

WEBINAR SERIES

SESI 1: MENANAM BENIH YANG MENENTUKAN (0-5 TAHUN)

* Heryanti Satyadi

** Emanuella Nesya Widiyanto

Editor: Fransisca Iriani

Kegiatan yang diselenggarakan oleh Universitas Tarumanagara (Untar) bersama dengan Kantor Psikologi *I Love My Psychologist* (ILMP) dan PGDI ini merupakan salah satu bentuk kegiatan pelayanan kepada masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat, khususnya para orang tua terkait bagaimana menjalankan tugas dan tanggung jawabnya sebagai orang tua dengan baik. Sesi pertama dari serangkaian webinar ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 Maret 2023 pukul 10.00-12.00 WIB dengan menggunakan *Zoom meeting conference*. Acara ini dihadiri oleh kurang lebih 35 peserta. Peserta acara ini adalah para orang tua, namun ada juga calon orang tua. Materi pertama dari webinar ini adalah “Menanam Benih yang Menentukan (0-5 tahun)” dibawakan oleh Dr. Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog. Sesi pertama ini membahas peranan orang tua dalam membesarkan anak sebagai Keturunan Ilahi[1]. Yaitu anak-anak yang mengalami dimensi kerohanian dalam mengetahui bahwa dirinya adalah ciptaan Tuhan.

Sebagai orang tua, tentunya ingin mempunyai anak yang dapat bertumbuh dengan baik. Untuk dapat bertumbuh dan berbuah dengan baik, tentunya orang tua sebagai penanam berperan dalam menciptakan benih yang baik pula. Maka dari itu, webinar ini bertujuan untuk membekali orang tua terkait anak usia 0 sampai 5 tahun, mulai dari karakteristik atau *critical moment*-nya, tugas perkembangannya (aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosi), peran orangtua dalam pengasuhannya, penerapan keseimbangan antara aturan dan kasih sayang, hingga masalah-masalah yang dianggap umum pada usia ini, tetapi dapat menyebabkan abnormalitas di kemudian hari jika tidak ditangani dengan tepat.

Orang tua memegang peranan penting dan bertanggung jawab atas anaknya. Para orang tua telah diberikan kepercayaan oleh Allah untuk membentuk keluarga sebagai perwakilan pemerintahan kerajaan Allah, serta dipercayakan Keturunan Ilahi untuk memenuhi bumi dan tinggal dalam Kerajaan Sorga. Dalam memenuhi panggilan sebagai orang tua tersebut, penting untuk

mengajarkan dan memperlakukan anak sesuai dengan Firman Tuhan. Dimulai dari mengenalkan anak akan identitasnya sebagai anak Allah yang berharga, memperkatakan hal-hal baik serta menghargainya, maka hal ini akan membentuk mentalitas anak yang kuat dan tidak merendahkan dirinya melainkan berusaha untuk menjadi serupa dengan Yesus. Selain itu, dengan identitas yang benar serta mentalitas yang kuat, maka anak akan mampu mengenali otoritasnya yang Ilahi. Menyadari otoritas sebagai anak Allah di bumi dapat membantu anak tegas akan hal apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan menurut Firman.

Terdapat empat momen kritis dalam pengasuhan. Pertama, usia 0-5 tahun dimana orang tua 100% berperan dalam mengendalikan kehidupan anak dan berfokus untuk mengajarnya. Anak akan mempercayai dan menerima segala sesuatu yang dikatakan orang tua. Sehingga, orang tua perlu mengisi diri dengan Firman Tuhan agar dapat membagikan hal yang benar pula kepada anak. Kedua, usia 6-12 tahun orang tua sudah tidak lagi 100% memegang kendali, melainkan mengajar dan melatih anak untuk mengendalikan hidupnya. Orang tua berfokus untuk melatih. Selanjutnya, usia 13-18 tahun orang tua berperan dalam mendampingi dan mengendalikan kehidupannya. Sehingga, fokus pada tahapan ini adalah untuk mendampingi. Terakhir, pada usia di atas 18 tahun orang tua hanya fokus untuk menjadi teladan. Orang tua perlu melepaskan dan membiarkan Tuhan mengendalikan hidupnya. Pada webinar ini, akan membahas pada usia 0-5 tahun saja. Aspek yang penting untuk diperhatikan yakni fisik, sosial emosi, kognitif, dan bahasa komunikasi.

Dimulai dari pembahasan usia 0-2 tahun, tahapan ini membentuk kepercayaan pada anak. Terjadi tahapan perkembangan *trust vs. mistrust*, dimana anak akan mempelajari apakah dunia ini merupakan tempat yang aman atau tidak bagi dirinya. Pada tahapan ini, anak sepenuhnya bergantung pada orang tua, maka dari itu orang tua perlu responsif dan memberikan rasa aman melalui ikatan emosional kepada anak. Terdapat tugas perkembangan mulai dari belajar berjalan, bicara kontak mata, paham instruksi sederhana, serta mengenali ekspresi wajah. Melalui tugas perkembangan ini, orang tua perlu disiplin dalam memenuhi kebutuhannya (terkait jam serta kuantitas) dan perlu untuk sering memberi stimulus kepada anak seperti mengajak bicara, bercerita, memeluk, membelai, dan lain sebagainya.

Selanjutnya, tahapan usia 2-3 tahun merupakan tahap perkembangan *autonomy vs. shame*. Pada usia ini, anak ingin mengeksplorasi banyak hal dalam membangun keterampilan hidup mandiri. Anak

mulai mengerti identitas *gender*-nya, sehingga orang tua perlu tegas dalam menekankan kepada anak, seperti memberikan pakaian dan mainan yang sesuai dengan gendernya. Mengacu pada masa empat momen kritis dalam pengasuhan, pada masa anak usia 2-3 tahun orang tua berperan sepenuhnya dalam mengendalikan kehidupan anak dan berfokus untuk mengajari anak. Anak akan mempercayai dan menerima segala sesuatu yang dikatakan orang tua. Anak juga mulai memahami dirinya dan lingkungan sekitarnya, sehingga orang tua perlu memberikan pengetahuan kepada anak tentang nama diri dan juga anggota keluarga. Pada tahapan ini, orang tua sebaiknya menyediakan lingkungan sosial yang positif, menyediakan stimulus sosial variatif, memperkenalkan waktu, aturan, kedisiplinan, serta menjadi teman bermain untuk menanamkan nilai. Sehingga, akan terbentuk otonomi pada anak, mandiri dalam bertindak dan membuat keputusannya sendiri [2].

Pada usia 3-5 tahun, terjadi tahap perkembangan *initiative vs. guilt*. Anak mulai belajar untuk memiliki inisiatif dalam dirinya, atau sebaliknya menjadi anak yang takut salah dan tidak berani dalam melakukan suatu hal. Untuk dapat mencapai inisiatif pada anak, orang tua sebaiknya menyediakan lingkungan sosial yang lebih luas, menjadi teladan nilai-nilai dalam keluarga seperti dalam hal berdoa, menjadi teman belajar dan membangun kebiasaan membaca terutama Alkitab, untuk menumbuhkan iman pada anak. Sehingga, anak dapat lebih mengenali dirinya, meniru tokoh yang dikagumi, menganut nilai dalam keluarga, serta aktif bersosialisasi dengan lingkungannya.

Memang perlu diingat bahwa ada berbagai faktor yang menentukan perkembangan seorang anak yang menjadikannya seorang individu yang unik, setiap perkembangan dapat berbeda-beda antara satu individu dengan individu lainnya. Perkembangan seorang anak berbeda tergantung faktor eksternal dan internal mempengaruhi daya berkembangnya dan kecepatannya. Faktor eksternal meliputi keadaan lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, dan stimulasi psikologis. Sedangkan faktor internal adalah jenis kelamin, perbedaan ras, usia, genetik, dan kromosom. Setiap anak juga mungkin mengalami tahapan perkembangan yang lebih intens, sementara yang lain mungkin memiliki pengalaman yang berbeda.

Terdapat beberapa tipe pola asuh orang tua yang akan mempengaruhi perkembangan anak. Pertama, pola asuh otoriter yakni kecenderungan orang tua menetapkan standar yang mutlak harus dituruti, bahkan dengan berbagai ancaman. Orang tua tipe ini juga cenderung memaksa, memerintah, menghukum. Apabila anak tidak mau melakukan apa yang dikatakan oleh orang tua,

maka orang tua tipe ini tidak segan menghukum anak. Orang tua tipe ini juga tidak mengenal kompromi, dan dalam komunikasi biasanya bersifat satu arah. Orang tua tipe ini seringkali tidak mau berusaha mengerti anaknya, tidak terdapat kasih melainkan hanya ada kedisiplinan. Pola asuh yang kedua yaitu Alkitabiah, yakni memprioritaskan kepentingan anak tapi juga memiliki batasan tertentu dalam mendisiplinkan anak. Orang tua tipe ini bersifat realistis, tidak memaksakan kehendaknya melampaui kemampuan anak, serta memberikan kebebasan kepada anak. Terdapat kasih yang memberikan kehangatan kepada anak.

Pola asuh yang ketiga adalah tidak peduli, dimana orang tua tidak memberikan kedisiplinan pada anak, namun juga tidak memberikan kasih kepada anak. Waktu dan biaya yang diberikan kepada anak sangat terbatas, lebih cenderung pada kebutuhan pribadi saja. Sedangkan pola asuh yang keempat adalah serba boleh, dimana anak diberikan kebebasan untuk melakukan segala sesuatu tanpa teguran. Orang tua hanya memberikan kasih saja, namun tidak ada pendisiplinan. Disiplin sendiri berarti sikap atau tindakan orang tua dalam proses membimbing anak dengan tujuan untuk menanamkan pola perilaku atau kebiasaan-kebiasaan tertentu, terutama yang meningkatkan kualitas mental dan moral anak. Bentuk dari kedisiplinan dapat berupa tuntutan kepatuhan, menentukan standar, serta memberikan konsekuensi *reward* maupun *punishment*. Sedangkan kasih sayang berarti sikap atau tindakan orang tua menerima anak sebagaimana adanya. Mulai dari memenuhi kebutuhannya, berkomunikasi, serta membangun gambar Allah dalam diri anak.

Sebagai orang tua, perlu untuk memahami bahwa kedisiplinan bukan berarti untuk memenuhi keinginan orang tua, menghilangkan kekhawatiran orang tua maupun emosi orang tua. Melainkan, tujuan dari disiplin adalah supaya anak mengikuti aturan Tuhan. Begitu juga dengan kasih sayang, perlu untuk didasari dengan kasih Tuhan atau *Agape*; kasih tanpa syarat. Kasih sayang dapat diekspresikan melalui menghabiskan waktu berkualitas bersama, kata-kata yang positif, sentuhan fisik, pemberian hadiah, ataupun tindakan melayani.

Dalam tahap perkembangan anak, tentunya akan muncul berbagai masalah. Sebagai orang tua, penting untuk peka terhadap permasalahan tersebut, menghadapi dan menyelesaikannya dengan efektif. Berbagai perilaku yang seringkali dianggap biasa pada anak usia 0-5 tahun namun sebenarnya harus ditangani dengan tepat antara lain masalah makan, tidur, perilaku, serta keterlambatan bicara. Gangguan makan apabila tidak ditangani dapat berdampak pada kecemasan,

depresi, serta masalah emosional lainnya di kemudian hari. Kesulitan tidur dapat mempengaruhi kesehatan, kelelahan, kesejahteraan psikologis, kecemasan, serta konsentrasi anak. Masalah perilaku dan bicara dapat berdampak pada masalah sosial, emosional, serta kesejahteraan psikologis di masa depan. Maka dari itu, penting bagi orang tua untuk mengambil tindakan yang tepat sejak dini. Konsultasi pada ahli psikologi atau ahli terkait dapat membantu mencegah dampak negatif yang telah disebutkan sebelumnya.

Kesimpulannya, usia 0-5 tahun menjadi masa yang krusial bagi perkembangan anak. Untuk dapat mencapai anak yang bertumbuh dan berbuah dalam Tuhan, orang tua perlu menjadi teladan dan memberikan tuntunan yang benar kepada anak. Orang tua perlu untuk memberikan kasih dan juga kedisiplinan pada anak. Segala bentuk *parenting* tersebut perlu didasari atau berlandaskan Firman Tuhan.

[1] Apa maknanya? Gunakan dengan kata yang mudah dimengerti pembaca umum. Interpretasi dan pemahaman mengenai istilah ini dapat bervariasi tergantung pada keyakinan dan nilai-nilai individu.

[2] Disebutkan bahwa orang tua perlu memberikan pakaian dan mainan yang sesuai dengan gendernya. Namun, pendekatan ini mungkin terlalu membatasi dan dapat memperpetuasi stereotipe gender yang tidak selalu relevan. Penting untuk memberikan kesempatan kepada anak untuk mengeksplorasi berbagai minat dan aktivitas tanpa batasan gender yang kaku.

Untuk Itu Sertakan penjelasan bahwa setiap anak mengalami perkembangan secara unik dan bahwa pengalaman perkembangan dapat berbeda-beda antara satu individu dengan individu lainnya. Jelaskan bahwa beberapa anak mungkin mengalami tahapan ini dengan lebih intens, sementara yang lain mungkin memiliki pengalaman yang berbeda.

* Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

** Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara | 717221018