

Materi

Catatan Kajian Sesi Ketiga: Psikologi Perkembangan Anak dan Beragam Gaya Parenting

- **Pemateri:** Kak Yogi Kusprayogi, M.Psi. Psikolog.
 - **Modul:** Persiapan Sebagai Orang Tua
 - **Tanggal:** Jumat, 12 September 2025 (Kelas Pengganti)
-

Mukadimah: Pengasuhan Bukan Sekadar "Kira-Kira"

Kak Yogi mengawali sesi dengan menekankan bahwa pengasuhan adalah dasar dari tumbuh kembang dan pembentukan kepribadian manusia. Beliau mengutip hadits terkenal:

"Setiap anak dilahirkan di atas fitrah (Islam), maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi."

Ini menunjukkan betapa vitalnya peran orang tua. Namun, banyak pengasuhan yang dilakukan hanya berdasarkan "kira-kira" atau meniru cara orang tua kita dahulu tanpa didasari ilmu. Pengasuhan yang benar harus memadukan dua komponen utama: **kasih sayang (love)** dan **pengaruh/disiplin (influence)**.

- **Kasih Sayang:** Membentuk perkembangan moral, rasa aman, dan inisiatif anak.
- **Disiplin:** Membentuk ketangguhan dan kekuatan dalam diri anak.

Kombinasi keduanya akan menghasilkan anak yang tangguh, kuat, kreatif, dan mudah beradaptasi. Sebaliknya, jika salah satu komponen dominan atau hilang, perkembangan anak akan terganggu.

Tipe-Tipe Pola Asuh (Menurut Diana Baumrind)

Kak Yogi menjelaskan tiga tipe pola asuh utama yang menjadi induk dari berbagai metode parenting.

1. Pola Asuh Otoriter

Ini adalah gaya pengasuhan yang mengedepankan ego orang tua, di mana sudut pandang orang tua menjadi satu-satunya yang benar.

- **Ciri-Ciri Utama:**

- **Kurang Responsif:** Orang tua sering mengabaikan kebutuhan emosional anak¹. Saat anak bertanya, jawaban yang diberikan seringkali seadanya ("Sudah takdirnya begitu," "Memang harus begitu"). Saat anak mengajak bermain, orang tua sering menolak karena sibuk².
- **Fokus pada Kepatuhan, Bukan Pemahaman:** Tujuan utamanya adalah membuat anak patuh dan nurut secara instan, bukan membuatnya paham³. Kepatuhan dianggap sebagai indikator keberhasilan, padahal anak yang patuh karena takut hanya akan taat saat ada figur otoritas.
- **Membentuk Perilaku dengan Paksaan:** Banyak menggunakan ancaman dan hukuman untuk membentuk perilaku anak⁴.
- **Kurang Hangat dan Apresiasi:** Orang tua jarang menunjukkan cinta, memberikan pujian, atau menghargai usaha anak⁵.
- **Menolak Argumen Anak:** Jika anak mencoba memberikan argumen, itu dianggap sebagai bentuk perlawanan atau pembangkangan, bukan sebagai proses belajar mempertahankan diri.

-  Peringatan dari Ibnu Qayyim & Riset Modern:
Kak Yogi mengutip ucapan Ibnu Qayyim rahimahullah dari kitab Tuhfatul Maulud, "Betapa banyak orang tua yang merasa telah mendidik anak-anaknya, namun sebenarnya mereka telah membinasakan anak-anaknya. Dan jika engkau jumpai kerusakan pada anak-anak, engkau akan banyak jumpai kerusakan pada orang tuanya, terutama figur bapak." Beliau menegaskan bahwa riset psikologi modern mengonfirmasi hal ini. Banyaknya masalah pada anak (termasuk LGBT, kecanduan, dll.) seringkali bersumber dari figur ayah yang otoriter atau abai.

- **Dampak Buruk pada Anak:** ⁶

- **Kurang Mandiri dan Sulit Membuat Keputusan:** Karena terbiasa diatur dan tidak pernah diberi pilihan⁷.
- **Tidak Berkembang Inisiatif, Minat, dan Bakatnya:** Karena takut salah dan tidak diberi kebebasan⁸.

- **Rentan Menjadi Korban Abuse (Pelecehan):** Anak yang haus akan perhatian dan kehangatan menjadi target empuk bagi predator. Kak Yogi berbagi pengalamannya bahwa banyak kasus homoseksual di kalangan mahasiswa berawal dari kondisi ini.
- **Cenderung Depresif dan Rentan Bunuh Diri:** Ini adalah fakta yang didukung oleh banyak jurnal ilmiah.

2. Pola Asuh Otoritatif (Berwibawa)

Ini adalah pola asuh yang **ideal dan seimbang**. Kak Yogi menjelaskan bahwa gaya ini mengambil sisi **disiplin** dari pola asuh otoriter dan sisi **kasih sayang** dari pola asuh permisif, lalu menggabungkannya. Anak memandang orang tua sebagai figur yang disegani dan konsisten, namun di saat yang sama juga penuh cinta dan menyenangkan.

● Ciri-Ciri Utama:

- **Memberi Kesempatan Mandiri:** Anak tidak selalu dibantu, melainkan diberi kesempatan untuk mencoba sendiri, seperti saat ingin ikut memasak di dapur. Kesalahan (misalnya, dapur berantakan) dipandang sebagai bagian dari proses belajar.
- **Mendengarkan Anak:** Pendapat anak didengarkan, meskipun keputusan akhir tetap di tangan orang tua.
- **Aturan Tegas tapi Hangat:** Aturan dan disiplin ditegakkan dengan tegas (tidak *menye-menye*), namun disertai dengan perhatian dan kasih sayang. Orang tua menunjukkan cinta lewat ungkapan lisan, sentuhan fisik, waktu berkualitas, dan hadiah.
- **Melibatkan Anak dalam Keputusan:** Anak sesekali diberi pilihan untuk melatihnya membuat keputusan dan bertanggung jawab. Contoh dari Kak Yogi: "Nak, hari ini mau makan sayur tempe apa sayur tahu?" Setelah anak memilih, orang tua menindaklanjuti dengan mengajarkan tanggung jawab, "Kamu sudah milih sayur tahu, habiskan ya makanannya."
- **Komunikasi dan Diskusi Intensif:** Orang tua aktif berdiskusi dengan anak, hangat, dan tidak kasar.

● Dampak Positif pada Anak:

- **Mandiri dan Bertanggung Jawab:** Karena terbiasa diberi kepercayaan dan kesempatan.
- **Harga Diri Tinggi, Punya Rasa Aman, dan Percaya Diri:** Anak memiliki konsep diri yang bagus dan tidak mudah terpengaruh lingkungan.
- **Kreatif, Inisiatif, dan Bakatnya Berkembang:** Karena merasa aman untuk mencoba hal baru tanpa takut dihakimi.

3. Pola Asuh Permisif

Secara umum, ini adalah gaya pengasuhan di mana orang tua cenderung mengabaikan atau terlalu memanjakan anak. Aturan sangat minim atau tidak ada sama sekali.

- **Ciri-Ciri Utama:**
 - **Memberikan Kebebasan Penuh:** Anak bebas berekspresi dan melakukan apa saja sesuai keinginannya ("*Wis sak karepmu*" - Terserah kamu).
 - **Aturan Tidak Jelas dan Tidak Tegas:** Walaupun ada aturan, seringkali tidak konsisten dan mudah berubah.
 - **Jarang Mengontrol dan Memberi Tuntutan:** Disiplin sangat rendah dan orang tua jarang memberi arahan.
 - **Keinginan Anak Selalu Dituruti.**
- **Dua Jenis Pola Asuh Permisif (menurut penjelasan Kak Yogi):**
 1. **Indulgent (Memanjakan):** Orang tua sangat sayang, hadir, dan punya banyak waktu bersama anak, tetapi tidak punya ketegasan sama sekali. Semua keinginan anak dituruti.
 2. **Neglectful (Mengabaikan):** Orang tua sibuk (misalnya keduanya bekerja) dan jarang berinteraksi dengan anak, sehingga anak merasa terabaikan. Sebagai kompensasi, semua kemauan materi anak dipenuhi. Anak menjadi "raja" yang diasuh oleh asisten rumah tangga atau pengasuh.
- **Dampak Buruk pada Anak:**
 - **Perilaku Agresif:** Anak berani menentang dan melawan orang tua.
 - **Sulit Mengendalikan Diri:** Kontrol emosi dan diri sangat buruk, mudah tantrum.
 - **Cenderung Melanggar Nilai dan Norma Sosial:** Karena tidak terbiasa dengan aturan dan disiplin sejak kecil.

4. Menuju Pengasuhan yang Seimbang dan Ekselen (*Excellent Parenting*)

Kak Yogi menyimpulkan bahwa pengasuhan yang ideal adalah yang berada di pertengahan, yaitu **otoritatif**. Model ini terbukti secara ilmiah dapat mendukung perkembangan harga diri anak, membuatnya lebih mudah menyesuaikan diri, kompeten, dan memiliki kontrol diri yang baik. Pengasuhan ini juga sangat memengaruhi perilaku prososial (peduli pada orang lain) dan kecerdasan emosi anak.

- **Matriks Pola Asuh:**
 - **Pola Asuh Ideal (Otoritatif):** Tuntutan Tinggi (*High Demandingness*) + Perhatian Tinggi (*High Responsiveness*).
 - **Pola Asuh Otoriter:** Tuntutan Tinggi + Perhatian Rendah. Ini memunculkan sikap arogan dan keras.
 - **Pola Asuh Permisif:** Tuntutan Rendah + Perhatian Tinggi. Ini memunculkan sikap acuh, manja, dan pembiaran.
- **Ciri-ciri *Excellent Parenting* (Pengasuhan Otoritatif):**

1. **Memberi Kehangatan dan Kasih Sayang:** Orang tua berusaha maksimal merawat anak dengan dasar kelembutan dan cinta. Ini adalah fondasi yang memberi dampak signifikan pada perkembangan psikologis anak.
 2. **Membangun Kedekatan Emosional:** Ayah dan Ibu hadir secara kualitas dan kuantitas untuk memahami dan memenuhi kebutuhan anak. Kegiatan bersama dan kekompakan adalah kuncinya.
 3. **Memberikan Rasa Aman dan Nyaman:** Ini dibangun dari komunikasi yang baik. Anak merasa tidak takut untuk menyampaikan perasaan dan keinginannya.
 4. **Harmonis:** Ayah dan Ibu menunjukkan sikap harmonis dan minim konflik di depan anak, menciptakan lingkungan yang hangat dan kondusif.
-  **Pola Disiplin yang SALAH dan Harus Dihindari:**
 - Melakukan kekerasan fisik (memukul, menjewer, mencubit).
 - Mengancam anak.
 - Menegur dengan keras, teriakan, dan bentakan.
 - Menggunakan kata-kata kasar dan umpatan.
 - Memberi label negatif (anak nakal, bodoh, beban).
 - Tidak konsisten dengan aturan dan memberi janji palsu.
 - Menjadikan anak sebagai pelampiasan emosi orang tua.
 - Mudah menghakimi (*judgemental*) anak ("Alah, paling juga sebulan berhenti").
-

Rangkuman Kajian

- **Tiga Gaya Pengasuhan Utama:** Ada tiga induk pola asuh: **Otoriter** (tuntutan tinggi, kasih sayang rendah), **Permisif** (tuntutan rendah, kasih sayang tinggi), dan **Otoritatif** (tuntutan tinggi, kasih sayang tinggi).
- **Dampak Pola Asuh:** Pola asuh **otoriter** menghasilkan anak yang penakut dan sulit mengambil keputusan. Pola asuh **permisif** menghasilkan anak yang agresif dan tidak bisa mengendalikan diri. Pola asuh **otoritatif** menghasilkan anak yang mandiri, percaya diri, dan cerdas secara emosi.
- **Pola Asuh Ideal:** Pola asuh terbaik adalah **Otoritatif**, yang menyeimbangkan antara disiplin/ketegasan dengan kehangatan/kasih sayang. Ini selaras dengan contoh dari Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam*.
- **Pentingnya Peran Ayah:** Kerusakan pada anak seringkali bersumber dari figur ayah yang otoriter atau abai. Ayah harus terlibat aktif dalam pengasuhan.
- **Memutus Rantai:** Cara terbaik untuk tidak mengulangi kesalahan pengasuhan orang tua kita di masa lalu adalah dengan memaafkan mereka, memperbaiki hubungan, dan membekali diri dengan ilmu parenting yang benar.



Catatan Penting (Pelajaran Praktis)

- **Seimbangkan Cinta dan Aturan:** Jangan hanya menuntut tanpa memberi kehangatan, dan jangan hanya memanjakan tanpa memberi batasan. Keduanya harus berjalan beriringan.
- **Ayah, Hadirilah!:** Peran ayah sangat krusial dalam membentuk karakter anak. Jangan serahkan pengasuhan sepenuhnya kepada ibu. Terlibatlah secara emosional dan fisik.
- **Koreksi Diri, Maafkan Orang Tua:** Jika kita pernah mengalami pola asuh yang salah, langkah pertama untuk sembuh adalah memaafkan dan memaklumi keterbatasan orang tua kita, lalu fokus belajar menjadi orang tua yang lebih baik.
- **Hukuman Mendidik, Bukan Menyakiti:** Ingat dua jenis hukuman: menarik kenikmatan atau memberi tugas yang tidak nyaman. Hindari kekerasan fisik, verbal, dan **jangan pernah menjadikan ibadah sebagai hukuman.**
- **Libatkan Anak dalam Aktivitas Rumah:** Jangan mendidik anak untuk "fokus belajar saja". Melibatkan mereka dalam pekerjaan rumah tangga (memasak, membersihkan, dll) adalah cara terbaik mengajarkan tanggung jawab, kemandirian, dan *life skills*.

QnA

Sesi Tanya Jawab (Q&A)

? Pertanyaan (Pak Tanjung): Apakah ada gaya pengasuhan lain selain tiga yang utama? Dan bisakah gaya otoritatif diterapkan di sekolah dengan murid yang latar belakangnya berbeda-beda?

 Jawaban Kak Yogi:

- Ada banyak turunan gaya pengasuhan lain (*gentle parenting, fitrah-based parenting, dll*), tetapi tiga ini (otoriter, otoritatif, permisif) adalah induknya. Gaya otoritatif yang pertengahan sudah lebih dari cukup.
- Sangat cocok diterapkan di sekolah. Namun, guru perlu fleksibel. Jika menghadapi anak dari keluarga **otoriter**, guru perlu lebih banyak memberikan kehangatan (sedikit condong ke permisif) karena anak haus akan hal itu. Sebaliknya, jika menghadapi anak dari keluarga **permisif** yang manja, guru perlu sedikit lebih menaikkan sisi ketegasan (otoriter) agar anak belajar disiplin.

? Pertanyaan (Pak Ibnu Satria): Apa konsekuensi yang tepat untuk anak yang melanggar aturan? Apakah harus berhubungan dengan kesalahannya?

 Jawaban Kak Yogi:

- Semua hukuman/konsekuensi tujuannya adalah mendidik, dan **tidak harus berhubungan langsung dengan kesalahannya**.
- Ada dua jenis hukuman yang mendidik:
 1. **Negative Punishment: Menarik kenikmatan** dari anak. Contoh: karena datang terlambat, jam istirahatnya dikurangi. Karena mengganggu teman, hari ini tidak dapat *snack*.
 2. **Positive Punishment: Memberikan hal yang tidak nyaman** bagi anak. Contoh: karena ribut di kelas, disuruh berdiri di pojok.
-  **Penting: Jangan pernah menjadikan ibadah sebagai hukuman** (misalnya, "Hukumanmu shalat Dhuha 4 rakaat" atau "Hukumanmu menghafal Al-Qur'an"). Ini akan membuat anak benci pada ibadah. Jika ingin mengaitkan dengan ibadah, ubah redaksinya: "Nak, karena kamu berbuat salah, seorang muslim harus bertaubat. Salah satu cara menutupi kesalahan adalah dengan memperbanyak amal shalih. Yuk, perbanyak shalat Dhuha-nya untuk menutupi kesalahanmu tadi."

? Pertanyaan (Ibu Anonim): Bagaimana cara memutus rantai pola asuh negatif yang pernah saya alami dari orang tua saya dulu?

 Jawaban Kak Yogi:

1. **Berdamai dengan Masa Lalu:** Pahami bahwa apa yang terjadi adalah atas kehendak Allah. Maafkan orang tua dan carikan uzur untuk mereka (mungkin mereka kurang ilmu, atau dididik dengan cara yang sama oleh kakek-nenek). Jangan menyimpan dendam, karena itu justru akan membuat kita mengulangi pola yang sama.
2. **Perbaiki Hubungan (Rekonsiliasi):** Jadilah anak yang komunikatif dengan orang tua.

Jangan trauma. Jadikan interaksi dengan mereka sebagai ladang sabar dan pahala.

3. **Perbanyak Ilmu:** Teruslah belajar ilmu parenting agar kita bisa mendidik anak dengan sadar (*mindful*), berdasarkan ilmu, bukan berdasarkan emosi atau "kira-kira".

Evaluasi

Soal 1

? Pertanyaan: Jika orang tua terlalu otoriter dalam mendidik anak, maka dampak yang mungkin muncul adalah...

✓ Jawaban Benar: B. Anak kesulitan mengambil keputusan sendiri

Penjelasan: Gaya parenting **otoriter** ditandai dengan aturan ketat dan komunikasi satu arah. Anak terbiasa hanya mengikuti perintah dan tidak dilatih untuk membuat pilihan, sehingga mereka kesulitan mengambil keputusan secara mandiri saat dewasa.

Soal 2

? Pertanyaan: Perbedaan pola asuh antara ayah dan ibu dapat menimbulkan...

✓ Jawaban Benar: B. Kebingungan pada anak

Penjelasan: Aturan dan ekspektasi yang tidak konsisten dari kedua orang tua akan membuat anak bingung. Anak kesulitan memahami batasan mana yang benar-benar berlaku, yang pada akhirnya dapat menimbulkan rasa tidak aman dan cemas.

Soal 3

? Pertanyaan: Salah satu ciri pengasuhan bijak adalah...

✓ Jawaban Benar: B. Menjalin kelekatan emosional yang sehat

Penjelasan: Pengasuhan yang bijak (sering disebut gaya asuh **otoritatif/berwibawa**) menyeimbangkan antara aturan yang jelas dengan kehangatan dan dukungan. Inti dari pola asuh ini adalah membangun ikatan atau **kelekatan emosional yang sehat** dan aman, yang menjadi fondasi bagi perkembangan anak.

Soal 4

? Pertanyaan: Orang tua yang cenderung terlalu permisif biasanya akan...

✓ Jawaban Benar: B. Membiarkan anak tanpa aturan yang konsisten

Penjelasan: Gaya pengasuhan **permisif** memiliki sedikit aturan dan tuntutan. Ciri utamanya adalah **kurangnya batasan dan aturan yang konsisten**, di mana orang tua lebih berperan sebagai teman daripada figur otoritas.

Soal 5

? Pertanyaan: Pengasuhan yang baik akan membantu anak dalam mengembangkan...

✓ Jawaban Benar: A. Rasa tanggung jawab dan kelekatan emosional

Penjelasan: Pengasuhan yang baik dan seimbang akan menghasilkan dampak positif. Dengan adanya batasan, anak belajar **rasa tanggung jawab**, dan dengan adanya kehangatan serta dukungan, anak membangun **kelekatan emosional** yang aman dengan orang tuanya.