

MEMBENTUK *SELF CONCEPT* POSITIF PADA ANAK (PENDEKATAN *PARENTING SKILL*)

Lilik Sriyanti

Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Salatiga

Abstract

Individual concept is one's view of oneself as something invaluable or worthless. The view of the self will influence to accomplish efforts, the motivations to achieve the ideals, and behaviors. The positive self-concept elicits the appearance of self-esteem and the spirit to move forwards. The individual positive concept tends to view others from positive thinking and vice versa. Individual concept is formed through learning and environmental influence particularly parents. The change of individual concept may be influenced by personal stipulation, failure, and depression – even though this can be controlled through appropriate rearing. Parenting is very influential to the creation of individual concept of the children. Unfortunately, parents and teachers do not realize that their attitude and conduct have broken down the children's self-esteem. This automatically creates the negative individual concept of them. This is the time to change to the scientific parenting model and affection. The model does not only emphasize parents' ego but also appreciating children as growing and developing individual, as well as learning individual with their strengths and weaknesses.

Keywords: *parenting skill, individual concept, self-esteem*

Pendahuluan

Dunia pendidikan sering dihadapkan pada perilaku anak yang rumit, yang adakalanya memerlukan pendekatan psikologis untuk memahaminya. Anak-anak yang tidak responsif, apatis, cuek terhadap lingkungan, adalah pribadi yang tidak mudah dilibatkan dalam gerak pendidikan yang inovatif dan kompetitif. Tak jarang guru bimbingan konseling atau guru menemukan anak dengan gejala inferior, tidak percaya diri, cenderung menyalahkan atau mengkritik diri sendiri. Anak-anak dengan gejala seperti itu menjadi problem tersendiri bagi kemajuan pendidikan, karena umumnya

anak tidak memiliki daya juang yang tangguh untuk meraih cita-cita, kurang kreatif, masa bodoh dan mudah putus asa.

Di keluarga, orang tua adakalanya mengeluhkan anaknya yang pemalu, penakut dan tidak mau bergaul, sementara orang tua lainnya mengeluh karena bandel, susah diatur, tidak penurut seperti anak temannya. Di sekolah bisa ditemukan anak yang tidak mau mengerjakan tugas dengan alasan “aku tidak bisa”. Ketika ditegur karena pekerjaannya tidak benar anak mengatakan “aku anak bodoh..makanya gak bisa negrejakan”. “aku bodoh karena nilai dibawah 6”. Bahkan ketika ditanya mengapa tidak merapikan tempat tidur, anak usia 6 tahun mengatakan “aku kan anak malas, jadi ya nggak merapikan tempat tidur”

Anak bisa menyatakan kondisi dirinya secara negatif seperti : aku tidak bisa, aku bodoh, aku takut, aku tidak bisa bergaul, dan berbagai pernyataan negatif lain tentang dirinya. Tidak menutup kemungkinan ada anak lain memandang dirinya secara positif, seperti: “aku bisa”, “aku pintar”, “aku cakep, menarik”, “aku semangat”. Semua yang dikatakan anak adalah *self concept*, atau gambaran anak tentang diri mereka sendiri. *Self concept* merupakan pandangan seseorang terhadap diri sendiri sebagai berharga atau tidak berharga.

Anak pada dasarnya lahir dalam keadaan fitrah, tidak penakut, tidak pemalu, tidak nakal dan tidak bandel. Anak lahir tidak takut cecak, tidak takut guru matematika, tidak takut Bahasa Arab, tidak berkata kasar, tidak senang mencuri, tidak senang berbohong. Semua perilaku tersebut dibentuk oleh lingkungan, oleh pendidikan dan pengasuhan. orang tua, guru, dan orang dewasa lain.

Banyak orang tua yang tidak menyadari perlakuan buruk yang telah ditimpakan pada anak. Banyak guru tidak menyadari bahwa sikap dan tindakannya telah melukai jiwa anak dan menyebabkan anak kehilangan jati dirinya. Orang tua dan guru tidak menyadari telah membentuk anak memiliki pandangan negatif terhadap diri atau mempunyai konsep diri negatif. Mereka hanya mengetahui bahwa saat ini anak tidak pemberani dan bodoh, mereka hanya mengetahui saat ini dihadapannya ada anak pemalu, pemalas dan mudah putus asa.

Melihat keadaan anak seperti itu, umumnya timbul sikap tidak senang dan tidak bersahabat dari orang tua/guru, cenderung memunculkan kata-kata ketus, tidak simpati pada anak, kurang hangat, marah dan berbagai perilaku lain sebagai ekspresi ketidaksukaan. Membandingkan anak dengan anak lain merupakan perilaku lain yang ditunjukkan orang tua/guru menghadapi anak ini. Mencela dan mencemooh merupakan tindakan yang kerap dilakukan orang tua/guru. Sikap ini justru akan membentuk konsep diri negatif anak dan memperparah keadaan.

Adakalanya kita tidak menyadari bahwa apa yang kita lakukan telah melukai jiwa anak, menghancurkan harga diri dan martabatnya. Tindakan guru dan orang tua yang melukai jiwa anak akan membekas dan terbawa terus sepanjang perjalanan hidupnya. Pengalaman negatif tersebut akan tersimpan dalam jiwanya, bila

pengalaman tidak menyenangkan ini terus menerus dialami anak, akan menjadi pengalaman traumatik membekas sepanjang hidup. Lama kelamaan pengalaman traumatik tersebut akan mengendap hingga alam bawah sadar dan menjadi sumber dari berbagai perilaku selanjutnya.

Pandangan anak tentang dirinya yang positif sangat penting, karena kemajuan yang akan diraih nanti, perkembangan dan prestasi anak berikutnya tergantung seberapa besar rasa percaya diri anak. Kini saatnya pendidik, orang tua dan guru mengembangkan gaya pengasuhan yang lebih berpihak pada anak, menerima anak dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Disadari atau tidak, anak hanyalah korban dari perlakuan orang lain. Untuk itu perlu strategi mendidik dengan ilmu dan mengasuh dengan cinta

Pembahasan

Self Concept, apa itu?

Self concept adalah gambaran seseorang tentang diri mereka, sebagai sesuatu yang berharga atau tidak berharga. Raimy (Burns: 1993) mendefinisikan konsep diri sebagai suatu sistem persepsi yang dipelajari yang berfungsi sebagai objek di lapangan persepsi. Konsep diri juga merupakan dirinya sendiri dari titik pandangan sendiri. Pendapat yang berbeda dikemukakan oleh Calhoun (1990) memberikan pengertian konsep diri sebagai pandangan diri kita tentang kita sendiri, yang meliputi pengetahuan tentang diri kita, pengharapan mengenai diri kita dan penilaian tentang diri kita sendiri. Apa yang kita ketahui tentang diri kita, siapa diri kita serta apa yang kita harapkan di masa mendatang merupakan konsep diri kita. Sehingga konsep diri anak adalah pandangan anak tentang dirinya, pandangan anak tentang siapa dia dan apa harapan-harapannya, atau apa yang akan diraih di masa mendatang. Pandangan anak terhadap diri anak merupakan bibit konsep diri anak dimasa berikutnya.

Konsep diri dapat didefinisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan atau penilaian seseorang terhadap dirinya. Seseorang dikatakan mempunyai konsep diri negatif jika ia meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Orang dengan konsep diri negatif akan cenderung bersikap pesimistik terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya. Ia tidak melihat tantangan sebagai kesempatan, namun lebih sebagai halangan. Orang dengan konsep diri negatif, akan mudah menyerah sebelum berperang dan jika gagal, akan ada dua pihak yang disalahkan, yaitu menyalahkan diri sendiri (secara negatif) atau menyalahkan orang lain.

Sebaliknya seseorang dengan konsep diri yang positif akan terlihat lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga

terhadap kegagalan yang dialaminya. Kegagalan bukan dipandang sebagai kematian, namun lebih menjadikannya sebagai penemuan dan pelajaran berharga untuk melangkah ke depan. Orang dengan konsep diri yang positif akan mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal yang positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang.

Rogers (Hall: 1993) sebagai penggagas *self*, *ideal self* dan *self concept* memberikan gambaran tentang masing-masing tersebut. *Self* meliputi semua ide, anggapan orang, dan pengalaman, sementara *self concept* merupakan persepsi individu terhadap dirinya, yang adakalanya tidak sesuai dengan realita. Setiap orang selalu mempunyai *self concept*, yaitu pandangan terhadap diri sebagai orang yang *berharga* atau *tidak berharg*. Menurutnya *self concept* seseorang bisa lebih tinggi dari realita, bisa juga lebih rendah, bisa lebih besar atau lebih kecil dari kenyataan yang sebenarnya. Kondisi ini akan menghambat hubungan individu dengan orang lain dan merupakan gambaran pribadi yang tidak sehat. Pribadi yang sehat adalah pribadi yang mempunyai *self concept* mendekati keadaan yang sebenarnya. Konsep lain yang dicetuskan Rogers adalah tentang *ideal self* (Robert: 1975), yaitu sesuatu yang dicita-citakan atau diinginkan.

Interaksi seseorang dengan orang lain, pengaruh lingkungan dan pengalaman hidup lainnya, menyebabkan konsep diri seseorang berubah, bisa menjadi lebih tinggi atau lebih rendah, atau mendekati realita. Dalam hubungan menolong antara terapis-klien, perlu diupayakan agar konsep diri seseorang mendekati realita atau mendekati *ideal self*. *Ideal self* merupakan sesuatu yang diinginkan atau dicita-citakan individu, namun keadaan ini umumnya tidak mudah diraih, karena kebanyakan manusia mempunyai ideal konsep yang perfek. Makin dekat *ideal self* dengan *self konsep* seseorang akan makin merasa bahagia, demikian sebaliknya, makin jauh *ideal self* dengan *self konsep*, seseorang tidak akan merasa bahagia.

Aspek-aspek Konsep Diri

Konsep diri meliputi berbagai aspek, Rakhmat (1998) menyebutkan bahwa dalam konsep diri mengandung dua faktor yaitu, faktor kognitif dan faktor afektif. Faktor kognitif disebut juga dengan citra diri (*self image*), sementara faktor afektif dikenal dengan harga diri (*self esteem*). *Self esteem*, menurut Abraham Maslow (Goble: 1994), merupakan kebutuhan manusia harus terpenuhi agar *self actualization*-nya terwujud. Kebutuhan ini lahir karena manusia sebagai makhluk sosial senantiasa memerlukan interaksi yang harmonis dengan orang lain, dalam berinteraksi itulah timbul kebutuhan akan harga diri. Terpenuhinya *self esteem* pada diri seseorang akan merangsang timbulnya sikap percaya diri, rasa kuat, rasa mampu, rasa berguna, sementara *self esteem* yang rendah menghasilkan sikap rendah diri, rasa tak pantas, rasa lemah, rasa tak mampu, rasa tak berguna yang menyebabkan yang bersangkutan dihantui kehampaan, keraguan dan keputusasaan dalam menghadapi hidup.

Coopersmith (Calhoun: 1990) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan sesuatu yang kompleks, dibentuk dari berbagai sumber pengalaman yang termanifestasikan dalam objek internal dan eksternal. Konsep diri mempunyai sifat multidimensional, dan perbedaan dimensi tersebut terletak pada keragaman pengalaman, atribut-atribut, kapasitas serta kedalaman proses abstraksi.

Sementara menurut Lokmono (1992) menyebutkan bahwa dalam konsep diri ada tiga unsur yang terkandung di dalamnya yaitu:

1. *Self image* (gambaran diri)

Citra diri adalah kesadaran diri dari mental dan karakteristik fisik seseorang. Gambaran diri ini sudah mulai terbentuk di dalam keluarga, sebab melalui orang tualah seorang anak mendapat citra dari orang tuanya. Lingkungan kedua yang membentuk adalah lingkungan sekolah. Sekolahlah tempat melanjutkan perkembangan gambaran diri seorang anak. Citra diri adalah titik mula untuk memahami harga diri.

2. *Ideal self*

Bertentangan dengan perkembangan gambaran diri, seorang anak akan mulai belajar bahwa, ada karakteristik ideal yang harus dicapai, yaitu petikan ideal dari perilaku dan ketrampilan khusus yang bernilai. Sama halnya dengan gambaran diri, prosesnya diawali dalam keluarga dan dilanjutkan ketika anak mulai sekolah.

3. *Self esteem*

Self esteem atau harga diri merupakan evaluasi individual dari kesenjangan antara gambaran dan diri ideal. Hal ini merupakan proses perasaan dan afeksi, dan merupakan ukuran dari penambahan keprihatinan individu terhadap kesenjangan itu. Kesenjangan ini dapat membuat seseorang menjadi cemas dan tegang hingga depresi ringan.

Konsep diri akan menentukan interpretasi pengamalan hidup kanak-kanak yang dipengaruhi oleh tingkat harga diri. Gallup (Ade: 1987), *self image* merupakan gambaran seseorang sederhana, misalnya saya adalah murid kelas VI, saya adalah anak pak Alfred. Sedangkan *self esteem* adalah penilaian diri seseorang secara lebih mendalam, misalnya saya murid yang mengalami kesulitan mengikuti pelajaran olah raga, tetapi saya pandai menyanyi dan bermain musik.

Konsep diri bisa dideskripsi dengan beberapa pernyataan, antara lain bisa dibedakan antara konsep diri yang positif dan konsep diri negatif. Bisa juga dikatakan mempunyai konsep diri rendah dan konsep tinggi. Konsep diri negatif ketika seseorang memandang dirinya secara negatif, seperti tidak menarik, tidak mampu, tidak cerdas, tidak tampan/cantik. Sementara konsep diri positif merupakan keadaan yang sebaliknya.

Proses Terbentuknya Konsep Diri

Tokoh *Social Learning Theory*, Albert Bandura mengatakan bahwa perilaku anak terbentuk melalui proses belajar dari lingkungannya (Fransen: 1975). Sepanjang perjalanan hidup anak selalu berinteraksi dengan lingkungan, karena itu besar pengaruh lingkungan terhadap diri anak. Dari waktu ke waktu anak akan mengidentifikasi dan menginternalisasi nilai-nilai yang ditanamkan lingkungan. Pentingnya pengaruh lingkungan terhadap pembentukan sikap mental anak juga terlihat dari teori yang dikemukakan Sigmund Freud dari aliran Psikoanalisa. Dari teorinya bisa dipetik pelajaran bahwa gaya pengasuhan di masa kanak-kanak akan menentukan kepribadian anak di masa mendatang (Baldwin: 1967). Keyakinan kita akan lebih mantap dengan ditegaskannya hadist nabi bahwa anak lahir dalam keadaan fitrah.

Demikian halnya dengan terbentuknya konsep diri, melalui proses belajar sejak masa kanak-kanak hingga dewasa serta interaksi yang terjadi saat itu akan membentuk konsep diri anak. Lingkungan, pengalaman dan pola asuh orang tua akan mewarnai kepribadian anak termasuk konsep dirinya. Sikap atau respon orang tua dan lingkungan akan menjadi bahan informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya. Oleh sebab itu, seringkali anak-anak yang tumbuh dan dibesarkan dalam pola asuh yang keliru dan negatif, atau pun lingkungan yang kurang mendukung, cenderung mempunyai konsep diri yang negatif. Hal ini disebabkan sikap orang tua yang misalnya: suka memukul, mengabaikan, kurang memperhatikan, melecehkan, menghina, bersikap tidak adil, tidak pernah memuji, suka marah-marah, dan sebagainya, dianggap sebagai hukuman akibat kekurangan, kesalahan atau pun kebodohan dirinya. Anak menilai dirinya berdasarkan apa yang dia alami dan dapatkan dari lingkungan. Jika lingkungan memberikan sikap yang baik dan positif, maka anak akan merasa dirinya cukup berharga sehingga tumbuhlah konsep diri yang positif.

Konsep diri mempunyai sifat yang dinamis, artinya tidak luput dari perubahan. Sejalan dengan dinamika kehidupan anak yang kadang penuh suka cita-kadang diwarnai hambatan dan kesulitan. Ada saat anak merasa bahagia-ada saat anak merasa putus asa. Ada saat anak merasa semangat ada saat anak merasa sangat tidak berdaya. Kondisi diri dan respon lingkungan atas keadaan anak akan berinteraksi menghasilkan makna tertentu dan berpengaruh ke dalam diri anak.

Karakteristik anak mengambil peran terhadap besar kecilnya pengaruh lingkungan terhadap diri anak. Respon lingkungan yang sama bisa dirasakan dengan cara yang berbeda oleh anak yang berbeda. Ada aspek-aspek yang bisa bertahan dalam jangka waktu tertentu, namun ada pula yang mudah sekali berubah sesuai dengan situasi sesaat. Ada seorang anak merasa menjadi sangat tidak berguna begitu tidak bisa meraih kejuaraan pada suatu lomba-karena selama ini dia selalui meraih kejuaraan. Namun hal yang sama bisa dirasakan oleh anak sebagai sesuatu yang biasa atau lumrah. Ada anak merasa menjadi anak bodoh begitu dia tidak diterima di

sekolah yang dicita-citakan. Sementara anak merasakan hal itu sebagai kejadian biasa dan tidak menghancurkan dirinya.

Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Rini (<http://aikesari.multiply.com>.) mengemukakan empat faktor yang mempengaruhi konsep diri seseorang yaitu: pola asuh orang tua, kegagalan, depresi dan kritik internal. Piers-Harris (Burns: 1993), menguraikan faktor pembentuk konsep diri dalam berbagai aspek. Enam aspek tersebut adalah *behaviour* (perilaku), *intellectual and school status* (status sekolah dan kondisi intelektual), *physical appearance and attributes* (atribut dan penampilan fisik), *anxiety* (kecemasan), *popularity* (popularitas) dan *happiness and satisfaction* (kepuasan dan kegembiraan).

Tulisan ini akan memberi tekakan pada pola asuh orang tua sebagai faktor pembentuk konsep diri sejalan dengan judul yang ditawarkan, tanpa mengesamping faktor lain.

1. Kegagalan

Kegagalan yang terus menerus dialami seringkali menimbulkan pertanyaan kepada diri sendiri dan berakhir dengan kesimpulan bahwa semua penyebabnya terletak pada kelemahan diri. Kegagalan membuat orang merasa dirinya tidak berguna.

2. Depresi

Orang yang sedang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negatif dalam memandang dan merespon segala sesuatunya, termasuk menilai diri sendiri. Segala situasi atau stimulus yang netral akan dipersepsi secara negatif. Misalnya, tidak diundang ke sebuah pesta, maka berpikir bahwa karena saya “miskin” maka saya tidak pantas diundang. Orang yang depresi sulit melihat apakah dirinya mampu *survive* menjalani kehidupan selanjutnya. Orang yang depresi akan menjadi super sensitif dan cenderung mudah tersinggung atau “termakan” ucapan orang.

3. Kritik internal

Mengkritik diri sendiri memang dibutuhkan untuk menyadarkan seseorang akan perbuatan yang telah dilakukan. Kritik terhadap diri sendiri sering berfungsi menjadi regulator atau rambu-rambu dalam bertindak dan berperilaku agar keberadaan kita diterima oleh masyarakat dan dapat beradaptasi dengan baik. Namun mengkritik diri terus menerus menyebabkan diri sendiri mempunyai banyak kesalahan, tidak berdaya dan tidak berguna.

4. Pola asuh orang tua

Faktor-faktor yang sudah di bahas sebelumnya sebagai faktor pembentuk konsep diri sebenarnya hanyalah merupakan faktor penyerta, merupakan faktor akibat dari pola pengasuhan dalam keluarga. Sumber utama dan pertama yang membentuk konsep diri adalah gaya pengasuhan keluarga, karena sejak kelahirannya hingga perkembangan berikut anak berada dalam pengasuhan keluarga, anak berinteraksi dan memperoleh nilai-nilai hidup dari keluarga. Bila keluarga menanamkan kegagalan sebagai sesuatu yang wajar dalam hidup, maka anak akan mudah bangkit, namun bila keluarga memandang kegagalan sebagai perbuatan tercela, sebagai aib keluarga, maka anak akan menyalahkan diri dan merasa tidak berguna ketika gagal. Demikian juga dengan depresi dan kritik internal, anak mudah menjadi menjadi depresi atau tahan banting, suka mengkritik diri atau tidak, tergantung bagaimana keluarga menanamkannya.

Pola asuh orang tua seperti sudah diuraikan di atas, turut menjadi faktor signifikan dalam mempengaruhi konsep diri. Sikap positif orang tua yang terbaca oleh anak, akan menumbuhkan konsep dan pemikiran yang positif serta sikap menghargai diri sendiri. Sikap negatif orang tua akan mengundang pertanyaan pada anak, dan menimbulkan asumsi bahwa dirinya tidak cukup berharga untuk dikasihi, untuk disayangi dan dihargai; dan semua itu akibat kekurangan yang ada padanya sehingga orang tua tidak sayang.

Di usia kanak-kanak, sebagai wujud perkembangan dirinya, wajar bila pernah berperilaku nakal, bandel, tidak patuh, memberontak dan susah diatur hingga menjengkelkan orang lain. Intenitas kenakalan anak berbeda satu sama lain, karena itu dirasakan oleh orang tua dengan cara yang berbeda pula. Ada orang tua merasa kewalahan mengatasi kenakalan anak, bahkan ada yang merasa putus asa, namun ada orang tua menikmatinya sebagai seni mendidik, atau menganggap sebagai tantangan yang harus diatasi.

Masih banyak orang tua yang mempersepsi *salah* terhadap kenakalan anak, padahal cara pandang terhadap kenakalan anak berpengaruh pada strategi pengasuhannya. Bila anak memberontak dianggap sebagai perlawanan terhadap orang tua, atau sebagai bentuk pelanggaran norma, biasanya perlakuan orang tua cenderung otoriter, menghukum, menghakimi, menvonis dengan label negatif. Bila anak nakal dianggap manifestasi gejala psikologis yang wajar, maka orang tua atau guru berusaha menemukan langkah bijaksana untuk mengatasinya. Pandangan yang terakhir ini akan melahirkan pola pengasuhan yang penuh pemahaman, kehangatan dan manusiawi sesuai kelebihan dan kelemahan yang anak miliki.

Saat ini masih banyak orang tua mengeluhkan kenakalan yang dilakukan anaknya, seperti tidak mau belajar dan ngaji, lebih banyak nonton TV, banyak main dengan teman dan tidak mau segera pulang, bermain dengan air atau tanah becek, susah disuruh mandi dan gosok gigi dengan tertib, sering membantah anjuran orang tua. Dalam keadaan demikian, adakalanya sudah tidak tersedia kesabaran lagi pada

orang tua. Paksaan dan kekerasan bahkan hukuman lebih sering diambil sebagai jalan pintas mengatasi hal tersebut. Perintah dan paksaan membuat anak tidak berdaya, anak merasa tidak memiliki kekuatan apa-apa karena semua di tangan orang tua atau guru. Hal ini merupakan benih hancurnya konsep diri anak.

Gaya Pengasuhan yang Membentuk Konsep Diri Positif

Gaya pengasuhan mengambil peran sentral terhadap pembentukan kepribadian anak (Lauren & Barbara: 2003). Keluarga sebagai pendidikan yang pertama dan utama bukan merupakan sesuatu yang diragukan. Pengaruh globalisasi yang ditandai dengan maraknya media elektronik dan komunikasi yang makin canggih, saat ini sangat dikawatirkan banyak pihak. Namun pendampingan orang terhadap anak yang intens mampu membentengi anak dari berbagai dampak negatif yang mungkin terjadi. Hal yang sama dengan gaya pengasuhan orang tua, menjadi kunci pengendali terbentuknya kepribadian anak termasuk terbentuknya konsep diri positif pada anak.

Gaya pengasuhan yang perlu dikembangkan adalah mengasuh dengan ilmu, mendidik dengan cinta, mengatur dengan kehangatan. Gaya pengasuhan semacam itu bisa diperinci secara konkrit melalui perilaku berikut:

1. Memahami perkembangan anak

Nakal, bandel, tidak menurut dan perilaku memberontak lain bisa timbul sebagai wujud perkembangan anak menuju kedewasaan, sebagai persiapan ke arah perkembangan berikut yang lebih kompleks dan menantang. Karena itu kenakalan merupakan gejala wajar yang bisa terjadi pada setiap anak terutama anak yang berada pada masa transisi. Kenakalan dan pemberontakan merupakan bentuk munculnya ego anak, timbulnya perasaan *mampu* dan *bisa* dalam diri anak, serta sebagai wujud keinginan untuk melepaskan diri dari otoritas orang tua.

Bandel, nakal dan tidak menurut sebenarnya merupakan gejala wajar yang bisa terjadi pada semua orang, termasuk orang dewasa. Perilaku tersebut muncul sebagai bentuk ekspresi dari ketidaksukaan atau ketidaknyaman, timbul ketika kondisi psikologis seseorang berada dalam keadaan tidak aman, terancam, galau, cemas tanpa sebab, terusik tertekan dan kondisi tak menyenangkan lainnya. Pada orang dewasa kondisi demikian bisa membuatnya marah, mengeluarkan kata-kata kasar, atau pasif tidak mau melakukan apa (mogok beraktivitas).

Sigmund Freud, tokoh psikoanalisa mengatakan bahwa dalam diri manusia terdapat *defence mechanism*, yaitu sistem pertahanan diri yang berfungsi mempertahankan kondisi diri agar terbebas dari ancaman. Ketika seseorang dalam keadaan terancam, secara mekanis akan membentuk pertahanan hingga diri menjadi aman kembali, bebas dari ancaman (Freud: 1984).

Salah cara anak mempertahankan dirinya adalah dengan kompensasi, mencari kambing hitam atas kekurangan diri (Freud: 1984), kemudian termanifestasikan dengan bersikap tidak menurut, memberontak, tidak mau diatur, menyalahkan orang atau benda lain dan ingin lepas dari dominasi orang tua atau orang dewasa lain. Dengan kata lain, anak bersikap tidak menurut, susah diatur, memberontak dan perilaku menentang lainnya karena anak merasa tidak aman, karena anak merasa dipojokkan atau merasa terancam keberadaannya sebagai dirinya sendiri.

Karakteristik anak yang lain adalah mempunyai daya fantasi dan daya imitasi yang kuat. Dua sifat khas ini membuat anak menjadi peniru ulung (Hurlock: 1985). Anak mencontoh apa yang didengar dan lihat dari sekitarnya. Karena anak adalah peniru ulung, maka sangat mungkin orang tua terheran-heran dengan perilaku anak yang aneh-aneh, yang diluar dugaan orang tua, bahkan orang tua tidak mengetahui dari mana mendapatkannya. Berkaitan dengan daya imitasi yang kuat tersebut, pengaruh mas media terutama televise menjadi sangat penting bagi pembentukan perilaku anak. Anak adalah bagian dari dunia yang tidak bisa lepas dari pengaruh globalisasi dan era informasi. Segala yang ada bisa dilihat dan didengar anak dan masuk dalam memorinya. Itulah sebabnya pendampingan orang tua diperlukan agar anak dapat menyaring mana yang baik dan mana yang harus disingkirkan.

Usia anak mempunyai daya fantasi yang hebat, semuanya serba mungkin dan bisa terjadi menurut cara pandang anak. Daya fantasi yang kuat disatu sisi menguntungkan perkembangan kreativitas anak, disisi lain bisa menjadi sumber terjadinya bahaya termasuk kebohongan. Kemampuan berfantasi membuat anak mencoba banyak hal serta melakukan berbagai kegiatan. Wujud daya fantasi anak akan menguntungkan perkembangan intelektualnya. Anak bisa mengatakan “Tadi bibi datang membawa kue-terus kuenya dimakan kucing” padahal sebenarnya bibinya tidak datang. Kebohongan anak ini terjadi karena anak dikuasai daya fantasinya. Ada juga anak yang melompat dari gedung lantai empat karena dia menirukan *action* tokoh badman ketika terbang.

Walau begitu, fantasi anak sangat menguntungkan perkembangan kognitifnya. Ketika anak berfantasi membuat gedung tinggi-maka akal nya akan bergerak bagaimana cara agar gedung tinggi bisa dibuat-imajinasinya juga menari-nari, seperti apa gedung yang tinggi tersebut. Demikian juga ketika anak menimbang guling bagai seorang bayi, kemampuan intelektual anak terus bekerja. Bagaimana cara menggendong-apa saja yang dikatakan ibu pada bayi-dimana adik bayi harus tidur, bagaimana cara memberi makan bayi-makanan apa saja yang diberikan-apa yang harus dilakukan bila nangis-ngompol dan sebagainya. Semua pertanyaan memerlukan jawaban. Makin sering anak bertanya-makin bekerja otaknya. Makin sering anak menjawab dan melakukan, makin berkembang inteligensinya.

Sejalan dengan daya fantasi dan imitasi yang kuat, dorongan untuk bereksperimen juga makin kuat. Itulah sebabnya salah satu sifat khas anak adalah mempunyai daya eksperimen yang tinggi. Hal ini diwujudkan dalam berbagai perilaku ingin mencoba (mencoba memanjat tangga-mengiris sayur-mencoba membuat api-mencoba membongkar sepeda), keinginan untuk membongkar-merusak barang atau permainan yang dimiliki. Anak menjadi kelihatan dinamis, banyak gerak-banyak aktivitas dan terkesan tidak mau diam. Anak cenderung ingin melakukan banyak hal, cenderung ingin mencoba berbagai kegiatan yang dilakukan orang dewasa. Adakalanya orang tua menyikapi hal demikian dengan cara yang kurang bijaksana.

Sifat khas anak yang lain adalah memiliki emosi yang labil (Monks: 1992). Adakalanya anak marah tanpa sebab, namun setelah itu anak bisa tertawa riang. Emosi anak bisa berubah-ubah dalam jangka waktu yang singkat. Emosi anak juga bisa meledak-ledak tanpa bisa diprediksi, baik emosi negatif maupun positif.

Orang tua bisa bersikap leboh bijaksana dengan memaklumi berbagai karakteristik anak tersebut. Dengan pemahaman yang mendalam terhadap sifat-sifat anak, akan membuat kita berperilaku lebih adil, akan memandang anak dari sudut pandang anak bukan sudut pandang orang tua.

2. Mengembangkan Fitrah Anak

Pertanyaan mendasar yang perlu dicermati dari fenomena yang banyak terjadi pada anak-anak kita adalah. Siapa yang membuat anak tidak aman atau terancam? Siapakah yang membuat anak jadi nakal, siapa yang membuat anak menjadi pemalu-penakut-pendiam-pemalas?

Mari kita ingat kembali bagaimana keadaan anak-anak kita ketika baru lahir. Bayi kita saat itu begitu polos-suci dan bersih. Bayi kita baru bisa tersenyum ketika senang, dan menangis bila tidak senang (karena lapar-harus atau basah). Bayi kita tidak nakal, tidak bandel, tidak pemalu-tidak penakut dan tidak pemalas. Anak yang baru lahir tidak memiliki rasa takut disuntik, tidak takut walau ada ular disampingnya, tidak takut cecak, tidak takut guru tertentu, tidak malas belajar, tidak bisa berkata kasar. Anak lahir dalam keadaan fitrah, demikian hadist nabi menyebutkan. Anak tidak mempunyai sifat iri-dengki, tidak jorok dan malas belajar, dan bukan pembangkang.

Lingkungan, orang tua dan guru adalah orang pertama yang membuat anak demikian, yang membuat anak merasa tidak aman dan terancam. Orang tua pulalah yang bisa membuat anak merasa aman dan bebas dari tekanan serta yang mampu membuat anak mengaktualisasikan dirinya. Orang tua sebagai pendidik pertama dan

utama mengambil peran sentral terhadap pembentukan perilaku anak. Seperti halnya teori *tabularasa* mengatakan bahwa anak lahir seperti kertas putih, lingkungan pendidikanlah yang akan meneteskan tinta hingga terbentuk tulisan dengan tinta emas yang enak dibaca atau tercetak tulisan dengan tinta yang berceceran hingga orang enggan membacanya. Sekali lagi tergantung lingkungan (orang tua). Tokoh behavioris JB. Watson, pernah sesumbar : “ *Berikan saya seribu bayi, maka saya akan menjadikan mereka seperti apa yang Anda mau*” (Bell: 1991)

Belajar dari semua itu, betapa besar andil orang tua terhadap pembentukan perilaku anak yang nampak saat ini. Anak nakal, bandel, malas belajar, berkata kasar, memberontak, bukan anak yang harus dipojokkan, itu bukan merupakan kesalahannya. Anak adalah korban dari perlakuan orang lain khususnya orang tua. Anak merupakan korban dari ego orang tua, yang banyak menuntut, yang mengharapkan anaknya jadi juara, yang mengharapkan anaknya serba bisa, namun tidak pernah memahami perasaan anak yang sebenarnya, tidak pernah mendengar keinginan-keinginannya. Orang tua sering memaksakan kehendak dengan senjata pemungkasnya “ *Pokoknya “ (pokoknya kamu harus ikut, pokoknya harus sekolah, pokoknya harus les, pokoknya.... pokoknya lain.*

Fitrah anak tidak hanya lahir dalam keadaan suci, namun anak adalah calon kalifah di dunia. Untuk itu Allah telah mempersiapkannya dengan bekal kemampuan yang paling sempurna. Allah ciptakan anak sesempurna ciptaannya. Allah membekali anak dengan kemampuan yang tidak dimiliki oleh makhluk Allah lain yaitu **otak** dengan segala kecerdasannya (Rakhmat: 2007). Dengan otaknya, kita bisa mengembangkan *kecerdasan intelektualnya*-melalui otak pula kita bisa memupuk *kecerdasan emosinya*-dan dari otaknya pula kita bisa membentuk *kecerdasan spiritualnya*. Tiga kekuatan besar merupakan rahmat Allah yang bisa dioptimalkan agar anak bisa menaklukkan dunia.

3. Mendorong Anak Melakukan Banyak Aktivitas

Makin banyak aktivitas yang dilakukan anak, makin mendukung terbentuknya konsep diri positif pada anak. Banyaknya aktivitas yang dilakukan membuka kesempatan anak untuk mencoba, mengalami dan melakukan. Tidak hanya itu, makin banyak gerakan yang dilakukan seperti olah raga akan merangsang pertumbuhan otak, sehingga anak menjadi makin cerdas (Rakhmat: 2007). Dengan cara ini anak akan mempunyai banyak pengalaman baik pengamalan yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan. Setiap pengalaman menjadi momen yang berarti bagi perkembangan anak. Banyaknya aktivitas yang diikuti anak memberikan peluang terbentuknya rasa percaya diri, dan rasa percaya diri merupakan modal terbentuknya konsep diri positif. Tugas orang tua adalah menciptakan banyak aktivitas yang bisa dilakukan anak serta mendorong anak

untuk melakukannya. Orang tua bisa mendorong anak untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, atau les untuk pengembangan bakat (musik/vocal, bahasa Inggris, tenis, kaligrafi) sesuai minat anak. Orang tua bisa mengajak anak olah raga bersama, naik sepeda, berkebun, membuat kerajinan tertentu, atau melibatkan anak dalam pekerjaan rumah tangga (membetulkan pintu, mencuci motor/mobil, menanam pohon, membuat kaligrafi, membuat pigura, merapikan rumah). Ketika pekerjaan selesai dan bisa dinikmati, akan timbul rasa bangga terhadap apa yang telah dikerjakan. Kebanggaan terhadap diri merupakan modal terbentuknya konsep diri positif.

3. Menghukum Tanpa Emosi

Kemarahan, perkataan emosional atau memaksa anak melakukan perbuatan tertentu merupakan jurus yang sering dilakukan orang tua mengatasi anak nakal. Demikian juga bila anak tidak menuruti perintah orang tua, melanggar aturan, tidak disiplin dan sebagainya, umumnya hukuman digunakan sebagai senjata pemungkas. Apakah dengan cara ini anak menjadi baik, penurut dan tidak mengulang perbuatannya. Hukuman yang tidak disampaikan dengan cara bijak akan menimbulkan kebencian anak kepada orang tua bahkan menghancurkan harga diri anak. Cara itu justru makin membuat anak tidak menuruti, anak makin nakal dan bandel. Konflik antara orang tua dan anak yang makin sering terjadi, membuat jurang pemisah antara anak dengan tua makin dalam. Dalam kondisi demikian, timbul persepsi dalam diri anak, orang tua bukan lagi idola baginya, bukan lagi teladan yang perlu diikuti perkataan dan perbuatannya. Bahkan anak bisa mengatakan ayah/ibu tidak lagi sayang padanya.

Uraian di atas bukan berarti mengarahkan orang tua agar tidak menghukum anaknya yang nakal, tidak, disiplin, tidak, taat, melanggar kesepakatan bersama. Perilaku menentang atau melanggar kesepakatan bersama sebaiknya diberi hukuman untuk menegakkan kedisiplinan, namun kini saatnya orang tua beralih pada metode menghukum. Zaman dulu, orang tua termasuk guru masih banyak yang menerapkan hukuman fisik, saat inipun tak jarang guru menghukum muridnya dengan lari lapangan lima kali, *push-up*, dan membersihkan kamar mandi. Itu merupakan hukuman fisik yang seharusnya dihindarkan. Ketika menghukum umumnya diiringi dengan berbagai cacian yang menyudutkan anak sebagai luapan kekesalan karena anak tidak menuruti. Cacian dan perkataan yang menjelek-jelekkan anak hanya akan menghancurkan harga diri anak, hanya akan membuat anak makin tidak berdaya, sementara perilaku anak belum tentu berubah. Kini saatnya memberikan hukuman dengan penuh cinta dan tanpa emosi. Bahkan orang tua bisa memusyawarahkan bentuk hukuman apa yang diinginkan anak. Sebelumnya tentu orang tua bersama anak membicarakan perbuatan apa saja yang dikatakan melanggar hingga perlu dihukum, kemudian tentukan bentuk hukuman

yang tepat yang dirasakan anak sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan. Sampaikan dengan cara yang sesuai dengan tingkat usia anak. Bila anak masih bingung menentukan bentuk hukuman, orang tua bisa memberikan alternatif, misalnya, bila anak tidak sholat sebanyak lima kali sehari, maka hukumannya tidak nonton film kartun atau uang jajannya dikurangi.

4. Mengkritik dengan Santun

Anak melakukan kesalahan itu hal yang wajar, sebagaimana orang tua juga pernah melakukan kesalahan. Anak mengerjakan sesuatu kurang baik, kurang sempurna itu juga wajar karena anak sedang pada proses belajar. Yang tidak wajar adalah sikap orang tua yang menyalahkan atau mencemooh hasil dari apa yang telah dikerjakan anak. Cara menyikapi pekerjaan anak yang tidak sempurna dan cara menyikapi kesalahan yang dilakukan anak, merupakan titik sentral terbentuknya harga diri anak. Memberi tahu anak tentang kesalahannya, menunjukkan kepada anak tentang hasil yang baik dan yang tidak, merupakan kewajiban orang tua, tetapi memberikan kritikan yang tajam dan pedas akan sangat menyakitkan dan menghancurkan kepercayaan pada dirinya. Anak yang terlalu sering dikritik, dicela, dicemooh, karena hal-hal yang dilakukan belum benar-belum baik, atau dibanding-bandingkan dengan anak lain, secara perlahan anak mengatakan pada diri sendiri bahwa dia tidak bisa, tidak mampu, bahkan tidak berguna. Anak bisa menjadi diri yang tidak berharga. Bila hal ini terus-menerus terjadi pada anak, bisa dipastikan konsep diri yang negatiflah yang akan terbentuk (Lauren & Barbara: 2003).

Mengatakan pekerjaannya belum tepat akan lebih baik dari pada berkata pekerjaan anak jelek, mengatakan bagus tetapi perlu disempurnakan, bagus tetapi perlu diganti warna, atau ditambahkan sesuatu, juga lebih baik dari pada mengatakan norak, nilainya nanti pasti 5, kamu bodoh gitu saja tidak bisa. Orang tua adakalanya tidak menyadari bahwa ucapannya telah melukai anak, walau itu merupakan ucapan kecil. Ada baiknya orang tua tetap membesarkan hati anak, apapun hasil yang telah diraih. Dengan cara ini anak akan merasa nyaman dengan apa yang telah dilakukan.

5. Memusatkan pada Perilaku bukan Pelaku

Anak merupakan pribadi yang sedang tumbuh dan berkembang, karenanya akan selalu mencoba melakukan hal baru (Gunarsa: 1995). Sebagai pribadi yang sedang belajar, sangat mungkin melakukan perilaku yang menurut orang tua tidak benar (walau sebenarnya anak tidak bermaksud demikian). Misalnya, ketika anak loncat-loncat di atas sofa, mungkin orang tua akan mengatakan anak nakal, sofa bagus-bagus kok diinjak-injak, bisa rusak. Bagi anak, sama sekali tidak bermaksud mau merusakkan sofa, anak sedang menguji kemampuannya, atau barangkali anak merasa sedang olah raga. Demikian juga ketika anak bermain dengan perabot

ibunya hingga rumah menjadi berantakan, anak sama sekali tidak merasa sedang membuat kotor rumah, tidak merasa nakal atau merepotkan ibu. Walau ibu bisa merasa kesal pulang kerja rumah berantakan, perabot dapur kotor semua, apalagi tidak ada pembantu. Emosi-marah biasanya muncul tanpa bisa dikontrol. Kata-kata “ anak nakal, bodoh, rumah dibuat berantakan “ bisa meluncur dengan entengnya dari mulut ibu. Cara ini sangat tidak tepat karena anak pada dasarnya tidak sedang melakukan kenakalan, anak kadang menjawab “aku tidak nakal-aku mau membantu membersihkan, mengatur dapur”.

Bila orang tua akan memberitahu anak bahwa yang dilakukan tidak benar, lebih baik pusatkan pada perilakunya bukan pada pelakunya (Paul: 2008). Mengarahkan pada pelaku perbuatan akan menyinggung anak sebagai pribadi. Pusatkan saja pada apa yang dilakukan atau perilakunya. Cara ini lebih objektif, mudah dilihat dan diterima. Pada kasus di atas, orang tua bisa mengatakan :”Jangan loncat-loncat di sofa ya..sofanya bisa rusak” dari pada mengatakan nakal-tidak bisa diam. Memberikan komentar dengan memusatkan pada pribadi anak bisa melukai perasaan, menghancurkan harga diri, pada akhirnya membentuk konsep diri negatif.

Hal yang sama bisa terjadi pada anak yang lebih besar, usia SD/SMP. Banyak perilaku menantang yang dilakukan hanya untuk menguji kemampuannya. Sekali lagi anak berada dalam proses **bertumbuh** dan **berkembang**, anak berada pada fase **belajar**, tanpa mencoba sesuatu yang baru, proses belajar tidak akan pernah terjadi. Makin banyak mencoba-makin banyak pengalaman yang didapat. Ketika mencoba hal baru inilah yang adakalanya membuat cemas orang tua karena sebelumnya anak belum pernah melakukannya.

6. Bangun Komunikasi yang Efektif

Bagi anak, orang tua adalah segalanya. Tempat mengadu, tempat berlindung, tempat berkeluh kesah, tempat mencurahkan berbagai perasaan yang dialami termasuk tempat meluapkan emosi ketika dia marah dengan orang lain (Paul: 2008). Anak mengharapkan orang tua bisa berperan sebagai tempat kembali ketika sedang gundah. Adakalanya anak pulang sekolah marah tanpa sebab yang jelas, hal itu sangat mungkin terjadi dan perlu dipahami karena banyak kejadian di sekolah yang bisa mengganggu emosinya, yang telah membuatnya kecewa atau marah.

Tidak hanya itu, orang tua juga tempat meluapkan kegembiraan dan kebanggaan tentang apa yang telah dikerjakan, merupakan tempat unjuk kemampuan bagi anak, tempat memamerkan segala kemampuannya. Ketika anak dipuji guru, ketika anak juara lari di kelas, ketika diminta maju ke depan dan mendapat sambutan hangat dari teman-teman, ketika berhasil menggambar dengan

bagus, ketika anak ditunjuk membaca tilawah pada acara sekolah, semua itu merupakan kebanggaan bagi anak yang perlu direspon positif. .

Walau begitu, masih banyak *sikap* orang tua yang kurang mendukung terbentuknya konsep diri positif pada anak. Orang tua banyak yang memberikan respon negatif, memaki, membentak ketika anak pulang sekolah sambil marah-marah atau uring-uringan. Orang tua kadang juga marah ketika melihat anaknya (yang sudah besar) pulang dengan muka cemberut, langsung tidur tanpa melepas seragam sekolah, atau dengan melempar tas sekolah. Gaya orang tua yang demikian merupakan *gaya normatif*, yang memandang perilaku anak dari sisi etika, benar atau tidak, sopan atau tidak, tanpa melihat lebih jauh apa sebenarnya yang terjadi pada anak.

Bila orang tua bukan lagi teman yang nyaman bagi anak, maka kehancuran hidup anak sudah diujung tanduk. Semua perlu maklum, bahwa anak adalah pribadi yang mempunyai kebutuhan dan keinginan sendiri, mempunyai teman dan lingkungan tidak hanya dalam keluarga. Bisa saja anak mempunyai masalah dengan teman atau guru di sekolah hingga di rumah merasa suntuk, tiba-tiba uringan tidak jelas penyebabnya. Anak juga bisa galau dan tertekan dengan tugas sekolah atau tata tertib, kedisiplinan yang diterapkan sekolah. Masa transisi yang dialami akan membuat anak merasa gelisah, galau, bingung, '*betek*' bahasa gaulnya, serta cemas, tidak tahu mengapa dan apa yang harus dilakukan. Gejala tersebut bisa memicu timbulnya perilaku nakal seperti: marah, uring-uringan, serba salah, dan mudah tersinggung.

Kasih sayang dan kehangatan merupakan terapi terbaik bagi anak. Membangun komunikasi yang efektif dan berkualitas sangat penting agar orang tua bisa meningkatkan perannya sebagai tempat kembali bagi anak yang sedang gundah dan tempat meluapkan kegembiraan akan kemampuannya. Banyak orang tua *merasa* telah melakukan komunikasi dengan anak, barangkali ini benar, tetapi belum tentu merupakan komunikasi yang efektif dan berkualitas. Komunikasi yang efektif bukan diukur dari banyaknya waktu yang digunakan orang tua bersama anak, namun kualitas dari komunikasi itu sendiri. Menjawab sambil lalu, atau memberikan komentar apa adanya, tanpa menunjukkan perhatian, tanpa memandang anak, bahkan sambil tetap melakukan aktivitas semula (seperti membaca koran, memasak, seterika) merupakan ciri komunikasi yang kurang berkualitas. Bukan jawaban yang diharapkan anak, melainkan perhatian dari orang tua. Orang tua jangan sampai *sekedar* '*mendengar*' apa yang dikatakan anak namun harus '*mendengarkan*', bahkan orang tua harus mampu menjadi pendengar yang setia agar tumbuh harga diri anak.

7. Ubah Pandangan ketika Anak Melakukan Kesalahan

Hukum umum yang terjadi, pada saat kita berada dalam posisi sebagai observer, akan menilai subjek atau pelaku secara negatif, namun ketika seseorang dalam posisi sebagai subjek atau pelaku, akan menempatkan observe secara negatif (Walgito: 1987). Pada saat orang tua melihat anaknya memecahkan gelas, anak yang disalahkan, namun ketika orang tua memecahkan gelas, anak juga yang disalahkan karena meletakkan gelas tidak benar. Anak memang adakalanya dijadikan sebagai sumber kesalahan, anak akan menjadi korban selamanya dari sikap orang tua.

Saatnya orang tua merubah sikap dan pandangan terhadap kesalahan yang dilakukan anak. Manusia tidak bisa lepas dari kesalahan, demikian juga dengan anak yang berada dalam proses belajar untuk menjadi diri sendiri (Monk: 1992). Proses pendidikan dan proses belajar berlangsung secara terus menerus, selama itu pula akan terjadi perbaikan dari proses belajar satu ke proses belajar berikutnya. Menyikapi kegagalan dan kesalahan dengan bijak merupakan upaya jitu mengembangkan konsep diri positif pada anak. Vonis negatif terhadap anak seperti “*kamu bodoh, kamu nakal, kamu malas*” harus ditinggalkan

Anak tetap mempunyai hak untuk menyandang predikat sebagai “anak baik”, anak pintar”, “anak sholeh” atau “anak hebat”, walau anak melakukan kesalahan, walau anak tidak menurut orang tua, walau anak lupa tidak gosok gigi, lupa tidak sholat. Artinya jangan orang tua pelit untuk mengucapkan kata-kata tersebut (kamu pintar, kamu hebat) pada anak. Menyikapi anak yang lupa menggosok gigi, orang tua tidak perlu mengatakan “dasar anak malas, disuruh gosok gigi tidak mau”. Orang tua bisa menggantinya dengan : “ Anak ibu yang rajin...hari ini belum gosok khan “. Demikian juga ketika anak lupa sholat, anak tetap mempunyai hak untuk mendapat julukan sebagai anak sholeh. Orang tua bisa mengatakan : “ Anak sholeh...ayo sholat dulu... sudah ditunggu malaikat lho...”

8. Realistis-Tidak Menuntut Terlalu Tinggi

Menuntut terlalu tinggi membuat anak merasa terbebani, bila tidak terwujud anak bisa merasa tidak berguna dan tidak mempunyai harga diri. Kalimat “kamu harus menang, kamu harus juara, kamu harus sukses seperti ibu/bapak, kamu harus ini..... kamu harus itu.... merupakan tuntutan yang berlebihan yang belum tentu sepadan dengan kemampuan anak. Menanamkan cita-cita setinggi langit itu ada baiknya, tetapi bukan dengan membebani anak hingga anak berjuang di luar batas kemampuan. Tuntutan orang tua berlebihan menimbulkan kecemasan untuk gagal, karena bila gagal tentu akan mengecewakan orang tua. Kecemasan dalam melaksanakan pekerjaan tidak akan mendukung keberhasilan pekerjaan tersebut (Le Fanu: 2006) . Kecemasan ketika ujian membuat anak kehilangan konsentrasi, kecemasan mengikuti lomba, bisa membuat anak grogi , kecemasan saat berpidato

bisa membuat pengucapan anak gemetar. Akhirnya semua harapan bisa terpuruk hanya karena orang tua menuntut terlalu tinggi.

Berpikir realistis sesuai kondisi anak serta menerima anak apa adanya dengan segala kelebihan dan kekurangannya membuat anak nyaman melakukan apa saja. Ketika anak nyaman beraktifitas, akan mendorongnya untuk berani mencoba walau pernah gagal. Bila ini terwujud, kegagalan bisa dirasakan sebagai cambuk bukan merupakan sesuatu yang harus ditakuti.

9. Hargai Sekecil Apapun Usahanya

Menunjukkan penghargaan terhadap usaha anak walau kecil akan mendorong anak menerima diridan percaya akan kemampuannya. Setiap usaha yang dilakukan anak merupakan bentuk perjuangan, merupakan ekspresi dari segala kemampuan yang dimiliki, karenanya tidak tepat orang tua mengecilkan arti dari perjuangan anak. Sekecil apapun yang dilakukan, bagi anak itu merupakan kerja keras, merupakan usaha serta bentuk kesungguhan untuk mempertahankan diri, usaha untuk mengembangkan dan menguji kemampuan yang dimiliki. Bila ketika anak menguji kemampuannya tersebut mendapat respon negatif, mendapat celaan dan ejekan, maka anak menilai hasil jerih payah dan usahanya secara negatif, anak merasa tidak mampu melakukan, sebaliknya, bila anak ketika anak menguji kemampuannya mendapatkan penilaian yang positif, maka anak akan makin banyak mencoba hal baru, melakukan dan selalu menguji kemampuannya.

Tunjukkan Kelebihan dan Kekuatannya

Ada saat anak-anak tidak mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan sesuatu (mengikuti lomba, mengikuti ujian, tampil di depan umum, mencari teman baru), anak juga bisa dihinggapi rasa semas, takut akan kegagalan. Barangkali juga anak merasa malu untuk bergaul didepan banyak orang, kurang PD atau minder. Dalam keadaan demikian, anak merasa tidak percaya akan kemampuannya, anak merasa khawatir akan kegagalan yang bakal dihadapinya. Ketika anak mengalami hal semacam ini, ada cara yang tepat dilakukan orang tua ataupun guru, yaitu gali kelebihan dan kekuatan yang dimiliki anak, atau prestasi yang pernah dicapai walau itu di masa lampau, walau prestasainya itu sangat kecil. Tunjukkan hal tersebut hingga anak memahami kekuatannya. Sambil menunjukkan kelebihan dan kekuatan yang dimiliki, saat itu juga tumbuhkan keyakinan dirinya bahwa anak mampu dan bisa, bahwa tidak akan terjadi hal buruk padanya. Bisa juga dengan mengatakan bahwa banyak orang mengalami hal yang sama (cemas, khawatir) termasuk orang-orang yang jadi juara-termasuk orang-orang terkenal. Kekawatiran merupakan hal yang wajar tetapi jangan sampai menghambat untuk melakukan sesuatu. Kuatkan keyakinan anak dengan mengatakan bahwa orang tua selalu berada dipihak anak apapun yang terjadi, walau anak gagal sekalipun.

Kelebihan, prestasi, dan kekuatan tidak harus yang luar biasa, seperti juara satu lomba catur, juara satu lomba karya ilmiah, karena momen seperti ini tidak selalu dialami anak. Cukup peristiwa ringan yang membuat anak bangga akan dirinya, seperti pernah dilibatkan sebagai kelompok paduan suara, pernah menemani guru membaca tilawah hingga peristiwa ringan seperti saat guru memuji karena pekerjaannya selesai paling cepat, ketika teman-teman kagum karena gambarnya paling unik, atau saat dia berhasil meleraikan perkelaian dan teman mengerumuninya sebagai tanda *salut*. Berbagai peristiwa walau kecil atau sepele namun bila membanggakan bagi anak, akan menjadi suplemen tumbuhnya rasa percaya diri pada anak.

Kesimpulan

Akhir dari uraian ini, hanya satu yang bisa digarisbawahi bahwa anak lahir dalam keadaan fitrah, anak adalah anamah Allah yang harus dijaga dengan baik, setiap tetes kasih orang tua merupakan benih yang akan dipetik nanti, karena anak sholeh merupakan amal jariah bagi orang tuanya. Setiap orang akan memetik buah dari apa yang telah ditanam.

Daftar Pustaka

- Baldwin, Alfred L. 1967. *Theories of Child Development*. John Wiley & Sons Inc: New York, London, Sydney.
- Bell, G. & Margaret E. 1991. *Belajar dan Membelajarkan*. Jakarta: Rajawali dan Pusat antar Universitas Terbuka.
- Burns, RB. 1993. *Konsep Diri : Teori Pengukuran, Perhubungan, Perkembangan dan Perilaku*. Alih bahasa Edy. Jakarta: Arcan.
- Calhoun. 1990. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Alih bahasa Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press.
- De Clerq, Linda. 1994. *Tingkah Laku Abnormal dari Sudut Pandang Perkembangan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Fransen, Arden N. 1975. *How Children Learn, an Educational Psychology*. New York: Mc Graw Hill Book Company Inc.
- Freud, Sigmund. 1984. *Memperkenalkan Psikonalisa*. terjemah K. Bertens. Jakarta: Gramedia.
- Goble, Frank G. 1994. *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.
- Gothman, J. & Declaire J. 1997. *The Heart of Parenting : How to Raise the Emosional Intelligence Child*. London: Bloomsburing Publishing.
- Hall, CS & Gardner, L. 1993. *Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hurlock, Elisabet. 1985. *Child Psychology*. sixth edition. Singapura: Mc. Graw hill Book Company.

- Lauren, Bradway & Barbara A.H. 2003. *Pola-Pola Belajar, Kiat-Kiat Cerdas Mencerdaskan Anak*. Terjemah M. Khirul Anam. Jakarta: Inisiani Press.
- Le Fanu, James. 2006. *Deteksi Dini Masalah-masalah Psikologi Anak*, cet. ke-1, alih bahasa Irham Ali S. Yogyakarta: Think.
- Monk, Knoers dan Siti Rahayu Haditono. 1992. *Psikologi Perkembangan, Pengantar dalam Berbagai Bagian*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mussen, Paul Henry dkk. 1988. *Perkembangan dan Kepribadian Anak*, ed. VI jil. I, alih bahasa Med Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.
- Paul M.D, Henry A. 2008. *Konseling dan Psikoterapi Anak, Penduan Lengkap Memahami Karakter, Perasaan dan Emosi Anak Disertai Langkah-Langkah Mengatasi Masalah dan Perilaku Negative Anak*, cet. ke-1, terjemah Anas, M. Yusuf. Yogyakarta: Idea Publishing.
- Rini, <http://aikesari.multiply.com>.
- Rakhmat, J. 2007. *Belajar Cerdas; Belajar Berbasis Otak*. Bandung: Mizan Learning Center.
- Roberts, TB. 1975. *Four Psychologies Applied to Education*. New York: Schukman Company, John Welley and Son.
- Shopiro L. 1997. *Mengajarkan Emosional Intelligence pada Anak*, alih bahasa Kantjono. Jakarta: Buana Printing.
- Singgih D. Gunarsa. 1995. *Psikologi Anak dan Remaja*, cet 2. Jakarta: Gunung Mulia.
- <http://lebah.pinter.multiply.com/journal>.
- <http://id.untukku.com/> artikel untukku.