

# PSIKOLOGI PENDIDIKAN KELUARGA

## PERTEMUAN 1

### MEMAHAMI PENGASUHAN SEBAGAI PROSES

Sitti Rahma., M. Psi. Psi., & Yuli A. Rozali., M. Psi., Psi.

Selamat pagi/ siang/malam para mahasiswa peserta mata kuliah Psikologi Pendidikan Keluarga. Perkuliahan sesi 2 kita kali ini bertopik “Memahami Pengasuhan sebagai Proses”. Pada sesi ini, kita diajak untuk menyadari bahwa seringkali kita terjebak pada pandangan bahwa pengasuhan adalah hasil bukan proses. Misalkan saat kita kagum pada seorang atlet yang meraih medali emas saat Asian Games 2018 yang lalu. Pada saat itu seringkali kita terjebak pada hasil kerja atlet tersebut yang membuahkan keberhasilan. Kita sering lupa bahwa keberhasilan dapat diraih melalui proses yang tidak mudah, dan dalam hal ini tentu saja tidak dapat dilepaskan dari proses pengasuhan orang tua yang mendidik dan mengasuh atlet tersebut sehingga dapat berhasil seperti yang kita lihat pada Asian Games yang lalu. Demikian pula, kita seringkali mencibir orangtua yang disiplin dalam mendidik anak, misalkan ketika melihat seorang anak bekerja keras untuk belajar dan membuat PR. Kita seringkali merasa kasihan. Padahal PR tersebut adalah proses menempa si anak agar disiplin, tekun, dan dapat menjadi pandai sehingga diharapkan meraih keberhasilan di masa depannya.

Mari kita baca kisah inspiratif mengenai pengasuhan berikut ini:

#### **Cerita Inspiratif: Kepompong menjadi Kupu-Kupu**



Diceritakan pada suatu hari, ada seorang anak laki-laki yang menemukan kepompong di sebuah pohon. Diamatinya dengan seksama kepompong itu

dari dekat. Ternyata ada lubang kecil di bagian tengahnya. Dan terlihat di dalamnya ada kupu-kupu yang sedang berjuang untuk keluar dari kepompong. Karena belum pernah melihat secara langsung proses berubahnya kepompong menjadi kupu-kupu, membuat

anak laki-laki itu menjadi antusias, ia duduk menunggu dan mengamati kepompong tersebut.

Ketika ujungnya telah keluar sedikit, kupu-kupu itu nampak begitu kesulitan untuk keluar. Badannya terus menggeliat tanpa menunjukkan perubahan yang berarti. Ujung sayapnya telah terlihat, namun tidak juga bisa keluar sepenuhnya. Namun kupu-kupu itu terus berusaha. “Ah, kasihan kupu-kupu ini, mungkin dia terjepit dan tidak bisa keluar”, pikir anak itu. Akhirnya ia menemukan ide dan segera berlari ke rumah untuk mengambil gunting. Tanpa pikir panjang, kemudian ia sobek sedikit demi sedikit kepompong tersebut. Hingga akhirnya kupu-kupu tersebut dapat keluar dengan mudahnya.

Alangkah senang hati si anak laki-laki itu melihatnya. Namun apa yang terjadi? Si kupu-kupu memang bisa keluar dari kepompongnya, namun ia tidak dapat terbang, hanya bisa merayap kesana kemari seperti kebingungan.

Ternyata bagi kupu-kupu, pada saat dia mengerahkan seluruh tenaganya untuk keluar dari kepompong, ada suatu cairan di dalam tubuhnya yang akan mengalir ke seluruh tubuhnya, yang akan membuat sayapnya mengembang sehingga ia dapat terbang, begitu ia memperoleh kebebasan dari kepompong tersebut.

(Diunduh pada 13 September 2018 dari

<https://yprindonesia.wordpress.com/2014/04/02/cerita-inspiratif-kepompong-menjadi-kupu-kupu/>)



**Nilai yang dapat diambil:**

Ternyata apa yang telah dilakukan oleh anak laki-laki tersebut, malah membuat kupu-kupu tidak bisa terbang. Membantunya keluar dari kepompong, memang membuat kupu-kupu keluar lebih mudah, namun setelah itu kupu-kupu tidak bisa kemana-

mana karena tidak mampu menggerakkan sayapnya, sehingga jadilah ia seekor kupu-kupu yang hanya dapat merayap.

Kadangkala, dalam kehidupan ini, kita sering merasa kasihan atau tidak tega, namun sebenarnya malah membuat mereka menjadi tidak mandiri atau ketergantungan. Membuat potensi dalam dirinya tidak berkembang, mematikan kreativitas dan inisiatifnya.

Proses pengasuhan yang baik akan memberikan kesempatan kepada anak untuk berjuang dengan kemampuan dirinya, menjalani proses belajar untuk keluar dari kesulitan yang mereka hadapi, yang di mana ketika mereka berhasil melewatinya, mereka justru menjadi pribadi yang lebih kuat, kreatif, dan punya inisiatif.

Ternyata ada kalanya kita bisa belajar dari binatang untuk memberikan inspirasi pada kita mengenai pengasuhan yang lebih baik dan menghasilkan generasi muda yang tangguh, kreatif, dan punya inisiatif.

Selanjutnya, saya ingin menawarkan sebuah lowongan pekerjaan kepada Anda. Berikut ini kriteria yang diharapkan dari lowongan pekerjaan tersebut:

## **LOWONGAN PEKERJAAN**

**Dibutuhkan segera seorang karyawan/ karyawan**

Kriteria:

- Untuk membesarkan anak-anak sejak lahir - dewasa.
- Durasi pekerjaan 7 hari seminggu, 24 jam sehari
- Tidak mendapat gaji, bonus, uang pensiun
- Semua pengeluaran ditanggung sendiri.
- Jika cuti harus menyediakan pengganti, termasuk jika pergi hanya beberapa menit saja.
- Tidak ada kesempatan untuk memilih anak yang akan diasuh, cocok atau tidak, harus asal.
- Belum tentu mendapatkan apresiasi atas hasil pekerjaan.

Apakah Anda tertarik untuk melamar pekerjaan pada lowongan tersebut? Seseorang bekerja untuk mendapatkan gaji, bonus dan uang pensiun. Orang juga bekerja dengan waktu kerja yang jelas serta ada waktu untuk cuti. Apabila hasil kerjanya bagus, bahkan ia berhak mendapatkan apresiasi. Jadi jika boleh saya simpulkan hamper mustahil lowongan pekerjaan di atas ada yang menanggapi. Namun demikian, tahukah Anda bahwa sebenarnya lowongan tersebut adalah untuk profesi **orangtua**? Ya orangtua lah yang berada dalam posisi tersebut.

Saat seorang perempuan melahirkan, secara otomatis ia menjadi seorang ibu dan suaminya menjadi seorang ayah. Mereka menjadi orangtua. Mulai saat itu hingga anaknya dewasa nanti, mereka memiliki tanggung jawab untuk mendidik dan membesarkan anak tersebut, selama 24 jam sehari, 7 hari seminggu.

Ayah dan ibu yang mengasuh dan membesarkan anak tidak mendapat gaji, bonus, dan uang pensiun. Malahan ayah dan mungkin Ibu harus mengeluarkan uang untuk membesarkan anak mereka. Jika suatu saat Ibu atau ayah terpaksa meninggalkan anak, mereka harus menitipkan anak mereka pada seseorang yang mereka yakini dapat mengasuh anak dengan baik. Bahkan walau ayah dan ibu hanya pergi sebentar saja, tetap harus ada pengganti untuk mengasuh anak mereka. Pihak yang dipercayai untuk mengasuh bisa saja orangtua atau saudara ayah dan ibu, pengasuh anak, maupun lembaga penitipan anak/ *daycare*.

Anak tidak bisa memilih dilahirkan dalam keluarga yang mana dan yang seperti apa, demikian pula orangtua. Orangtua tidak bisa memilih anak. Seperti apapun anak yang Tuhan berikan kepada mereka, mereka harus merawat, mendidik, dan membesarkan. Kadangkala anak berperilaku baik, kadang-kadang juga marah dan rewel. Semua itu harus mereka hadapi dengan lapang hati. Orangtua yang baik pasti akan berusaha untuk mendidik anaknya dengan baik, walaupun hal tersebut tidak mudah atau menyulitkan dirinya. Namun demikian, keberhasilan dalam mendidik anak seringkali tidak mendapatkan apresiasi, karena dianggap bahwa hal tersebut sudah merupakan tanggung jawabnya sebagai orangtua.

Berikut ini adalah pengalaman seorang Ibu yang memiliki anak Autis. Selamat membaca!

### **Anak Saya Autis. Tapi, Dia Anugerah.**

Written by [Ivy Sudjana](#) on 15 Agustus 2011



**“Anak ibu ini diagnosis nya ASD.. Ini saya resepkan obat. Perlu terapi juga sebenarnya! Silakan ke alamat ini.”**

Jederrrrr! Bagai disambar geledek, pernyataan psikolog itu mendorong saya masuk labirin masa lalu. Sebuah label yang sudah saya rambah arti dan permasalahannya 6-7 tahun lalu. Ketika itu, saya mengajak salah satu siswa di kelas tempat saya mengajar ke seorang psikiater senior. Kami mengikuti pelatihan penggunaan salah satu metode yang kemudian sangat mahfum untuk saya mengerti. Kami ke Surabaya untuk berkunjung ke sebuah tempat terapi autis.

Dan, kini label itu diberikan pada anak saya. Setelah observasi, 1 menit kemudian berlanjut dengan tanya jawab dengan diriku saja berdasarkan sebuah kuesioner yang kemudian akrab di telinga saya, DSM IV. Menurut psikolog serta psikiater yang pernah saya temui tersebut, sebuah diagnosis gangguan autistik dapat dibuat ketika individu menampilkan 6 atau lebih dari 12 gejala yang tercantum dalam tiga bidang utama: interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku. Anak saya, Arsa tentu saja telah menampilkan lebih dari 6 gejala sehingga mendapat label ASDs. Autism Spectrum Disorder (ASDs) adalah gangguan spektrum autisme, gangguan “cacat” perkembangan yang dapat berpengaruh secara sosial, komunikasi dan tantangan perilaku. Orang dengan ASDs menangani informasi di otak mereka berbeda dengan orang lain. ASDs adalah “gangguan spektrum.

Mulailah kami juga konsultasi di bagian anak salah satu rumah sakit besar di Denpasar, Bali. Hasilnya, tetap ASD bahkan ditambah autis dan hiperaktif. Pertanyaan tentang ASDs baru terjawab saat saya dan suami berdiskusi dengan para terapis di pusat terapi

yang disarankan sang psikolog. Ada berbagai hal mencuat seperti masalah kepatuhan dan pembelajaran akademis lainnya. Beberapa metode terapi pun diusulkan, mulai Applied Behaviour Analysis (ABA) yang mendorong perilaku positif, Floortime yang berfokus pada perkembangan emosional dan relasional dengan cara bermain, maupun diet dan pemberian suplemen.

Mulailah hari-hari penuh asa dibentuk. Dengan setia kami menunggui sesi terapi one on one seminggu 2 x 1 jam. Diawali dengan tangisan dan teriakan anak kami karena tiba-tiba dipaksa dalam satu ruangan tertutup tanpa kehadiran kami, jeritan karena “dipaksa” mengepel ompolnya di kelas, tarik-tarikan untuk masuk ke kelas saat dia tidak mau terapi lagi....Dan, semua itu harus kami tahan dengan hati perih...

Belum lagi uji coba diet dan suplemen yang sontak ‘menguruskan’ anak saya. Susu sapi yang diganti soya. Makanan berterigu dan bergula diganti Casein Free Gluten Free (CFGF) yang rasanya bagi kami saja agak-agak ajaib. Namun optimisme terus saya tumbuhkan. Kami pun mulai menjajaki second opinion dan third opinion. Mulailah aku merambah dunia maya, bergabung dengan milis orang tua yang juga memiliki anak seperti Arsa.

Dari milis, saya menemukan psikolog di Jakarta, mbak Cassandra. Ternyata anak beliau juga mengalami permasalahan sama. Saat berkonsultasi, ia hanya bilang anak saya ini serupa benar dengan anaknya saat kecil dulu. Dia menyatakan perlunya shadow teacher alias guru pendamping, bila nanti di sekolah umum.

Kami sering berdiskusi. Salah satu kesimpulannya, Arsa perlu terapi lebih intensif. Selain itu, keautisannya hanya putih abu-abu kalau digambarkan dalam spektrum warna. Jadi tak terlalu kentara pada awal orang melihat meski tetap ada ciri keautisannya. Bertambahnya usia, Arsa perlu untuk sekolah. Tapi pendidikan seperti apa yang tepat selain terapi?

Kami telah mencoba beberapa sekolah. Kami mendapat beberapa pelajaran dalam pendidikan dasar anak ASD. Maka, keputusan kami Arsa harus mencari sekolah yang lebih baik. Sekolah ternyata belum pro aktif dalam membantu kebutuhan Arsa; sehingga kemampuan Arsa tidak lebih baik dari sebelum dia bersekolah. Apa yang sudah mampu dilakukan Arsa di tempat terapinya 3x seminggu menjadi ‘mentah’ saat Arsa di sekolah.

Ketika bersekolah di sekolah kedua, kami juga mengalami konflik kepentingan antara guru-guru Arsa yang jelas kolega kami dalam bekerja. Posisi kami yang juga sebagai orang tua siswa akhirnya berbuah pada pertemuan-pertemuan, evaluasi-evaluasi, observasi yang sangat tidak memberikan solusi apresiatif untuk anak seperti Arsa.

Maka, keputusan kami, kejadian itu menyadarkan, saya harus berhenti dari pekerjaan yang menyita waktu bersama Arsa selama ini. Memang ini sebuah keputusan besar. Tak hanya bagi saya dan keluarga, seperti pendapatan yang langsung berkurang drastis serta karir yang tiba-tiba berhenti, namun juga bagi sekolah.

Perjalanan baru pun saya mulai. Sisa gaji saya manfaatkan untuk mencari info sebanyak-banyaknya apa yang bisa saya lakukan. Kesimpulannya, Arsa perlu menjalani terapi seperti bermain dalam Sensori Integrasi. Arsa juga perlu semacam speech therapy yang bisa dijalani sendiri dengan sering bernyanyi dan berbicara dengan nada-nada tertentu.

Reaksi kami terhadap analisis tersebut adalah dengan membelikan ayunan di rumah. Sebab, katanya, dengan mengayun, Arsa melatih keseimbangan dan tersalurkan sensitivitas tubuhnya. Kami juga mengikutkan Arsa kursus renang untuk membantu konsentrasi dan kesadaran akan tubuhnya, sering melakukan permainan role play dan berbagai aktivitas, seperti membuat kursi yang diatur memanjang, turun naik, berbelok, dan lain-lain di dalam rumah yang kami rancang sendiri. Kami mengajak Arsa berjalan keliling kompleks (yang akan memaksa Arsa melakukan aktivitas fisik) sementara Arsa tak sekolah.

Kami pun mau mengikutkannya pada lembaga nonformal seperti kursus. Kedatangan kami ke dua buah tempat kursus ternama di Denpasar justru menyadarkan kami bahwa semua takut berhadapan dengan anak autis.

Arsa memang senang dengan berbagai aktivitas baru yang saya perkenalkan. Hal baru, have fun, tidak ada marah-marah. Tapi, bagi saya dan suami, ini belumlah sebuah solusi. Akhirnya dengan bantuan milis seperti yang telah kuceritakan di atas, pergilah kami ke Yogyakarta untuk bertemu Pak Fred, orang Belanda yang sudah lama menetap di Indonesia. Dia pendiri sekolah autis Fredofios.

Dari hasil analisis, Pak Fred menyimpulkan Arsa mampu belajar di sekolah umum namun perlu didampingi dan difasilitasi dengan baik. Arsa juga tidak termasuk anak ASD yang berkemampuan rendah atau tidak mengerti apa-apa.

Kesimpulan tersebut mendorong kami untuk mulai “berburu” sekolah di Yogyakarta. Kami mengunjungi sebuah sekolah alternatif, Sekolah Alam di daerah Sleman. Kami juga menyempatkan diri ke sebuah sekolah umum yang memiliki unit untuk anak berkebutuhan khusus. Di tiap-tiap kelas, ada seorang anak berkebutuhan khusus dengan guru, kurikulum dan metode khusus pula. Jadi dengan tema yang sama, anak berkebutuhan khusus tersebut belajar dengan cara dan metode yang disesuaikan dengan kemampuannya.

Kondisi ini cukup membawa angin segar. Kami mulai mencari kontrakan, meninjau transportasi, biaya hidup dan lain-lain. Namun, kami masih menimbang-nimbang, apakah kepindahan Arsa, dan tentunya keluarga akan berimbas pada keluarga kecil kami. Akhirnya setelah diskusi cukup panjang, keputusan kami adalah... cobalah di Bali dulu.

Pencarian sekolah lagi-lagi bukan hal mudah. Di kemudian hari, kami tersadar; Arsa tak juga berkembang. Persyaratan sederhana, saya harus dampingi Arsa. Mulailah masa saya juga bersekolah, menjadi bayangan Arsa. Tidak selalu mulus, karena emosi Arsa turun naik, kesulitan berkomunikasi, keterbatasan kemampuan Arsa, penolakan sebagian orang tua dengan tatap mata mengasihani, itulah yang kami hadapi setiap hari. Kejenuhan pun tak bisa saya pungkiri. Kemarahan bercampur kesedihan, tapi bercampur lagi dengan keteguhan untuk terus berjuang demi Arsa.

Sebenarnya Arsa sudah mengenal alphabet, angka, bisa menulis walau tak sempurna, suka mewarnai, suka mencocokkan; harusnya bisa tereksplorasi saat itu. Namun, masuk dalam sebuah institusi yang menerapkan pendidikan dengan cara memenuhi tuntutan kurikulum ternyata bukan tempat yang pas buat Arsa.

Efek yang sangat jelas adalah ketidakpercayaan diri Arsa dalam mengerjakan segala sesuatu. Jangankan latihan sehari-hari, ulangan pun demikian. Jangankan kegiatan akademis, non akademis seperti musik, olahraga dan yoga, Arsa hanya duduk bersandar pada saya. Karena sikap dan kemampuan Arsa, ia tak pernah menerima

rapor yang sama dengan anak lain, seperti usul kami juga. Hanya berupa komentar-komentar kemampuan Arsa seperti apa.

Di tengah perjalanan saya dan Arsa di sekolah umum ini kami juga menjalani yang namanya terapi homeopati dari seorang Eropa yang banyak membantu anak ASD seperti Arsa. Terapi memang mengembalikan kepercayaan diri Arsa. Namun, ketidaksukaannya untuk belajar di sekolah ini semakin menjadi. Mulailah Arsa ngambek dengan minta pulang saat pelajaran, tidak mau dibangunkan di pagi hari, sampai terus berdiam di kamar selama sehari-hari.

Karena Arsa, saya belajar lebih banyak. Belajar untuk tidak hanya memperdulikan karir saya saja. Belajar untuk tidak malas mencari tahu dan berkenalan dengan lebih banyak orang. Belajar untuk menghargai apa yang telah dicapainya, dan mengapresiasi ketidaksempurnaan yang dimiliki. Belajar mengambil kesempatan-kesempatan yang membuatku kenal banyak orang. Belajar untuk tidak merasa malu hanya karena hidupku tidak sempurna. Saya juga jadi berkesempatan bekerja paruh waktu di sebuah lembaga kebudayaan yang mendorong saya melebarkan lingkungan sosial dan menambah kemampuan berbahasa asing.

Kini, saya harus memikirkan langkah Arsa ke depan. Namun, kami tak mau berhenti pada penolakan orang-orang. Karena Arsa adalah observer sejati, saya dan suami mulai berpikir dan menimbang-nimbang untuk mencari kursus untuk diri saya. Biar saya yang belajar, lalu mengajarkannya di rumah. Melihat ibunya bisa, biasanya ia akan ikut seperti saat belajar menjahit dulu.

Ya, langkah kami belum berakhir dan belum berarti kami sudah 'hebat' memfasilitasi Arsa. Tapi sekali lagi, karena Arsa saya dan suami belajar tentang hidup. Arsa seperti anak lainnya, anugerah terindah bila kami melihat dari kaca mata berbeda.

(diunduh pada 13 September 2018 dari <https://balebengong.id/kabar/anak-saya-autis-tapi-dia-anugerah.html?lang=id>)

Setelah membaca kisah di atas, tentunya Anda dapat memahami seru dan haru birunya pekerjaan sebagai orangtua. Namun demikian menjadi orangtua ada sesuatu yang mulia karena orangtua mengasuh generasi masa depan untuk mempersiapkan anaknya menjadi anak yang berhasil, dan tentunya bahagia. Sesungguhnya itulah yang selalu diharapkan orangtua yaitu kebahagiaan anak. Walaupun pada kenyataannya beberapa

perilaku orangtua seperti memarahi anak atau membentakinya adalah perilaku yang dirasakan tidak menyenangkan oleh anak, pada saat itu orangtua berharap kemarahan mereka akan menjadi kebahagiaan bagi anak di kemudian hari.

Sejak awal kita membahas mengenai pengasuhan. Sebenarnya apa yang dimaksud dengan pengasuhan? Brooks (2011) mendefinisikan pengasuhan sebagai merawat, melindungi, dan membimbing kehidupan baru, mulai dari bayi hingga dewasa.

Brooks (2011) juga menyatakan bahwa pengasuhan adalah untuk memenuhi kebutuhan anak atas:

**Cinta** berupa kasih sayang, kebutuhan material & medis, disiplin yang bertanggung jawab, pendidikan intelektual dan moral, persiapan untuk menjadi dewasa, mempertanggungjawabkan tindakan anak kepada masyarakat.

**Perhatian** berupa interaksi dan tindakan langsung (misalkan orangtua berperan sebagai penasihat saat anak merasa galau dan pengambil keputusan saat diperlukan tindakan tegas).

**Nilai:** mewariskan kepada anak nilai-nilai hidup yang akan berguna dalam kehidupan pribadi anak dan dalam bermasyarakat kelak.

Brooks (2011) juga menekankan bahwa pengasuhan adalah sebuah proses tindakan dan interaksi antara orangtua dan anak. Jadi dalam pengasuhan harus ada hubungan 2 arah antara orangtua dan anak, bukan hanya orangtua yang terus-menerus mengatur anak, atau anak yang terus-menerus mengatur orangtuanya.

Selanjutnya dikatakan bahwa pengasuhan adalah sebuah proses karena kedua belah pihak saling mengubah satu sama lain, hingga anak bertumbuh menjadi individu dewasa. Namun demikian, saat mengasuh, orangtua juga berperan sebagai suami/ istri, pekerja, warga masyarakat. Jadi orangtua mengalami berbagai peran saat berperan sebagai orangtua dalam pengasuhan. Masyarakat juga berperan dalam proses pengasuhan yaitu sebagai pihak ketiga. Peran masyarakat dalam proses pengasuhan anak adalah memberikan dukungan dan tekanan bagi orangtua dan anak. Contohnya: saat orangtua melakukan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) terhadap anak, maka masyarakat dapat melaporkan perbuatan orangtua kepada pihak yang lebih berwenang, sehingga orangtua akan mendapatkan tekanan atau teguran.

Bronfenbrenner dan Morris (dalam Brook, 2011) menyatakan mengenai 3 aspek yang merupakan kebutuhan psikologis anak. Ketiga aspek tersebut adalah:

1. Minimal 1 orang dewasa yang amat mencintainya dan berkomitmen memberikan perhatian seumur hidup. Misalkan ayah atau ibu, lebih baik lagi ayah dan ibu.
2. 1 orang dewasa pendukung yang ikut terikat secara emosional, memberikan perhatian serta dukungan emosional dan dorongan bagi pengasuh lainnya (no. 1). Misal: Ayah memberikan perhatian dan dukungan emosional untuk Ibu. Ibu yang mendapat dukungan dari ayah akan lebih kuat secara mental untuk mengasuh anak daripada yang tidak didukung. Salah satu penyebab seorang ibu mengalami depresi setelah melahirkan atau yang sering disebut dengan istilah 'baby blues' adalah karena kurangnya dukungan ayah terhadap pengasuhan anak.
3. Interaksi yang stabil dan konsisten dengan pengasuh dan lingkungan untuk mengembangkan perilaku anak dan memperkaya pengetahuan anak tentang dunia. Seperti dijelaskan di atas, suka tidak suka, lingkungan akan memberikan kontribusi terhadap diri anak. Oleh karena itu orangtua perlu menjaga agar anak berada dalam lingkungan positif yang dapat mengembangkan diri anak. Hati-hati dengan pergaulan anak. Pergaulan negative dapat menyebabkan anak terjerumus dalam perilaku kekerasan dan obat-obatan terlarang.

Jika di atas kita banyak membahas aspek di luar di anak yang berperan dalam pengasuhan, maka diri anak sendiri juga pada dasarnya tidak dapat dilepaskan dari pengasuhan dirinya. Dinyatakan dalam Brooks (2011) kualitas individual anak seperti gender, temperamen, kesehatan, kesesuaian dengan orangtua, juga mempengaruhi pengasuhan. Sebagai contoh: anak yang memiliki temperamen difficult child akan lebih sulit dalam pengasuhannya daripada anak dengan temperamen easy child.

Berikut sedikit ulasan mengenai temperamen pada anak:

Temperamen diartikan sebagai gaya berperilaku dan cara berespon seseorang yang bersifat individu. Sesuai dengan hubungannya dengan emosi, temperamen mendeskripsikan perbedaan individual mengenai cepat atau lambatnya munculnya

sebuah emosi, seberapa kuatnya, seberapa lamanya, dan seberapa cepat menghilangnya.

Para peneliti mendeskripsikan dan mengklasifikasikan temperamen individu dalam berbagai cara. Diantaranya *klasifikasi menurut Chess dan Thomas*, *klasifikasi menurut Rothbart dan Bates*, dan *Inhibisi perilaku menurut Jerome Kagan*.

Chess dan Thomas mengidentifikasi tiga tipe dasar dari temperamen, yakni:

1) Anak bertemperamen mudah (*easy child*)

Anak yang memiliki temperamen seperti ini pada umumnya mereka memiliki keadaan atau suasana hati yang positif, cepat membangun rutinitas pada masa bayi, dan mudah beradaptasi dengan pengalaman-pengalaman baru.

2) Anak bertemperamen sulit (*difficult child*)

Ditandai dengan reflek reaksi yang negatif dan sering menangis, melibatkan diri dalam hal-hal rutin sehari-hari secara tidak teratur, dan lambat menerima pengalaman-pengalaman baru.

3) Anak bertemperamen lambat (*slow-to-warm-up child*)

Anak memiliki tingkat kreativitas yang rendah, sedikit negatif, dan menunjukkan suasana hati yang intensitasnya rendah.

Menurut Rothbart dan Bates, klasifikasi mengenai temperamen masih terus disusun mereka menyebutkan bahwa ada tiga dimensi luas yang paling baik untuk mewakili temuan para peneliti mengenai ciri-ciri struktur temperamen:

1) *Ekstraversi/surgensi (extraversion/surgency)*.

Meliputi “antisipasi positif, impulsivitas, tingkat aktivitas, dan pencarian sensasi”.

2) *Aktivitas Negatif*

Meliputi “takut, frustrasi, sedih, dan tak nyaman”. Anak-anak ini mudah tertekan, mereka mungkin sering cemas dan menangis.

3) *Kendali yang diupayakan (regulasi diri) atau effortful control (self-regulation)*

Meliputi “memfokuskan dan mengalihkan perhatian, kontrol inhibisi, kepekaan perseptual, dan kesenangan berintensitas rendah”. Bayi yang tinggi dalam *effortful control* memperhatikan kemampuan untuk menjaga agar ketergugahannya tidak menjadi terlalu tinggi dan memiliki strategi-strategi untuk menenangkan diri mereka.

Dalam pandangan *Rothbart*, model teoretis mengenai temperamen berfokus pada bagaimana kita digerakkan oleh emosi-emosi positif dan negatif atau level ketergugahan (arousal).

Pendapat lain mengenai klasifikasi temperamen berfokus pada perbedaan antara anak yang pemalu, kalem, dan ragu-ragu serta anak yang mudah bergaul, ekstrovet, dan berani. *Jerome Kagan* beranggapan rasa malu kepada orang asing (kawan sebaya atau orang dewasa) sebagai salah satu ciri dari kategori temperamen yang disebut inhibisi terhadap ketidakbiasaan. Anak-anak yang berperilaku inhibisi akan bereaksi terhadap berbagai hal yang tidak biasa dengan cara menghindar, terlihat tertekan, atau afek lemah sejak usia sekitar 7-9 bulan.

*Kagan* menemukan bahwa inhibisi terlihat cukup stabil dari masa bayi hingga anak-anak awal. Sebuah studi mengklasifikasikan balita ke dalam kelompok inhibisi ekstrem, tanpa inhibisi ekstrem, dan pertengahan.

Poin penting mengenai klasifikasi temperamen seperti menurut *Chess* dan *Thomas*, *Rothbart*, serta *Bates* adalah untuk tidak hanya mengklasifikasikan bayi hanya pada satu dimensi temperamen saja, misalkan "sulit" atau "berafektifitas negatif". Strategi yang baik dalam usaha klasifikasi temperamen bayi adalah dengan memandang temperamen anak sebagai dimensi majemuk. Misalnya seorang anak mungkin ekstrovet, menunjukkan negativitas emosional rendah, dan memiliki regulasi-diri rendah. Anak-anak memiliki warisan fisiologis yang menjadi bias bagi mereka untuk memiliki jenis temperamen tertentu. Meski demikian, seiring dengan pengalaman mereka sampai taraf tertentu dapat belajar memodifikasi temperamen. Sebagai contoh, anak dapat mewarisi fisiologi sebagai bias bagi mereka untuk menjadi penakut dan berinhibisi, namun sampai taraf tertentu mereka dapat belajar mengurangi rasa takut dan inhibisinya. Para ahli telah mengaitkan karakteristik fisiologis terhadap sejumlah temperamen yang berbeda-beda. Secara khusus, temperamen inhibisi dikaitkan dengan suatu pola fisiologis yang unik yang meliputi tinggi dan stabilnya kecepatan detak jantung, tingginya tingkat hormon kortisol, dan tingginya aktifitas lobus frontal di bagian kanan otak. Pola ini mungkin berkaitan dengan impulsivitas amigdala, sebuah struktur otak yang berperan penting dalam mengatur rasa takut dan inhibisi.

Faktor keturunan juga cukup berpengaruh terhadap perbedaan temperamen dalam sekelompok orang. Pandangan kontemporer mengatakan bahwa temperamen memiliki basis biologis namun merupakan salah satu aspek perilaku yang berevolusi. Temperamen dapat berevolusi apabila pengalaman anak digabungkan kedalam jaringan persepsi diri dan preferensi perilaku yang menandai kepribadian anak tersebut. Gender dapat menjadi sebuah faktor penting yang membentuk konteks dan mempengaruhi hasil akhir temperamen. Orang tua dapat bereaksi secara berbeda terhadap temperamen seorang bayi, bergantung pada apakah bayi tersebut laki-laki atau perempuan. Sebagai contoh dalam suatu studi, ibu lebih responsif terhadap tangisan anak perempuan yang lekas marah dibandingkan terhadap tangisan anak laki-laki yang juga lekas marah. Demikian pula reaksi terhadap temperamen seorang bayi dapat dipengaruhi oleh budaya. Sebagai contoh, perilaku inhibisi lebih dihargai di China dibandingkan di Amerika Utara, dan para peneliti telah menemukan bahwa anak-anak China juga lebih menunjukkan inhibisi dibandingkan bayi-bayi Kanada. Perbedaan budaya dalam temperamen berkaitan dengan perilaku dan sikap orang tua. Para ibu di Kanada dari anak-anak berusia dua tahun kurang menerima temperamen inhibisi dari bayinya, sementara para ibu di China lebih bisa menerimanya.

*Goodness of fit* menunjukkan kesesuaian antara temperamen seorang anak dengan tuntutan yang harus diatasi anak itu. Sejumlah karakteristik temperamen tertentu dapat menimbulkan tantangan lebih besar kepada orang tua dibandingkan karakteristik temperamen lainnya, setidaknya di dalam masyarakat barat yang modern. Ketika anak sangat rentan sekali tertekan, seperti yang sering diperlihatkan dengan bentuk sering menangis dan cepat marah, orang tua mereka dapat berespon dengan cara mengabaikan anak yang sangat mudah tertekan itu atau mungkin bisa memaksa sang anak untuk berkelakuan baik. Meskipun demikian, sebuah studi memperlihatkan bahwa dukungan ekstra dan pelatihan terhadap ibu dengan bayi yang rentan tertekan dapat memperbaiki kualitas interaksi ibu-bayi. Pelatihan tersebut menghimbau ibu untuk mengubah tuntutan mereka kepada anak, meningkatkan kesesuaian antara anak dan lingkungannya.

(Diunduh pada 13 September 2018 dari <https://www.kompasiana.com/slamet.rahardjo/54f774dba33311b2368b487b/temperamen-pada-bayi> )

Brooks (2011) juga membahas mengenai beberapa alasan orangtua ingin memiliki anak, yaitu:

- Untuk mencintai dan merasa dekat. Anak dapat mempererat hubungan ayah dan ibu, karena bagaimanapun anak adalah buah cinta mereka. Dengan hadirnya anak, ayah dan ibu juga dapat semakin dekat satu sama lain karena mereka akan bersama-sama membesarkan dan merawat anak mereka.
- Orangtua senang melihat pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan memiliki anak, orangtua lebih memahami pertumbuhan diri, serta lebih peka dan perhatian. Memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak secara bertahap membuat orangtua menjadi paham akan pertumbuhan dirinya. Dengan memiliki anak, orangtua yang dulunya mungkin cenderung tidak peduli, sekarang menjadi lebih peka dan peduli.
- Memuaskan harapan masyarakat atas peran sebagai individu dewasa yang bertanggung jawab. Memiliki anak dipandang sebagai latihan tanggung jawab bagi individu dewasa. Umumnya masyarakat di Indonesia memandang bahwa pasangan yang menikah akan menjadi lengkap apabila memiliki anak.
- Merasakan kepuasan melihat pertumbuhan dan perkembangan anak. Perasaan senang ini pada satu sisi juga merupakan pencapaian orangtua, karena dengan stimulasi yang tepat anak akan dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal.
- Memenuhi harapan moral dan keagamaan. Masyarakat dan beberapa agama memandang bahwa dalam pernikahan sebaiknya memiliki anak karena menikah itu untuk meneruskan keturunan dan mengembangkan manusia ke generasi masa depan.
- Investasi di masa tua (saat sakit dan sudah lansia). Beberapa pasangan menikah karena ingin dirawat oleh anak pada saat sudah menginjak usia lansia. Sehingga memiliki anak dipandang sebagai investasi di masa tua.

Saat orangtua memiliki anak, tak dapat dipungkiri bahwa waktu, tenaga, biaya yang orangtua keluarkan untuk anak tidak sedikit. Itulah pengorbanan sebagai orangtua. Selain pengorbanan, ada kebahagiaan juga yang dirasakan orangtua. Berikut ini beberapa hal mengenai kebahagiaan dalam mengasuh anak:

1. Interaksi yang seru dan positif dengan anak. Berinteraksi dengan anak tentu sangat seru karena masuk ke dunia anak sangat berbeda dengan dunia dewasa. Dunia anak penuh dengan imajinasi dan kelucuan yang pasti dapat menghibur orangtua. Berkegiatan positif bersama anak, seperti naik sepeda bersama-sama atau jalan sehat, juga dapat meningkatkan interaksi yang seru dan positif dengan anak, dan pastinya menambah kebahagiaan mengasuh anak. Intinya adalah sebagai orangtua harus mau terlibat bersama anak, sehingga interaksi dapat terjadi.
2. Kebahagiaan saat mengasuh anak adalah sesuatu yang umum diharapkan oleh orangtua. Sebagian besar orangtua berpandangan bahwa mempunyai anak akan membahagiakan walaupun mereka juga sadar akan repotnya mengasuh anak. Namun demikian, anak adalah buah cinta orangtua dan penerus keturunan dalam keluarga, sehingga mengasuh anak dipandang sebagai kegiatan positif yang dapat membawa kebahagiaan.
3. Untuk mencapai kebahagiaan tersebut diperlukan usaha bahkan kadang dapat mengakibatkan frustrasi pada orangtua. Seperti disebutkan di atas, bahwa mengasuh anak tidak mudah. Frustrasi dapat terjadi apabila orangtua kurang memahami cara yang efektif dalam mengasuh dan membesarkan anak. Sebaiknya juga orangtua kompak dalam pengasuhan, sehingga aturan dalam pengasuhan lebih mudah diterapkan pada anak.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengasuhan dapat membahagiakan orangtua asalkan orangtua memahami anak dan mengetahui cara efektif untuk mengasuh dan membesarkan anak.

Walaupun sebagian pasangan menikah ingin memiliki anak dan merasa bahagia dalam mengasuh anak, tetapi ada pula pasangan menikah yang memutuskan tidak punya anak atau tidak ingin punya anak. Berikut beberapa alasan pasangan menikah memilih untuk punya anak:

1. Hilangnya kebebasan, waktu, bertambahnya pekerjaan. Sebagai individu dewasa yang memiliki kebebasan, sebagian pasangan menikah tidak ingin kehilangan kebebasannya. Dengan memiliki anak, waktu mereka jadi tergantung pada anak, tidak lagi bisa bebas seperti saat belum memiliki anak. Anak juga perlu diasih dan dididik, sehingga menambah pekerjaannya.
2. Perasaan negatif mengenai anak (sulit mengurus dan membesarkan anak). Ada pasangan yang mungkin karena melihat lingkungan, merasa khawatir mengurus dan membesarkan anak akan menjadi hal sulit.
3. Khawatir tidak dapat memperhatikan anak dengan baik. Beberapa pasangan yang memilih untuk tidak mempunyai anak karena merasa khawatir tidak dapat memberikan perhatian yang cukup pada anak.

Semua pemikiran pada pasangan yang memilih untuk tidak punya anak tersebut dapat terjadi karena mereka melihat pada lingkungan. Mungkin lingkungan yang mereka lihat adalah lingkungan pengasuhan yang sulit, sehingga mereka merasakan hal-hal seperti di atas.

Berikut ini sharing seorang Artis mengenai keinginannya mengasuh bayi:

Saya dan Francy menikah 14 April 2007. Hari ini genap tujuh tahun kami menjadi suami-istri. Anak? Belum ada

Pada awalnya, sama seperti sebagian besar pasangan muda: kami memutuskan untuk belum memikirkan memiliki anak. "Satu atau dua tahun dulu puas-puasin jalan-jalan, baru punya anak."

Kebablasan? Mungkin juga.

Kebablasan atau tidak, saya bersyukur kami tidak terlalu cepat memiliki anak, karena kami jadi memiliki waktu dan kesempatan untuk berpikir. We'll have kids for the right reasons, not because everyone is having kids. Banyak teman-teman kami tidak mempunyai kesempatan itu.

"Kamu kapan?" itu sudah sangat tidak mempan untuk memurungkan kami

Dalam hati kecil saya saya hanya bertanya, 'Apakah teman-teman yang hamil ini benar sudah tahu alasan mereka memiliki anak?' Buat banyak teman yang saya tahu, mereka sangat siap dan siap dan tahu betul alasan mereka memilih untuk menggendong bayi.

Tapi sayangnya buat lebih banyak lagi teman saya, mereka mempunyai anak hanya karena alasan tadi: semua orang juga sudah mempunyai anak.

Bukankah banyak dari kita mau mempunyai anak karena 'kita' yang mau bahagia? Walaupun sebegitu besarnya cinta kita kepada anak kita, bukankah alasan kita mengandung dia adalah karena 'kita' yang menginginkannya, dan bukan keinginan anak tersebut?

Saya sering berpikir, di luar sakitnya kata-kata tajam yang mengiris hati, teriakan anak muda yang frustrasi dalam pertengkaran dengan orang tuanya "Aku ga pernah minta dilahirkan!" – mempunyai kebenaran di dalamnya?

**Inilah sebabnya menurut saya bahwa alasan terbaik untuk memiliki anak adalah bukan karena kita mau punya 'mainan' – seperti banyak disebut tante-tante kita. Atau juga karena semua tetangga sudah punya mainan, masa kita ga ada mainan? Buat kami, alasan terbaik untuk mempunyai anak, adalah karena kita mau meneruskan legacy kita, meneruskan warisan kita untuk dunia ini kepada anak-anak kita, sehingga dunia ini bisa menjadi lebih baik dengan hadirnya mereka.**

Memiliki anak adalah sebuah tanggung jawab yang amat sangat besar: Kita di sini bukan beli mainan pelipur lara.

Kita melahirkan seorang manusia ke dunia, dan **sebaiknya kita membesarkan dia dengan mengetahui persis kenapa dia dilahirkan dan apa kebaikan yang akan dia bawa di dunia ini.**

Bolehkah kita lihat bahwa tindakan memiliki anak namun tidak mempersiapkannya dengan sebaik yang kita bisa adalah sebuah tindakan yang amat egois? Setelah lucu-lucu nanti kamu silahkan hidup susah selama 70 tahun dan rugikan dunia dengan kehadiranmu?

Saya juga mau menambahkan satu hal lagi: **Mereka yang tidak punya anak tidak selalu tidak bahagia.** Kami sudah menikah selama tujuh tahun dan pengalaman kami sejauh ini luar-luar-luar biasa. One of the best rides that people could have in their lifetime. Kami sampai di puncak-puncak tertinggi dan laut-laut terdalam. Kami sampai di hotel-hotel termewah dan pelosok-pelosok paling sederhana. Kami bertemu ratusan sosok yang menginspirasi dan membakar hati kami. Kami menulis ribuan cerita buat anak cucu kami nanti. Satu gudang besar penuh dengan pengalaman-pengalaman

yang saya rasa tidak bisa kami alami dengan hadirnya seorang anak. Apakah kami selama ini sungguh bahagia? Sungguh. Betul. Kami tidak mau tukarkan tujuh tahun ini dengan apapun juga.

Benar bahwa mungkin naluri menikah dan mempunyai anak akan selalu mengetuk pintu hati, I cannot argue with that. Hanya saja sampai saat itu tiba, banyak orang betul-betul bahagia dengan cara-cara mereka sendiri. Hormati itu. Dan saya yakin buat mereka yang pada akhirnya hidup sendiri dan tidak memiliki anak pun, **banyak dari mereka bisa mempunyai bahagia mereka sendiri.**

Mungkin banyak yang akan berkata: "Kamu ini repot bener Ward. Pokoknya punya anak itu bahagia yang tak tergantikan, lebih dari semua perasaan yang kamu pernah punya."

**Saya tidak pernah ragu sedikitpun akan hal itu. Di sini kami hanya ingin menambahkan kebahagiaan kami dengan arti dan tanggung-jawab.**

Ketika waktunya tiba nanti, saya dan Francy akan mempunyai anak tidak untuk menjadi mainan untuk diri kita sendiri, tetapi untuk mempunyai seseorang yang akan meneruskan hal-hal baik apa yang kita sudah pelajari dan dapatkan selama kita hidup di dunia ini, dan seseorang yang berguna dan menjadi inspirasi untuk dunia dan orang-orang di sekitarnya.

( Diunduh pada 13 September 2018, dari <http://edwardsuhadi.com/2014/04/menikah-tujuh-tahun-tanpa-anak/> )

Demikian pembahasan materi kita hari ini. Memang memilih untuk menjadi orangtua adalah sebuah proses. Jangan lupa ayah juga perlu turut punya peran aktif dalam kehidupan anak karena ayah adalah model peran laki-laki dalam kehidupan anak.

Yang utama dalam menjadi orangtua adalah selain keinginan, tetapi juga kesiapan mental, karena seperti pada sharing di atas bahwa 'anak bukan mainan' tetapi menjadi orangtua adalah tanggung jawab yang besar dan mulia dalam kehidupan. Pengasuhan adalah proses. Jika anak-anak diproses seperti cerita mengenai kupu-kupu di awal modul ini, semoga perkembangan anak dapat optimal.

Daftar Pustaka

- Brooks, Jane. (2011). *The Process of Parenting*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- <http://edwardsuhadi.com/2014/04/menikah-tujuh-tahun-tanpa-anak/> )
- <https://www.kompasiana.com/slamet.rahardjo/54f774dba33311b2368b487b/temperamen-pada-bayi> )
- 
- <https://balebengong.id/kabar/anak-saya-autis-tapi-dia-anugerah.html?lang=id>)