

# PSIKOLOGIS KELUARGA DAN PENGASUHAN: Pentingnya Ayah Sebagai Figur Keluarga

Oleh: Elly Marlina

## Pendahuluan

Dalam cara pandang kehidupan tradisional, pembentukan kepribadian anak sering dipengaruhi oleh kapasitas peran ibu dalam mengasuh dan membesarkannya. Kondisi ini berbeda dengan cara pandang pada kehidupan modern, pembentukan kepribadian anak selain peran besar ibu juga sangat diharapkan dari figur seorang ayah. Dalam keluarga figur ayah mutlak sangat diperlukan dengan peran-peran strategisnya antara lain: dalam pemecahan konflik keluarga, pengasuhan anak dan tantrum.

Hampir semua manusia dibesarkan dalam lingkungan keluarga, baik keluarga aslinya yang meliputi ayah dan ibu serta saudara-saudara kandungnya maupun keluarga pengganti yaitu keluarga yang bukan merupakan orangtua kandungnya.

Keluarga merupakan ikatan suami istri yang sah melalui proses perkawinan. Perkawinan merupakan penyatuan dua individu antara pria dan wanita dengan melibatkan persamaan dan perbedaan (Laswell & Laswell, 1987). Knox (1988) mendefinisikan perkawinan sebagai penyatuan dua orang dewasa berlainan jenis dalam bentuk hubungan emosional yang sah berdasarkan hukum di mana mereka berdomisili. Hornby (dalam Walgito, 1984) mendefinisikan perkawinan sebagai bersatunya dua orang menjadi suami

## BAHASAN UTAMA

istri. Suami merupakan sebutan untuk laki-laki yang telah menikah dan istri merupakan sebutan untuk perempuan yang telah menikah dan keduanya sepakat untuk membentuk rumah tangga. Sedangkan menurut undang-undang perkawinan Republik Indonesia (UU No. 1 tahun 1974) menyebutkan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dan seorang perempuan sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia berdasarkan ketuhanan yang maha esa.

Di dalam keluarga untuk pertama kali individu belajar memperoleh pendidikan tentang keterampilan dan norma yang berlaku dalam masyarakat. Pendidikan yang dilakukan dalam keluarga dari orangtua atau orang-orang yang lebih tua terhadap anggotanya yang lebih muda dilakukan dalam beberapa bentuk: dapat berupa modeling atau proses peniruan, pembiasaan dan *insight* atau pengertian bagi individu yang sudah bisa diajak berfikir. Pendidikan sebagai faktor lingkungan akan turut membentuk kepribadian anak disamping keturunan.

Keturunan atau genetik merupakan faktor bawaan karena tiap individu mendapat turunan kromosom atau gen sifat dari ibu dan ayahnya, sehingga anak akan memiliki sifat fisik juga psikis yang mirip dengan orang tuanya. Adapun faktor lingkungan merupakan kondisi sosial dan alam tempat individu tumbuh dan berkembang.

Berkaitan dengan faktor lingkungan, keluarga merupakan lingkungan pertama yang memberi pengaruh mendalam terhadap anak-anak. Dalam lingkungan keluargalah seorang anak untuk pertama kali memperoleh kemampuan dasar, baik sosial maupun intelektualnya. Bahkan ekspresi anak sebagai perwujudan emosi diri

dalam hubungannya dengan orang lain juga dipelajari dari keluarganya. Pada anak yang tidak pernah mendapat kasih sayang dan contoh cara memberi kasih sayang, maka dalam pergaulan dengan orang lain pun sulit bisa menunjukkan kasih sayang.

Dalam kehidupan keluarga tidak selamanya harmonis, sering didapati persoalan yang membuat anggota keluarga merasa tertekan karena ketidaksesuaiannya antara harapan dan kenyataan (*das sein* dan *das sollen*). Permasalahan yang dihadapi ini dapat mengakibatkan frustrasi. Misalnya harapan istri atas suami untuk bersedia bekerja sama dalam mengasuh anak tetapi dalam kenyataannya suami lebih bersifat pasif, atau bahkan menghadapi perilaku anak yang tantrum dan sebagainya.

#### **Figur Ayah dan Ibu**

Hampir bisa dipastikan bahwa kepribadian anak sangat dipengaruhi oleh figur ayah dan ibu sebagai kesatuan. Gambaran kesatuan yang ditampilkan kedua orangtuanya sangat menentukan pada ketenangan yang memberikan perasaan perlindungan sehingga memungkinkan untuk terpenuhinya kebutuhan baik secara fisik, sosial maupun psikologis.

Terpenuhinya kebutuhan fisik sangat mungkin dicapai karena orangtua yang bersatu dapat bahu membahu memenuhinya seperti pangan dan sandang. Secara sosial dapat mengajarkan tahap demi tahap tentang: pergaulan seperti merespon perilaku orang lain/interaksi sosial, norma yang berlaku dan menerapkan sebagai aturan main yang harus dijalankan dalam kehidupan bermasyarakat.

Adapun kesatuan ayah dan ibu dalam memberikan dukungan pada anak dapat mengarahkan pada terbentuknya pribadi yang percaya diri. Kepercayaan diri ini merupakan cara pandang individu terhadap diri tentang kemampuannya. Rasa percaya diri akan muncul dengan didahului oleh rasa harga diri yang akan tumbuh dan berkembang jika mendapat pemenuhan kebutuhan yang mendahului secara memadai seperti kebutuhan fisik, rasa aman dan dicintai serta mencintai.

Percaya diri pada anak-anak tidak lepas dari figur yang ditonjolkan dari ayah dan ibu yakni tentang perannya dalam keluarga. Peran yang paling menonjol adalah masalah pengasuhan. Menurut Garbarino dan Benn (Andayani dan Koentjoro, 2004) pengasuhan atau *parenting* adalah suatu perilaku yang pada dasarnya mempunyai kata-kata kunci yaitu kehangatan, sensitif, penuh penerimaan, bersifat resiprokal, ada pengertian, dan respon yang tepat pada kebutuhan anak.

Masalah pengasuhan Lamb (Andayani dan Koentjoro, 2004) mengalisis keterlibatan ayah dalam tiga bentuk, yaitu *engagement* atau *interaction* (McBride dkk. dalam Andayani dan Koentjoro, 2004) yaitu interaksi satu-satu dengan anak. Kegiatan dapat berupa memberi makan, mengenakan baju, berbincang, bermain, mengerjakan pekerjaan rumah dari tugas sekolah, dan sebagainya.

*Accesibility* adalah bentuk keterlibatan yang lebih rendah, yaitu orangtua ada dekat dengan anak tetapi tidak mengadakan interaksi langsung dengan anak. *Responsibility* adalah bentuk keterlibatan yang paling intens karena melibatkan perencanaan, pengambilan keputusan, dan pengorganisasian.

## BAHASAN UTAMA

Idealnya dalam pengasuhan anak, orangtua mempunyai sikap memahami situasi dari anak, menyanyangi, peduli pada kegiatan yang dilakukan oleh anak-anaknya, mendukung dan membimbing pada arah perkembangan potensi anak-anak, serta menjalin hubungan yang bersifat kedekatan emosi. Kedekatan emosi antara orangtua dengan anak, bermakna bahwa orangtua merupakan tempat untuk berbagi perasaan, mempedulikan pendidikan anak-anak, mengarahkan cara-cara pemecahan masalah, cara-cara menghadapi orang-orang yang berbeda, serta membimbing dalam masalah pengetahuan umum maupun keagamaan.

Terdapat pola pengasuhan yang masih layak untuk diterapkan dalam kehidupan rumah tangga yang merupakan khasanah warisan budaya bangsa, yaitu falsafah yang diajarkan oleh Ki Hajar Dewantara. Yakni *ing ngarso tung tulada, ing madya mangun karsa, tut wuri handayani*. Falsafah ini bermakna bahwa dihadapan anak-anak sebagai orangtua memberi contoh dalam melakukan perbuatan yang harus dilakukan dan yang mestinya di jauhi, ditengah-tengah membangkitkan semangat, dan ketika berada di belakang mengikuti dengan cara mengemong para anaknya untuk dapat mengambil keputusan secara mandiri.

Berkaitan orangtua sebagai contoh menunjuk pada pembentukan perilaku diantaranya adalah *modeling*, *conditioning*, dan *insight*. Pembentukan perilaku yang bersifat *modeling*, yakni meniru terhadap orang yang mempunyai hubungan dekat secara emosi, seperti orangtua, kakak-kakaknya, juga kakek-nenek dan paman atau bibinya; *conditioning*, yakni perilaku dapat terbentuk

## BAHASAN UTAMA

dengan melakukan pembiasaan, dan *insight*, bahwa perilaku dapat terbentuk melalui pengertian. Perilaku yang dibuat dengan pengertian ini disyaratkan pada anak-anak yang sudah bisa diajak berfikir (usia 8 tahunan).

Figur orangtua ditengah-tengah anak-anaknya membangkitkan semangat, mempunyai makna bahwa ketika anak-anak rendah motivasinya untuk berkarya, belajar dan berkreasi maka tugas orangtua mengingatkan dan membangkitkan gairah, atau ketika mengalami kesulitan orangtua bisa menempatkan diri sebagai teman untuk berdiskusi memecahkan masalah dan sebagainya. Adapun figur orangtua mengikuti dari belakang terhadap anak-anaknya, ini dilakukan jika anak-anak dianggap telah cakap melaksanakan tugas-tugas yang harus dikerjakan sehingga orangtua bersifat memantau belaka, namun jika kemungkinan terjadi penyelewengan maka tugas orangtua adalah mengingatkan. Konsep *tut wut wuri handayani* identik dengan model pendelegasian dalam kepemimpinan, yaitu adanya pelimpahan kewenangan tugas dan pengambilan keputusan pada bawahan yang dianggap cakap.

Figur orangtua yang memadai bagi anak-anaknya kadang tidak selamanya bisa diperoleh karena kesatuan kedua orangtua dalam rumah tangga tidak selamanya berjalan serasi mengingat keduanya merupakan individu yang berbeda dengan latar belakang yang jelas berbeda. Mereka berbeda karena terbentuk oleh dasar warisan/keturunan orangtua masing-masing, latar belakang keluarga seperti pekerjaan, suku bangsa yang beda, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi dan sebagainya.

Tingkat perbedaan dalam hubungan suami istri jika tidak ada saling menghargai dapat mengganggu kesatuan dan menimbulkan perselisihan sehingga tidak memungkinkan adanya komunikasi yang kondusif untuk menjalankan roda kehidupan berkeluarga. Untuk menghadapi keadaan tersebut keduanya harus menyadari bahwa perselisihan dapat muncul dan tenggelam silih berganti.

Gunarsa (1978) memberi solusi untuk menghindari keadaan yang seolah-olah putus hubungan karena gangguan komunikasi, keduanya harus mengembangkan sikap toleransi dan kemauan baik untuk mengurangi kemungkinan pencetusan pertengkaran-pertengkaran.

a. Sikap toleransi. Sikap toleransi artinya mau mempertimbangkan apakah saatnya sudah tepat untuk mengemukakan suatu pendapat atau pandangan yang bertentangan. Bila belum tepat karena yang lainnya sedang lelah atau secara fisik dan psikis belum memungkinkan, maka dapat ditangguhkan sampai pada waktu yang lain. Jika masing-masing saling mempertahankan harga diri dan tidak mau menunjukkan sikap toleransi, maka keadaan akan makin hangat dan mungkin menjadi titik didih dengan akibat yang menyebar luas dan terasa bagi semua anggota keluarga lainnya.

b. Kemauan baik untuk mengurangi kemungkinan pencetus pertengkaran-pertengkaran. Niat ini dilakukan saling berusaha mengendalikan diri dengan tidak memancing suatu peristiwa yang memungkinkan salah satu pihak merasa tersudutkan atau tersinggung karena ucap atau perilakunya.

**Peran Ayah dalam Keluarga**

Dalam bahasan ini akan diungkap tentang peranan ayah dalam keluarga. Mengapa secara spesifik terhadap ayah dan bukan pada ibu? Peranan ibu sudah sangat mendalam pada keluarga dalam segala aspeknya baik pekerjaan domestik maupun-pengasuhan terhadap anak. Namun demikian peran ayah dalam keluarga cukup signifikan terutama berupa dukungan terhadap ibu. Perana ayah dalam keluarga sangat mempengaruhi keharmonisan dalam hubungan keluarga dan secara emosional mempengaruhi sikap ibu terhadap anak dan cara-cara mengerjakan pekerjaan rumah tangga.

Masalah peran ayah ini menunjuk pada siapakah yang paling bertanggung jawab dalam pengasuhan terhadap anak-anak dalam rumah tangga, jika masalah moral, keahlian, norma, dan kepribadian harus dipelajari. Dalam pengasuhan sebenarnya tidak ada aturan yang dilegalkan dimanapun di muka bumi, namun kenyataan dalam suku bangsa manapun ibulah yang paling berpengaruh karena dia orang pertama yang mengerti keadaan anak-anak. Ibu sebagai orang pertama dalam pengasuhan karena dialah yang pertama mengadakan kontak fisik dan emosi dengan anak-anaknya mulai dari kandungan sampai hari pertama saat kelahiran dengan ASI-nya yang didiminumkan sebagai makanan utamanya.

Secara klasik, ayah senantiasa digambarkan sebagai seorang yang tidak pernah ikut terlibat langsung dalam perkembangan anak, ayah hanya diposisikan sebagai pencari nafkah sedangkan urusan bersalin, menggantikan popok, mengangkatkan botol susu – seluruh tanggung

jawab tersebut – hanya dibebankan kepada istri semata sehingga akhirnya ayah sudah terkondisikan dengan tugas-tugas rutin seperti mencari nafkah bagi keluarga saja. Citra keperkasaan dan juga kekokohan yang dimiliki seorang ayah seolah paradoks dengan anak-anaknya yang harus dibina dalam perkembangan dan juga kehidupan anak secara langsung.

Ayah dianggap tidak pernah atau perlu terlibat dalam urusan rumah tangga karena kondisi kehidupan masyarakat memaklumi juga beberapa pandangan atau ideologi akan ikut mempengaruhi tentang cara pandang mengenai peran penting ayah. Tetapi masalah peranan ayah dalam mengasuh anak masih menjadi kontroversi dan polemik. Berkaitan dengan peran ayah dalam keluarga menurut Pleck (Andayani dan Koentjoro, 2004) setidaknya ada tiga perspektif mengenai peranan ayah, yaitu tradisional, eksploitasi dan perubahan peran.

**a. Perspektif tradisional**

Perspektif ini dinyatakan bahwa suami tidak punya tanggung jawab atas pekerjaan rumah tangga dan pengasuhan anak dalam keluarga. Suami lebih bertanggung jawab atas penyediaan dukungan ekonomi bagi keluarga. Ada tiga teori yang mendukung perspektif tradisional ini, yaitu perbedaan peran, teori pertukaran dan teori sumber daya.

1) Teori perbedaan peran atau *role differentiation*. Pada perbedaan ini laki-laki bertanggung jawab atas hubungan keluarga dengan dunia luar keluarga, sedangkan perempuan bertanggung jawab atas kebutuhan internal keluarga. Laki-laki tidak berurusan dengan tugas domestik

dan anak-anak, ia lebih berkaitan dengan lingkungan dan menjadi pencari nafkah.

2) Teori pertukaran yang didasarkan atas *social exchange* dimaksudkan bahwa suami menukarkan keberhasilannya sebagai pencari nafkah dengan menyediakan cinta, dampingan dan layanan rumah tangga dari istrinya. Pada pandangan teori ini kontribusi setiap pasangan pada pertukaran yang saling menguntungkan menempatkan suatu kewajiban pada pasangannya untuk menyediakan kontribusi komplementernya.

3) Teori pendukung ketiga dari perspektif tradisional adalah teori sumber daya *resource theory*. Gagasan teori ini adalah bahwa peran anggota keluarga berbeda-beda karena setiap orang mempunyai sumber daya yang berbeda-beda untuk melaksanakan peran-peran tersebut.

### **b. Perspektif eksploitasi**

Perspektif eksploitasi bermula dari gerakan *feminisme* yang mengindikasikan adanya ketidaksetaraan beban kerja rumah tangga dan pengasuhan terhadap anak-anak yang dibebankan terhadap istri sebagai aspek penting inferior perempuan dalam rumah masyarakat. Ketidaksetaraan kerja dalam rumah tangga dianggap sebagai eksploitasi sehari-hari atas istri dari suami. Peran tradisional laki-laki dalam keluarga mempunyai perspektif bahwa pembebanan masalah keluarga termasuk pengasuhan anak-anak pada perempuan merupakan strategi laki-laki untuk mempertahankan kekuasaan mereka terhadap perempuan.

Hasil penelitian Pleck (Andayani dan Koentjoro, 2004) menunjukkan bahwa jumlah waktu yang digunakan suami dalam pekerjaan rumah tangga lebih sedikit dari pada

jumlah waktu perempuan, baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja. Para suami dari istri yang bekerja di luar rumah tidak meluangkan waktu lebih banyak untuk urusan rumah tangga dari pada suami dengan istri yang tidak bekerja di luar rumah. Jumlah total waktu bekerja yang digunakan oleh para istri yang bekerja lebih besar daripada oleh para suami bekerja. Keadaan demikian menempatkan istri yang bekerja di luar rumah mengalami kelebihan beban dalam kombinasi kerja dan peran keluarga dibandingkan para suami. Kelebihan beban peran istri berpengaruh negatif berupa kurang waktu tidur dibandingkan suami, meningkatnya perasaan tertekan dan menurunnya kesejahteraan psikologis.

#### **c. Perspektif perubahan peran**

Dasar teoritisnya adalah pandangan makrososial dan historis dari evolusi kerja dan peran kerja. Myrdal dan Klein (Andayani dan Koentjoro, 2004) memperkenalkan peran ganda perempuan untuk menggambarkan perempuan masa kini menambahkan peran ke dua – pada dunia kerja – pada peran tradisional mereka di keluarga. Dalam pengamatannya bahwa perempuan dengan peran ganda juga membutuhkan pria dengan peran ganda pula. Dalam perspektif ini, suami dan istri masing-masing mengombinasikan tanggung jawab dan kerja.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam perspektif tradisional laki-laki/suami tidak berperan pada pekerjaan domestik atau pengasuhan anak. Ia hanya melakukan pekerjaan yang bersifat eksternal dalam hubungan dengan dunia luar keluarga. Adapun pada perspektif eksploitasi, perempuan meskipun melakukan pekerjaan luar rumah namun masih harus mengerjakan

## BAHASAN UTAMA

pekerjaan rumah tangga dalam jumlah yang lebih banyak dari pada laki-laki/suami dan suami hanya sedikit terlibat dalam pekerjaan domestik juga dalam pengasuhan anak. Sedangkan pada perspektif perubahan peran, masing-masing baik laki-laki maupun perempuan telah bersama mengombinasikan tanggung jawab pada pekerjaan domestik dan pengasuhan anak.

Pandangan-pandangan sebelumnya mengenai peran ayah dalam pembentukan kepribadian sangatlah memarginalkan perannya sebagai figur sentral dalam perkembangan kepribadian anak-anak. Salah satunya adalah pandangan Freud yang masih mengakar kuat sampai sekarang, teorinya yang berisi tentang perkembangan sosial seseorang sangat ditentukan oleh pengalaman awal masa kanak-kanaknya (Save M Dagun, 1990).

Menurut Freud, tingkat pemuasan pada masa kanak-kanak akan sangat mempengaruhi tingkah laku seseorang di kemudian hari. Freud menempatkan tokoh ibu sebagai tokoh yang paling sentral karena dari awal aktivitas menyusui, menyuapi makanan ke mulut bayi merupakan sebuah kenyaataan, bahkan timbulnya gejala **Oedipus Complex** merupakan bukti kedekatan anak dengan ibunya. Legenda Oedipus mengisahkan seorang anak membunuh ayahnya demi cintanya pada ibu (Save M Dagun, 1990).

Peran ayah disamping peran ibu dalam keluarga mulai digugat bukan karena berkembangnya gerakan feminisme, akan tetapi semakin tumbuhnya kesadaran di tengah-tengah masyarakat tentang pentingnya peran ayah dalam membina pertumbuhan fisik dan psikologis anak. Untuk lebih memahami peran ayah ini, para ahli psikologi

dewasa ini cenderung meninggalkan hal-hal yang terlalu bersifat teoritis dan banyak mengalihkan perhatian ke observasi langsung. Sejak tahun 1970-an banyak ahli psikologi secara langsung meneliti peran ayah dalam keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Robert I Watson dan Henry Caly Lindgren (Save M Dagun, 1990) terhadap perkembangan anak yang tidak mendapatkan asuhan dan perhatian ayah menyimpulkan, perkembangan anak menjadi pincang. Kelompok anak yang kurang mendapat perhatian ayahnya cenderung memiliki kemampuan akademis menurun, aktivitas sosial terhambat, dan interaksi sosial terbatas. Bahkan bagi anak laki-laki, ciri maskulinnya (ciri-ciri kelakian) bisa menjadi kabur.

Kebenaran hasil berbagai penelitian itu meskipun tidak mutlak, tetapi setidaknya banyak mengungkapkan secara jelas keadaan pada masa pra remaja. Balncard dan Biller (Save M Dagun, 1990) dalam penelitiannya misalnya mencoba membandingkan empat kelompok anak dalam kemampuan akademiknya. Data diambil dari hasil ujian yang diberikan guru mereka di sekolah. Kelompok pertama adalah anak yang ditinggalkan ayah sebelum usia 5 tahun; kelompok kedua anak yang ditinggalkan ayahnya setelah 5 tahun; kelompok ketiga anak yang tidak dekat dengan ayahnya; kurang dari 6 jam per minggu, dan keempat kelompok anak di mana sang ayah terlibat penuh.

Hasil penelitian tersebut tersebut diperoleh kesimpulan bahwa kelompok anak yang ditinggalkan ayah sebelum usia 5 tahun kelihatan sekali bahwa kemampuan akademik menurun dibandingkan dengan anak yang ayahnya terlibat penuh dalam proses pembinaan

perkembangan anak. Juga ditemukan meski ayah itu hidup bersama anak tetapi kurang terlibat dalam pembinaan anak, maka kehadirannya tampak tidak banyak dampaknya, bahkan nasib anaknya boleh dibilang sama dengan anak dengan anak yang ditinggalkan ayahnya. Pengertian absennya seorang ayah pada diri anak bisa karena meninggal, perceraian atau juga karena tidak terlibat dalam proses pembinaan langsung perkembangan anak.

Lalu sebenarnya apa peran ayah dalam keluarga, jumlah waktu yang diberikan oleh seorang ayah kepada anaknya akan sangat bervariasi, jumlah waktu bukanlah faktor penentu dalam menimbulkan pengaruh orang tua pada anaknya. Faktor inti sesungguhnya yaitu kualitas dan intensitas pertemuan itu dan menjadi pertanyaan mendasar lebih lanjut adalah bukan jumlah waktu seorang ayah bersama anaknya tiap hari tetapi **apa** dan **bagaimana** aktivitas yang dilakukan seorang ayah pada saat bersama anak

### Masalah Pengasuhan

Pengasuhan atau *foster* merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku pada anak-anak sehingga segala yang kita lakukan harus hati-hati karena cara-cara yang kita lakukan akan ditiru oleh anak-anak. Misalnya cara kita menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dengan cara kasar atau kekerasan, maka ketika anak menghadapi peristiwa yang mirip atau sama, maka mereka pun melakukan kasar atau kekerasan.

Dalam pengasuhan terhadap anak-anak faktor sabar memegang peranan penting. Ayah yang membimbing anak-anaknya dengan sabar pasti akan menuai hasilnya kelak, yaitu anak-anak yang sabar pula, memahami perasaan orang lain, tidak egois, cerdas, dan shalih. Pada ayah yang mempunyai kecenderungan dalam menghadapi anak secara tidak sabar (Julaiha, Ed. 2004), ada beberapa tips untuk mengatasinya.

a. Menerima apa adanya. Setiap anak mempunyai talenta sendiri-sendiri. Ada yang menonjol kepandaiannya, atau mungkin agak kasar perangainya dan sebaliknya. Terimalah kehadiran anak apa adanya. Perlakuan orangtua yang tidak sabar apalagi sampai ringan tangan tidak akan membantu menyelesaikan masalah dan memperbaiki perangai anak-anak.

b. Tahan emosi 1 menit. Saat menjumpai peristiwa yang menyebalkan, berjanjilah pada diri sendiri untuk tidak mudah kesal. Apalagi jika menyangkut anak Anda. Setiap kali dihadapkan pada peristiwa yang menyebalkan tahan emosi selama 1 menit, cari tempat yang sejuk dan tenang dan kemudian hiruplah udara dalam-dalam atau duduk dan kemudian minum air putih.

c. Bayangkan kejadian lucu. Jika kesal dengan anak-anak, maka bayangkanlah kejadian lucu yang pernah dialami bersama dengan mereka.

d. Berdoalah. Jika merasa jenuh dengan berbagai tekanan lingkungan, berdoalah. Dialog batin dengan Tuhan dapat mengaliri jiwa dan raga, dan Anda akan lebih sabar dalam menghadapi apapun.

**Masalah Penting Pengasuhan**

Terdapat peristiwa penting yang seringkali sangat menguji kesabaran orangtua dalam pengasuhan anak terutama pada batita yaitu perilaku tantrum. Perilaku ini sering muncul pada batita dengan sebab yang kadang orangtua tidak memahami.

Tantrum merupakan ledakan amarah dan dapat terjadi dalam tingkatan usia. Namun istilah ini banyak digunakan pada anak-anak karena mereka yang sering tantrum, dan jika orang dewasa mempunyai perilaku yang demikian dianggap kekanak-kanakan.

Hayes (2003) mengungkapkan bahwa perilaku terburuk pada tantrum adalah pada usia 18 bulan hingga 3 tahun; pada anak usia 5 hingga 6 tahun tetap masih terjadi, dan kemudian akan menghilang begitu saja. Parker dan Stimpson (Hayes, 2003) menyatakan bahwa tantrum dapat berawal dari kesedihan dan kemarahan serta berakar pada kebingungan dan ketakutan.

Potegal (dalam Hayes, 2003) mengidentifikasi dua jenis tantrum, yakni tantrum kemarahan dan kesedihan.

a. Tantrum kemarahan (*anger tantrum*) dengan ciri menghentakkan kaki, menendang, memukul, dan berteriak.

b. Tantrum kesedihan (*distress tantrum*) dengan ciri menangis dan terisak-isak, membantingkan kaki dan berlari menjauh. Pada anak yang masih kecil sering mengungkapkan kesedihan atau kehilangan dengan tantrum.

**Pemicu Tantrum pada Anak-Anak**

Terdapat beberapa faktor yang dapat memicu anak-anak berperilaku tantrum pada saat-saat tertentu.

a. Mencari perhatian. Tantrum yang dilakukan anak pada umumnya hanya untuk mencari perhatian dan bukan untuk menipu orangtua. Namun jika imbalan atas tantrum adalah perhatian yang memuaskan dari orang yang dewasa, maka bisa dijadikan dasar untuk melakukannya lagi. Perhatian yang memuaskan dari orang lain dianggapnya sebagai penguatan positif. Maka penting untuk tidak merespon secara berlebihan atau bahkan menjadi panik, tetapi berbuatlah dengan tenang meskipun sungguh tidak menyukainya.

b. Menginginkan sesuatu yang tidak bisa dimilikinya.

Anak biasanya sulit untuk belajar menunggu hal-hal yang ia inginkan atau menerima bahwa ia tidak bisa memiliki sesuatu yang diinginkan membutuhkan waktu lama.

c. Ingin membuktikan bahwa dirinya mandiri. Anak kadang ingin membuktikan bahwa dirinya mandiri, meskipun sebenarnya tidak tepat untuk dilakukan. Misalnya memakai jaket tebal pada hari yang panas. Jika keinginan atau keputusannya tidak disetujui maka merasa sedang diancam kemandiriannya yang sedang meningkat.

d. Frustrasi dari dalam. Ketidaksabaran yang tumbuh bersama kemampuan yang terbatas untuk melakukan hal-hal yang sedang dicoba, atau tidak mampu mengungkapkan keinginannya dengan utuh karena kurangnya keterampilan berbicara akan bisa memicu sebuah tantrum.

## BAHASAN UTAMA

Misalnya anak yang berusaha mengenakan pakaian sendiri namun sulit hingga kesal, hal ini dapat memicu tantrum.

e. Cemburu. Kecemburuan biasanya dilakukan terhadap saudara atau anak lain. Mungkin mereka menginginkan mainan milik temannya tetapi tidak kesampaian, maka dapat menimbulkan tantrum.

f. Kelelahan atau kelaparan. Anak biasanya marah jika sedang mengalami kelelahan dan biasanya sulit diatasi dari pada marah karena kelaparan yang kemudian bisa dengan mudah berhenti ketika makanan yang diinginkan tersedia.

g. Kelebihan muatan emosi. Anak kecil pasti akan merasa kelebihan muatan karena seluruh emosi dan sensori baru yang ia alami. Tidak mengejutkan jika ia diliputi hal-hal tersebut sehingga ia lepas kendali. Orangtua mesti menyadari bahwa sekali ia meluapkan kemarahannya, maka beberapa saat kemudian akan menjadi santai.

h. Sifat keras kepala belaka. Beberapa tingkah laku yang mengarah pada tantrum tidak mudah dijelaskan atau tidak cocok dengan salah satu kategori di atas. Ungkapan "aku mau, aku lakukan sendiri," kedengaran tidak masuk akal sehingga bisa mendorong orangtua yang paling rasional sekalipun bisa menjadi putus asa. Banyak orang yang menyatakan bahwa ada saatnya anak mereka terlihat siap melakukan tantrum tidak peduli terhadap apa yang sedang mereka kerjakan.

### Tips Menghindari Tantrum

Terdapat beberapa cara untuk menghindari tantrum. Meskipun agak susah namun bisa dilakukan dengan

perencanaan ke depan dan pemikiran tentang cara anak dalam memandang dunia. Tips atau cara tersebut.

a. berusaha memandang sesuatu dari sudut pandang anak-anak; b. milikilah harapan yang sesuai. Kadang perilaku yang dianggap nakal oleh orangtua merupakan bagian yang normal dari perkembangan anak. Mendiskusikan dengan orangtua lain kemungkinan dapat membantu; c. Usahakan meminimalkan aturan keluarga sehingga anak tidak kewalahan untuk mengingatnya dan mematuhi semua aturannya; d. Bersikap realistis. Menguji reaksi orangtua dan berusaha mengerjakan sesuatu secara terus menerus adalah hal normal pada anak bahkan ketika kita bilang “tidak” pada anak. Keadaan ini merupakan bagian dari perkembangan dan pembelajaran; e. Megajari dengan percontohnya. Anak-anak melakukan sesuatu hampir semuanya hasil dari meniru orang yang sudah dewasa; f. Memberi banyak kesempatan pada anak untuk berolah raga. Jalan-jalan, mendengarkan musik atau menari-nari dapat menghilangkan rasa sedih pada anak-anak; g. Memberi banyak pujian pada anak jika berperilaku tenang dan sesuai dengan harapan orangtua; h. Memelihara rasa humor. Jika orangtua melihat perilaku anak yang tantrum dari segi humor, maka setiap orang akan bahagia.

### **Prevenencegah Tantrum**

Kadangkala saat-saat akan timbulnya tantrum dapat dicegah, jika kita mengetahui gejalanya sejak awal. Ada beberapa strategi yang mungkin bisa dilakukan.

## BAHASAN UTAMA

a. Hindari mengatakan **tidak**. Jika kita menginginkan batita kita mengurangi sikapnya yang negatif, lebih menghindari kalimat larangan tetapi dengan kalimat penundaan atau pengalihan. Misal, “jika sekarang tidur siang, nanti ayah ajak jalan-jalan,” daripada – “tidak ada jalan-jalan sebelum tidur siang.

b. Memberi contoh yang baik. Anak perlu melihat orang dewasa dalam mengatasi masalah tanpa kemarahan atau teriak-teriak, demikian ia belajar dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi.

c. Memberi sedikit kendali. Biarkan anak untuk mengeluarkan pendapat, pilihan yang harus dimakan, diminum, dibeli dan permainan apa yang akan dilakukan.

### Penutup

Dalam dinamika keluarga topik yang sering muncul adalah berkaitan dengan figur, peran dan pengasuhan yang semuanya bermuara pada keharmonisan dalam rumah tangga dan pembentukan perilaku pada anak-anak. Figur merupakan profil yang ditunjukkan oleh seseorang yang mempunyai hubungan dekat dan perilakunya sering dijadikan model pada anak-anak. Dalam keluarga figur biasanya adalah ayah jika anaknya laki-laki, dan ibu jika anaknya adalah perempuan.

Suami dan istri sebagai figur kadang muncul masalah dalam hubungan antara keduanya. Masalah terjadi karena ketidakmampuan suami memaklumi karakteristik istri pada umumnya. Kunci meredakannya suami mesti pandai memaklumi akan kesukaan istri. Yakni suka bersolek, suka pujian, main perasaan, mempunyai sifat manja, hadiah

sehingga perlu menghadiahi pada saat-saat mengesankan, mengutamakan pada hal-hal tertentu, suka gosip sehingga mesti mengarahkan pada kegiatan yang konstruktif, suka detail, suka cemburu, suka keteraturan. Jika relasi suami istri berjalan dengan baik, maka tugas pengasuhan terhadap anak-anak akan mudah dikerjakan.

Pengasuhan atau *parenting* merupakan tindakan dengan kata-kata kunci yaitu kehangatan, sensitif, penuh penerimaan, bersifat resiprokal, ada pengertian, dan respon yang tepat pada kebutuhan anak. Dalam pengasuhan tidak lepas dengan keterlibatan ayah meski secara alamiah ibulah yang lebih memahami.

Pada pengasuhan yang melibatkan ayah dikenal dalam tiga bentuk yaitu *engagement* atau *interaction* yaitu interaksi satu-satu dengan anak. *Accessibility* yaitu orangtua ada dekat dengan anak tetapi tidak mengadakan interaksi langsung. *Responsibility* sebagai bentuk keterlibatan dengan perencanaan, pengambilan keputusan, dan pengorganisasian.

Secara tradisional terdapat pola pengasuhan yang mencerminkan budaya bangsa, sebagaimana yang disampaikan oleh Ki Hajar Dewantara, yakni *ing ngarsa sung tulada, ing madya mangun karsa, tut wuri handayani*. Kunci pokok dalam pengasuhan adalah adanya kesatuan kedua orangtua sehingga jika ada polemik harus segera diselesaikan agar tidak berdampak negatif pada perkembangan anak-anak. Namun jika ada konflik maka harus menghadapinya dengan sikap toleransi dan kemauan baik untuk mengurangi kemungkinan pencetusan pertengkaran-pertengkaran.

## BAHASAN UTAMA

Tujuan utama pengasuhan adalah pembentukan perilaku dan transfer ilmu, norma, etika bahkan agama. Dalam pembentukan perilaku dapat dilakukan melalui *modeling*, *conditioning*, dan *insight*.

Masalah pengasuhan ayah berperan sebagai pendukung tugas ibu, meskipun tidak ada ketentuan dasar tentang siapakah yang paling berkewajiban. Namun ibulah yang paling berpengaruh karena dia orang pertama yang mengerti keadaan anak-anak. Peran ayah dalam keluarga mempunyai tiga perspektif, yaitu tradisional, eksploitasi dan perubahan peran.

Untuk keberhasilan dalam pengasuhan kesabaran merupakan faktor penting. Jika pengasuhan dilakukan dengan sabar, maka pasti akan menuai hasil kelak, yaitu anak-anak yang sabar pula, memahami perasaan orang lain, tidak egois, cerdas, dan shalih.

Dalam pengasuhan terhadap anak terutama pada batita kadang muncul perilaku tantrum atau ledakan amarah karena sesuatu hal yang tidak menyenangkan dirinya. Tantrum ini sering kali menguji kesabaran orangtua dan menuntut kemampuan menganalisa penyebabnya serta solusi untuk meredakannya. Tantrum ini sering dijumpai pada anak usia 18 hingga 3 tahun; pada anak usia 5 hingga 6 tahun tetap masih terjadi, dan kemudian akan menghilang begitu saja.

Tantrum terjadi karena beberapa penyebabnya antara lain: anak mencari perhatian, menginginkan sesuatu yang tidak bisa dimilikinya, ingin membuktikan dirinya mandiri, frustrasi dari dalam diri, cemburu, kelelahan atau kelaparan, kelebihan muatan emosi, dan sifat keras kepala belaka.

Terdapat beberapa cara untuk menghindari tantrum yakni berusaha memandang sesuatu dari sudut pandang anak-anak, milikilah harapan yang sesuai dengan anak, meminimalkan aturan keluarga sehingga anak tidak kewalahan untuk mengingatnya dan mematuhi semua aturannya, bersikap realistis, megajari dengan percontohnya, memberi banyak kesempatan pada anak untuk melakukan aktifitas fisik seperti berolah raga, jika anak mampu melakukan sesuatu dengan benar berikanlah pujian, dan berusaha menciptakan rasa humor.

Terdapat beberapa cara untuk mencegah tantrum yaitu dengan menghindari mengatakan tidak tetapi alihkan dengan kata lain yang juga bermakna tidak, memberi contoh yang baik, dan memberi sedikit kendali agar anak dapat mengembangkan keinginannya.

### Daftar Pustaka

- Andayani, B. dan Koentjoro. 2004. *Psikologi Keluarga: Peran Ayah Menuju Coparenting*. Sepanjang: CV. Citramedia.
- Gunarsa, S.D. dan Gunarsa, S.D. 1978. *Psikologi untuk Keluarga*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Hayes, E. 2003. *Tantrum: Seri Panduan Praktis Keluarga*. (penejemah Kmah, Wahyuni R.). Jakarta: Erlangga.
- Julaihah, E. (editor). 2004. *Family Man: Menjadi Ayah dan Suami Idaman*. Curiosita.
- Knox, D. 1988. *Choises in Relationship*. 2<sup>nd</sup>. Ed. St. Paul: West Publishing. Co.
- Laswell, M. and Lawell T. 1987. *Marriage and The Family*. USA: Wardworth, Inc.

## BAHASAN UTAMA

Undang undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

Walgito, B. 1984. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.