

PU.01

**MEMENANGKAN HATI ANAK
: PERAN ORANG TUA DALAM OPTIMALISASI TUMBUH KEMBANG ANAK**

Hasbi, SS. MedM.
Parenting Coach

*Do not raise your children the way your parents raised you,
they were born for a different time.*
(Ali bin Abi Thalib)

Dibesarkan dari keluarga yang mapan dengan ayah bunda yang terjaga keharmonisannya, seorang pemuda menjadi bandar narkoba sejak dari kelas satu SMA. Sebagai seorang bandar, ia juga menjadi seorang pemakai. Awalnya *just for fun* akhirnya keterusan. Meningkatnya pendidikan dan berpindahnya kota tempat tinggal tak menghalanginya untuk lanjutkan perbuatan yang sekarang sudah jadi penyesalan.

Bahkan ketika kuliah, kebiasaan tersebut sempat merenggut hidup seorang sahabat dekat karena over dosis. Berhentikah ia? Ya, berhenti dari satu jenis obat, berpindah ke jenis yang lain. Lanjut kuliah di luar negeri bahkan hingga saat ia telah bekerja di Timur Tengah tak juga menghilangkan kebiasaan yang memang waktu itu ia nikmati. Menginjak kehidupan berumah tangga semua seperti normal adanya, istri sendiri tak mengetahui bila

sang suami suka sakau berkali-kali. Istri hanya merasakan bahwa sang suami tak suka diatur, dan juga tak suka diajak beribadah.

Sampai tiba-tiba keajaiban pun datang, terbersit dalam pikiran untuk menunaikan haji. Sang istri terkejut karena jangan kan ibadah haji, sholat saja bila diingatkan akan dapat jawaban tak mengenakan. Karena kuota tak memenuhi akhirnya diganti dengan ibadah umrah. Begitulah sepulang dari umrah semua berubah, ia melakukan hijrah rohaniyah.

Sepenggal kisah pengantar di atas benar-benar terjadi dan mungkin tak sedikit yang mengalami kisah serupa, hanya saja endingnya yang mungkin tak sama. Awalnya ia menyangkal bila orang tua tidak berperan dalam menjerumuskan dia ke dalam lembah kenistaan. Setelah digali lebih lanjut baru ia ketahui bahwa 'gaya hidup' yang membuat ia tersandung tersebut

merupakan keputusan yang dia ambil sebagai respon atas perlakuan yang dia alami di dalam keluarganya.

Tidak ada orang tua yang ingin merusak anaknya, tak satupun ayah bunda yang ingin menjerumuskan anggota keluarganya, tapi karena kurang pengetahuan tentang pengasuhan, rendahnya pemahaman tentang bahasa cinta seorang anak, kurangnya pengenalan terhadap bakat anak, merasa tidak ada apa-apa itu berarti aman-aman saja, dan beberapa sikap orang tua lainnya *justru* membuat anak terjatuh ke dalam lembah kenakalan remaja.

Perhatian yang tercuri

Kemajuan teknologi informasi membawa banyak sekali perubahan dalam kehidupan bermasyarakat terutama dalam keluarga. Pemandangan yang dulu sering kita lihat kini seperti hal aneh yang jarang lagi terjadi. Ketika acara keluarga semua berkumpul bercerita, yang tua bernostalgia atau membanggakan anak-anaknya; yang anak-anak riang gembira bercengkrama menceritakan tentang sekolah ataupun teman dekatnya. Semua menyatu semua bersenyawa dalam satu irama.

Coba lihat arisan-arisan keluarga saat ini. Perhatikan pula bagaimana kumpul-kumpul keluarga modern sekarang. Sang ayah sibuk dengan laptopnya, si ibu dengan *smart-phon*nya, anak-anak dengan *gadget*nya masing-masing. Berkumpul

dalam satu ruangan namun terurai dalam kesibukan masing-masing.

Disisi lain, mari perhatikan apa yang dituliskan dalam *update-update* status di sosial media yang tersedia. Keluh-kesah, curhat, kesal, kecewa, kesepian, amarah, dan segala macam bentuk ungkapan kehausan akan perhatian. Yah...teknologi telah mencuri sebagian besar kebersamaan yang selama ini menjadi ikatan kehangatan di tengah keluarga.

Memang tak semuanya mengalami hal tersebut, tapi setidaknya fenomena tersebut ada di tengah-tengah kita. Tak perlu jauh-jauh untuk menemukan itu semua, di sekitar rumah kita ataupun di tengah keluarga besar kita fenomena tersebut jelas terlihat nyata adanya.

Berkompetisi dengan teknologi

Beberapa orang tua segera menyadari apa yang terjadi lalu coba membatasi penggunaan teknologi. Namun apa yang terjadi, justru mereka makin dibenci bahkan anak-anak ada yang berani mengintimidasi papi mami dengan ancaman melaporkan ke KPAI. Hii...jadi ngeri sendiri...!

Beberapa yang lain membiarkan anak-anak larut dalam permainan hingga benar-benar merasakan bahwasanya mereka di nomer duakan. Jangankan meminta mereka belajar, ataupun membantu menolong pekerjaan di rumah, makanpun bisa sampai terlupakan. Pembeneran yang

disampaikan oleh orang tua adalah lebih baik mereka habiskan hari di rumah dengan segala macam aktifitas mereka di depan komputer atau pun konsol game asal mereka tak lepas keluar rumah dan berhubungan dengan dunia luar yang tak jelas ujung pangkalnya.

Perlu diingat bahwasanya dalam hubungan anak dan orang tua, pembiaran sama artinya dengan pembenaran. Mengapa anak semakin jauh, mengapa teknologisemakin menyita waktu anak, bagaimana mungkin hari-hari sibuk hanya dengan gadget mereka?Semua itu tidak mungkin terjadi bila tiada pembiaran dari orang tua.

Pernyataan bahwa lebih baik mereka bermain di rumah ketimbang di luar juga menyesatkan.Seolah kita memiliki keterbatasan pilihan.Seakan-akan pilihan hanya dua di rumah atau di luar rumah. Kalau kita teruskan akan ketemu pesan tersembunyi di balik itu semua yaitu bahwa lingkungan di luar tidaklah steril lagi, karena itu lebih aman bila anak di dalam rumah yang sterilitasnya lebih terjaga.

Padahal dalam *parenting* lebih penting meningkatkan imunitas anak ketimbang memasukkan anak ke dalam lingkungan yang steril.Pertama butuh usaha yang lebih dari orang tua namun sangat mungkin untuk dilakukan, sementara yang kedua tidak hanya membutuhkan lebih banyak lagi usaha yang harus dilakukan tapi juga kemungkinannya kecil ditemukan.

Saat ini kita dengan mudah mendapati lingkungan yang menyediakan hal-hal yang (dapat) merusak anak, mulai dari teknologi permainan yang kian beragam, sampai pada psikotropika yang merajalela. Mulai dari gaya pergaulan anak yang berkelompok dengan identitas tertentu – yang cenderungnya berkonotasi negatif – sampai pada pergaulan bebas dengan fasilitas yang tersedia luas. Silahkan buka situs-situs berita, baca koran-koran yang ada, dan saksikan liputan-liputan di TV kita; sebagian besar dipenuhi dengan informasi yang membikin miris hati.

Perlunya Langkah SHARP

Menghadapi situasi yang mengkhawatirkan tadi, muncul sekelumit pertanyaan berikut ini: Apa yang harus dilakukan? Siapa yang harus melakukan?Bagaimana melakukannya?

Dari pengalaman menjadi nara sumber di berbagai seminar, pelatihan dan juga dari pernyataan juga pertanyaan dari pendengar selama lebih dari tiga tahun mengasuh program Happy Family di radio (www.classyfm.co.id), penulis menemukan tak sedikit orang tua yang menuntut perbaikan anak dilakukan oleh lingkungan dan sekolah. Dengan kata lain mereka menyalahkan kedua tempat tersebut, dan merasa mereka juga adalah korban dari keadaan.

Pernyataan ini mungkin sering terlontar dari mulut orang tua, “Saya

menyekolahkan anak saya di sekolah ini, dengan harapan agar anak saya bisa jadi baik”. Sekolah dianggap seperti *laundryexpress* dimana pagi hari orang tua membawa pakaian kotor lalu sore hari mereka dapat pakaian tadi sudah rapi dan wangi. Padahal dibutuhkan sebuah usaha yang lebih strategis yang harus dilakukan oleh orang tua untuk memenangkan hati anak dan menjalankan peran orang tua lebih baik lagi dalam rangka mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

Langkah strategis tersebut bisa disingkat dalam akronim SHARP yaitu Sadari, Hargai, Akui, Refleksi, Pelajari dan Perbaiki.

1. Sadari

Hal pertama yang harus dilakukan oleh orang tua agar bisa menjalankan perannya lebih baik lagi adalah **menyadari** kondisi yang ada. Kesadaran orang tua menjadi *wake up call* yang membangunkan mereka untuk segera bangkit lalu melakukan sesuatu atas apa yang terjadi. Dengan cara menyadari lalu memaafkan kita akan mendapatkan pikiran yang lebih jernih – *clear mind*. Melepaskan orang lain dan diri sendiri dari beban kesalahan dengan cara memaafkan, memberi orang tua ketenangan lebih dalam – *plong*.

2. Hargai

Setelah menyadari apa yang terjadi orang tua perlu lebih perhatian

atas pencapaian yang diusahakan oleh anak-anaknya. Setidaknya ada tiga alasan utama mengapa orang butuh dengan penghargaan. Pertama untuk mendapatkan pengakuan atas usaha yang dilakukan, atas prestasi yang ditorehkan, atas pencapaian yang dituntaskan. Pengakuan ini meningkatkan harga diri dan membuat citra diri lebih cemerlang. Dalam sebuah keluarga penghargaan akan membuat anak merasa dirinya menjadi bagian berharga yang diakui keberadaannya.

Kedua, penghargaan penting karena menjadi sarana efektif pemberian motivasi. Setelah prestasi diraih, target tercapai, usaha tuntas dikerjakan, kita perlu melangkah lebih jauh lagi, mendaki lebih tinggi lagi. Penghargaan yang didapatkan menjadi suntikan energi tambahan, menjadi suplemen menguatkan daya tahan dalam usaha pencapaian kebaikan selanjutnya. Dengan pemberian penghargaan ini seorang anak menjadi termotivasi untuk lebih semangat belajar, lebih giat membantu orang tua, lebih patuh lagi mengikuti kebaikan yang dianjurkan ayah-bunda.

Alasan ketiga adalah untuk membangun hubungan (*relation and connection*). Penghargaan menjadi jembatan antara orang tua dan anak-

anak. Adanya penghargaan juga bisa menjadi jangkar emosi (*anchoring*) bahwasanya mereka diperhatikan. Jangkar emosi ini menjadi tombol yang bisa orang tua gunakan di kemudian hari untuk membangun keakraban dan memperkuat *bonding* dengan anak-anak.

3. Akui

Dalam dunia terapi dikenal prinsip pengakuan adalah setengah dari penyembuhan. Pengakuan bahwasanya orang tua juga berperan kalau lah tidak sangat menentukan dari apapun yang dilakukan oleh anak-anak. Pengakuan bahwasanya ada keharmonisan yang perlu ditingkatkan, ada pengetahuan yang harus ditambahkan, ada perhatian yang kurang diberikan, ada kesalahan yang pernah dilakukan, bahkan mungkin juga ada buruk sangka yang sempat kita sematkan.

4. Refleksi

Pengakuan membantu orang tua melakukan refleksi terhadap apa yang terjadi dalam rumah tangga terutama tumbuh kembang anak-anaknya. Ketika ayah-bunda melakukan pengasuhan mereka sangat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu mereka. Berkaca pada apa yang ada lalu memperhatikan 'pakaian mental' yang selama ini melekat

dalam diri, pastikan memilih pengalaman yang memberdayakan untuk dijadikan penguatan karakter generasi masa depan.

5. Pelajari dan Perbaiki

Langkah penutup dan tak kalah pentingnya adalah orang tua secara aktif mencari tahu ilmu-ilmu terbaru tentang tumbuh kembang anak. Ada banyak media, seminar maupun pelatihan untuk meningkatkan wawasan dan kemampuan pengasuhan. Perbaiki anak-anak menjadi tanggung jawab orang tua dan karena tidak ada kampusnya menjadi orang tua, maka ayah bundalah yang proaktif mencari tips dan *clues* pengasuhan anak.

Simpulan

Lima langkah strategis tadi merupakan usaha yang lebih strategis yang harus dilakukan oleh orang tua untuk memenangkan (kembali) hati anak sehingga bisa menjalankan peran secara lebih baik lagi dalam rangka mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

Selanjutnya orang tua perlu terus melakukan hal-hal yang sebelumnya sulit dilakukan, membangun keakraban, menyediakan waktu untuk kebersamaan, menyediakan diri untuk lebih mendengarkan. Anak-anak pasti lebih dekat, mudah akrab, dan akhirnya menjadi 'malaikat' buat orang tua yang memiliki

kemauan untuk melakukan perubahan kearah kebaikan. Mudah bukan?

Sibukkan diri mencari kebaikan apalagi yang belum digali dari si buah hati. Pasti ada beribu alasan untuk orang tua

bisa menemukan mutiara-mutiara terpendam dalam diri anak-anak. Teruslah berkomitmen dan jaga konsistensi untuk menjadikan anak-anak tumbuh dalam keberlimpahan kasih-sayang dari kedua orang tuanya.

DAFTAR PUSTAKA

Chapman, G. (2008). *The family you've always wanted*. Chicago, Northfield Publishing.

Chapman, G & Campbell, R. (2012). *The 5 love languages of children*. Chicago, Northfield Publishing.

Gunawan, Adi W. (2010). *Hypnotherapy for children*. Jakarta, PT Gramedia Pustaka Utama.

Jarret, C. (2011). *30-Second psychology*. London, Ivy Press Limited.

Manz, Charles C. (2003). *Emotional discipline: The power to choose how you feel*. San Francisco, Berrett-Koehler Publisher

Website: <http://www.HasbiParenting.com/category/artikel>