliki mobilitas terbatas. Penyesuaian terhadap bayi yang akan sangat bergantung pada ibu nya terutama untuk menyusui dan jadwal tidur yang sedikit. Tanggung jawab pekerjaan rumah serta pengasuhan anak umumnya dibebankan kepada ibu saja. Terlebih jika terjadi pada ibu bekerja, maka beban nya bertambah. Oleh karena itu perlunya peran dan dukungan pasangan dalam membantu ibu melewati fase ini. Kerja sama dalam mengurus rumah dan pengasuhan harus dilakukan bersama.

Kejadian *baby blues* ternyata tidak hanya pada ibu pasca melahirkan saja. Seorang ayah baru, juga dapat mengalami *baby blues*. Umumnya karena faktor penyesuaian, dari sebelum punya anak sekarang sudah punya anak membuat ayah cemas tidak bisa membantu karena tanggung jawab bekerja maupun berkurangnya waktu untuk berkumpul dengan temannya. Oleh karenanya penting untuk menyadari perubahan ini agar tidak terjadi *baby blues* baik pada ibu maupun ayah. *Co-parenting* sangat di butuhkan dalam pengasuhan anak.

Sebuah *British study* pada Bulan November menyimpulkan bahwa anak-anak dengan ibu yang pernah mengalami depresi pasca melahirkan beresiko besar berperilaku nakal utamanya saat usia remaja (Bunda Balita, 2004). Hay dalam (Ayu, Fitria R & Lailatushifah, 2008) menyatakan bahwa anak-anak mengalami kesulitan perhatian dan aktivitas, gangguan dalam mengatur emosi dan respon sangat berhubungan dengan perilaku buruk yang mengganggu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kondisi mental ibu pasca melahirkan merupakan faktor resiko yang dapat memprediksi tingkat intelektual dan perkembangan sosial pada anak (Ayu, Fitria R & Lailatushifah, 2008). *Post partum blues* sangat mempengaruhi hubungan antara ibu dan anak (Ayu, Fitria R & Lailatushifah, 2008)

Menurut Elvira, Seorang bayi yang tidak mendapat ASI dengan orang tua yang memiliki masalah *bonding attachment* biasanya terjadi pada bayi dengan ibu yang mengalami depresi (Elvira, dalam Machmudah, 2015). Padahal menurut Mezzacappa dan Endicott menyatakan bahwa pemberian makanan dan menyusui bayi mampu mengurangi resiko terjadinya gejala

*post partum blues* (Miyansaski, 2014). Begitu pentingnya sebuah bonding antara orang tua dan anak, karena bermanfaat juga bagi kesehatan psikologis seorang ibu.

Peran seorang ibu pastinya sudah jelas, menyusui dan merawat bayi nya. Lalu bagaimana peran ayah pasca melahirkan? Peran ayah dalam pengasuhan dimulai sejak anak dalam kandungan. Pengasuhan seorang ayah dapat dilakukan dengan mencukupi kebutuhan ibu hamil, mengajak bicara janin, menyentuh perut ibu. Semakin dini seorang ayah membangun kelekatan dengan anak maka semakin baik kualitas pengasuhannya. Kehadiran ayah pada periode pra dan pasca melahirkan memberikan dampak positif bagi ibu dan anak. Sebuah penelitian oleh *Pew Research* menyatakan bahwa setengah dari jumlah ayah yang menjadi responden penelitian, merasa cemas karena tidak mempunyai waktu yang cukup untuk anak-anaknya (Ariyani, 2017). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dan adanya kebebasan dari tuntutan pekerjaan akan memberikan ruang seorang ayah dalam meningkatkan kemampuan co-parenting (Ariyani, 2017).

Di Indonesia umumnya, sebagian besar ayah mengikuti pola asuh tradisional yaitu ibu lah yang bertanggung jawab mengurus dan mengasuh bayi nya sedangkan ayah bekerja mencari nafkah (Usman, 2021). Sebuah pernyataan dari tiga ibu sebagai responden yang mengalami permasalahan pada anaknya, menyatakan bahwa mereka belum siap memiliki anak dan tidak mendapat dukungan dari suami saat hamil dan mengasuh anak-anak mereka (Usman, 2021). Seorang ibu yang selalu menangis, kesal dan marah – marah akan berdampak pada alam bawah sadar bayinya tentang pola perilaku dan berpengaruh pada temperamen bayinya kelak (Usman, 2021).

Peran dan dukungan ayah bagi ibu pasca melahirkan sangat penting. Namun, peran ayah terbatas karena harus bekerja. Umumnya seorang ayah hanya mendapat cuti dua hari saja. *Paternity leave* atau yang sering disebut cuti ayah pada pre dan pasca ibu melahirkan bertujuan memberikan kesempatan ayah dalam membantu istrinya sebelum dan sesudah melahirkan. Setiap negara memiliki kebijakan berbeda – beda dalam memberikan cuti bagi ayah dengan ibu melahirkan.

Berdasarkan data dari ILO ( organisasi buruh dunia), sampai 2013 ada 79 negara yang memiliki kebijakan nasional mengenai *paternity leave* (Ariyani, 2017). Negara dengan cuti

singkat ada pada negara Tunisia. Sedangkan periode cuti terpanjang selama 90 hari ada pada negara Islandia, Slovenia dan Finlandia (Ariyani, 2017). Pada kebijakan cuti tersebut ada yang dengan gaji penuh, ada yang tidak dengan gaji penuh.

Di Indonesia sendiri belum ada regulasi yang jelas mengenai syarat – syarat dalam mengambil cuti bagi ayah (Ariyani, 2017). UU Ketenagakerjaan No 13 tahun 2003 tertulis bahwa pekerja laki-laki berhak mengajukan cuti dua hari dengan upah penuh ketika istri melahirkan atau mengalami keguguran. Berbeda dengan provinsi lain, di Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam, sesuai peraturan gubernur (pergub) Aceh Pasal 28 No 49 Tahun 2016, cuti melahirkan bagi pekerja laki-laki dari PNS, PPPK atau tenaga honorer diberikan selama tujuh hari periode sebelum dan sesudah melahirkan (Ariyani, 2017). Sedangkan untuk pekerja atau buruh pada perusahaan sesuai Pasal 29, Sebuah perusahaan wajib memberikan cuti melahirkan dengan lama cuti sesuai kebijakan perusahaan (Ariyani, 2017).

Keluarga sebagai unit terkecil yang terdiri dari ayah ibu dan anak. Pada lingkungan keluarga lah anak tumbuh dan berkembang. Tugas utama dalam keluarga adalah memenuhi kebutuhan jasmani, sosial dan rohani yang dapat dilakukan dengan cara perawatan, bimbingan, pemenuhan spiritual maupun emosional pada setiap anggota keluarga (Astuti & Puspitarani, 2017). Perbedaan intensitas maupun cara mengasuh anak tidak menjadi penghalang dalam mengurus anak. Antara ayah dan ibu saling melengkapi kekurangan dan saling mendukung sehingga tercipta keluarga yang harmonis dan sejahtera (Rakhmawati, 2015).

## **H. Strategi *Coping* Stress**

### **1. Pengertian Strategi *Coping***

Strategi *coping* didefinisikan sebagai suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha dalam rangka merubah domain kognitif dan atau perilaku secara konstan untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan atau tekanan internal maupun eksternal yang diprediksi akan mampu membebani dan melampaui kemampuan serta ketahanan individu yang bersangkutan (Lazarus, 1991).

Strategi *coping* merupakan tingkah laku seseorang dalam menghadapi masalah atau tekanan. Perilaku *coping* sebagai suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan tugas atau permasalahan

(MacLeod et al., 2016). Tingkah laku *coping* merupakan suatu proses dinamis dari suatu pola tingkah laku maupun pikiran-pikiran yang secara sadar digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan atau menegangkan.

## 2. Bentuk-Bentuk Strategi *Coping*

Lazarus dan Folkman (Santrock, 2018), mengklasifikasikan strategi *coping* yang digunakan menjadi dua, yaitu:

- a. *Problem focused coping*. Digunakan untuk mengontrol hal yang terjadi antara individu dengan lingkungan melalui pemecahan masalah, pembuatan keputusan dan tindakan langsung. *Problem focused coping* dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri. *Problem focused coping* juga dapat berupa pembuatan rencana tindakan, melaksanakan, dan mempertahankan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Lovell & Wetherell, 2015).
- b. *Emotion focused coping*. *Emotion focused coping* merupakan strategi untuk merendahkan emosi individu yang ditemukan oleh *stresor*, tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stress secara langsung.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* dibagi dalam dua bentuk yaitu *problem focused coping* yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri, bentuk strategi lainnya adalah *emotion focused coping* yang lebih berorientasi pada emosi yang merupakan usaha untuk merendahkan atau mengola stress yang muncul ketika individu berinteraksi dengan lingkungan.

## 3. Aspek-Aspek Strategi *Coping*

### a. *Problem Focused Coping*

Suatu studi dilakukan oleh Folkman (Lovell & Wetherell, 2015), *problem focused coping* terdiri atas tiga variasi, yaitu:

- 1) *Instrumental action* (tindakan secara langsung). Seseorang melakukan usaha dan menetapkan langkah-langkah yang mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.

- 2) *Cautiousness* (kehati-hatian). Individu berfikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.
- 3) *Negotiation* (negoisasi). Beberapa usaha individu yang dilakukan dan ditunjukkan kepada orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah.

*b. Emotion Focused Coping*

*Emotion focused coping* menurut Aldwin dan Ravenson (Karaer & Akdemir, 2019), adalah:

- 1) *Escapism* (pelarian diri dari masalah), cara individu mengatasi stress dengan berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengandaikan dirinya berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya saat ini.
- 2) *Minimization* (meringankan beban masalah), cara individu mengatasi stress dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.
- 3) *Self blame* (menyalahkan diri sendiri), cara individu mengatasi stress dengan memunculkan perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif dan *intropinitive* yang ditunjukkan dalam diri sendiri.
- 4) *Seeking meaning* (mencari arti), cara individu mengatasi stress dengan mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang di alaminya dan melihat hal-hal yang penting dalam kehidupan.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping*

Perilaku menghadapi tekanan adalah suatu proses yang dinamis (Lovell & Wetherell, 2015). Hal ini mengidentifikasikan bahwa ada faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam menentukan bentuk perilaku tertentu faktor-faktor tersebut ialah:

a. Kepribadian.

Karakteristik kepribadian dibagi berdasarkan tipenya (Pfaffenberger, 2005). Tipe A dengan ciri-ciri ambisius, kritis terhadap diri sendiri, tidak sabaran, melakukan pekerjaan

yang berbeda dalam waktu yang sama, mudah marah dan agresif akan cenderung menggunakan strategi coping yang berfokus pada emosi, sedangkan seseorang dengan tipe kepribadian B memiliki ciri-ciri suka rileks, tidak terburu-buru, tidak mudah terpancing untuk marah, berbicara dan bersikap tenang, serta lebih suka untuk memperluas pengalaman hidup cenderung menggunakan strategi coping yang berorientasi pada masalah.

b. Jenis kelamin

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Folkman dan Lazarus (Hurlock, 2012), ditemukan bahwa laki-laki dan perempuan sama-sama menggunakan bentuk *coping emotion focused coping* dan *problem focused coping*. Wanita lebih cenderung menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada emosi sedangkan pria cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada tugas dalam mengatasi masalah.

c. Konteks lingkungan dan sumber individual

Menurut Folkman dan Lazarus (Hurlock, 2012). Sumber-sumber individu seseorang meliputi pengalaman persepsi, kemampuan intelektual, kesehatan, situasi yang dihadapi, merupakan faktor-faktor yang sangat menentukan proses atau penerimaan suatu stimulus yang kemudian dapat dirasakan sebagai tekanan atau ancaman.

d. Dukungan sosial

Dukungan sosial terdiri atas informasi atau nasehat verbal maupun non verbal. Jenis dukungan sosial ini meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan maupun dukungan informatif. Berdasarkan pendapat tersebut dapat diketahui bahwa dukungan sosial yang tinggi akan menimbulkan strategi *coping* sedangkan tidak ada atau rendahnya dukungan sosial yang diterima tidak akan menimbulkan strategi *coping*.

# **BAB 10**

## **PARENTING ISLAMI**

## BAB 10

### Parenting Islami

#### A. Pengantar Parenting Islami

Anak merupakan amanah dari Allah dan berhak mendapatkan haknya dari kedua orang. Parenting Islami, adalah cara mengatur pola pengasuhan anak, dalam proses tumbuh kembang anak sesuai ajaran Islam dengan dasar Al-Qur'an dan sunah Rasulullah Sulallahu Alaihi Wassalam dengan *Tarbiyah al-Awlad* yang berlandaskan atas prinsip tauhid, keimanan dan akhlak mulia. Orangtua mempunyai tugas dan bertanggung jawab untuk mengajarkan kepada anak-anaknya tentang aqidah, pendidikan akhlak, pendidikan jasmani, pendidikan nalar, dan pendidikan untuk bertanggung jawab dimasyarakat.

Pola asuh menurut Islam adalah suatu proses kesatuan yang utuh dari sikap dan perlakuan orangtua terhadap anak dalam mengasuh, mendidik, membina, membiasakan dan membimbing secara optimal untuk meningkatkan perkembangan spiritual, emosional, sosial, fisik intelektual anak sejak bayi hingga dewasa berdasarkan Al-Qur'an dan sunah Rasulullah Sulallahu Alaihi Wassalam. Tujuan *Parenting* Islam untuk menjadikan anak sholih- sholihah, berakhlak mulia, bermanfaat untuk diri sendiri serta orang lain, menjadi generasi tangguh, pantang menyerah dan senang dalam kebaikan. Adapun langkah awal yang harus dijalani adalah orangtua (ayah dan Ibu) harus **mengsholehkan diri** terlebih dahulu, sebelum mengsholehkan anak.

#### B. Membangun Kesholehan Diri (Ayah dan Ibu)

Hidup di dunia adalah babak prakualifikasi untuk menentukan tempat kitadi akhirat. Manusia yang paling taat kepada-Nya, akan menempati tempat yang paling menyenangkan dan sebaliknya manusia yang selalu membangkang tidak mau menuruti kehendak atau perintah-Nya, akan menempati tempat yang sangat menyedihkan. Oleh karena itu, Allah tidak akan pernah berhenti menguji manusia (Al-Ankabuut: 2) yaitu untuk mengetahui siapakah yang layak untuk menempati surga tempat yang paling menyenangkan itu.

Dalam perjalanan hidup, peluang dan kesempatan setiap manusia sama. Allah Subhanahuwata'alatelah memberikan petunjuk melalui Al-Qur'an dan sunnah Rasul-Nyatelah memberi kemampuan berpikir dan memberi kewajiban. Dan Allah Subhanahuwata'alatidak

memaksakan kita, semua diserahkan pada manusia itu sendiri, mana yang akan dipilih jalan yang lurus sesuai dengan petunjuk ataukah menyimpang sesuai dengan selera. Allah Subhanahuwata'ala berfirman dalam QS. Ibrahim ayat 24-25: *“Allah menghendaki manusia mengikuti “Karakter Pohon Keimanan”, akarnya menghujam ke dalam bumi, batangnya kuat menjulang tinggi kelangit dan memberikan buah yang lezat bagi siapa saja.”*

Setiap manusia dalam membangun keshalihan diri, harus punya komitmen terhadap Islam dan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua harus bisa menjadi contoh bukan *“zarkoni”* isong andanitapiorabisanglakonitidak seperti ‘komandan’ yang terkesan ditakuti, banyak aturan dan larangan, tapi harus mengajak, tidak hanya memerintah dan menyuruh, tapi orang tua harus ikut terlibat.

*Spiritual Parenting Islami*, merupakan sebuah proses penyelenggaraan kehidupan berkeluarga yang didasari oleh aturan-aturan Allah Subhanahuwata'ala dan Rasulullah Sulallahualaihi wassalam. Orang tua spiritual akan mengizinkan anak-anak mereka menjadi apa adanya dan berbahagia dalam keunikannya. Orang tua spiritual menyediakan ‘tanah subur’ bagi anak mereka untuk menumbuhkan akar keimanan yang akan menjadi pusat dan menambatnya seumur hidupnya. Mereka memberi anak kanvas kosong untuk diisi dengan warna-warni jiwanya dan sebuah palet pengalaman untuk digambarkan sepanjang hidupnya. Untuk menjadi pribadi yang selalu yakin bahwa tidak ada yang tidak mungkin jika *Kun Fayakuun*-Nya tidak ada yang mustahil jika Allah Subhanahuwata'ala sudah berkehendak.

### **C. Mendidik Anak itu Proses**

Mendidik anak shalih-shalihah tidak bisa instan, memerlukan waktu yang panjang lama melalui proses yang terus-menerus berkesinambungan, dengan sungguh-sungguh, dan menyempurnakan.

Allah Subhanahuwata'ala selalu menciptakan sesuatu secara bertahap, yaitu melalui suatu proses yang berkesinambungan. Manusia misalnya, ia diciptakan tidak langsung dewasa. Tetapi melalui proses yang bermula dari air mani-janin-bayi-anak-dewasa- dan akhirnya tua. Demikian juga dengan tanaman, dimulai dari biji-tunas-batang dan daun-sampai akhirnya berbunga dan berbuah. Perlu disadari dari fenomena ini adalah baik atau buruknya kualitas manusia setelah dewasa nanti, sangat ditentukan oleh proses mendapatkan benih, lahan, pemeliharaan dan bekal yang diterimanya sejak dini.

Kualitas manusia di dunia, ditentukan sejak proses pembuatannya (diawali dengan do'a) . Kemudian setelah berada dalam perut Ibunya. Si calon Ibu ini memberi makanan yang halal, *thoyib*, dan bergizi agar kelak bayinya sehat jasmani dan rohani serta berakhlak mulia. Selanjutnya, anak ini diberi gizi bekal pendidikan yang cukup dengan membangun pembiasaan-pembiasaan positif, dan pada akhirnya ia menjadi orang yang bermanfaat untuk orang lain. Tumbuhan pun demikian pemeliharaannya dari sejak pemilihan tanah yang baik, sejak kecil diberi pupuk, disiram, disinari matahari, dilindungi dengan anti hama. Tindakan-tindakan ini akan menentukan kualitasnya pada saat ia berbunga atau berbuah nanti.

Pendidikan serta pola asuh orangtua di usia dini sangat berpengaruh pada tumbuh-kembang kepribadian anak di masa yang akan datang: saat anak-anak itu mulai tumbuh, berkembang, mengenal potensi dirinya, pembiasaan positif dalam keseharian, dan akhirnya menjadi pribadi yang matang serta kokoh ketika dewasa.

Spiritualitas dan keimanan merupakan dimensi yang paling kuat bagi pengamalan dan pengalaman manusia. Spiritualitas merujuk pada kualitas batin yang dirasakan individu dalam hubungannya dengan Allah Subhanahuwata'ala, nurani, dan makhluk lain.

#### **D. Pendidikan Anak Diajarkan Sebelum Rahim Ibu Berpenghuni**

Diawali dalam proses pemilihan calon pasangan (calon ayah dan calon ibu). Cari pasangan hidup yang agama dan akhlaknya baik, kemudian doa mohon petunjuk pada Allah Subhanahuwata'ala, “Ya Allah, jika dia jodoh hamba, sosok yang shalih, bisa memimpin keluarga menuju surga-Mu, mantapkan hati kami, namun jika tidak, tolong jauhkan dia, dan berilah hamba jodoh yang lebih baik”. Proses diawali saat kita menentukan siapa yang akan menjadi pendamping hidup kita. Karena bersamanya, kita akan menabur benih-benih cinta. Pun pada saat “proses pembuatannya anak” selalu diawali do'a bersama dengan pasangan, agar bisa menjadi benteng pertahanan masuknya setan ke rahim.

Diantara hal yang penting bagi orangtua agar kelak anaknya menjadi sholeh-sholehah, berakhlak mulia dan bermanfaat adalah dengan memastikan segala rejeki yang diberikan untuk anak-anaknya, baik makanan, minuman, pakaian berasal dari sumber yang halal. Ibnu Taimiyyah berkata, “*Rejeki halal walau sedikit, itu akan membawa kebarkahan hidup, dari pada rejeki haram banyak yang dapat cepet hilang dan Allah akan menghancurkannya.*”

Beberapa keutamaan rejeki yang halal, adalah:

- a. Sebagai sebab terkabulnya doa,
- b. Sebagai sebab munculnya energi positif untuk beramal sholih, ketenang hidup, kecukupan, dan kelapangan hati.

#### **E. ASI (Air Susu Ibu) Eksklusif adalah Hak Anak.**

Pada saat negara- negara barat, sudah mulai mendirikan pabrik-pabrik susu formula, maka untuk memenuhi target pasar yang harus dicapai. Dunia Barat pun mulai menyerukan slogan dengan media dan propaganda besar-besaran agar para ibu tidak perlu susah payah menyusui ASI bayi-bayinya, karena sudah tersedia susu formula bayi yang berkualitas. Dengan publikasi yang gencar dan media komunikasi yang merajalela, pandangan ini cepat merebak dan menjamur di kalangan negara-negara Islam, termasuk Indonesia. Dokter-dokternya pun sebagian juga mengikuti langkah-langkah provokator para dokter sekuler yang mengindahkan karya agung Allah Subhanahuwata'ala, Sang Pencipta ASI. Namun sayangnya banyak para ibu yang tidak mau lagi memberi ASI pada anaknya dengan alasan takut gemuk, jadi kendor, *ribet*, kerja, dsb. ASI adalah hak anak yang tidak tergantikan oleh susu formula buatan pabrik sehebat apapun kualitasnya. Padahal pemberian ASI ibu pada anak adalah perintah Allah Subhanahuwata'ala.

Al-Qur'an yang telah ada sejak empat belas abad yang lalu telah menerangkan dalam QS. Al-Baqarah: 233, yang artinya: *"Dan para ibu memberikan air susu mereka kepada bayi-bayi mereka selama dua tahun penuh bagi mereka yang hendak menyempurnakan susuannya."*

Dari hasil penelitian negara barat, membuktikan bahwa ternyata sampai sekarang ini belum ada susu formula yang sama kualitasnya dengan ASI, apalagi melebihi ASI.

1. ASI kualitasnya tidak ada tandingannya dibandingkan dengan susu formula buatan pabrik manapun.
2. ASI merupakan satu-satunya faktor yang dapat memberikan kepuasan tersendiri dan keterpengaruhan batin dalam jiwa sang anak sepanjang hidupnya.
3. Penelitian tersebut menegaskan juga bahwa seorang bayi yang lahir tanpa pernah merasakan ASI maka akan tumbuh menjadi generasi yang rawan terserang berbagai penyakit fisik maupun psikis.

4. Selain alasan kesehatan yang mendasar, ASI terbukti memiliki pengaruh yang sangat vital bagi perkembangan moral, rasa kasih sayang dan kepedulian suatu generasi.

Saat masyarakat barat sadar betapa besar pengaruh ASI terhadap perkembangan generasi, maka dengan berbagai sarana publikasi mereka mendorong kembali agar para ibu memberikan ASI kepada anak-anaknya. Namun sayangnya banyak para ibu yang sudah terlanjur suka dengan susu formula. Dari sini semakin nyata bahwa ketentuan Allah Subhanahuwata'ala tetap merupakan pilihan akhir yang terbaik.

#### **F. Empat Tahap Mendidik Anak yang Dicontohkan oleh Rasulullah Sulallahu alaihi wassalam**

1. Tahapan pertama usia 0 – 6 tahun (Mumayyiz)

Didiklah dengan baik dan benar. Jadilah orangtua yang dapat menjadi panutan bagi anak-anak. Berikan rasa cinta dan kasih sayang, dengan adil tanpa ada rasa pilih kasih. Jangan dengan kekerasan kata-kata, apalagi sampe memukul atau melukai anak ketika mereka melakukan kesalahan.

2. Tahapan kedua usia 7 – 14 tahun

Orangtua wajib mengajarkan anak-anaknya tentang disiplin dan tanggung jawab, seperti ibadah sholat 5 waktu. Rasulullah, bersabda:

*“Perintahkanlah anak-anak kamu, supaya mendirikan sholat ketika berusia 7 tahun dan pukulilah mereka karena meninggalkan sholat ketika berumur sepuluh tahun dan asingkanlah tempat tidur diantara mereka (lelaki dan perempuan).” (HR Abu Daud).*

Pukulan yang dimaksud dalam hadist tersebut, bukanlah pukulan yang menyakitkan tetapi hanya sekedar mengingatkan kepada anak terkait kewajiban seorang hamba kepada Allah Swt. Dengan mengajarkan disiplin akan membentuk karakter pada diri anak menjadi pribadi yang Tangguh dan berakhlak mulia.

3. Tahapan ketiga umur 15 - 21 tahun

Pada tahap ini jiwa anak menginjak masa remaja, mereka masih mencari jati diri, dan belum mampu menghadapi permasalahan hidup yang begitu kompleks. Maka peran orangtua dengan cara mendekatkan diri pada anak sebagai kawan atau sahabat, jadi harus membangun hubungan erat dan akrab agar anak tidak memiliki jiwa pemberontak.

Sehingga anak akan dekat dengan orangtua dan terbuka sehingga anak pun akan mampu menyelesaikan masalahnya dengan bimbingan orangtua dan tidak keluar dari jalur syariat.

#### 4. Tahapan keempat, umur 21 tahun keatas

Pada tahap ini orangtua mampu member kepercayaan pada anak, artinya anak sudah mampu memimpin dirinya sendiri dengan koridor syariat Islam agar anak tidak kebablasan dalam bergaul dengan lingkungannya.

Untuk membentuk karakter anak agar sesuai dengan kepribadian Islam, maka kesholehan orangtua harus sepadan, jika orangtua taat dan patuh akan perintah Allah maka niscaya sang anak pun akan memiliki dampak yang sama karena anak adalah peniru ulung orang tuanya. Allah tidak melihat hasil tapi bagaimana proses orangtua dalam memberikan pola asuh dan khudwah bagi anak- anak. Adapun metode pola asuh Islami (Parenting Islami) adalah pola asuh yang lebih menekankan pada praktik pengasuhan, jadi bukan hanya menitik beratkan pada gaya pengasuhan di keluarga namun lebih fokus pada bagaimana kedua orangtua membentuk anak menjadi *insan al-kamil*. Kewajiban orangtua adalah membimbing dan mendidik anak-anak berdasarkan syariat agama Islam, dan ini harus diawali dengan bagaimana perilaku orangtua agar bisa menjadi panutan bagi anak- anak sejak dini.

Al-Qur'an telah memberikan teladan melalui sosok Luqman al-Hakim dalam mendidik anak-anaknya menjadi insan yang damai dan mendamaikan. Dalam Al-Qur'an, Luqman Hakim menjelaskan kepada anaknya, agar anak selalu menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya. Diantara pola asuh yang diterapkan oleh Luqman Hakim terhadap anak-anaknya antara lain:

- a. Pola interaksi Luqman, Dia memanggil anaknya dengan sebutanya *abunayya*, wahai anakku. Ini menunjukkan bahwa dalam membangun interaksi keluarga harus didasari dengan kasih sayang, sehingga anak bukan dididik dengan rasa ketakutan tetapi dengan semangat kecintaan.
- b. Ada sosok figur yang diteladani dalam keluarga. Jadi figure pendidikan anak bukan hanya seorang ibu tetapi juga seorang ayah. Hal ini sebagai penegas bahwa urusan “domestik” rumah tangga seharusnya dilakukan bersama- sama.

c. Materi edukasi yang disampaikan Luqman meliputi:

Aqidah (QS Luqman: 13), ibadah (QS Luqman: 17), dan akhlak (QS Luqman: 14,15, 18 dan 19). Allah berfirman dalam QS Luqman 17

*“Wahai anakku! Laksanakan sholat, dan suruhlah (manusia) untuk berbuat yang ma'ruf dan cegahlah (mereka) dari yang munkar dan bersabarlah dalam terhadap apa yang menimpanya, sesungguhnya yang demikian itu termasuk perkara yang penting.”*

Pola asuh yang diterapkan Luqman patut dicontoh oleh para orangtua disepanjang zaman, seperti membentengi anak agama sejak dini, sehingga jiwa, perilaku, sikap, sifat dan egois yang ada dalam diri anak bisa tercover dengan baik, sesuai dengan syariat.

## **G. Lima Metode Pengasuhan Islami Menurut Abdullah Nashih Ulwan**

### **1. Metode Keteladanan**

Metode ini yang meyakinkan dan paling besar keberhasilannya dalam mempersiapkan dan membentuk anak dengan moral, spiritual dan sosial. Anak akan selalu meniru, dan meneladani sikap dan perilaku orangtua. Apabila orangtua berperilaku sopan santun anak akan menirunya, dan apabila orangtua mereka berperilaku jujur, anak akan tumbuh perilaku yang jujur, dan seterusnya. Hadits riwayat Abu Hurairah radhiyallahu'anhu, bahwa Rasulullah SAW bersabda : *“Setiap anak dilahirkan fitrah. Kedua orangtuanyalah yang membuatnya menjadi seorang Yahudi, Nasrani ataupun Majusi.”* Dari hadits ini jelas bahwa tokoh utama pendidik anak adalah orangtua. Orangtualah yang menjadikan anak tetap dalam fitrahnya (Islam) atau memberi warna yang bertentangan dengan fitrahnya. Kita mengenal Imam Syafi'i, yang lahir dari kedua orangtua yang shalih-shalihah. Ayahnya adalah seorang yang pernah menemukan buah yang tak bertuan lalu memakannya. Merasa bersalah lalu dia mencari pemilik kebun buah itu, meskipun harus menyusuri sungai yang panjang. Dia lalu dinikahkan dengan putri dari pemilik kebun yang sangat shalihah.

Berhati-hatilah dalam berperilaku dan bersikap dihadapan, anak-anak, karena orangtua dituntut menjadi suri tauladan yang baik. Orangtua sebagai pembentuk akhlak mulia anak. Ayah berperan dalam menanamkan kedisiplinan anak, agar *survive* bisa menghadapi berbagai tantangan permasalahan kehidupan. Sedangkan Ibu berperan sebagai sosok yang bisa menanamkan rasa nyaman, menerima segala kondisi dengan lapang dada, berakhlak. Anak adalah investasi akhirat. *“Apabila manusia mati maka terputuslah amalannya kecuali dari*

*tiga perkara: sedekah jariyah, ilmu bermanfaat, atau anak shalih yang mendo'akannya."* (HR. Muslim, dari Abu Hurairah).

Imam Al-Ghazali ketika membahas tentang peran kedua orangtua dalam pendidikan anak, mengatakan: *"Ketahuilah bahwa anak kecil merupakan amanat dari kedua orangtuanya. Hatinya yang masih suci, merupakan permata alami yang bersih dari pahatan dan bentukan, dia siap diberi pahatan apapun dan condong pada apa saja yang disodorkan kepadanya. Jika dibiasakan dan diajarkan dalam kebaikan dia akan tumbuh dalam kebaikan dan berbahagialah kedua orangtuanya di dunia dan di akhirat, juga setiap pendidik dan gurunya. Tapi jika dibiasakan kejelekan dan dibiarkan sebagaimana binatang ternak, niscaya akan menjadi jahat dan binasa. Dosanya pun ditanggung oleh pengajar dan walinya."*

## 2. Membiasakan Anak dengan Kebiasaan Positif

Setiap anak memiliki potensi dari lahir diantaranya adalah agama tauhid. Kebiasaan-kebiasaan dari orangtua dan anggota keluarga itulah yang akan member andil besar dalam membentuk akhlak anak. Anak adalah pewaris generasi. Jika tidak dipersiapkan dengan pembiasaan positif sejak dini, maka akan lebih susah mendidiknya setelah remaja. Ibarat mengukir di atas batu dalam mendidik anak sejak dini memang sulit awalnya, namun ukiran itu akan bertahan lama, tetapi mendidik anak setelah remaja bagaikan mengukir di atas air walaupun kelihatannya mudah tapi dia cepat hilang terhapus.

Orangtua bisa menanamkan kebiasaan-kebiasaan positif pada anak sejak dini, seperti:

a. Perilaku berdo'a dan mengucapkan salam.

Berdo'a sebelum dan sesudah beraktivitas. Membaca *Basmalah* terlebih dulu dan diakhiri *Hamdalah* setelah selesai mengerjakan sesuatu. Serta mengucapkan salam ketika bertemu saudara sesama muslim.

b. Perilaku sopan.

Biasakan dengan tiga kata istimewa: maaf, tolong, terimakasih.

c. Perilaku prososial.

Senang berbagi, senyum, empati, cium tangan orangtua ketika berangkat dan pulang sekolah.

d. Bangunkan subuh sejak balita.

Bangun pada waktu subuh adalah sebuah aktivitas yang sangat berat bagi orang-orang yang tidak biasa melakukannya. Untuk itu, membiasakan membangunkan anak pada waktu subuh sejak dini, adalah langkah terbaik untuk menjadikan aktivitas tersebut sebagai sebuah kebiasaan.

e. Lingkungan dan pendidikan yang Islami.

Lingkungan dan pendidikan adalah salah satu faktor penting dalam pembentukan karakter mulia anak. Sekolahkan anak ke sekolah Islam dan bimbinglah untuk mengikuti kegiatan TPQ (Taman Pendidikan Qur'an).

f. Safari masjid.

Bawalah anak melakukan safari masjid, minimal sepekan sekali. Dengan tujuan untuk menanamkan rasa cinta terhadap masjid dan sholat berjama'ah dihati anak

g. Perkenalkan batasan aurat sejak dini.

Jika orangtua memperkenalkan batasan aurat kepada anak sejak dini dan membiasakannya untuk menggunakan pakaian yang menutup aurat sejak dini, maka anak akan merasa malu, tidak nyaman, bersalah, dan menolak untuk beralih ke pakaian yang tidak menutup aurat. Namun bila sejak kecil anak dibiasakan memakai pakaian ketat, mini, maka hal tersebut akan terbawa hingga remaja dan dewasa. Anak akan menolak berjilbab dengan alasan gerah, panas, nggak nyaman, ribet, dan nggak gaul.

h. Buatlah jadwal nonton TV.

Hendaknya orangtua tidak membiasakan nonton acara TV bersama anak yang tidak mengandung unsur pendidikan. Misalnya: sinetron, film horor, atau film dewasa. Ajarkan nilai-nilai Islam secara langsung kepada anak. Sampaikan dengan bahasa menarik, melalui dongeng. Penyampaiannya fokus, jangan sambil lalu, ekspresif, intonasi dan artikulasi jelas sehingga anak akan tertarik.

i. Jadilah sahabat setia anak.

Perkecil sikap menggurui anak. Nuansa hangat, ceria, dan harmonis dalam keluarga akan memberikan kenyamanan bagi seluruh keluarga, termasuk anak. Bersikaplah sebagai sahabat dekatnya. Jadilah tempat curhat yang nyaman, sehingga anak akan terbuka menyampaikan permasalahannya.

j. Selalu membawa perlengkapan sholat.

Ajarkan anak selalu membawa perlengkapan sholat kemanapun pergi.

k. Menghidupkan Al-Qur'an dan Al-Hadits.

Biasakan membaca Al-Qur'an berjama'ah bersama keluarga, mendengarkan murrotal, ceramah ilmu agama, nasyid islami, dsb.

Bacakan hadits Rasulullah Saw sesuai dengan kadar kemampuan si anak.

l. Sampaikan nasihat dengan bijak, sabar tanpa bosan.

Ingat! Anak adalah makhluk yang bernyawa. Maka sampaikan dengan hati, penuh kesabaran, bijak dan jangan merasa bosan untuk mengulanginya. Jangan gunakan kekerasan, hindari emosi yang akan membuat anak sakit hati dan takut.

### 3. Metode Nasihat

Selama manusia hidup di dunia, tidak mungkin terhindar dari nasihat, demikian pula antara orangtua dan anak harus bisa saling nasihat menasihati dalam kebenaran dan kesabaran. Orangtua harus bisa mencari waktu yang tepat dalam memberikan nasihat pada anaknya, dan orangtua harus lapang dada saat anak mau menerima nasihat dan kadang tidak menerima nasihat orangtua. Rasulullah Sulallahualaihi wassalam, mengajarkan 3 waktu yang tepat untuk menasihati anak: pertama, dalam perjalanan, kedua saat makan, ketiga saat anak sakit.

### 4. Metode Perhatian.

Orangtua harus selalu memberikan perhatian perilaku anak-anaknya, antara lain: keimanan anak, moral, akhlak, spiritual, mental, sosial, psikologis dan intelektual anak. Ibu berperan memberi rasa cinta, kasih sayang yang dibutuhkan anak-anaknya tanpa kekerasan, sedangkan ayah berperan suportif, sebagai guru penasihat, pembimbing moral dan spiritual, menjadi model keteladanan, menjadi pendengar yang baik serta mempersiapkan masa depan anak. Bila anak melalaikan kewajiban, maka orangtua mengingatkannya dengan cara arif dan bijak dengan bahasa yang halus.

## 5. Metode Hukuman

Memberikan hukuman pada anak diperbolehkan bila anak melanggar aturan Islam dan melampaui batas, jadi hukuman diberikan pada anak sebagai tindakan tegas agar anak berjalan di jalan yang lurus sesuai dengan syariat. Metode memberikan hukuman pada anak dengan cinta dan lemah lembut, agar anak sadar dan mau memperbaiki diri jadi tidak boleh sembarangan, boleh memukul tapi tidak menyakitkan, jangan menampar muka, tidak menyertai dengan ucapan-ucapan buruk, tidak boleh menyumpahi anak.

### I. Aspek-Aspek *Parenting* Islami

#### 1. Pendidikan Psikologis dan Mental

##### a. Menanamkan kegembiraan, bermain dan bercanda ria pada anak

Agama Islam mengajarkan pada orangtua agar bisa membuat anak ceria, gembira. Karena kegembiraan anak, menjadi sesuatu yang menakjubkan, sangat berpengaruh kuat dan memberikan dampak positif dalam jiwa anak sehingga anak akan siap menerima perintah, nasihat, anjuran dan pengarahan. Rasulullah SAW, punya cara agar anak gembira, dengan mencium, bercanda, bermain bersama, menyambut kedatangan anak, menggendong, menimang, memanggil nama anak, berlari-lari, tertawa, makan bersama dan lain-lain.

Permainan adalah dunia anak, dengan bermain anak-anak bisa mengeksplor dengan leluasa, sehingga anak bisa berimajinasi sesuai dengan keinginan anak sehingga akan membantu kecerdasan dan keuletan anak. Cara berinteraksi Rasulullah SAW pada anak-anak dengan bercanda, bermain dan bercerita. Beliau memberikan jiwa pada mereka dengan kegembiraan, kasih sayang yang jujur, jauh dari kekerasan.

##### b. Memenuhi rasa kasih sayang pada anak

Ketika anak masih kecil, maka kebutuhan rasa kasih sayang pada anak jauh lebih besar. Namun sebagai orangtua jangan berlebihan atau sangat memanjakan anak, karena justru akan berakibat buruk pada anak.

##### c. Memiliki budi pekerti

Orangtua jangan merasa lelah untuk mengingatkan anak - anaknya agar berbudi pekerti lembut, karena akan menarik kasih sayang dan cinta Allah SWT dan akan disukai oleh makhluk langit dan bumi. Allah berfirman dalam QS Ali-Imron: 159: "*Sekiranya*

*kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu”*

## 2. Pendidikan keimanan dan syariat agama Islam

### a. Menanamkan dasar keimanan kepada Allah SWT

Orangtua wajib memberikan pengarahan dan menanamkan aqidah Iman kepada Allah pada jiwa anak, dengan mengajarkan “*Laailahaillallah Muhammad Rasulullah*”. Untuk mengajarkan dasar keimanan pada anak tidak bisa secara instan, tapi harus berproses, pelan- pelan agar anak tahu dan memahami, misalnya: ajak anak berbicara tentang alam semesta, lalu arahkan anak - anak agar tahu siapa penciptanya? anak juga diajak bisa membedakan siapa penciptanya dan siapa penciptaku? Setelah itu arahkan anak-anak dengan kesimpulan yang dapat mengokohkan keimanannya.

### b. Membiasakan anak untuk mencintai dan memuliakan Rasulullah SAW

Orangtua harus mengajarkan pada anak tentang siroh nabawi Rasulullah sebagai panutan umat Islam, menceritakan lewat dongeng atau membacakan cerita bagaimana kehidupan, akhlak dan kebiasaan Rasulullah Saw. Saat mendongeng gunakan bahasa khasanak - anak, kenalkan sifat Nabi dan Rasul, ceritakan kepahlawanan, sehingga anak-anak akan timbul rasa kagum dan mencintai akhlak Rasulullah. Berikan buku bacaan, komik, buku bergambar, yang mengenalkan Nabi dan Rasul. Ajak anak menonton film kisah Nabi dan Rasul, sehingga imajinasi anak akan berkembang. Dan ketika anak baligh mereka akan paham tentang syiroh Nabawi Rasulullah Saw, dan berproses mengikuti ajarannya.

### c. Beriman kepada Malaikat.

Anak- anak akan lebih mudah menerima dan belajar ilmu dan konsep dalam beragama di usia dini. Anak diajarkan tentang para malaikat yang diciptakan Allah dari cahaya, tidak memiliki nafsu, selalu patuh dan tunduk, selalu beribadah pada Allah Swt. Jumlah malaikat banyak sekali tapi yang wajib diketahui 10 malaikat. Orangtua memberikan penjelasan pada anak bahwa malaikaat bertugas menjaga manusia, dan ada malaikat yang mencatat semua perbuatan yang dilakukan manusia. Oleh karena itu harus dijaga setiap ucapan, dan perbuatan karena akan tercatat dan mendapatkan ganjaran yang setimpal sesuai perbuatan dan ucapan yang dilakukan.

d. Beriman kepada Qada dan Qadar

Orangtua menanamkan anak adanya takdir Allah kedalam jiwa anak sejak dini, sehingga anak akan memahami bahwa semua yang ada di bumi dan di langit adalah ciptaan Allah, dan semua kejadian atas kuasa Allah, sehingga anak diajarkan untuk selalu dekat dengan Allah dan hanya meminta pertolongan pada Allah SWT.

e. Mengawasi sholat lima waktu anak.

Sholat merupakan tiang agama bagi umat Islam, yang punya kedudukannya sangat penting. Sikap taat akan muncul dari kesadaran qalbu dan jiwa anak. Peran orangtua harus bisa memupuk jiwa anak dengan lembut dan kasih sayang secara perlahan- lahan melalui proses terus menerus sungguh - sungguh. Dengan begitu jiwa anak akan terbuka dan siap menerima setiap pengarahan dari orang tuanya. Sehingga dalam mengawasi anak shalat lima waktu, yang paling utama adalah bagaimana anak menyadari dan tahu akan keutamaan sholat. Allah berfirman dalam QS. Thaha: 132

*“Dan perintahkan pada keluargamu mendirikan shalat, dan bersabarlah kamu dalam mengerjakannya. Kami tidak meminta rejeki kepadamu, Kamilah yang member rejeki kepadamu. Dan akibat yang baik itu adalah bagi orang- orang yang bertaqwa.”*

Dari ayat tersebut diatas, bahwa Allah memerintahkan pada orangtua, agar mengajak anak- anaknya untuk mendirikan sholat bersama- berjamaah Bersama.

f. Mengajarkan anak sedekah

Orangtua mengajarkan bahwa berbagi itu merupakan sesuatu amal kebaikan yang dicintai Allah dan langsung member contoh sedekah, misalnya menolong ketika ada orang kesusuahan, sedekah di pagi hari dengan menyediakan kaleng amal jariyah dirumah dan memasukkan uang seikhlasnya kekaleng amal tersebut.

g. Memotivasi Anak berpuasa ramadhan

Orangtua memberikan pengertian pada anak, bahwa Allah sangat menyukai dan mencitai manusia yang suka berpuasa. Awalnya berikan reward pada anak, jika bisa puasa sampe maghrib. Bangunkan anak saat sahur dengan kelembutan, disaat buka masaklah yang disukai anak.

h. Menumbuhkan semangat anak gemar membaca Al- Qur'an

Al- Qur'an adalah kalam Allah, kitab suci agama Islam, pedoman bagi umat muslim agar bahagia dunia akhirat. Mengajarkan Al- Quran pada anak merupakan kewajiban orangtua. Dan mengajarkan ayat- ayat Al- Qur'an inilah akan memperkuat iman dan aqidah anak.

i. Menjadikan anak gemar berdzikir.

Berdzikir bisa dilakukan sewaktu waktu dan mengandung banyak hikmah, hati anak jadi tenang. Biasakan dirumah dengan ucapan Alhamdulillah jika mendapat nikmat, ma Sya Allah jika mengagumi ciptaan Allah, Astaghfirullah jika melakukan kesalahan, Inna lillahi wainnailaihiraji'un jika mendapat musibah.

### 3. Pendidikan Akhlak dan Sosial

a. Mengajarkan anak dengan etika yang baik

Jika anaknya ingin beretika, maka orangtua harus menerapkan etika - etika yang baik dimanapun berada, bukan hanya dirumah saja. Anak akan terbiasa merespon secara spontan ketika sudah terbiasa menerapkan etika - etika yang sudah dibiasakan orangtua, misalnya berkata jujur, tidak menggunjing orang, memaafkan kesalahan orang lain, meminta maaf, dan sebagainya.

b. Mengajarkan anak agar menjauhi sifat iri dan dengki.

Manusia makhluk sempurna yang diciptakan Allah dengan berbagai kelebihan, bisa merasakan sedih, senang, marah melalui hatinya. Hati adalah penentu atau cerminan dari sikap dan perbuatan manusia. Isi hati seseorang hanya diketahui oleh dirinya dan Allah. Ada penyakit hati yang mengarahkan manusia melakukan perbuatan negative iri, dengki, hasut atau memfitnah orang lain. Allah melarang hamba Nya iri, dengki bila melihat orang lain lebih bahagia, lebih kaya dan lebih segalanya dari dirinya, karena perbuatan iri dan dengki dapat menghapus amalam - amalan ibadah seseorang. Allah telah memberikan rejeki pada hambaNya sesuai porsi masing- masing. Oleh karena itu orangtua harus selalu menanamkan pada anak-anak rasa syukur atas nikmat Allah yang sangat banyak. Iri dan dengki juga dapat merusak kebaikan yang telah dilakukan orang tersebut. Dari Abu Hurairaahr.a, Rasulullah bersabda: *"Jagalah dirimu dari hasad, karena sesungguhnya hasad merusak kebaikan, sebagaimana api yang membakar kayu bakar"* (HR Abu Daud)

c. Mengajarkan anak memiliki adab.

Rasulullah mengajarkan adab pada umatnya, yang merupakan norma atau aturan mengenai sopan santun yang sesuai dengan syariat. Rasulullah bersabda: *“Hormatilah anak-anak kalian dan perbaikilah adab-adab mereka”* (HR Ibnu Majah dari Anis bin Malik)

d. Membiasakan anak mengucapkan salam

Ucapan salam di dalam agama Islam “Assalaamu‘alaikum warahmatullahi wabarakaatuh” merupakan ucapan yang baik dan istimewa. Anak harus dilatih dan dibiasakan mengucapkan salam pada orang- orang yang ditemuinya, pada saat akan pergi dan juga memasuki rumah. Dan perlu orangtua memberikan contoh nyata dalam kehidupan sehari-hari. Rasulullah SAW mengajarkan orang yang berjalan mengucapkan salam terlebih dahulu kepada orang yang duduk, orang yang naik kendaraan mengucapkan salam kepada orang yang berjalan, orang yang lebih sedikit mengucapkan salam pada orang yang lebih banyak. Ini perlu kita ajarkan dan kita biasakan pada anak sejak dini.

e. Memberlakukan anak dengan adil

Sebagian orangtua tanpa sadar bersikap tidak adil pada anak- anaknya, pilih kasih, atau punya anak “kesayangan”. Hal ini dilarang dalam Islam, karena akan berdampak permusuhan, hubungan kakak beradik jadi retak, kehilangan rasa kasih sayang antar saudara dan menumbuhkan sikap tidak menghormati orangtua. Rasulullah Saw bersabda dan mengulang hingga tiga kali: *“Adillah kepada anakmu, adillah kepada anakmu, adillah kepada anakmu!”* ( HR Abu Dawud, Nasa’i)

f. Mengajarkan anak kejujuran

Kejujuran merupakan salah satu nilai kehidupan yang sangat penting untuk diajarkan dan dibiasakan pada anak sejak dini. Cara menanamkan kejujuran pada anak dengan cara mengajarkan agar berkata, berperilaku serta bersikap jujur. Sifat jujur merupakan akhlak yang paling mendasar untuk membangun pribadi anak yang baik dan bertanggung jawab.

Jujur pada diri sendiri akan membawa keberuntungan, jujur pada orang lain akan membawa kepercayaan. Berikan pemahaman pada anak pentingnya jujur dan mengapa berbohong itu tidak baik dan dapat berakibat buruk bagi diri sendiri dan orang lain, misal jika kita bohong maka orang lain tidak akan percaya dan tidak suka, sehingga kita tidak

akan punya teman karena kebohongan kita. Ajarkan kejujuran melalui kisah- kisah dongeng sebelum tidur, bagaimana kejujuran membawa keberuntungan dan keberkahan hidup. Jika anak ketahuan berbohong, jangan langsung dimarahi dan menghukumnya. Tapi gunakan pendekatan yang halus, mengajaknya agar sianak mau bercerita jujur. Hindari intonasi membentak dan menuduh, karena justru akan membuat anak semakin menolak untuk mengatakan yang sebenarnya.

g. Mengajarkan Amanah (dapat dipercaya)

Anak adalah Amanah yang diberikan Allah kepada orangtua. Kehadiran anak dapat menguji orangtua, apakah dapat melaksanakan Amanah atau tidak? Allah berfirman dalam QS At- Tahrim: 6: *“Hai orang- orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu”*. Dari ayat tersebut jelaslah bahwa Allah memerintahkan pada orangtua khususnya peran suami yang memiliki tanggung jawab besar dalam menjaga keluarganya yaitu istri dan anak- anaknya dari api neraka dengan cara mentaati perintah Allah dan menjauhi kemaksiatan.

Anak adalah sosok yang masih suci. Bagaimanapun sikap anak itu berasal dari pengajaran orang tuanya. Masalahnya kadang orangtua sulit melakukan sikap amanah, entah kepada Allah SWT, masyarakat atau diri sendiri. Hal ini menjadikan anak meniru karena apa yang dilihat, apa yang didengar sangat berpengaruh pada apa yang dirasa anak. Orangtua mengajarkan Amanah mulai dari yang sederhana, misalnya: member pengertian pada anak, mana amanah dan mana hak, dengan cara orang tua memberi uang jajan dan menitipkan uang tabungan kepada gurunya, apakah anak paham dengan yang orangtua ajarkan? Atau anak masih bingung dan menghabiskan semua uang dari orangtuanya untuk jajan?

h. Mengajarkan Qana’ah (menerima takdir Allah dan ridha)

Sifat qana’ah adalah merasa syukur dengan apa yang dimiliki. Orangtua harus membiasakan dan menanamkan sifat qana’ah di kesehariannya, dengan cara menghargai apa yang diberikan (tidak mencela) dan bersyukur disetiap waktunya, jangan berkeluh kesah.

#### **4. Jangan Bermain Gadget Saat Mengobrol Bersama keluarga**

Menghadirkan surga dalam rumah tangga itu adalah bagi anda perjuangan. Semua itu bisa diwujudkan dengan membina keluarga dalam cahaya Ilahi serta menciptakan nuansa Islami, komunikasi dua arah dan adanya kelekatan sehingga tercipta ketangguhan dalam keluarga. Perkembangan teknologi tentu saja merubah gaya hidup kita. Keluarga milenial saat ini, gadget, smartpone dan sejenisnya menjadi kebutuhan primer, karena memudahkan komunikasi, juga sebagai sumber informasi. Namun gadget juga memberikan dampak negatif. Kita sering merasakan kurang waktu bersama keluarga meskipun semua anggota keluarga berada dirumah. Hal ini karena masing- masing anggota keluarga sibuk dengan gadgetnya, ayah sibuk dengan berita-berita, ibu sibuk dengan online shop, dan anak sibuk dengan drakor atau game. Hal tersebut berdampak pada pola komunikasi antara keluarga jadi tidak sehat. Intensitas komunikasi akan menjadi sangat berkurang. Padahal komunikasi menjadi hal yang sangat penting dalam sebuah keluarga, terutama bagi ayah, ibu, anak. Oleh karena itu Ketika sedang dirumah semua anggota keluarga mengurangi bermain gadget, dan lebih pada berkomunikasi dua arah dan berinteraksi langsung antar keluarga, agar hubungan keluarga lebih erat dan harmonis.

#### **Mengajarkan anak untuk taat kepada Allah Ta'ala**

- a. Melakukan segala aktifitas sesuai dengan Al-Qur'an dan Sunnah
- b. Menjadi *role model* yang baik
- c. Menciptakan lingkungan yang islami
- d. Anak memiliki gambaran/prasangka yang baik terhadap Allah
- e. Mengetahui sejarah Rasulullah dan para sahabat
- f. Allah sebagai pemegang otoritas tertinggi

# **BAB 11**

## **TEKNIK DISIPLIN**

### **HOFFMAN**

## BAB 11

### TEKNIK DISIPLIN HOFFMAN

#### A. Teknik Penerapan Disiplin

Disiplin seringkali dianggap sama dengan hukuman. Namun pada saat ini penerapan disiplin dapat dikatakan sebagai bimbingan. Disiplin digambarkan sebagai metode yang digunakan oleh figur otoritas untuk memastikan bahwa anak bertingkah laku sesuai dengan bimbingan dan harapan mereka. Figur otoritas ini menggunakan metode disiplin untuk memperoleh respon yang sesuai dengan harapan orangtua.

#### B. Pengertian Disiplin

Menurut Hoffman (Hurlock, 2012), disiplin berasal dari kata “*disciple*” yang artinya seorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin. Dengan kata lain, disiplin merupakan cara individu mengajarkan kepada individu lain perilaku yang diharapkan oleh lingkungan sosial.

Untuk mendapatkan gambaran mengenai pengertian disiplin, berikut ini adalah beberapa definisi dari beberapa tokoh.

Menurut Hurlock disiplin berasal dari bahasa Yunani “*disciplina*” yang berarti mengajar atau memerintah. Secara epistemologi disiplin adalah mengajarkan seseorang untuk bertingkah laku sesuai dengan harapan masyarakat. Selanjutnya Hurlock memberikan definisi mengenai disiplin sebagai berikut: “Disiplin akan membantu seseorang dalam mengembangkan “*self control*” dan “*self direction*” sehingga ia dapat mengambil suatu keputusan.

Disiplin adalah “Setiap pengajar, bimbingan, dan dorongan yang dilakukan oleh orang dewasa untuk menolong anak belajar untuk hidup sebagai makhluk sosial dan untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan mereka yang seoptimalnya.” Inti dari disiplin ini adalah untuk mengajar atau seseorang yang mengikuti ajaran dari seorang pemimpin. Tujuan dari disiplin adalah untuk membuat anak terlatih dan terkontrol, dengan mengajarkan bentuk-bentuk tingkah laku yang pantas dan yang tidak pantas atau yang masih asing bagi anak. Tujuan jangka Panjang dari disiplin ini adalah perkembangan pengendalian dan pengarahan diri (Lopes & Oliveira, 2017).

### C. Unsur-Unsur Disiplin

Dalam setiap penerapan teknik disiplin, terdapat empat unsur pokok penting yaitu peraturan, hukuman, penghargaan, dan konsistensi (Hurlock, 2012).

#### 1. Peraturan

Peraturan merupakan pola yang tetap bagi tingkah laku, penetapan peraturan dapat diperoleh dari orangtua, guru, figure otoritas, atau teman bermain. Tujuannya adalah untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Peraturan dapat berfungsi sebagai konsep moral. Anak dapat belajar apa yang benar dan apa yang salah menurut lingkungannya dapat dilakukan anak melalui peraturan.

Ada beberapa fungsi peraturan, yaitu:

- a. Peraturan mempunyai nilai pendidikan, sebab aturan memperkenalkan pada anak perilaku yang disetujui anggota kelompok tersebut.
- b. Peraturan membantu mengekang perilaku yang tidak diinginkan.

#### 2. Hukuman

Hukuman berasal dari kata kerja bahasa latin, *punier* dan berarti menjatuhkan hukuman pada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan atau pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan. Dalam pengertian hukuman di atas terkandung pula makna bahwa balasan atau ganjaran hanyalah karena perbuatan itu salah tetapi tetap melakukannya.

Pemberian hukuman membutuhkan sikap yang bijaksana dari pihak yang berotoritas. Sebab semua pelanggaran yang dilakukan oleh anak akan disebabkan karena kesengajaan. Anak kecil melakukan pelanggaran belum tentu karena kesengajaan kecuali terdapat bukti bahwa mereka telah mengerti peraturan kelompok sosial yang diajarkan kepada mereka. Hukuman bersifat mendidik hendaknya diberikan kepada anak yang dengan sengaja melakukan pelanggaran meskipun telah mengetahui adanya peraturan.

Hukuman memiliki beberapa fungsi yaitu:

- a. Sebagai penghalang atau menghalangi. Hukuman dapat menghalangi perbuatan yang tidak diinginkan oleh masyarakat.
- b. Hukuman berfungsi sebagai alat mendidik bagi anak yang belum memiliki peraturan.

- c. Memberi motivasi untuk menghindari perilaku yang tidak diterima masyarakat.

Beberapa unsur pokok hukuman yang baik yaitu hukuman yang mengajarkan anak, mengapa masyarakat menerima tingkahlaku tertentu namun juga tidak menimbulkan rasa permusuhan yang menghilangkan motivasi anak dalam menjalankan pengajaran tersebut adalah:

- a) Hukuman harus disesuaikan dengan pelanggaran dan harus mengikuti hukuman sedini mungkin sehingga anak dapat mengasosiasikan keadaannya. Bila seorang anak membuang makanan ke lantai karena sedang marah-marah maka anak itu harus langsung membersihkannya.
- b) Hukuman yang diberikan harus konsisten sehingga anak mengetahui kapan suatu peraturan dilanggar, hukuman itu tidak dapat dihindarkan.
- c) Apapun bentuk hukuman yang diberikan sifatnya harus impersonal sehingga anak itu tidak akan menginterpretasikannya sebagai kejahatan si pemberi hukuman.
- d) Hukuman harus konstruktif sehingga memberi motivasi untuk yang disetujui secara sosial di masa yang akan datang.
- e) Suatu penjelasan mengenai alasan mengapa hukuman diberikan harus menyertai hukuman agar anak itu akan melihatnya adil dan benar.
- f) Hukuman harus mengarah kepada pembentukan hati nurani untuk menjamin pengendali perilaku dari dalam diri di masa yang akan datang.
- g) Hukuman tidak boleh membuat anak merasa terhina atau menimbulkan rasa permusuhan.

### 3. Penghargaan

Penghargaan di sini berarti setiap bentuk penghargaan atau pemberian untuk suatu hasil yang baik. Penghargaan tidak perlu berbentuk materi, tetapi dapat berupa kata-kata pujian, senyuman, atau tepukan di punggung.

Ada beberapa fungsi dari penghargaan yang diberikan:

- a) Berfungsi sebagai alat mendidik. Saat anak melakukan tindakan dan tindakan itu diberikan sesuai dengan intensitas perbuatan anak, maka nilai penghargaan itu meningkat.

b) Penghargaan berfungsi sebagai motivasi untuk mengulangi perbuatan yang disetujui oleh masyarakat.

c) Penghargaan berfungsi untuk memperkuat perilaku yang disetujui secara sosial. Tiadanya penghargaan dapat melemahkan keinginan individu untuk mengulangi perbuatan yang baik. Bagi anak-anak melakukan sesuatu yang disetujui secara sosial dibutuhkan kepastian bahwa perbuatannya itu menguntungkan.

Beberapa jenis penghargaan yang dapat diberikan kepada anak dapat berbentuk macam-macam, seperti hadiah, perlakuan istimewa dan penerimaan secara sosial.

#### 4. Konsistensi

Unsur yang keempat dari disiplin adalah konsistensi, yang berarti tingkat keseragaman atau stabilitas dan kecenderungan menuju kesamaan di mana ia berbeda dengan ketetapan yang memiliki arti tidak ada perubahan.

Konsistensi dalam disiplin mempunyai fungsi sebagai berikut:

- a. Memiliki nilai mendidik yang besar. Bila peraturan ditegakkan secara konsisten akan memacu proses belajar.
- b. Konsistensi memiliki nilai motivasi yang kuat. Anak yang menyadari bahwa penghargaan selalu mengikuti perilaku yang disetujui dan hukuman selalu mengikuti perilaku yang dilarang, akan mempunyai keinginan yang jauh lebih besar untuk menghindari tindakan yang dilarang dan melakukan tindakan yang disetujui daripada anak merasa ragu mengenai bagaimana reaksi terhadap tindakan tertentu.
- c. Konsistensi mempertinggi penghargaan anak terhadap peraturan dan orang yang berkuasa. Pengetahuan bahwa disiplin yang diterima di rumah dan di sekolah diterapkan secara konsisten akan menciptakan dalam diri anak rasa hormat terhadap figur otoritas. Dengan demikian hanya ada sedikit alasan bagi anak untuk bersikap bermusuhan terhadap orangtua dan guru karena merasa tidak adil, dan hal ini berbeda dengan anak yang mendapatkan disiplin yang tidak konsisten.

Anak yang mendapatkan disiplin yang konsisten mempunyai motivasi yang lebih kuat untuk berperilaku menurut standar yang diharapkan secara sosial daripada orangtua yang mendapatkan disiplin tidak konsisten. Orangtua merasa bahwa berperilaku dengan cara yang

disetujui menguntungkan karena penghargaan untuk perilaku yang baik melampaui setiap kesenangan sementara yang dihasilkan dari perilaku yang salah atau dilarang. Akibatnya mereka jauh lebih sedikit kemungkinan berkembang menjadi remaja nakal dan orang dewasa kriminal dibandingkan mereka yang menerima disiplin tidak konsisten (Hurlock, 2012).

#### **D. Pola-Pola Disiplin**

Terdapat berbagai cara atau pola teknik penerapan disiplin yang dilakukan oleh orangtua. Martin Hoffman (Santrock, 2018) mengemukakan 3 pola penerapan disiplin, yaitu:

##### *1. Love Withdrawal*

Dalam penerapan disiplin *Love Withdrawal*, orangtua tidak peduli terhadap perbuatan yang dilakukan oleh individu, apakah perbuatannya benar atau salah. Pengawasan yang diberikan oleh orangtua terhadap tingkah laku anak bersifat longgar. Pola disiplin ini menggambarkan perilaku orangtua tidak memberikan perhatian, afeksi atau perasaan kasih sayang kepada anak-anak mereka, atau tidak memberikan izin kepada remaja untuk melakukan sesuatu setelah mereka melakukan kesalahan. Orangtua tidak memberikan kesempatan bagi remaja sebagai seorang anak untuk memahami kesalahannya dan belajar untuk melihat akibat dari perbuatan mereka terhadap orang lain.

Dampak yang ditimbulkan dari penerapan disiplin ini adalah terhambatnya komunikasi yang diakibatkan oleh terhambatnya pemasukan informasi-informasi yang seharusnya didapat, hal itu berarti tidak dapat membantu individu untuk mengembangkan kesadaran akan kebutuhan orang lain. Terbatasnya informasi dan pengalaman yang didapat membuat mereka tidak dapat mengambil keputusan apakah tingkah laku mereka sesuai atau tidak dengan harapan sosial.

##### *2. Power Assertion*

Orangtua membuat peraturan yang ketat untuk remaja, perintah yang diberikan tidak dapat dibantah, tidak ada penjelasan terhadap peraturan atau hukuman yang diberikan, tidak ada hadiah verbal maupun non verbal. Atau dapat dikatakan bahwa orangtua menggunakan

kekuatan superior untuk mengontrol tingkah laku remaja (termasuk pola-pola seperti memberikan perintah yang tidak dapat dibantah, hukuman fisik, pukulan, dan mengambil hak-hak anak).

Penerapan disiplin ini menimbulkan perasaan tidak suka dan marah pada diri individu, sehingga individu cenderung memunculkan permusuhan kepada orangtua. Selanjutnya perasaan negatif tersebut akan digeneralisasikan pada orang lain. Pemberian hukuman dari orangtua akan menimbulkan rasa takut dan cemas sehingga individu berusaha mematuhi segala perintah semata-mata didorong rasa takut dan cemas terhadap hukuman bukan berdasarkan perasaan dan kebutuhan akan orang lain. Akibatnya individu tidak terlatih untuk memenuhi kebutuhan dan memahami perasaan orang lain, ia hanya disibukkan oleh kebutuhannya sendiri. Dengan demikian, individu tidak terlatih untuk berempati terhadap kesulitan dan penderitaan orang lain.

### *3. Induction*

Peraturan diberikan secara komunikatif dengan penjelasan mengapa suatu tingkah laku dikatakan benar atau salah, hukuman diberikan dengan disertai penjelasan, begitu pula saat memberikan hadiah atau ganjaran. Penjelasan mengenai tingkah laku yang dikatakan benar atau salah disertai dengan penekanan terhadap bagaimana hal tersebut berpengaruh terhadap orang lain, kadang-kadang menjelaskan bagaimana perilaku yang seharusnya dilakukan remaja agar tidak menyebabkan kerugian atau kerusakan.

Cara ini lebih menekankan pada aspek edukatif daripada disiplin dengan hukuman. Dengan demikian, diharapkan individu dapat memperhatikan keberadaan orang lain dalam segala tindakan.

**BAB 12**

**PENGASUHAN**

**PADA ANAK**

**BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**BAB 12**

## **PENGASUHAN PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

Mengasuh anak, terutama bagi orangtua dengan anak yang memiliki kebutuhan khusus, tentu bukanlah perkara mudah. Banyak sekali tantangan dan hambatan yang tentu dihadapi para orangtua dalam proses pengasuhan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan kesiapan, baik dari pihak orangtua maupun guru, mengenai hal tersebut. Kesiapan dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus (ABK) ini dapat membantu anak untuk menyiapkan diri di lingkungan saat terjadi perubahan sistem. Selain itu juga berfungsi untuk mengajarkan pada lingkungan mengenai cara berinteraksi dan berkomunikasi dengan ABK.

Terdapat beberapa tujuan pengasuhan yang perlu dipahami oleh para orangtua. Beberapa di antaranya adalah menyiapkan anak agar mandiri terutama berkaitan dengan aktivitas perawatan diri; mengetahui bakat, minat, serta potensi anak; menyiapkan anak untuk menghadapi masa remaja dan dewasa tanpa hambatan. Peran orangtua dan guru sangat penting karena mengasuh ABK tantangannya sangat berat, membutuhkan energi lebih, serta memerlukan perhatian ekstra.

Beberapa tips dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus:

- a. Orangtua mengoptimalkan pengasuhan untuk menciptakan kepribadian yang tangguh pada anaknya
- b. Tidak hanya melihat keterbatasan yang dimiliki anak mereka, namun apa saja kelebihan yang dimiliki oleh anak tersebut
- c. Jangan pula melabeli anak dengan sesuatu yang berbahaya
- d. Percaya pada kemampuan diri, bahwa orangtua mampu untuk mengasuh anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus
- e. Jangan lupa untuk mencari dukungan sosial dalam menjalani proses pengasuhan

## **A. Memahami Anak Berkebutuhan Khusus dan Jenis-jenisnya**

Anak berkebutuhan khusus bukan berarti tidak pintar, tidak berbakat, atau tidak mampu. Hanya saja, mereka memiliki tantangan khusus yang tidak dihadapi kebanyakan anak-anak lain yang normal. Kondisi ini terjadi ketika anak memiliki keterbatasan atau kelainan yang berpengaruh pada proses pertumbuhan dan perkembangannya. Hal tersebut membuat anak memerlukan pendampingan yang tepat.

### **1. Pengertian anak berkebutuhan khusus**

Anak berkebutuhan khusus adalah anak-anak yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan, memiliki kondisi medis, kondisi kejiwaan, dan/atau kondisi bawaan tertentu. Mereka membutuhkan perhatian dan penanganan khusus supaya bisa mencapai potensinya. Istilah anak berkebutuhan khusus biasanya ditentukan oleh apa yang tidak bisa dilakukan seorang anak, misalnya:

- a. Pencapaian perkembangan fisik, mental-intelektual, maupun emosional yang belum terpenuhi
- b. Makanan yang dilarang
- c. Aktivitas yang dihindari

Kebutuhan khusus adalah istilah umum untuk beragam diagnosis, mulai dari kondisi yang bisa sembuh dengan cepat hingga kondisi yang dapat menjadi tantangan seumur hidup. Baik kondisi yang relatif ringan hingga kondisi yang berat

### **2. Klasifikasi anak berkebutuhan khusus**

Terdapat 12 klasifikasi anak berkebutuhan khusus sesuai dengan kondisi yang dimilikinya, sebagai berikut:

#### **a. Tunanetra/ disabilitas penglihatan**

Tunanetra adalah anak berkebutuhan khusus yang mengalami gangguan daya penglihatan sebagian atau kebutaan total.

b. Tunarungu/ disabilitas pendengaran

Kategori anak dengan kebutuhan khusus ini mengalami gangguan pendengaran, baik sebagian atau secara menyeluruh sehingga biasanya kemampuan berbahasa dan berbicaranya terhambat.

c. Tunagrahita/ disabilitas intelektual

Klasifikasi anak berkebutuhan khusus selanjutnya adalah tunagrahita. Dalam kondisi ini, anak memiliki fungsi intelektual yang berada di bawah rata-rata anak seusianya dan disertai dengan ketidakmampuan dalam adaptasi perilaku.

d. Tunadaksa/ disabilitas fisik

Tunadaksa merupakan klasifikasi anak berkebutuhan khusus yang memiliki gangguan gerak akibat kelumpuhan, kelainan bentuk dan fungsi tubuh, atau kelainan anggota gerak.

e. Tunalaras/ disabilitas sosial

Contoh anak berkebutuhan khusus berikutnya adalah tunalaras. Anak memiliki kelainan atau masalah dalam mengendalikan emosi dan kontrol sosial, bahkan melakukan perilaku menyimpang.

f. Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD)

ADHD termasuk dalam macam-macam anak berkebutuhan khusus. Anak dengan ADHD mengalami gangguan pengendalian diri, sulit fokus atau memperhatikan, berperilaku hiperaktif dan impulsif. Ciri-ciri anak berkebutuhan khusus ini dapat ditandai dengan tidak bisa duduk diam di kelas, kesulitan belajar, suka mondar-mandir, atau terus berbicara.

g. *Autisme*

*Autisme* adalah kelainan perkembangan saraf yang menyebabkan gangguan perilaku dan interaksi sosial. Gangguan ini bisa membuat anak seolah-olah hidup dalam dunianya sendiri.

h. Gangguan ganda

Gangguan ganda termasuk ke dalam jenis-jenis anak berkebutuhan khusus. Dalam kondisi ini, anak memiliki dua atau lebih gangguan yang mempengaruhi perkembangannya.

i. Lamban belajar

Anak yang lamban belajar memiliki potensi intelektual sedikit di bawah rata-rata, tetapi belum termasuk gangguan mental. Karakteristik anak berkebutuhan khusus ini membutuhkan waktu yang lama dan berulang-ulang untuk bisa menyelesaikan tugas akademik maupun non akademik.

j. Kesulitan belajar khusus

Anak mengalami hambatan atau penyimpangan pada proses psikologis dasar, seperti berpikir, membaca, menulis, mengeja, dan berhitung.

k. Gangguan kemampuan komunikasi

Klasifikasi anak berkebutuhan khusus selanjutnya adalah gangguan kemampuan komunikasi. Anak mengalami hambatan pada perkembangan bahasa, suara, irama, dan kelancaran berkomunikasi.

l. *Gifted*/berbakat istimewa

Anak berkebutuhan khusus ini memiliki potensi kecerdasan atau bakat istimewa, seperti musik, seni, atau olahraga yang luar biasa.

3. Penyebab anak berkebutuhan khusus

Terdapat tiga faktor penyebab anak berkebutuhan khusus, di antaranya:

- a. Faktor internal, yaitu kondisi yang dimiliki oleh anak yang bersangkutan (faktor hereditas, genetik, gizi buruk).
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor dari luar diri anak yang membuatnya mengalami hambatan perkembangan dan belajar. Misalnya, kekerasan dalam rumah tangga atau trauma, kecacatan akibat kecelakaan.
- c. Faktor kombinasi, yaitu gabungan faktor internal dan eksternal yang menyebabkan terjadinya kebutuhan khusus pada anak.

Terapi anak berkebutuhan khusus harus disesuaikan dengan kondisi yang dimilikinya. Jadi, dibutuhkan konsultasi dengan psikolog tumbuh kembang atau dokter spesialis anak mengenai penanganan yang tepat bagi anak.

## B. Panduan Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus

Membesarkan anak berkebutuhan khusus mungkin menjadi suatu tantangan bagi orangtua. Berikut ini merupakan beberapa hal yang harus orangtua ketahui tentang anak berkebutuhan khusus.

### 1. Ketahui masalah yang anak miliki

Dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus, orangtua perlu memahami masalah yang ada pada anak. Bila mengetahui dengan pasti kesulitan yang anak miliki, orangtua akan lebih mudah dalam memahami dan membimbing buah hatinya. Mungkin lebih mudah mengenali bila anak memiliki kekurangan secara fisik karena bisa terlihat. Namun, agak sulit bila anak memiliki kekurangan non-fisik.

Mengutip dari *Learning Disabilities Association of America (LDA)*, orangtua dengan anak gangguan belajar kadang kesulitan mengetahui apakah buah hatinya normal atau tidak. Misalnya, sebagian orang masih kesulitan membedakan anak yang sangat aktif atau anak dengan ADHD, atau kesulitan membedakan anak dengan ADHD dan *autisme*. Untuk mengetahui kondisi spesifik anak berkebutuhan khusus, orangtua bisa berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater agar mendapat penanganan yang tepat.

### 2. Perlakukan anak sama seperti anak lainnya

Saat membesarkan anak berkebutuhan khusus, orangtua perlu memperlakukan anak sama seperti yang lain. Namun, bukan berarti saat anak memiliki kekurangan fisik dengan kelumpuhan, lalu mengajaknya berlari. Memperlakukan sama maksudnya tetap memberi kasih sayang, kesempatan untuk berkembang, dan bersosialisasi dengan anak lain.

Secara perlahan, orangtua bisa mendampingi anak untuk bermain dengan teman-temannya. Terkadang orangtua lain ragu untuk membolehkan anaknya bermain dengan ABK. Ibu bisa memberi pemahaman kepada sesama orangtua bahwa anak berkebutuhan khusus bukan penyakit dan tidak menular.

### 3. Ajari anak untuk mengerti apa yang orangtua bicarakan

Sebagian besar anak dengan berkebutuhan khusus jenis gangguan belajar memiliki kesulitan dalam belajar bahasa. Artinya, mereka memiliki kesulitan mengartikan bahasa, mendengarkan, dan mengikuti petunjuk. Oleh sebab itu, sebaiknya dalam membesarkan

anak berkebutuhan khusus, orangtua membatasi jumlah kata saat bicara atau memberi petunjuk pada anak. Biasakan untuk menggunakan bentuk kalimat yang sederhana.

Misalnya, saat ibu ingin menjelaskan makanan yang anak makan, “Adik lagi makan ayam. Ayamnya besar, ya” sambil menatap anak saat bicara. Jika orangtua ingin melatih anak untuk melakukan sesuatu, bisa mengatakan “Tolong, ambil minum ya,” dengan menunjuk area pengambilan air. Hindari menggunakan kata yang panjang dan kompleks. Ini menyulitkan anak untuk mengerti apa yang orangtua bicarakan.

#### 4. Buat jadwal yang teratur

Anak berkebutuhan khusus sulit untuk membedakan waktu dan tempat. Mereka juga suka membuat ruangan berantakan. Sebaiknya batasi pemberian mainan, misalnya dua atau tiga jenis mainan saat sedang makan. Hal ini membantu anak untuk membuat pilihan.

Kalau orangtua melihat anak sudah mampu mengambil keputusan, libatkan anak dalam rutinitas sehari-hari dan dalam merencanakan sesuatu. Ini dapat membantu anak belajar manajemen waktu, merasa dirinya berguna, dan lebih aktif.

#### 5. Ajari anak untuk bersosialisasi

Saat orangtua membesarkan anak berkebutuhan khusus, perhatikan aspek sosial anak. Biasanya, anak disabilitas tidak suka atau tidak bisa bermain dengan teman sebayanya. Mereka tidak bisa membaca ekspresi wajah, gerak tubuh, maupun nada bicara. Maka dari itu, orangtua perlu mengajarkan anak bersosialisasi dengan orang sekitar. Bisa dimulai dari orang terdekat, misalnya kakek, nenek, om, tante, sepupu, atau tetangga.

Orangtua bisa memulainya dengan mengajarkan anak apa yang tepat dan tidak tepat untuk ia katakan. Selain itu, ajarkan juga membaca ekspresi wajah dan gerak tubuh. Seperti ekspresi saat temannya menangis karena sedih atau tertawa karena senang.

#### 6. Tumbuhkan rasa percaya diri anak

Anak berkebutuhan khusus sering merasa dirinya paling buruk dan akhirnya mereka tidak percaya diri. Orangtua perlu memberikan pujian dan komentar yang positif kepada anak mulai dari hal terkecil yang bisa anak lakukan. Misalnya, saat anak bisa menyimpan mainan pada tempatnya, ucapkan terima kasih sambil tersenyum, tetap dengan kalimat

yang mudah dan tidak terlalu panjang. Hal tersebut akan membantu menumbuhkan rasa percaya diri untuk melakukan sesuatu dan merasa dukungan orangtuanya.

Membesarkan anak berkebutuhan khusus memang tidak mudah, diperlukan kesabaran bagi orangtua dalam mendampingi anak. Orangtua dapat meminta bantuan keluarga bila merasa kesulitan dan kelelahan saat mendampingi anak. Bicarakan dengan psikolog atau dokter spesialis tumbuh kembang untuk mendapat penanganan yang tepat.

#### 7. Anak berkebutuhan khusus membutuhkan pendampingan orangtua

Pendampingan orangtua untuk anak berkebutuhan khusus sangatlah penting. Setiap anak berkebutuhan khusus memiliki kebutuhan unik yang akan berbeda dari anak lainnya. Orangtua merupakan orang atau pihak yang paling mengenal anaknya. Orangtua dapat memberikan masukan penting bagi pihak-pihak terkait untuk memastikan anak mendapatkan pendidikan yang terbaik. Selain itu, semua keputusan terkait masalah pendidikan atau terapi anak berkebutuhan khusus harus dibicarakan dan atas persetujuan orangtua terlebih dahulu. Pada dasarnya, semua anak memerlukan bimbingan dalam aktivitas sehari-hari, termasuk dalam mengenyam pendidikan. Oleh karena itu, anak berkebutuhan khusus tentunya harus mendapatkan lebih banyak perhatian, pendampingan, dan keterlibatan orangtua karena proses belajar yang dihadapi juga khusus.

#### 8. Peran orangtua dalam mendidik dan mendampingi anak berkebutuhan khusus

Anak-anak yang berkebutuhan khusus akan memerlukan pendidikan khusus yang dapat membantu memenuhi kebutuhannya. Beberapa hal yang dapat dilakukan oleh orangtua, adalah:

- a. Memilih sekolah dan pendidikan yang tepat untuk anak berkebutuhan khusus.
- b. Turut secara aktif berinvestasi dalam semua tahap perkembangan pendidikan anak berkebutuhan khusus.
- c. Berkonsultasi dengan para profesional yang memiliki keahlian terkait kondisi anak berkebutuhan khusus.
- d. Jika anak sudah terdaftar di sebuah sekolah, orangtua harus berbicara dengan guru, psikolog dan kepala sekolah untuk berkonsultasi mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kondisi anak.

Selama masa pendidikan anak berkebutuhan khusus, orangtua harus turut aktif terlibat dalam berbagai proses pendidikan anak. Sekolah anak berkebutuhan khusus biasanya akan menyediakan tim pendukung, termasuk orangtua, guru, kepala sekolah, psikolog sekolah, praktisi medis, dan penyedia layanan spesialis. Orangtua bersama-sama dengan pihak terkait dapat menentukan layanan dan program dukungan yang tepat bagi setiap anak. Sehingga, semua pihak dapat memastikan anak berkebutuhan khusus dapat menerima pendidikan dan dukungan terbaik bagi mereka.

### **C. *Compassionate Love* dalam Pengasuhan Anak dengan ASD**

Penelitian mengenai model *compassionate love* ibu dari anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD) (Desiningrum et al., 2021), mendapatkan temuan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya *compassionate love*, diantaranya dukungan sosial suami, *religiosity*, nilai anak dan kompetensi emosi.

#### **1. Pentingnya dukungan sosial suami dalam pengasuhan**

Lingkungan keluarga merupakan salah satu lingkungan terdekat yang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan sosial dan emosional individu (Volling et al., 2009). Termasuk sikap seorang suami dalam bentuk dukungan sosial yang memberikan pengaruh terhadap kondisi psikologis istri, terlebih jika dikaitkan dengan pengasuhan terhadap anak. Dukungan sosial adalah pertukaran interpersonal dimana salah seorang memberikan bantuan atau pertolongan kepada yang lain, dan orang tersebut mempersepsinya (Weiss dalam Cutrona & Russell, 1987). Baron, Byrne, & Branscombe, (2006) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk kenyamanan baik fisik maupun psikologis yang diberikan anggota keluarga ataupun sahabat dekat. Semakin baik dukungan yang diberikan suami terhadap ibu yang memiliki anak ASD maka semakin positif penerimaan ibu terhadap anak, dan semakin meningkat kesejahteraan ibu dan anak (Harper et al., 2013).

Dukungan yang diberikan oleh suami dapat berupa perhatian, rasa percaya diri dan empati yang dapat menciptakan perasaan aman, dicintai dan dihormati pada istri. Menurut Lestari, (2013), dukungan yang diberikan oleh suami kepada istri dalam merawat, mengasuh dan mendidik anak, bisa membuat istri merasa diterima dengan kondisi yang

dialaminya, termasuk sebagai ibu dari anak ASD. Dukungan sosial suami dapat meningkatkan ketabahan dan kesejahteraan psikologis istri yang memiliki anak ASD, dan mempengaruhi sikap dan perilaku pengasuhan, yaitu istri menjadi lebih sabar menghadapi anak, bersikap lemah lembut dan penuh perhatian terhadap kebutuhan-kebutuhan anak (Pradana & Kustanti, 2017; Prayugo, 2018).

Suami memiliki peran yang paling utama dimana dukungannya sangat dibutuhkan oleh ibu baik untuk kenyamanan psikologis dan kepuasan perkawinan, maupun dalam konteks pengasuhan anak. Selain itu, suami yang berperan dalam *coparenting* juga merasakan sres dengan kondisi anak istimewanya. Hal ini yang kemudian memicu kerjasama yang harmonis dalam mengasuh dan mendidik anak (Saini et al., 2015).

Rostami dkk (2013) menyebutkan bahwa dukungan suami penting dalam menumbuhkan rasa nyaman bagi istri dan menstimulasi kepuasan perkawinan, terlebih pada kondisi *stressful* yang dialami istri. Seorang ibu yang mengalami stres saat mengasuh anak ASD, membutuhkan dukungan sosial dari orang terdekatnya, yaitu suami. Dukungan suami yang dibutuhkan bisa dalam berbagai bentuk, yaitu:

- 1) Berupa kedekatan secara fisik maupun emosional sehingga menumbuhkan rasa aman dan nyaman bagi istri (*attachment*),
- 2) Kebersamaan dalam mengasuh dan beraktivitas lainnya sehingga akan tumbuh suatu pemahaman terhadap kebutuhan pasangan (*social integration*),
- 3) Kebutuhan untuk diapresiasi dan dihargai atas lelah dan usaha istri dalam mengasuh dan melakukan pelayanan terhadap keluarga (*reassurance of worth*).
- 4) Istri membutuhkan suami yang bisa diandalkan dalam membimbing dan menyelesaikan berbagai permasalahan dalam hidup, baik sebagai penyedia saran dan nasihat (*guidance*),
- 5) Istri butuh suami yang mengayomi ketika istri sedang merasa rapuh (*reliable alliance*).
- 6) Istri juga ingin merasa dibutuhkan oleh pasangannya, memberikan pelayanan dan perawatan, sebagai satu kesatuan keluarga utuh yang mampu saling memperhatikan dan melindungi (*opportunity of nurturance*).

Kondisi stres dalam mengasuh anak ASD bukan hanya dialami oleh istri namun juga dirasakan oleh suami. Sebuah teori *fathering* dalam konteks budaya menyebutkan bahwa

stres pengasuhan adalah sebuah wujud dari *sense of belonging* (rasa memiliki) terhadap anak, yang bukan hanya dimiliki istri namun juga suami (Yildirim & Roopnarine, 2017). Sosok suami dapat merasakan beban emosional dalam mengasuh anak, ikut merasakan kebahagiaan ketika anak menampakkan perkembangan yang baik, sehingga suami akan termotivasi dalam memberikan dukungan sosial yang memadai terhadap istri dalam mengasuh anaknya.

Penerimaan atau rasa memiliki dalam konteks keluarga dapat dipahami sebagai proses dua arah. Di satu sisi, diperlukan pengakuan dan pemenuhan kebutuhan akan peran suami dalam melindungi, menafkahi, dan merawat anak. Di sisi lain, anak diharapkan memiliki kesempatan untuk mengekspresikan hak dan terpenuhi kebutuhannya. Hal ini berkaitan dengan kontribusi orangtua, dalam mencintai, merawat, bertanggungjawab dan memenuhi perannya.

## 2. *Religiosity* dalam pengasuhan

*Compassionate love* dalam konteks pengasuhan dipengaruhi oleh karakteristik budaya, sebagaimana penelitian di Indonesia yang menemukan bahwa perilaku empatik masyarakat diajarkan oleh tuntunan agama yang dianut yang dikenal dengan *religiosity* (Vaughan et al., 2009). *Religiosity* berkaitan dengan kebersyukuran (*gratitude*) yang ikut berpengaruh terhadap pembentukan *compassion* pada individu (Sabey, Rauer, & Jensen, 2014; Singh, Salve, & Mhaske, 2019). Rindt-Hoffman, (2016) menjelaskan lebih lanjut bahwa *religiosity* bisa mempengaruhi ekspresi *compassionate love*, maka dari penjelasan ini dapat disimpulkan bahwa sikap *compassionate love* ibu dalam pengasuhan anak dipengaruhi oleh *religiosity*.

*Religiosity* berperan sebagai *modulatory* dalam efek buruk stres pengasuhan terhadap kesejahteraan keluarga (Valiente-Barroso & Lombrana-Ruiz, 2014). Sementara kesejahteraan orangtua, dapat mempengaruhi kualitas pengasuhannya terhadap anak ASD (Cachia et al., 2016). Temuan lain memperkuat bahwa terdapat suatu hubungan yang positif antara tingkat *religiosity* dan ekspresi *compassionate love for closed other* (Rindt-Hoffman, 2016).

Pada dasarnya perilaku individu dipengaruhi oleh sikapnya terhadap agama baik secara kolektif maupun individual (Behroozi & Pashakhanlu, 2015). Perilaku individu

tidak terlepas dari kepribadian yang membentuknya, dimana komponen dasar yang membentuk kepribadian wanita didominasi oleh dimensi afeksi (Huber & Huber, 2012).

Dalam praktek publik, terdapat harapan sosial bahwa individu-individu religius bergabung dalam komunitas-komunitas religius yang dimanifestasikan dalam partisipasi publik dalam ritual keagamaan dan berbagai aktivitas komunitas (Ackert et al., 2020). Terdapat suatu kenyamanan psikologis yang terbentuk pada individu ketika berada dalam komunitas keagamaan (Valiente-Barroso & Lombrana-Ruiz, 2014). Belajar agama dan dukungan dari komunitas agama, membuat individu belajar mengenai *coping stress* dan bersikap *compassion* (Sabey et al., 2014).

Praktek pribadi bisa berupa ritual-ritual ibadah yang dilakukan secara pribadi. Sebuah hasil riset menyebutkan bahwa kebersyukuran dapat tumbuh pada orangtua dari anak ASD, karena adanya pandangan bahwa keadaan anak merupakan ujian hidup yang dapat meningkatkan derajat keimanan (Timmons & Ekas, 2018). Individu yang beriman akan menampilkan sikap positif dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam relasi dengan orang lain (Koenig, 2009). Selain itu, pengalaman *religious* yang dialami individu dapat meningkatkan kepekaan emosi (Huber & Huber, 2012).

Dimensi ideologi dan intelektual *religiosity* dapat dijelaskan melalui teori personal konstruk menurut Kelly (dalam Chiari, 2017). Teori ini menyebutkan bahwa terdapat konstruk personal seorang ibu dari anak ASD, yaitu memahami bahwa dirinya adalah makhluk pilihan Tuhan yang dianggap mampu mendapat ujian hidup atas keadaan anak ASD. Ibu akan merasa bahwa dirinya adalah orang yang paling tahu tentang keadaan anaknya, bagaimana menstimulasi perkembangan anak, terus mengembangkan diri untuk meningkatkan kemampuan pengasuhan anak, dan bisa memprediksi perilaku anak yang muncul dan tumbuh kembang anak selanjutnya (Conti, 2015; Lovell & Wetherell, 2015; Sabey et al., 2014).

### 3. Nilai Anak bagi orangtua

Nilai anak bagi orangtua adalah hal yang penting dalam menjelaskan tujuan dan harapan orangtua mengenai anak-anak mereka, pandangan dunia orangtua, hubungan dan perbedaan antargenerasi, dan sejumlah faktor terkait yang mencerminkan keberadaan anak dalam keluarga dan masyarakat (Trommsdorff & Mayer, 2012). Pandangan orang dewasa

yang muncul mengenai nilai anak bagi orangtua, juga mempengaruhi pengasuhan anak, lebih lanjut menjadi hal yang penting dalam konteks pola perubahan generasi (Aycicegi-Dinn & Kagitcibasi, 2010). Trommsdorff & Nauck (2005) dalam hasil risetnya menyebutkan bahwa terdapat suatu hubungan antara orientasi nilai anak dan tujuan serta perilaku pengasuhan, artinya nilai anak menentukan sikap ibu dalam mengasuh dan mendidik anak-anaknya.

Nilai anak bisa bersifat emosional, ekonomi, keluarga dan menjamin hari tua. Secara emosional, orangtua memandang dan mengharapkan anak sebagai seseorang yang akan memberikan kebahagiaan pada keluarga (Oprea & Stan, 2012). Orangtua atau keluarga dari anak ASD bisa merasakan kebahagiaan dengan kehadiran anak dalam keluarga, terutama ketika anak bisa berkembang dan lebih mandiri (Lambrechts et al., 2011). Kebahagiaan terhadap perkembangan anak ASD ini akan menstimulasi sikap *compassionate love* ibu dalam mengasuh (Conti, 2015).

Secara ekonomi, anak ASD memberikan nilai yang unik, dimana biaya yang banyak dihabiskan untuk terapi dan pendidikan anak ASD akan menjadi beban yang cukup besar bagi orangtua, namun penemuan penelitian menyatakan sebaliknya. meskipun uang adalah hal penting yang dibutuhkan orangtua dari anak ASD untuk membiayai terapi anak dan memenuhi kebutuhan anak (Shepherd et al., 2018), namun adanya perasaan tulus dan kasih sayang tanpa syarat dari ibu terhadap anak ASD, membuat seluruh biaya pendidikan dan terapi anak menjadi mudah untuk diperoleh dan dikeluarkan dan hal ini merupakan bentuk pengorbanan (*sacrifice*) dari orangtua (Sun et al., 2014).

Nilai anak terkait keluarga dapat meningkatkan kedekatan hubungan antara anggota keluarga, membangun kehangatan dan komunikasi dalam keluarga, serta menumbuhkan tanggung jawab bersama terutama dalam merawat dan mendidik anak dengan berkebutuhan khusus (Hodgetts et al., 2013). Tanggung jawab pengasuhan yang terbangun pada pasangan orangtua serta keluarga besar, menumbuhkan kehangatan dan membangun komunikasi dalam keluarga, dan menstimulasi perasaan nyaman bagi ibu dalam mengasuh anak. Keberadaan anak ASD dapat menstimulasi peran anggota keluarga lainnya dalam pengasuhan, sehingga bisa menimbulkan keeratn hubungan antar anggota keluarga (Meirsschaut et al., 2010).

Nilai anak dalam menjamin hari tua, memberikan manfaat dimana anak kelak dapat mengusir rasa sepi orangtua ketika sudah berusia lanjut, meringankan kesulitan-kesulitan orangtua dalam beraktivitas sehari-hari di usia senja dan sebagai penerus generasi keluarga (Kagitcibasi & Ataca, 2015). Ibu dari anak ASD bisa memiliki perasaan khawatir terhadap masa depan anak, perkembangan kemandirian dan kesejahteraan anak (Lau et al., 2016). Seiring waktu dengan bertambahnya usia anak, akan terbentuk kelekatan antara ibu dan anak ASD (Hoffman et al., 2009). Ibu akan tenang melihat anaknya berkembang dan semakin mandiri, sehingga bisa menemani ibu di hari tua (Chan et al., 2018).

#### 4. Kompetensi emosi dalam pengasuhan

Kompetensi emosi ibu berpengaruh pada terbentuknya sikap *compassionate love* ibu terhadap anak ASD dan hal ini sejalan dengan penelitian lain mengenai *compassionate care* (Msiska et al., 2014), bahwa keterlibatan emosi menjadi salah satu konstruk yang bisa mempengaruhi terbentuknya *compassion*. Ibu dari anak ASD memerlukan kemampuan kontrol emosi, mengelola emosi, dan menampilkan ekspresi emosi yang sesuai yang merupakan bagian dari kompetensi emosi (Saarni dkk, 2007) agar dapat meningkatkan kualitas pengasuhan dengan *compassionate love* (Volling et al., 2009).

Kompetensi emosi ialah sebuah kemampuan beradaptasi yang didapat dari pengalaman emosi (Saarni, 1999; Saarni et al., 2007). Seseorang yang memiliki kompetensi emosi dalam konteks yang bervariasi cenderung dapat mengelola emosinya secara efektif, menjadi tangguh dalam menghadapi keadaan stres (penuh tekanan), memiliki kemampuan dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain, dan dapat memahami perilaku atau emosi orang lain serta memberikan respon yang sesuai (Denham et al., 2007).

Ketidakmampuan anak dalam mengungkapkan kebutuhan dan perasaan dalam kata-kata, menjadikan ibu harus peka terhadap bahasa non-verbal anak (Benson, 2010). Kemampuan identifikasi ini dibutuhkan individu untuk menampilkan respon emosi yang tepat (Saarni et al., 2007). Seorang ibu dari anak ASD, bisa mengetahui ketika anak menunjukkan perilaku tertentu seperti rasa tidak suka, kesal, sedih, marah, suka dan bahagia, meskipun tidak diucapkan anak. Selanjutnya ibu akan merespon dengan perilaku tertentu pula seperti sebuah pelukan (Phillips et al., 2017).

Kemampuan ibu dalam memahami emosi anak ASD sangat dibutuhkan dalam pengasuhan. Pemahaman ini akan bermuara pada pengertian dan pemakluman ibu akan kondisi anak, sehingga ibu akan terhindar dari berperilaku *maltreatment* dalam pengasuhan (Duan et al., 2015). Kondisi stressful dalam mengasuh anak ASD, bisa menumbuhkan sikap *abused* atau keras terhadap anak (Crowell et al., 2019). Dibutuhkan kemampuan memahami emosi anak, yang bisa menstimulasi terbentuknya sikap *compassionate love* dalam pengasuhan (Oprea & Stan, 2012).

Seorang anak ASD, memiliki kepekaan emosional yang seringkali ditunjukkan dengan perilaku tantrum tanpa mampu mengungkapkan perasaannya (Frolli et al., 2016). Anak-anak istimewa ini membutuhkan lingkungan yang peduli dan hangat. Ibu dari anak ASD harus berusaha untuk menunjukkan ekspresi emosi yang tepat, yaitu tidak menampakkan ambiguitas dalam berekspresi emosi, jujur dalam mengekspresikan emosinya dengan jelas, namun tidak berlebihan ketika menampakkan emosi baik marah maupun bahagia (Chan & Lam, 2016).

Proses pengasuhan ibu terhadap anak ASD berlaku sepanjang hayat, maka hal ini akan menimbulkan suatu kelelahan emosional yang tak terbatas (Oprea & Stan, 2012). Kemampuan ibu untuk meregulasi emosi dibutuhkan untuk dapat memelihara emosi positif ibu dan melanggengkan relasi interpersonal yang positif antara ibu dan anak. Kemampuan regulasi emosi yang baik pada ibu akan menstimulasi kenyamanan dalam berinteraksi dengan anak. Interaksi sosial yang positif antara ibu dan anak dapat menumbuhkan penerimaan dan pemahaman akan keadaan anak (Koydemir & Tosun, 2009).

Ibu dari anak ASD, yang memiliki kemampuan dalam menggunakan emosinya untuk mempengaruhi orang lain, maka akan mampu pula untuk mengontrol anak. Kemampuan menggunakan emosi untuk mempengaruhi orang lain ini dibutuhkan untuk menjaga kondisi emosional individu (Brasseur et al., 2013). Sedikit saja perubahan ekspresi emosi ibu, bisa membentuk perilaku tertentu pada anak (Benson, 2010). Ekspresi emosi yang tepat dapat membentuk kontrol perilaku pada anak, dan kehangatan ibu dalam berekspresi emosi merupakan bentuk dari sikap *compassionate love* dalam pengasuhan (Singh et al., 2019).

# **BAB 13**

## ***HELICOPTER PARENTING***

## **BAB 13**

### ***HELICOPTER PARENTING***

#### **A. Pengantar**

Pola asuh helikopter atau *helicopter parenting* ditujukan bagi orangtua yang terus-menerus mengawasi anak seperti helikopter yang berputar-putar di atas.

*Helicopter parenting* adalah istilah yang pertama kali muncul dalam buku Dr. Haim Ginott berjudul *Parents & Teenagers* (Ganaprakasam et al., 2019). Pengertian *helicopter parenting* adalah orangtua yang pola pengasuhannya sangat fokus pada anak-anak dan memantau setiap gerak-gerik anak layaknya helikopter.

Orangtua dalam *helicopter parenting* cenderung mengambil alih seluruh pengalaman bahkan kesuksesan atau kegagalan anak sekalipun. Psikolog menyebut pola pengasuhan ini sebagai “*overparenting*”. Tentu yang berlebihan tidak baik. Orangtua dengan pola “*overparenting*” cenderung terlalu mengontrol, terlalu melindungi, bahkan terlalu menyempurnakan segalanya bahkan di luar normalnya kapasitas orangtua.

#### **B. Penerapan *Helicopter Parenting***

Umumnya, istilah *helicopter parenting* disematkan pada orangtua yang anak-anak mereka sudah berada di usia SMA atau kuliah. Pada fase ini, anak-anak seharusnya sudah menjadi individu yang mandiri dan bisa melakukan tanggung jawabnya sendiri. Meski demikian, *helicopter parenting* bisa diaplikasikan saat anak berada di usia berapa pun.

Pada anak-anak balita, misalnya. Ciri-ciri *helicopter parenting* pada orangtua adalah selalu membayangi langkah anaknya, termasuk memberitahu apa yang harus dilakukan tanpa memberikan waktu pada anak untuk mengenal dirinya sendiri. Pada level tertentu, hal ini baik dilakukan untuk melindungi anak dari bahaya yang belum anak ketahui. Namun jika terlalu berlebihan, akan mengganggu perkembangan pribadi anak. Sedikit lebih besar, orangtua *helicopter parenting* di fase sekolah dasar bisa saja memaksakan keinginan mereka. Mulai dari memilih kelas, pengajar, aktivitas, hingga lingkaran pertemanan. Tentunya saat anak sedang mengerjakan tugas, orangtua dengan *helicopter parenting* akan memberikan pendampingan yang berlebihan bahkan mendominasi.

### **C. Alasan Orangtua Menerapkan *Helicopter Parenting***

Bukan tanpa alasan orangtua menerapkan *helicopter parenting* pada anak mereka. Beberapa hal yang biasanya memicu terjadinya hal ini di antaranya:

1. Takut konsekuensi

Sukses dan gagal adalah hal lazim dalam kehidupan. Namun orangtua *helicopter parenting* tidak menganggap itu hal biasa. Mereka merasa keterlibatan orangtua dapat menghindari anak-anak dari masalah atau kegagalan.

2. Cemas berlebih

Kecemasan berlebih yang dirasakan orangtua membuat mereka mengendalikan hidup anak secara berlebihan. Tujuannya untuk melindungi anak agar tidak pernah merasa kecewa atau terluka.

3. Kompensasi berlebih

Orang dewasa yang merasa terabaikan atau tidak dicintai di masa kecilnya akan melampiaskan hal sebaliknya pada anak mereka sendiri. Ini bentuk kompensasi yang berlebihan untuk anak dan bisa terjadi tanpa disadari.

4. Tekanan dari orangtua lain

Persaingan atau tekanan dari sesama orangtua juga bisa memicu terjadinya *helicopter parenting*. Secara alami, orangtua yang tidak terlalu terlibat dalam kehidupan anak akan merasa bersalah. Konsekuensinya, rasa bersalah itu yang membuat orangtua terlalu mengatur kehidupan anak.

### **D. Dampak *Helicopter Parenting* Terhadap Anak**

*Helicopter parenting* bisa membawa konsekuensi yang negatif pada anak. Memang baik memberikan perhatian pada setiap hal detail di kehidupan anak, namun idealnya tidak berlebihan. Konsekuensi yang mungkin tercipta akibat pola asuh *helicopter* adalah :

1. Anak tidak bisa menghadapi kegagalan

Ketika anak terus-menerus dibayangi orangtua, maka mereka tidak bisa mengenal rasa saat kecewa atau gagal. Bukan tidak mungkin mereka jadi tidak bisa menghadapi kegagalan dengan baik karena terbiasa ditanggung oleh orangtua.

2. Kepercayaan diri rendah

*Helicopter parenting* bisa jadi bumerang ketika anak menjadi tidak percaya diri. Orangtua yang terlalu terlibat akan membuat anak merasa bahwa ayah dan ibu mereka tidak yakin dengan kemampuan anak sendiri. Konsekuensinya adalah rendahnya kepercayaan diri.

3. Cemas berlebih

Kecemasan berlebih dari orangtua rupanya bisa menurun pada anak mereka jika terbiasa dengan pola asuh helikopter. Bahkan jika terlalu parah, anak juga rentan mengalami depresi.

4. *Life skill* rendah

Untuk bisa bertahan hidup, manusia harus menguasai *life skill*. Mulai dari yang mendasar seperti mengikat tali sepatu sendiri hingga menuntaskan pekerjaan dengan baik. Bayang-bayang orangtua *helicopter parenting* membuat anak tidak menguasai banyak *skill* penting dalam hidup.

5. Mengganggu hubungan antara anak dan orangtua

*Helicopter parenting* adalah pola asuh yang berpotensi mengganggu hubungan antara anak dan orangtua. Sebab, *helicopter parenting* membuat orangtua terus mengomeli anak. Hal ini dapat membuat anak tidak mau berbicara dan menjauh dari orang tuanya.

6. Membuat anak ketergantungan pada orangtua

Pola asuh orangtua jenis *helicopter* ini dianggap bisa membuat anak menjadi ketergantungan berlebih pada orangtuanya. Misalnya, orangtua terus-menerus menyuruh anak untuk melakukan sesuatu. Hal ini dapat menghambat anak untuk belajar sesuatu dan melakukannya secara mandiri. Padahal, orangtua disarankan untuk mengajari anak agar bisa hidup dan mandiri tanpa keberadaan mereka.

7. Membuat anak jadi jahat dan agresif

Dikutip dari International School Parenting, *helicopter parenting* adalah pola pengasuhan yang dinilai dapat membuat anak menjadi jahat dan agresif terhadap anak-anak lainnya. Ini dapat terjadi sebagai respons dari pola asuh orangtua yang ekstrem. *Helicopter parenting* dianggap bisa membuat anak lebih mudah tersinggung dan tidak sabar saat sedang bersosialisasi dengan teman-teman sebaya.

#### **E. Manfaat *Helicopter Parenting***

Mungkin sebagian orangtua akan bertanya-tanya, apakah ada manfaat *helicopter parenting*? Dikutip dari Healthline (Higuera, 2019), ternyata *helicopter parenting* memiliki manfaat, tapi hanya bisa dirasakan oleh orangtua. Menurut sebuah riset yang dimuat dalam jurnal *Social Psychological and Personality Science* (Ulutas & Aksoy, 2016), orangtua yang sangat terlibat dalam kehidupan anak-anaknya dapat merasakan kebahagiaan dan makna yang lebih besar di dalam kehidupan mereka. Sayangnya, manfaat *helicopter parenting* ini tidak dapat dirasakan oleh anak-anaknya.

#### **F. Mencegah Orangtua Melakukan Pola Asuh Helikopter**

Sebelum terlambat, sebaiknya orangtua sadar betul bagaimana menempatkan diri sesuai kapasitas. Memang situasinya sangat dilematis: orangtua harus terus memantau anak di setiap fase kehidupannya. Namun ingatlah satu hal bahwa keterlibatan orangtua secara berlebihan justru membuat anak tidak bisa mandiri. Biarkan mereka menghadapi semua kegagalan dan suka duka kehidupan sendiri. Orangtua ada, namun tidak mendominasi semua pengambilan keputusan. Biarkan anak merasakan berbagai emosi saat dunia tidak berpihak pada mereka. Rasa kecewa, takut, cemas, hingga sedih karena gagal itu manusiawi. Biarkan anak melakukan sendiri hal yang secara mental dan fisik sangat mungkin dituntaskan sendiri. Tidak selamanya orangtua akan berada di sisi anak mereka. Dengan tidak menerapkan pola asuh helikopter, Anda sebenarnya mempersiapkan anak menjadi pribadi yang tangguh kelak saat anda tak lagi bersama mereka.

# **BAB 14**

## ***EXTENDED FAMILY***

## **BAB 14**

### ***Extended Family***

#### **A. Konsep Keluarga**

Pengertian keluarga menurut Burgess dan Locke (Khairuddin, 2008), merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak, masing-masing anggota keluarga memiliki peranan, saling berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain dalam melaksanakan peranan tersebut serta menciptakan dan memelihara nilai-nilai serta budaya yang dianut. Keluarga merupakan sekumpulan orang yang di hubungkan oleh perkawinan, adopsi dan kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional dan social dari individu-individu yang ada di dalamnya terlihat dari pola interaksi yang saling ketergantungan untuk mencapai tujuan bersama (Drogendijk & Slangen, 2006).

Keluarga sebagai perkumpulan dua atau lebih dari dua individu yang tergabung karena hubungan darah, hubungan perkawinan atau pengangkatan dan mereka hidup dalam suatu rumah tangga, berinteraksi satu sama lain dan di dalam peranannya masing-masing dan menciptakan serta mempertahankan suatu kebudayaan (Angell & Solomon, 2014). Dari pengertian keluarga diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa keluarga adalah seperangkat bagian yang saling tergantung satu sama lain serta memiliki perasaan beridentitas dan berbeda dari anggota dan tugas utama keluarga adalah memelihara kebutuhan psikososial anggota-anggotanya dan kesejahteraan hidupnya secara umum.

#### **B. Jenis-Jenis Keluarga**

Menurut Collins (2008) ada beberapa jenis keluarga, yaitu:

- a. Keluarga orientasi / keluarga asal. Kebanyakan individu memiliki setidaknya dua sistem keluarga selama seumur hidup. Semua memiliki keluarga orientasi atau sering disebut sebagai keluarga asal. Ini adalah keluarga dimana seseorang lahir atau dibesarkan. Mungkin bagi sebagian orang datang dari dua atau lebih keluarga asal. Misalnya, seorang anak yang diadopsi di masa kanak-kanak.

- b. Keluarga prokreasi. Keluarga prokreasi terdiri dari beberapa, baik hanya melalui keinginan sendiri atau sah secara hukum negara yang telah mengembangkan hubungan dan memiliki anak.
- c. Keluarga besar. Keluarga besar mencakup dua atau lebih unit keluarga. Sebagai contoh, sebuah keluarga besar dapat terdiri dari sebuah rumah tangga dimana seorang nenek tinggal bersama anaknya yang sudah menikah dan memiliki menantu juga cucu. Sementara kakek-nenek yang paling umum ekstensi, keluarga besar mungkin juga termasuk bibi, paman atau sepupu. Untuk anggota dari beberapa kelompok etnis, keluarga memainkan peran yang sangat penting.
- d. Keluarga campuran. Sebuah keluarga campuran atau *step family* terdiri dari dua orang yang hidup dengan anak setidaknya satu dari hubungan sebelumnya. Orangtua juga mungkin memiliki anak biologis bersama-sama.
- e. Keluarga angkat. Adopsi melibatkan komitmen hukum untuk membesarkan anak-anak yang dilahirkan kepada orang lain. Adopsi telah menjadi lebih kompleks dalam beberapa tahun terakhir, dengan lebih sedikit anak tersedia untuk diadopsi.
- f. Keluarga asuh. Di sebuah keluarga asuh, orangtua sementara memelihara anak-anak yang lahir bagi orang lain. Lamanya waktu dimana anak angkat di rumah dapat bervariasi dari beberapa hari untuk sebagian besar masa kanak-kanak.
- g. Keluarga *single parent*. *Single-parent* pada keluarga yaitu terdiri dari satu orangtua yang mengurus satu atau lebih dari satu anak-anak. Orangtua tunggal baik laki-laki atau perempuan dan dapat satu sebagai akibat dari kematian pasangan, perceraian, perpisahan, dan desersi. Dalam artikel ini, keluarga yang menjadi fokus pembahasan oleh penulis adalah keluarga besar.

### C. Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga berkaitan langsung dengan aspek-aspek, sebagai berikut:

- a. Fungsi ekonomi, untuk kelangsungan hidup suatu keluarga, peranan ekonomi keluarga sangat penting. Hal ini dimaksudkan adalah agar kebutuhan keluarga baik primer, sekunder dapat terpenuhi sesuai kemampuan keluarga yang dimiliki.
- b. Fungsi sosialisasi, dalam suatu keluarga peranan sosialisasi sangat penting, karena melalui proses ini setiap individu dapat belajar interaksi dengan anggota kerabat lainnya. Hal ini meliputi nilai, norma dan istiadat.
- c. Fungsi perlindungan, keluarga sebagai tempat berlindung, menciptakan ketenangan dan kenyamanan bagi anak.
- d. Fungsi reproduksi, keluarga adalah lembaga terkecil dalam masyarakat yang mempunyai fungsi reproduksi yaitu meneruskan dan melanjutkan keturunan keluarga.
- e. Melindungi, orangtua yang baik senantiasa melindungi anaknya dari berbagai ancaman bahaya.
- f. Mengasuh dan merawat anak, yaitu memenuhi kebutuhan anak seperti misalnya memberi makanan, minum, pakaian secara teratur, membantu anak membersihkan diri dan kasih sayang.

Ketika pengasuhan yang dilakukan oleh keluarga besar (dalam hal ini nenek / bibi yang berperan) sudah dilakukan dengan baik dan benar, maka kebutuhan dasar anak dapat terpenuhi. Kebutuhan dasar anak terbagi menjadi kebutuhan fisik dan psikis. Kebutuhan fisiknya, yaitu:

- a. Kebutuhan sandang. Maksudnya nenek atau bibi dapat memenuhi kebutuhan pakaian anak, mulai dari pakaian yang dipakai untuk aktivitas sehari-hari maupun pakaian seragam sekolah anak.
- b. Kebutuhan pangan, adalah sumber makanan bagi anak dan merupakan kebutuhan primer (kebutuhan utama). Nenek atau bibi dapat memenuhi kebutuhan yang satu ini karena anak pada masa ini memerlukan makanan yang bergizi untuk keperluan tumbuh kembangnya.
- c. Kebutuhan papan. Nenek atau bibi dapat memberikan tempat untuk berteduh/ mempertahankan diri dari ancaman bahaya, yang biasa disebut dengan tempat tinggal/

rumah bagi anak. Anak berhak mendapatkan tempat tinggal untuk berlindung, anak juga berhak untuk memiliki kamar pribadi untuk kepentingan privasinya.

- d. Pendidikan, merupakan salah satu kebutuhan anak yang sangat penting, termasuk di dalamnya yaitu pendidikan formal (sekolah). Nenek atau bibi pun harus bisa memenuhi kebutuhan yang satu ini untuk anak supaya anak dapat tumbuh dengan cerdas melalui pendidikan yang diberikan di sekolah.
- e. Kesehatan. Anak yang sehat, pastinya haruslah sehat secara fisik. Untuk memenuhi keperluan anak demi mencapai kesehatan fisiknya, anak diberikan vitamin untuk mencegah terjadinya penyakit.

Selain kebutuhan fisik, anak pun memerlukan kebutuhan psikis bagi dirinya. Kebutuhan psikis anak dibagi menjadi tiga jenis, yaitu:

- a. Kebutuhan akan penghargaan. Dalam hal ini nenek atau bibi memberikan perhatian, memberikan pujian kepada anak dan memperlakukan anak dengan penuh hormat. Pada dasarnya anak sangat menginginkan hal-hal tersebut yang barangkali tidak anak dapatkan dari orangtuanya. Dengan diberikannya pujian, berarti menunjukkan adanya penghargaan dan perhatian. Hal tersebut tentu akan memberikan rasa senang dan berharga pada diri anak.
- b. Kebutuhan komunikasi. Sebagai manusia, anak ingin mengungkapkan diri melalui komunikasi. Nenek atau bibi menjadi sebuah sarana komunikasi bagi anak untuk menceritakan segala sesuatu yang telah anak alami / lakukan misalnya ketika anak ditinggal orang tuanya dan mengakibatkan perceraian.

Kebutuhan mendapatkan kebebasan untuk berkembang. Anak mempunyai hak untuk mewujudkan apa yang diinginkannya dan suatu saat anak ingin dapat hidup mandiri. Nenek atau bibi membantu anak dalam menentukan bagaimana membangun masa depannya dengan mandiri karena hal tersebut merupakan bagian dari kebebasan atau hak anak.

# **BAB 15**

## **KEPRIBADIAN**

## **DAN**

## **PENGASUHAN**

## BAB 15

### KEPRIBADIAN DAN PENGASUHAN

#### A. Pengantar

Mengasuh anak merupakan tugas orangtua dalam sebuah keluarga yang berada di lingkungan masyarakat. Di dalam keluarga merupakan tempat utama, dimana anak berkembang dan dibesarkan oleh orangtua hingga menjadi pribadi yang dewasa dan mandiri. Menurut pandangan masyarakat pada umumnya sebuah keluarga itu adalah yang terdiri dari orangtua (suami-istri) dan anak (Lestari, 2013). Hubungan yang terjalin antara anak dengan orangtua sangat ditentukan oleh sikap orangtua dalam mengasuh anak, proses pengasuhan yang dilakukan orangtua pada anak dan apa yang ditanamkan orangtua kepada anak sejak dini (Karaer & Akdemir, 2019).

Pengasuhan merupakan pengalaman manusia yang penting, yang dapat mengubah emosi, sosial dan intelektual seseorang. Pola asuh adalah interaksi antara pengasuh dan anak yang meliputi pemeliharaan (member makan, membersihkan dan melindungi) dan melatih sosialisasi (mengajarkan perilaku yang umum dan dapat diterima oleh masyarakat) (Hurlock, 2012). Pengasuhan juga meliputi berbagai macam cara yang digunakan oleh pengasuh untuk mengkomunikasikan afeksi, agresi, nilai, minat, sikap dan keyakinan mereka terhadap anak-anaknya, sehingga karakter orangtua dan anak menentukan gaya pengasuhan yang diterapkannya (Karraker & Coleman, 2005; Santrock, 2018).

Orangtua memiliki peran yang penting bagi perkembangan dan pendidikan seorang anak, yaitu bertanggung jawab untuk mendidik, mengasuh dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu sehingga pada akhirnya seorang anak siap dalam kehidupan bermasyarakat (Steinberg et al., 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi pengasuhan adalah kepribadian orangtua (Belsky & Barends, 2002).

Kepribadian digambarkan sebagai seperangkat karakteristik psikologis yang mengarahkan seseorang untuk berperilaku dengan cara yang konsisten dan bermakna. Cukup banyak descriptor kepribadian, salah satunya adalah domain lima besar dari kepribadian yang terkenal yaitu ekstrasversi, keramahan, kehati-hatian, neurotisisme, dan keterbukaan (Costa & McCrae, 1992). Perkembangan kepribadian ini optimal pada usia remaja, setelah itu akan menetap, atau

jika berubah hanya secara parsial (Ganiban et al., 2008; Klimstra et al., 2009). Perubahan kepribadian bisa diakibatkan karena pengaruh dari lingkungan dan biologis (Hopwood et al., 2011).

Terdapat korelasi positif antara kepribadian positif dengan berbagai elemen fungsi adaptif (Deyoung et al., 2007; Linden et al., 2010) dan korelasi negatif antara kepribadian positif dengan fungsi maladaptif (Deyoung et al., 2008; Hirsh et al., 2009).

Pengasuhan adalah pengaruh yang diungkapkan oleh orangtua terhadap anak (Baumrind, 1971), termasuk kehangatan dan permusuhan. Kehangatan orangtua mencerminkan kecenderungan umum untuk mendukung, penuh kasih sayang, dan peka terhadap kebutuhan anak (N. Darling & Steinberg, 1993). Secara teori, kehangatan / responsivitas orangtua mempengaruhi terbentuknya perilaku prososial anak karena memberikan perasaan aman, kontrol, dan kepercayaan dalam lingkungan (Hoffman et al., 2009; Dunfield, 2014). Kehangatan orangtua secara positif memprediksi sejumlah indikator perkembangan positif (Bornstein, 2002), termasuk prestasi sekolah remaja dan keterlibatan sekolah (Steinberg et al., 2016), koping adaptif strategi (Herman & McHale, 1993), keterikatan aman (Hoffman et al., 2009) dan perilaku prososial (Cumberland et al., 2002).

Sebaliknya, perilaku pengasuhan bermusuhan atau pemaksaan dipandang sebagai penghambat perkembangan prososial dan factor risiko untuk masalah perilaku (Kelly & Dumas, 2016) (Tolou-Shams et al., 2018). Perilaku pengasuhan seperti paksaan dan kekerasan dikaitkan dengan perilaku menentang dan agresif anak (Shuster et al., 2012), rendahnya regulasi diri (Martínez-González et al., 2016), dan psikopatologi (Larsson et al., 2008).

Kepribadian di usia dewasa dipengaruhi oleh faktor sosial (Hopwood et al., 2011), termasuk relasi sosial. Perubahan dalam hidup (Neyer & Lehnart, 2007), pengalaman kerja (Roberts et al., 2003), pensiun (Lockenhoff et al., 2009), pendapatan (Sutin et al., 2009), dan perubahan tujuan hidup (Roberts et al., 2004).

Kepribadian orangtua mempengaruhi perilaku mengasuh anak (Prinz et al., 2009) untuk tinjauan meta-analitik. Orangtua dengan sifat-sifat penuh keramahan, stabilitas emosional, dan kesadaran akan menunjukkan kecenderungan berperilaku hangat dan suportif terhadap anak-anak mereka.

Kepribadian orangtua secara langsung memprediksi kepribadian remaja, karena adanya hasil riset yang menemukan bahwa karakteristik kepribadian dihasilkan dari pengaruh genetik (Komsu et al., 2008), temuan yang konsisten dengan hubungan positif antara kepribadian orangtua dan anak. Selain itu, karakteristik orangtua dan anak-anak dapat dihubungkan melalui proses pembelajaran sosial. Anak-anak dan remaja kemungkinan besar akan meniru perilaku model yang menghasilkan hasil positif (Bandura dalam Hess et al., 2004). Anak-anak dan remaja dapat meniru perilaku orangtua mereka yang menyenangkan, teliti, dan stabil secara emosional karena karakteristik ini mewakili model interaksi dengan lingkungan yang mempromosikan kesuksesan sosial dan instrumental (Jones & Prinz, 2005).

Terdapat peran ayah, yaitu model perilaku ayah yang juga berpengaruh terhadap tipe pengasuhan orangtua, dan ayah memiliki efek yang berbeda dari ibu dalam pengasuhan terhadap anak (Ozturk et al., 2014).

## **B. Pengukuran Kepribadian**

Kepribadian orangtua dapat diukur menggunakan *self-report*, *NEO Five Factor Inventory* (NEO-FFI), yaitu inventaris 60 item yang berisi 12 item menggali setiap dimensi kepribadian (*Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism, dan Openness* untuk Pengalaman), dengan validitas konvergen dan diskriminan instrument (Costa & McCrae, 1992). Terdapat bentuk lain dari pengukuran kepribadian, yaitu sifat terkait alfa *Multidimensional Personality Questionnaire* (MPQ) yang dikembangkan oleh Tellegen (misalnya, Harkness, Tellegen, & Waller, 1995), dengan aspek diantaranya laporan keramahan (A), *neurotisisme* (N), dan kesadaran (C). Skor validitas dari respon ibu dan ayah ( $\alpha = 0,72$  untuk respons stres,  $0,73$  untuk agresi,  $0,81$  untuk kontrol). Semua skala memiliki kendalan komposit yang dapat diterima ( $\alpha$ 's  $> .80$ ).

## **C. Diskusi**

Kepribadian orangtua memiliki korelasi yang signifikan dengan pola asuh (Belsky & Barends, 2002; Prinzie et al., 2009). Pengasuhan positif dapat diprediksi oleh sifat-sifat terkait alfa seperti keramahan, stabilitas emosional, dan kesadaran (Clark et al., 2000). Menurut (Belsky & Barends, 2002) asosiasi *personal-parenting* ini tidak terbatas pada parenting

pada masa bayi dan kanak-kanak. Orangtua yang memiliki tingkat kepribadian alfa yang tinggi dapat menunjukkan peningkatan relatif dari waktu ke waktu dalam pengasuhan positif, sedangkan orangtua yang memiliki tingkat kepribadian alfa yang rendah mungkin mengalami penurunan dalam pengasuhan positif. Kepribadian orangtua memprediksi perubahan urutan peringkat dalam perilaku mengasuh anak.

Teori belajar sosial (Bandura dalam Hess et al., 2004) menjelaskan hubungan antara orangtua dan kepribadian anak. Anak-anak menyaksikan perilaku orangtua dan kemungkinan meniru perilaku yang mereka lihat. Memodelkan perilaku orangtua dapat menjadi strategi adaptif ketika seorang anak mencari panduan untuk perilakunya sendiri.

Kepribadian memiliki komponen genetik yang signifikan (Bouchard & Loehlin, 2001), setiap hubungan antara kepribadian orangtua dan anak mungkin dapat dijelaskan, sebagian, melalui transmisi genetik. Terdapat kesinambungan antar generasi dalam kepribadian.

Tingkat kehangatan orangtua yang tinggi dan tingkat permusuhan yang rendah secara positif memprediksi ciri-ciri kepribadian alfa anak. Orangtua memainkan peran penting dalam pengembangan kepribadian dan mereka lebih konsisten dengan model pengembangan kepribadian yang menggabungkan pengaruh sosial sebagai prediktor konsekuensi. Namun begitu terdapat faktor-faktor selain pengasuhan yang bisa mempengaruhi pembentukan kepribadian anak, yaitu teman sebaya, media, peristiwa kehidupan, pengalaman sekolah, dan faktor sosial lain yang secara terus menerus memberikan pengaruh (Nelson, 2011).

Dari hasil sebuah penelitian disebutkan bahwa ayah sebagai karakter yang menonjol dalam memberikan pengaruh pada perkembangan anak (Parke, 1996), namun penelitian lain (Schofield et al., 2012) menyebutkan bahwa tidak terdapat perbedaan pengaruh karakter ayah dan ibu dalam pengasuhan terhadap anak.

Kepribadian orangtua dan kualitas perilaku pengasuhan bisa berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak hingga usia remaja (Ashton et al., 1998).

## Daftar Pustaka

- Ackert, M., Maglakelidze, E., Badurashvili, I., & Huber, S. (2020). Validation of the Short Forms of the Centrality of Religiosity Scale in Georgia. *Religions*, 11(2), 57–76. <https://doi.org/10.3390/rel11020057>
- Ahern, L. . (2004). Psychometric properties of The Parenting Stress Index: Construct validity and normative data in large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 227-239.
- Andayani, B., & Koentjoro. (2004). *Peran ayah menuju coparenting*. Citra Media.
- Andika, A. (2010). *Bicara seks bersama anak*. PT Suka Buku.
- Angell, A. M., & Solomon, O. (2014). The social life of health records: Understanding families' experiences of autism. *Social Science and Medicine*, 117, 50–57. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.07.020>
- Ariyani, D. (2017). PATERNITY LEAVE (CUTI AYAH): Apa, Bagaimana dan untuk Apa? *YINYANG: Jurnal Studi Islam, Gender Dan Anak*, 12(2), 351–366. <https://doi.org/10.24090/yinyang.v12i2.2017.pp351-366>
- Ashton, M. C., Paunonen, S. V, Helmes, E., & Jackson, D. N. (1998). Kin altruism, reciprocal altruism, and the Big Five Personality factors. *Evolution and Human Behavior*, 19(4), 243–255.
- Astuti, V., & Puspitarani, P. (2017). KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGASUHAN JARAK JAUH REMAJA. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1–77.
- Aycicegi-Dinn, A., & Kagitcibasi, C. (2010). The value of children for parents in the minds of emerging adults. *Cross-Cultural Research*, 44(2), 174–205. <https://doi.org/10.1177/1069397109358389>
- Ayu, Fitria R & Lailatushifah, S. N. F. (2008). Dukungan Suami dan Depresi Pasca Melahirkan. *Fpsi.Mercubuana-Yogya.Ac.Id*, 1989. [http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/jurnal-noor-2008\\_depreso-pasca-melahirkan.pdf](http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/jurnal-noor-2008_depreso-pasca-melahirkan.pdf)
- Baron, R. A., Byrne, D. R., & Branscombe, N. R. (2006). *Social psychology, 11th edition*.

Pearson Educational, Inc.

- Baumrind, D. (1971). *Developmental psychology monograph current patterns of parental authority* 1. 4(1).
- Becvar, D. S. (2013). Handbook of Family Resilience. *Handbook of Family Resilience*, 1–557. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2>
- Behroozi, M., & Pashakhanlu, R. (2015). Surveying the gap of generation between two generations of mothers and high school girl students in Bushehr City regarding their commitment towards religious beliefs and values. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 190(November 2014), 309–313. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.05.004>
- Belsky, J., & Barends, N. (2002). Personality and parenting. In *Handbook of parenting: Vol. 3: Being and becoming a parent* (pp. 415–438). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Benson, P. R. (2010). Coping, distress, and well-being in mothers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(2), 217–228. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2009.09.008>
- Bornstein, M. H. (2002). *Handbook of Parenting Volume 5, Practical Issues in Parenting* (B. Webber (ed.)). Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Bornstein, M. (2002). *Handbook of parenting vol.5, Practical issues in parenting*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Bouchard, T. J., & Loehlin, J. C. (2001). Genes, evolution, and personality. *Behavior Genetics*, 31(3), 243–273.
- Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R., & Mikolajczak, M. (2013). The Profile of Emotional Competence (PEC): Development and validation of a self-reported measure that fits dimensions of Emotional Competence Theory. *PLoS ONE*, 8(5), 1–6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0062635>
- Bretherton, I. (1994). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In *A century of developmental psychology* (pp. 431–471).
- Brooks, J. B. (2011). *The process of parenting*. McGraw-Hill Education.
- Cachia, R. L., Anderson, A., & Moore, D. W. (2016). Mindfulness, stress and well-being in parents of children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0193-8>
- Chan, K. K. S., & Lam, C. B. (2016). Parental maltreatment of children with autism spectrum

- disorder: A developmental-ecological analysis. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 32, 106–114. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2016.09.006>
- Chan, K. K. S., Lam, C. B., Law, N. C. W., & Cheung, R. Y. M. (2018). From child autistic symptoms to parental affective symptoms: A family process model. *Research in Developmental Disabilities*, 75(December 2017), 22–31. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.02.005>
- Chapin, M. (2009). Deployment and families: Hero stories and horror stories. *Smith College Studies in Social Work*, 79(3–4), 263–282. <https://doi.org/10.1080/00377310903130316>
- Chiari, G. (2017). *George A. Kelly and his personal construct theory*. [https://www.researchgate.net/publication/317064022\\_George\\_A\\_Kelly\\_and\\_His\\_Personal\\_Construct\\_Theory\\_iBook](https://www.researchgate.net/publication/317064022_George_A_Kelly_and_His_Personal_Construct_Theory_iBook)
- Clark, L. A., Kochanska, G., & Ready, R. (2000). Mothers' personality and its interaction with child temperament as predictors of parenting behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 274–285. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.79.2.274>
- Collins, S. (2008). Statutory social workers: Stress, job satisfaction, coping, social Support and individual differences. *British Journal of Social Work*, 38, 1173–1193. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcm047>
- Conner, C. M., & White, S. W. (2014). Stress in mothers of children with autism: Trait mindfulness as a protective factor. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(6), 617–624. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2014.02.001>
- Conti, R. (2015). Compassionate parenting as a key to satisfaction, efficacy and meaning among mothers of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(7), 2008–2018. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2360-6>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5–13. <https://doi.org/10.1037//1040-3590.4.1.5>
- Crowell, J. A., Keluskar, J., & Gorecki, A. (2019). Parenting behavior and the development of children with autism spectrum disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 90, 21–29. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.11.007>
- Cumberland, A., Murphy, B. C., Carlo, G., Guthrie, I. K., Eisenberg, N., Zhou, Q., & Shepard, S. A. (2002). Prosocial development in early adulthood: a longitudinal study. *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, 82(6), 993–1006.  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12051585>
- Cutrona & Russell. (1987). The provision of social relationship and adaptation to stress. *Advanced in Personal Relationship*, 1, 37–67.
- Dagun, S. M. (2002). *Psikologi keluarga*. Rineka Cipta.
- Danzig, A. P., Dyson, M. W., Olino, T. M., Laptook, R. S., & Klein, D. N. (2015). Positive parenting interacts with child temperament and negative parenting to predict children's socially appropriate behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(5), 411–435.  
<https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.5.411>
- Darling, K., Todd, M., Seok, D., Trends, C., Discipline, C., Publishing, H. H., & Scientific, N. (2019). *Resilience and Conscious Discipline*. ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education Champaign IL.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). *Parenting style as context : An integrative model*. 113(3), 487–496.
- Denham, S., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2007). The socialization of emotional competence. In *Handbook of socialization* (J. Grusec). Guilford Press.
- Desiningrum, D. R., Suminar, D. R., Surjaningrum, E. R., & Hendriani, W. (2021). Husband ' s social support for mother of children with Autism Spectrum Disorder. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, XX(X), 1–7.  
<https://doi.org/10.1177/10664807211005086>
- Deyoung, C. G., Hasher, L., & Djikic, M. (2007). *Morning people are stable people : Circadian rhythm and the higher-order factors of the Big Five*. 43, 267–276.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.030>
- Deyoung, C. G., Peterson, J. B., Se, J. R., & Tremblay, R. E. (2008). *Externalizing behavior and the higher order factors of the Big Five*. 117(4), 947–953. <https://doi.org/10.1037/a0013742>
- Drogendijk, R., & Slangen, A. (2006). Hofstede, Schwartz, or managerial perceptions? The effects of different cultural distance measures on establishment mode choices by multinational enterprises. *International Business Review*, 15(4), 361–380.  
<https://doi.org/10.1016/j.ibusrev.2006.05.003>
- Duan, G., Chen, J., Zhang, W., Yu, B., Jin, Y., Wang, Y., & Yao, M. (2015). Physical maltreatment of children with autism in Henan province in China: A cross-sectional study.

- Child Abuse and Neglect*, 48, 140–147. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.03.018>
- Dunfield, K. A. (2014). *A construct divided: Prosocial behavior as helping, sharing, and comforting subtypes*. 5(September), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00958>
- Edward, C. (2017). *Parental attachment and child adjustment: The role of parenting stress and self-compassion* (Issue July). Ball State University.
- Farzand, M., Çerkez, Y., & Çavusoglu, Ç. (2017). Empirical studies on parenting styles: A trend analysis. *International Journal of Educational Sciences*, 19(2–3), 152–158. <https://doi.org/10.1080/09751122.2017.1393959>
- Feinberg, M. E., Kan, M. L., & Goslin, M. C. (2009). *Enhancing coparenting, parenting, and child self-regulation: Effects of family foundations 1 year after birth*.
- Feldman, R. S. (2017). *Development accross the lifespan* (8th ed.). University of Massachusetts at Amherst.
- Fernandes, J. B., Cunningham, R. C., Fernandes, S. B., & Almeida, A. S. (2021). Barriers to family resilience in caregivers of people who have schizophrenia. *Journal of Nursing Scholarship*, 1–7. <https://doi.org/10.1111/jnu.12651>
- Flouri, E. (2005). *Fathering and child outcomes*. John Wiley & Sons Ltd.
- Frolli, A., Conson, M., Margari, L., Margari, F., Monaco, M., Craig, F., De Giacomo, A., Operto, F. F., & Ivagnes, S. (2016). Parenting stress among parents of children with Neurodevelopmental Disorders. *Psychiatry Research*, 242, 121–129. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.016>
- Ganaprakasam, C., Davaidass, K. S., & Muniandy, S. C. (2019). Helicopter parenting and psychological consequences among adolescent. *International Journal of Scientific and Research Publications (IJSRP)*, 8(6), 6–11. <https://doi.org/10.29322/IJSRP.8.6.2018.p7848>
- Ganiban, J. M., Saudino, K. J., Ulbricht, J., Neiderhiser, J. M., & Reiss, D. (2008). Stability and change in temperament during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 222–236. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.1.222>
- Garvey, D. (2018). *Nurturing personal, social and emotional development in early childhood*. Kingsley.
- Gestwicki, C. (2010). *Home, school and community relations* (7th ed.).
- Gillath, O., Bunge, S. A., Shaver, P. R., Wendelken, C., & Mikulincer, M. (2005). Attachment-style differences in the ability to suppress negative thoughts: Exploring the neural

- correlates. *NeuroImage*, 28(4), 835–847. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2005.06.048>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Haeba, H. N., & Moordiningsih, M. (2009). Terapi Kognitif Perilaku Dan Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 1(1), 41–68.
- Harper, A., Dyches, T. T., Harper, J., Roper, S. O., & South, M. (2013). Respite care, marital quality, and stress in parents of children with autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(11), 2604–2616. <https://doi.org/10.1007/s10803-013-1812-0>
- Herman, M. A., & McHale, S. M. (1993). *Coping with parental negativity: Links with parental warmth and child adjustment*. 136, 121–136.
- Hess, C. R., Teti, D. M., & Hussey-Gardner, B. (2004). Self-efficacy and parenting of high-risk infants: The moderating role of parent knowledge of infant development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(4), 423–437. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.06.002>
- Higuera, V. (2019). *What Is Helicopter Parenting?* <https://www.healthline.com/health/parenting/helicopter-parenting#takeaway>.
- Hirsh, J. B., Deyoung, C. G., & Peterson, J. B. (n.d.). *Metatraits of the Big Five differentially predict engagement and restraint of behavior*. August 2009. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00575.x>
- Hodgetts, S., Savage, A., & McConnell, D. (2013). Experience and outcomes of stepping stones triple P for families of children with autism. *Research in Developmental Disabilities*, 34(9), 2572–2585. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.05.005>
- Hoffman, C. D., Sweeney, D. P., Hodge, D., Lopez-Wagner, M. C., & Looney, L. (2009). Parenting stress and closeness: Mothers of typically developing children and mothers of children with Autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 24(3), 178–187. <https://doi.org/10.1177/1088357609338715>
- Hopwood, C. J., Donnellan, M. B., Blonigen, D. M., Krueger, R. F., McGue, M., Iacono, W. G., & Burt, S. A. (2011). *Genetic and environmental influences on personality trait stability and growth during the transition to adulthood: A three-wave longitudinal study*. 100(3), 545–556. <https://doi.org/10.1037/a0022409>

- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Hulei, E., Zevenbergen, A. A., & Jacobs, U. C. (2006). Discipline behaviors of chinese american and european american mothers. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 140(5), 37–41. <https://doi.org/10.3200/JRLP.140.5.459-475>
- Hurlock, J. W. (2012). *Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (terjemahan)*. Erlangga.
- Johnston, C., Hessel, D., Blasey, C., Eliez, S., Erba, H., Dyer-Friedman, J., Glaser, B., & Reiss, A. L. (2003). Factors associated with parenting stress in mothers of children with fragile X syndrome. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 24(4), 267–275. <https://doi.org/10.1097/00004703-200308000-00008>
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
- Kagıtçibasi, C., & Ataca, B. (2015). Value of children, family change, and implications for the care of the elderly. *Cross-Cultural Research*, 49(4), 374–392. <https://doi.org/10.1177/1069397115598139>
- Kail, R. V. (2010). *Children and their development* (5th ed.). Pearson Education.
- Kalil, A. (2003). *Family resilience and good child outcomes: A review of the literature*. Centre for Social Research and Evaluation.
- Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, 92, 22–27. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.03.003>
- Karraker, K. H., & Coleman, P. K. (2005). The effects of child characteristics on parenting. In *Monographs in parenting. Parenting: An ecological perspective* (pp. 147–176). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Kelly, A. C., & Dumasquier, J. (2016). Social safeness mediates the relationship between recalled parental warmth and the capacity for self-compassion and receiving compassion. *Personality and Individual Differences*, 89, 157–161. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.017>
- Khairuddin. (2008). *Sosiologi keluarga*. Liberty.

- Klimstra, T. A., Iii, W. W. H., Raaijmakers, Q. A. W., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). *Maturation of personality in adolescence*. 96(4), 898–912. <https://doi.org/10.1037/a0014746>
- Koenig, H. G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 283–291. <https://doi.org/10.1177/070674370905400502>
- Komsi, N., Räikkönen, K., Heinonen, K., Pesonen, A.-K., Keskivaara, P., Järvenpää, A.-L., & Strandberg, T. E. (2008). *Transactional development of parent personality and child temperament*. 573(November 2007), 553–573. <https://doi.org/10.1002/per>
- Koydemir, S., & Tosun, Ü. (2009). Impact of autistic children on the lives of mothers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 1, 2534–2540. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2009.01.447>
- Lachman, J. M., Cluver, L. D., Boyes, M. E., Kuo, C., & Casale, M. (2014). *Positive parenting for positive parents : HIV / AIDS , poverty , caregiver depression , child behavior , and parenting in South Africa*. 26(3), 304–313.
- Lambrechts, G., Van Leeuwen, K., Boonen, H., Maes, B., & Noens, I. (2011). Parenting behaviour among parents of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 5(3), 1143–1152. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2010.12.011>
- Larsson, H., Viding, E., Rijdsdijk, F. V., & Plomin, R. (2008). *Relationships between parental negativity and childhood antisocial behavior over time: A bidirectional effects model in a Longitudinal Genetically Informative Design*. 633–645. <https://doi.org/10.1007/s10802-007-9151-2>
- Lau, W. Y. P., Peterson, C. C., Attwood, T., Garnett, M. S., & Kelly, A. B. (2016). Parents on the autism continuum: Links with parenting efficacy. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 26, 57–64. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2016.02.007>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Leo, P. (2007). *Connection parenting: Parenting through connection instead of coercion, through love instead of fear*. Wyatt-MacKenzie Publishing.
- Lestari, S. (2013). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Kencana.
- Lila, M., Gracia, F., & Gracia, E. (2007). Perceived paternal and maternal acceptance and children ' s outcomes in Columbia. *Social Behavior and Personality*, 35(1), 115–124. <https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.115>

- Linden, D. van der, Nijenhuis, J. te, & Bakker, A. B. (2010). The General Factor of Personality : A meta-analysis of Big Five intercorrelations and a criterion-related validity study. *Journal of Research in Personality*, 44(3), 315–327. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.03.003>
- Lockenhoff, C. E., Terracciano, A., & Paul T. Costa, J. (2009). Five-Factor Model Personality Traits and the retirement transition: Longitudinal and cross-sectional associations. *Personality and Aging*, 24(3), 722–728. <https://doi.org/10.1037/a0015121>
- Lopes, J., & Oliveira, C. (2017). Classroom discipline: Theory and practice. In *Classrooms: Academic content and behavior strategy instruction for students with and without disabilities* (Vol. 2, Issue August, pp. 231–253).
- Lovell, B., & Wetherell, M. A. (2015). Child behaviour problems mediate the association between coping and perceived stress in caregivers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 20, 17–23. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2015.08.003>
- Machmudah. (2015). Gangguan Psikologis Pada Ibu Postpartum ; Postpartum Blues. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3(2), 118–125.
- MacLeod, S., Musich, S., Hawkins, K., Alsgaard, K., & Wicker, E. R. (2016). The impact of resilience among older adults. *Geriatric Nursing*, 37(4), 266–272. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2016.02.014>
- Marmer, L. W., & Ariana, A. D. (2016). Persepsi terhadap Dukungan Suami pada Primipara yang Mengalami Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1–10.
- Marshall, A., Bell, J. M., & Moules, N. J. (2010). Beliefs, suffering, and healing: A clinical practice model for families experiencing mental illness. *Perspectives in Psychiatric Care*, 46(3), 197–208. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6163.2010.00259.x>
- Martínez-González, R. A., Rodríguez-Ruiz, B., Álvarez-Blanco, L., & Becedóniz-Vázquez, C. (2016). Evidence in promoting positive parenting through the Program-Guide to Develop Emotional Competences. *Psychosocial Intervention*, 25(2), 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.psi.2016.04.001>
- Meirsschaut, M., Roeyers, H., & Warreyn, P. (2010). Parenting in families with a child with autism spectrum disorder and a typically developing child: Mothers' experiences and cognitions. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(4), 661–669.

- <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2010.01.002>
- Miller, F. G., & Ph, D. (2014). *Using Direct Behavior Rating—single item scales to assess student behavior within multi-tiered*. 27(September), 76–85.
- Missler, M., Beijers, R., Denissen, J., & van Straten, A. (2018). Effectiveness of a psycho-educational intervention to prevent postpartum parental distress and enhance infant wellbeing: Study protocol of a randomized controlled trial. *Trials*, 19(1), 1–12.  
<https://doi.org/10.1186/s13063-017-2348-y>
- Miyansaski, A. U. (2014). *Perbandingan kejadian post partum blues pada ibu post partum dengan persalinan normal dan sectio caesarea*. 1–10.  
<https://www.neliti.com/publications/188786/perbandingan-kejadian-post-partum-blues-pada-ibu-post-partum-dengan-persalinan%20normal-dan-sectio-caesarea>  
<https://media.neliti.com/media/publications/188786-ID-perbandingan-kejadian-post-partum-blues.pdf>
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Jaffee, S. R., Kim-Cohen, J., Koenen, K. C., Odgers, C. L., Slutske, W. S., & Viding, E. (2008). Research Review: DSM-V conduct disorder: Research needs for an evidence base. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 49(1), 3–33. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01823.x>
- Msiska, G., Smith, P., Fawcett, T., & Nyasulu, B. M. (2014). Emotional labour and compassionate care: What's the relationship? *Nurse Education Today*, 34(9), 1246–1252.  
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2014.03.002>
- Nelson, C. (2011). Neural development and lifelong plasticity. In *Nature and nurture in early child development*, In: Keating DP, editor (pp. 45–69). Cambridge University Press.
- Neyer, F. J., & Lehnart, J. (2007). Relationships matter in personality development: Evidence from an 8-year longitudinal study across young adulthood. *Journal of Personality*, 75(3), 535–568. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00448.x>
- O'Brien, S. (2016). Families of adolescents with autism: Facing the future. *Journal of Pediatric Nursing*, 31(2), 204–213. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2015.10.019>
- O'Rourke, J. S. (2005). *How to become a better communicator by becoming a better listener*.
- Oh, S., & Chang, S. J. (2014). Concept analysis: Family resilience. *Open Journal of Nursing*, 04(13), 980–990. <https://doi.org/10.4236/ojn.2014.413105>
- Oprea, C., & Stan, A. (2012). Mothers of Autistic Children. How do They Feel? *Procedia -*

- Social and Behavioral Sciences*, 46, 4191–4194.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.224>
- Ozturk, Y., Riccadonna, S., & Venuti, P. (2014). Parenting dimensions in mothers and fathers of children with Autism Spectrum Disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(10), 1295–1306. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2014.07.001>
- Palkovitz, R. (2002). Involved fathering and child development: Advancing our understanding of good fathering. In *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives* (pp. 119 – 140). Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Parke, R. (1996). *Fatherhood*. Harvard University Press.
- Pfaffenberger, A. H. (2005). Optimal adult development: An inquiry into the dynamics of growth. *Journal of Humanistic Psychology*, 45(3), 279–301.  
<https://doi.org/10.1177/0022167804274359>
- Phillips, B. A., Conners, F., & Curtner-Smith, M. E. (2017). Parenting children with down syndrome: An analysis of parenting styles, parenting dimensions, and parental stress. *Research in Developmental Disabilities*, 68(July), 9–19.  
<https://doi.org/10.1016/j.ridd.2017.06.010>
- Plump, J. C. (2011). *The impact of social support and family resilience on parental stress in families with a child diagnosed with ASD*. University of Pennsylvania.
- Poblete, A. T., & Gee, C. B. (2018). Partner support and grandparent support as predictors of change in coparenting quality. *Journal of Child and Family Studies*, 27(7), 2295–2304.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-018-1056-x>
- Prabaningrum, D. W. (2013). *Menyiapkan anak untuk sukses di sekolah dan kehidupan: 10 cara untuk meningkatkan kekuatan otak anak anda*. PT Indeks.
- Pradana, A., & Kustanti, E. (2017). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak autisme. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 6(2), 83–90.
- Prayugo, Y. (2018). *Hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial suami dan ketabahan pada ibu yang memiliki anak penyandang autis* (Issue 1) [Universitas Sanata Dharma].  
[http://repository.usd.ac.id/30910/2/119114002\\_full.pdf](http://repository.usd.ac.id/30910/2/119114002_full.pdf)
- Prinz, R. J. (2020). Triple P—Positive Parenting Program. In E. T. Gershoff & S. J. Lee (Eds.), *Ending the physical punishment of children: A guide for clinicians and practitioners* (pp.

- 133–143). American Psychological Association.
- Prinz, P., Stams, G. J. J. M., Reijntjes, A. H. A., & Belsky, J. (2009). The relations between parents' Big Five Personality Factors and parenting: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(2), 351–362. <https://doi.org/10.1037/a0015823>
- Rahman, A., & Urbayatun, S. (2021). Kesehatan Mental Ibu Hamil Sebagai Dampak Pandemi Covid-19 : Kajian Literatur. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(2), 59–67. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i2.161>
- Rakhmawati, I. (2015). Peran Keluarga dalam Pengasuhan Anak. *Jurnalbimbingan Konseling Isla*, 6(1), 1–18.
- Reynolds, A. J., & Robertson, D. L. (2003). *School-based early intervention and later child maltreatment in the Chicago Longitudinal Study*. 74(1), 3–26.
- Rindt-Hoffman, S. (2016). *Attachment style and religiosity/ spirituality as they relate to expression of compassionate love. Dissertation*. University of La Verne.
- Roberts, B. W., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2003). Work experiences and personality development in young adulthood. *Journal of Personality*, 84(3), 582–593. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.582>
- Roberts, B. W., Donnell, M. O., & Robins, R. W. (2004). Goal and personality trait development in emerging adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(4), 541–550. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.4.541>
- Rostami, A., Ghazinour, M., & Richter, J. (2013). Marital satisfaction: the differential impact of social support dependent on situation and gender in medical staff in Iran. *Global Journal of Health Science*, 5(4), 151–164. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v5n4p151>
- Saarni, C., Campos, J. J., Camras, L. A., & Witherington, D. (2007). A conceptual framework for feeling and emotion. In *Emotional Development: Action, Communication, and Understanding* (pp. 226–234).
- Saarni, Carolyn. (1999). *A Skill-Based Model of Emotional Competence: A developmental perspective*. <https://doi.org/10.1158/1535-7163.mct-16-0142>
- Sabey, A. K., Rauer, A. J., & Jensen, J. F. (2014). Compassionate love as a mechanism linking sacred qualities of marriage to older couples' marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 594–603. <https://doi.org/10.1037/a0036991>

- Saini, M., Stoddart, K. P., Gibson, M., Morris, R. B., Barrett, D., Muskat, B., Nicholas, D., Rampton, G., & Zwaigenbaum, L. (2015). Couple relationships among parents of children and adolescents with Autism Spectrum Disorder: Findings from a scoping review of the literature. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 17, 142–157. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2015.06.014>
- Sandau-Beckler, P. A., Devall, E., & de la Rosa, I. A. (2002). Stengthening Family Resilience: Prevention and Treatment for High-Risk Substance-Affected Families. *The Journal of Indiviidual Psychology*, 58(3), 305–327.
- Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 506–517. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.3.506>
- Sanders, M. R. (2012). *Development, evaluation , and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. November 2011*. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Santrock, J. W. (2018). *A topical approach to life-span development (9th Ed.)*. McGraw-Hill.
- Schofield, T. J., Conger, R. D., Brent Donnellan, M., Jochem, R., Widaman, K. F., & Conger, K. J. (2012). Parent personality and positive parenting as predictors of positive adolescent personality development over time. *Merrill-Palmer Quarterly*, 58(2), 255–283. <https://doi.org/10.1353/mpq.2012.0008>
- Shepherd, D., Landon, J., Goedeke, S., Ty, K., & Csako, R. (2018). Parents’ assessments of their child’s autism-related interventions. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 50(October 2017), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.02.005>
- Shuster, M. M., Li, Y., & Shi, J. (2012). Maternal cultural values and parenting practices: Longitudinal associations with Chinese adolescents’ aggression. *Journal of Adolescence*, 35(2), 345–355. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.08.006>
- Siegel, D. J. (2007). Mindfulness as an attuned relationship with oneself. *Mind Your Brain*.
- Singh, B., Salve, S., & Mhaske, R. S. (2019). Does personality, gratitude and passionate love makes youth compassionate ? *Journal of Psychosocial Research*, 13(1), 245–254. <https://doi.org/10.32381/jpr.2018.13.01.24>
- Steinberg, L., Lamborn, S. D., Dornbusch, S. M., & Darling, N. (2016). *Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and*

- encouragement*. 63(5), 1266–1281.
- Stolz, H. E., Barber, B. K., & Olsen, J. A. (2005). Toward disentangling fathering and mothering: An assessment of relative importance. *Journal of Marriage and Family*, 67(4), 1076–1092.
- Sun, X., Allison, C., Auyeung, B., Baron-Cohen, S., & Brayne, C. (2014). Parental concerns, socioeconomic status, and the risk of autism spectrum conditions in a population-based study. *Research in Developmental Disabilities*, 35(12), 3678–3688. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.07.037>
- Sutin, A. R., Jr, P. T. C., Miech, R., & Eaton, W. W. (2009). Personality and career success: Concurrent and longitudinal relations. *European Journal of Personality*, 23(2), 71–84. <https://doi.org/10.1002/per>
- Timmons, L., & Ekas, N. V. (2018). Giving thanks: Findings from a gratitude intervention with mothers of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 49(January), 13–24. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.01.008>
- Tolou-Shams, M., Brogan, L., Esposito-Smythers, C., Healy, M. G., Lowery, A., Craker, L., & Brown, L. K. (2018). The role of family functioning in parenting practices of court-involved youth. *Journal of Adolescence*, 63(June 2017), 165–174. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.016>
- Trommsdorff, G., & Mayer, B. (2012). A cross-cultural study of intergenerational relations: The role of socioeconomic factors, values, and relationship quality in intergenerational support. *Konstanzer Online Publication System (KOPS)*, 315–342. <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bsz:352-181568>
- Trommsdorff, G., & Nauck, B. (2005). *The value of children in cross-cultural perspective. Case studies from eight societies* (Issue January).
- Ulutas, I., & Aksoy, A. (2016). The impact of Helicopter Parenting on the social connectedness and anxiety level of university students . *International Academic Conference on Social Sciences and Humanities*, October.
- Usman, I. (2021). “Ayah Pergi Untuk Kalian!”: Fenomena Yatim Psikologis Di Kalangan Generasi Muda Di Kota Bandung Indonesia. *Jurnal RASI*, 2(2), 23–35. <https://doi.org/10.52496/rasi.v2i2.63>
- Valiente-Barroso, C., & Lombrana-Ruiz, R. (2014). Comprehensive wellbeing and variables

- linked to religiosity in mothers with children who died. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132, 486–491. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.341>
- Vaughan, J., Eisenberg, N., French, D. C., Purwono, U., Suryanti, T. A., & Pidada, S. (2009). Compassionate love in an intercultural context testing aspects of compassionate love in a sample of Indonesian adolescents. In *The Science of Compassionate Love: Theory, Research, and Applications* (pp. 403–430). Blackwell Publishing Ltd. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781444303070.ch14>
- Volling, B. L., Kolak, A. M., & Kennedy, D. E. (2009). Empathy and compassionate love in early childhood: Development and family influence. *The Science of Compassionate Love: Theory, Research, and Applications*, 161–200. <https://doi.org/10.1002/9781444303070.ch6>
- Walsh, F. (2003). *Normal family processes 3rd edition*. The Guilford Press.
- White, G. L., Banks, L., Briggs, H. E., Allen, J. L., & Lowe, T. (2021). The effects of child support payment factors on satisfaction with levels of parental involvement by noncustodial fathers. *Research on Social Work Practice*, XX(X), 1–9. <https://doi.org/10.1177/104973152111004744>
- Williams, R. C., Biscaro, A., & Clinton, J. (2019). Relationships matter: How clinicians can support positive parenting in the early years. *Paediatrics & Child Health*, 24(5), 340–347. <https://doi.org/10.1093/pch/pxz063>
- Yildirim, E. D., & Roopnarine, J. L. (2017). Discipline and psychological aggression in five Caribbean countries: Associations with preschoolers' early literacy skills. *International Journal of Psychology*, 1–9. <https://doi.org/10.1002/ijop.12465>

## RIWAYAT PENULIS

### Penulis 1

**Dinie Ratri Desiningrum** adalah Dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan sejak Tahun 2005 hingga sekarang. Penulis menamatkan studi S-1 Psikologi dan S-2 Magister Sains Psikologi di Universitas Padjadjaran, dan S-3 pada Program Doktor Psikologi di Universitas Airlangga. Bidang ilmu yang ditekuninya adalah Psikogerontologi, Parenting dan Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Penulis sudah mempublikasikan beberapa artikel dengan berbagai tema riset perkembangan, diantaranya pada jurnal internasional bereputasi, prosiding internasional bereputasi serta jurnal2 nasional terakreditasi. Penulis sudah menghasilkan 2 buku (Psikologi Perkembangan Anak dan Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus) dan beberapa book chapter nasional dan internasional. Pengalamannya cukup banyak sebagai narasumber (pembicara atau konselor) pada banyak kegiatan termasuk seminar-seminar parenting di berbagai instansi pendidikan dan masyarakat. Beliau pun dipercaya sebagai tim editor dan reviewer pada berbagai jurnal nasional dan internasional. Beliau pernah memperoleh penghargaan sebagai Dosen Berprestasi I UNDIP thn 2018, Doktor Terbaik UNDIP Tahun 2021. Saat ini, menjabat sebagai Ketua Program Studi Magister Fakultas Psikologi UNDIP dan Ketua Komite Etik Penelitian Psikologi UNDIP (KEPPU) 2022. Selain itu, penulis juga menjabat sebagai sekretaris dari Aging and Disabilities Research Center (ADRC) Fakultas Psikologi UNDIP, dan Ketua Forum Peduli Individu Berkebutuhan Khusus Jateng dan DIY 2022

## RIWAYAT PENULIS

### Penulis 2

**Darosy Endah Hyoscyamina**, yang biasa disapa Bunda Endah lahir di Yogyakarta 06 November 1964. Memiliki suami bernama Eddy Abdullah dengan 4 anak yang bernama Ilham, Taufiq, Safira, dan Kintan. Aktivitas keseharian Bunda sebagai pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang dan juga penggiat Gerakan Keluarga Indonesia (GiGa).

Pada tahun 2004, Bunda Endah diberi kesempatan Allah SWT untuk ibadah haji mendampingi Ibunda tercinta sedang Ayahanda sudah berpulang kerahmatullah. Disitulah Allah SWT membuka hati Bunda Endah, di depan Ka'bah, saat berdo'a, ada getaran jiwa untuk memulai berdakwah di masyarakat dengan contoh. Dengan niat ikhlas menggapai ridho Allah SWT, Bunda Endah ingin di sisa usianya dapat bermanfaat dengan menyebarkan agama Allah, amar ma'ruf nahi munkar serta menjadi sebab kebaikan dimanapun, kapanpun dan dengan siapapun.

Sepulang dari ibadah haji, Bunda semakin mantap untuk berdakwah dan membulatkan tekad dengan melibatkan keempat buah hatinya. Bunda tidak pernah memaksakan kehendak tapi melalui doa dan proses terus-menerus, sungguh- sungguh dan menyempurnakan, Alhamdulillah suami dan keempat putra-putri Bunda menyetujui, mendukung bahkan ikut terlibat dalam perjalanan dakwah Bunda. Mulai sejak itu, Bunda, suami dan keempat putra-putri Bunda keliling / *roadshow* berdakwah dari desa sampai kota khususnya untuk pembenahan keluarga dan parenting Islam di Indonesia.



Mendapat penghargaan Keluarga  
Pendakwah Nasional dari MURI Tahun 2007



Mendapat Penghargaan Dhompet Dhuafa Award Repubika  
sebagai tokoh Inspiratif Indonesia "Untuk Cahaya Bangsa  
yang Tak Pernah Redup" (26 Agustus 2011)



# PENGASUHAN POSITIF

Menjadi orangtua dan pengasuh akan melahirkan tanggung jawab peran dalam merawat dan membesarkan anak. Peran orang tua sangat penting dalam pengasuhan, misalnya dalam memberikan lingkungan yang hangat, perawatan, pendidikan hingga pola asuh yang sesuai. Dalam mewujudkan pengasuhan yang baik diperlukan pengetahuan, tekad serta emosi yang positif pada orang tua. Buku ini menjelaskan tentang dinamika pengasuhan positif. Pengasuhan positif dibentuk oleh hubungan positif orangtua dan anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengasuhan positif, diantaranya resiliensi dalam keluarga, peran ayah (*co-parenting*) dan keluarga besar, kesehatan mental, stress pengasuhan dan kepribadian. Buku ini pun menyajikan jenis dan bentuk dari pengasuhan positif, seperti pengasuhan Islami, *positive parenting program*, teknik-teknik disiplin, pengasuhan pada anak berkebutuhan khusus, dan *helicopter parenting*.



**Dinie Ratri Desiningrum**, adalah Dosen Bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan UNDIP sejak 2005 dan saat ini sebagai Ketua Program Studi Magister Psikologi UNDIP. Pendidikan S-1 dan S-2 Sains dari Psikologi Universitas Padjadjaran, S-3 dari Program Doktor Psikologi di Universitas Airlangga. Penulis mendalami bidang keahlian Psikologi ABK, Parenting Positif dan Psikogerontologi.



**Darosy Endah Hyoscyamina**, adalah dosen di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang dan penggiat Gerakan Keluarga Indonesia (GiGa). Beliau pernah mendapat penghargaan Keluarga Pendakwah Nasional dari MURI Tahun 2007, dan Penghargaan Dhompot Dhuafa Award Republika sebagai tokoh Inspiratif Indonesia "Untuk Cahaya Bangsa yang Tak Pernah Redup" Tahun 2011.



**Farah Nisa Miranti**, merupakan mahasiswa Universitas Diponegoro. Memiliki ketertarikan pada dunia anak dan parenting. Ketika menjadi mahasiswa aktif sebagai pengajar di TPD Masjid Kampus Undip yang bergerak pada pendidikan pengembangan anak disekitar Undip. Pernah membantu mengajar di PAUD Permata Undip tahun 2019-2020 dan menjadi shadow teacher di TK Cahaya Ilmu Semarang.

Link untuk membeli  
buku digital

