

# ParentThink



*Karena Hanya  
Orangtua  
Cerdas  
yang Bisa  
Membimbing  
Anaknya  
Menjadi:*

- *Mandiri*
- *Tanggung*
- *Peduli*
- *Bertanggung Jawab*

*"Sangat menginspirasi ... mudah dipahami dan diterapkan."*

*—Dude Harlino & Alyssa Soebandono,  
artis dan orangtua 1 anak*

**Mona Ratuliu**

“Di balik anak-anak yang sukses selalu ada orangtua yang luar biasa dan sebaliknya.”

—Ayah Edy, praktisi parenting dan penulis buku bestseller Ayah Edy  
Menjawab

“Mendidik anak adalah sebuah kenikmatan, tetapi mengapa banyak sekali orangtua yang frustrasi? Ternyata bukan anak yang bikin kita frustrasi, tetapi cara-cara kita yang dangkal yang membuat kita frustrasi dan menjebak kita dalam kesulitan mengelola anak. Tanpa belajar kita akan mendidik anak dengan cara asal-asalan, tanpa belajar kita akan mendidik anak kita dengan cara ala kadarnya. Buku ini adalah pengalaman nyata! Kita akan merasakan bahwa bertransformasi menjadi orangtua yang sanggup mengelola anak dengan lebih baik itu bisa dilakukan, masuk akal, bukan hanya impian belaka.”

—Angga Setyawan, founder @anakjugamanusia, praktisi parenting,  
penulis buku Anak Juga Manusia dan Kenali Anakmu

“Tak ada kelas untuk menjadi orangtua. Trial-error, itu yang dilakukan dalam pengasuhan. Seolah anak menjadi korban ‘uji coba’ orangtua yang tak ‘ready’. Namun, buku ini memberi perspektif baru! Mengintip langsung pengasuhan dari sosok orangtua yang sungguh-sungguh membuka dirinya untuk belajar dan berbagi tanpa menggurui. Agar episode menjadi orangtua yang penuh drama tak dirasakan oleh orangtua seorang diri. I love this book! It’s inspiring. And you’ll love it too :).”

—Roslina Verauli, psikolog anak, remaja, dan keluarga

“Pola asuh sesuai dengan ajaran Ki Hajar Dewantara. Wow! This is something new to me. Buku ini menarik sekali karena dari awal sampai akhir kita diajak untuk melihat dinamika hubungan orangtua dan anak lewat kacamata si anak. Jadi, membuat kita lebih memahami mereka. Apalagi contoh-contoh yang diambil juga relevan dan relatable sekali dengan kita karena memang kejadian nyata di Mona dan keluarganya.

Bacaan wajib untuk semua orangtua anak segala usia.”

—Hanifa Ambadar, founder Female Daily Network

“Ki Hajar Dewantara mewarisi kita sesuatu yang sering kita dengar, tetapi belum kita mengerti dan kita jalankan. Dengan membaca ParenThink, saya kembali mengingat dan mencoba menjalankan warisan dari leluhur kita tersebut.”

—Abimana Aryasatya, aktor dan ayah 4 anak

“Katanya pengalaman adalah guru yang terbaik. Tentu saya setuju. Namun, lebih setuju lagi ketika mengetahui bahwa ada satu buku yang membuat kita dapat belajar dari pengalaman tersebut dan sekaligus mendapatkan ilmunya. Yees! Buku ParenThink ini adalah gabungan semuanya. Pengalaman Mona yang disertai dengan ilmu parenting dan psikologi membuat buku ini terasa lengkap dan bermanfaat. Baru beberapa kalimat pembuka saja sudah membuat saya merasa isinya adalah jawaban bagi orangtua seperti saya. Thank you Mona ... cool mom! Cool kids! Cool family!”

—Ivy Batuta, presenter dan ibu 2 anak

“Subhanallah, buku yang membuka wawasan dan memberikan banyak sekali hal menarik serta bermanfaat tentang bagaimana menjadi orangtua dan mendidik anak. Sangat menginspirasi, penjelasan serta bahasanya mudah dipahami dan diterapkan. Selamat menjadi orangtua cerdas yang akan memberikan bekal terbaik untuk masa depan anak-anak kita.”

—Dude Harlino dan Alyssa Soebandono, artis dan orangtua 1 anak

“Belajar dari TK, SD, SMP, SMA, S1 kirain sudah selesai, ternyata masih ada lagi 2 S yang lain. Suami dan menjadi Superdaddy! Intinya belajar adalah bagian dari proses kehidupan dan kunci dari buku ini adalah belajar itu harus lahir dan batin!”

—Ananda Omesh, artis dan ayah 1 anak

“Orangtua bukan berarti yang paling tahu dan paling benar daripada anak-anak. Orangtua hanya hidup lebih dulu daripada anak-anak. Menjadi orangtua bukan alasan untuk berhenti belajar seperti halnya anak-anak.”

—Dian Ayu, artis, presenter, dan ibu 1 anak

“Menjadi orangtua cerdas perlu proses belajar terus-menerus, dan tidak ada mata pelajarannya saat sekolah dulu. Buat saya, buku ParenThink ini adalah teman belajar yang sangat menyenangkan.”

—Ersa Mayori, presenter dan ibu 2 anak

“Saya enggak bisa hidup tanpa Bebi Romeo yang selalu membimbing saya. Namun, buku ParenThink ini melengkapi saya menjadi orangtua yang baik.”

—Meisya Siregar, artis dan ibu 2 anak

“Banyak hal yang saya pelajari dari sahabat saya yang cantik ini. Belajar dari pengalamannya membesarkan Mima, sang buah hati yang umurnya dua tahun di atas Naura, menjadi bahan pembelajaran serta cerminan belajar buat saya dan suami. Dari awal saya sudah jatuh cinta sama tulisannya Bunda Mona sehingga saya ingin tulisannya ada di album Dongeng Naura, tujuannya untuk menyebarkan ilmu parenting kepada banyak ibu di Indonesia. Dengan adanya buku ParenThink ini saya semakin senang karena sekarang saya memiliki semacam pedoman atau pegangan belajar untuk menjadi orangtua yang pintar.”

—Nola Be3, penyanyi dan ibu 3 anak

“Menyenangkan sekali saat membaca buku tentang parenting dan penulisnya tidak terkesan menggurui, tetapi justru berbagi pengalaman. Terlebih lagi, penulisnya mau mengakui kesalahannya sebagai orangtua dan berkaca dari itu, lalu memperbaikinya. Mona mengajak kita mengikuti suatu perjalanan indah, tetapi sangat menantang yaitu ‘Parenthood’ yang kadang tampak sulit sekali. Namun, dengan adanya buku dan blog dari

Mona, we have the support we need. We feel united as parents to achieve one thing: to be the best parent we can be for our children.”

—Shanty, penyanyi dan ibu 2 anak

“Mengungkap sejuta rahasia sinergi orangtua dan anak, proses saling belajar yang tidak akan pernah berhenti. Setelah membaca dan menghayati buku ini dengan kondisi saya pribadi sedang berbadan dua, begitu besar hasrat ingin menerapkan setiap cara yang sudah dilakukan Mbak Mona Ratuliu terhadap ketiga anaknya. Anak adalah harga mati sebuah masa depan dan orangtua ikut andil di dalamnya. Orangtua adalah penentu karakter setiap anak, orangtua cerdas menciptakan karakter cerdas untuk anak. Buku ini PAS untuk kamus belajar para orangtua.”

—Tantri Kotak, penyanyi

“Menjadi orangtua itu tidaklah mudah. Apalagi menjadi orangtua yang asyik. Dibutuhkan persiapan yang matang. Bagaimana caranya, ya?! Baca buku ParenThink yang bisa membantu kita menjadi orangtua yang siap lahir dan batin.”

—Novita Angie, artis dan ibu 2 anak

“Selama ini sibuk ngejejelein diri dengan teori-teori parenting dari para ahli, sampai akhirnya ngerasa kok susah sih menjadi orangtua yang baik?! Namun, akhirnyaaa ... terima kasih Monaaa. Buku ini sangat ‘dekat’ dan realistis, sehingga saya mendapatkan pandangan baru, ternyata menjadi orangtua yang baik adalah sebuah proses pembelajaran :)”

—Cici Panda, presenter dan ibu 1 anak

“Enggak akan lupa pertama kali saya ditelepon Mona hampir 6 tahun lalu, menanyakan tentang RUM (Rational Use of Medicine) disaat banyak orang acuh tak acuh tentang isu ‘Patient's Safety’. Beberapa hari kemudian, dia pun muncul di seminar PESAT. Di situ pertama kali saya ‘jatuh cinta’ sama si

bunda baik hati ini. Mona Ratuliu adalah sosok bunda yang selalu mau belajar dan memahami perkembangan kesehatan lahir batin anak-anaknya.

—Widi Mulia Be3, penyanyi dan ibu 3 anak

# *ParentThink*



Menyajikan bacaan yang diramu dari beragam informasi, kisah, dan pengalaman yang akan memperkaya hidup Anda dan keluarga.

# *ParentThink*

Mona Ratuliu



# *ParenThink*

karya Mona Ratuliu

Copyright © 2015 by Mona Ratuliu

Hak cipta dilindungi undang-undang

Penulis Pendamping: Isthi Rahayu

Penyunting: Khairi Rumantati

Penyelaras aksara: Lian Kagura

Penata aksara: Nurhasanah Ridwan

Perancang sampul: am.wantoro

Ilustrasi isi: JJ Wind

Fotografer: [www.bigshot.photography](http://www.bigshot.photography), @lianbajaklaut

Jl. Kemang III No.12A, Jakarta 12730

Digitalisasi: Elliza Titin

Diterbitkan oleh Noura Books

PT Mizan Publika (Anggota IKAPI)

Jln. Jagakarsa No.40 Rt.007/Rw.04, Jagakarsa-Jakarta Selatan 12620

Telp: 021-78880556, Faks: 021-78880563

E-mail: [redaksi@noura.mizan.com](mailto:redaksi@noura.mizan.com)

[www.nourabooks.co.id](http://www.nourabooks.co.id)

ISBN 978-602-385-057-0

E-book ini didistribusikan oleh:

Mizan Digital Publishing

Jl. Jagakarsa Raya No. 40 Jakarta Selatan - 12620

Phone.: +62-21-7864547 (Hunting) Fax.: +62-21-7864272

email: [mizandigitalpublishing@mizan.com](mailto:mizandigitalpublishing@mizan.com)

*Terima kasih Mami Papi ...*

*atas segala cinta dan pengalaman hidup yang jadi bekalku selama ini ...*

*atas memberimu yang tak harap kembali, bagai sang surya menyinari dunia ....*

# *Prakata*

## *Saat Kenyataan*

### *Tak Seindah Bayangan*

“**S**aya hamil! Wah, pasti seru, deh. Itu artinya, enggak lama lagi akan ada bayi lucu plus menggemaskan yang bisa saya timang-timang dan ajak main seharian.” Begitulah yang pertama kali terlintas di benak sebagian besar calon orangtua saat melihat dua garis merah di test pack.

Sebagai pasangan yang ingin memiliki anak, kehamilan tentu menjadi momen spesial yang ditunggu-tunggu. Terlebih lagi kalau yang sedang dikandung adalah anak pertama sekaligus cucu pertama bagi kakek-neneknya. Kebayang, kan? Yang menunggu bukan hanya Ayah-Bunda, tetapi juga Kakek, Nenek, Om, Tante, dan anggota keluarga yang lain. Lengkap deh, pokoknya.

Selama sembilan bulan, biasanya kita—calon orangtua baru—akan harap-harap cemas. “Mirip siapa ya bayinya nanti?” “Lengkapkah anggota tubuhnya?” “Kira-kira dia lucu seperti bintang iklan produk perawatan bayi atau enggak, ya?” Dan, segudang pertanyaan lain yang mampir di benak kita. Betul, kan? Hehehe.

Tak hanya berhenti sampai di situ. Di berbagai iklan TV, orangtua yang baru memiliki anak tampak mengurus bayi mereka dengan senyum yang mengembang sepanjang hari. Mereka terlihat bahagia, bercanda seharian dengan bayi dan balita mereka atau bahkan bisa asyik hang out bareng

dengan anak remaja mereka. Wah, semakin tertanam di otak kita kalau kita akan senang-senang terus saat memiliki anak, tidak ada tantangan dan kendala yang berarti.

Namun, bagaimana kalau yang kita alami justru berbeda 180° dengan bayangan kita? Jangankan mau mengurus bayi sambil senyum seharian, bisa mengurus mereka secara maksimal saja rasanya butuh perjuangan yang kuat! Kita jadi frustrasi akibat harus bergadang setiap malam, bingung karena si bayi menangis terus, plus masih harus mengerjakan tugas harian.

Akhirnya, banyak orangtua baru berharap hari-hari mereka bisa cepat berlalu, si bayi bisa cepat masuk fase balita, lalu masuk fase kanak-kanak supaya kita tak perlu bergadang dan menebak-nebak arti tangisan bayi lagi. Nah, pertanyaannya, kalau anak kita sudah masuk fase balita, apakah kita sudah bisa “bernapas lega”? Belum tentu! Hehehe.

Biasanya, anak justru sedang “lucu-lucu”-nya pada masa ini. Tantrum, “kelebihan energi,” sering “memperdaya” orangtua—tiga di antara banyak pengalaman sehari-hari yang sering bikin orangtua kewalahan. Kemudian, kalau masa balita dan kanak-kanak sudah lewat, apakah masalah juga ikutan kelar? Bukan bermaksud menakut-nakuti ya, tetapi ketika anak kita sudah memasuki masa remaja, tantangan yang sebenarnya justru menunggu kita. Pergaulan bebas, narkoba, bullying, salah pilih teman, dan lain sebagainya sering menjadi momok yang harus dihadapi orangtua.

Oke, semuanya memang terdengar mengerikan, tetapi jangan khawatir. Kita pasti bisa menghadapi beragam tantangan itu, asalkan kita sudah mempersiapkan anak-anak kita sedini mungkin untuk belajar mandiri, bertanggung jawab, dan mengambil keputusan secara rasional. Harus diakui, perjalanan ke sana memang tidak singkat dan mudah. Namun, semua bisa dipelajari asalkan kita ikhlas dan mau mempelajari ilmu

parenting bagi anak-anak kita. Terkait dengan hal ini, tak sedikit yang bingung karena ada banyak “aliran” ilmu parenting yang beredar di antara orangtua. Tak perlu bingung, karena sebenarnya tak ada yang salah atau pun benar dalam hal pola asuh didik. Tugas kitalah untuk memilah dan memilih mana yang paling sesuai dengan keluarga kita.

Yuk kita sama-sama menjadi orangtua yang cerdas! Jadi orangtua cerdas bukan berarti harus berpendidikan tinggi dan bergelar banyak loh. Orangtua cerdas sesungguhnya adalah orangtua yang mau selalu belajar bersama anak-anaknya.

Menurut Anita E. Woolfolk, kecerdasan adalah kemampuan untuk belajar, keseluruhan pengetahuan yang diperoleh, dan kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru atau lingkungannya.

Saya bukanlah seorang pakar parenting, tapi saya ingin sekali berbagi. Ada beberapa tips dan trik pola asuh didik yang biasa saya terapkan pada anak-anak saya yang ingin saya bagi kepada para orangtua Indonesia. Semoga buku ini bisa menjadi teman orangtua dalam mengasuh dan mendidik anak-anak.[]

# *Daftar Isi*

## **Prakata**

**Saat Kenyataan Tak Seindah Bayangan**

## **Bab 1**

**Siap Lahir Batin sebagai Orangtua**

## **Bab 2**

**Kenapa Sih, Enggak Ada Sekolah untuk Menjadi Orangtua?**

Apa itu Parenting?

Kita Tipe Orangtua seperti Apa?

## **Bab 3**

**Anak Kita Mau Menjadi Apa Nanti, Ya**

## **Bab 4**

**Parenting ala Indonesia**

Ing Ngarso Sung Tulodo

Ing Madyo Mangun Karso

Tut Wuri Handayani

## **Bab 5**

**Menemani Anak di Satu Tahun Pertamanya**

Bergaul Lahir Batin dengan Anak

Membangun Rutinitas

Emosi VS Strategi

## Bab 6

### Membangun Fondasi Kehidupan Anak

Belajar Kecewa

Belajar Memilih

## Bab 7

### Yuk, Ajak Anak Mengarungi Hidup dengan Berjuang

Belajar Berjuang

Belajar Berjuang Sesuai Tipe Anak

## Bab 8

### Mengajak Anak Belajar Bersepakat

Belajar Bersepakat

Kesepakatan VS Mengancam

## Bab 9

### Yuk, Membangun Kebiasaan Baru

Pentingnya Konsistensi

Izinkan Anak Berbuat Salah

Stop Membandingkan!

Pentingnya Apresiasi

Supermom atau Smart Mom?

Libur Menjadi Ibu

## Akhir Kata

## Tentang Penulis

## *Bab 1*

# *Siapa Lahir Batin sebagai Orangtua*

“Kita mungkin tak bisa mempersiapkan masa depan anak-anak kita. Namun setidaknya kita bisa mempersiapkan anak-anak kita agar mampu menjalani masa depan mereka.”

—Franklin D. Roosevelt

**D**ulu, sebelum si buah hati lahir, kira-kira Ayah-Bunda sudah siap lahir batin memiliki seorang anak atau belum? Kalau saya sih dengan berat hati mengaku saat anak pertama lahir, ternyata saya belum siap lahir batin menjadi orangtua. Bisa dibilang, itu masa drama terpanjang dalam hidup saya! Saya juga akhirnya sadar bahwa apa yang saya alami ketika putri pertama saya lahir ternyata sangat berbeda dengan yang saya bayangkan saat mengandungnya.

Saya menikah di usia yang cukup muda, 20 tahun. Waktu itu, saya pikir karena sudah menemukan pasangan yang pas. Jadi, sudah sreg untuk menikah. Awalnya, rencana kami setelah menikah adalah “pacaran” dulu, alias menunda punya anak. Setidaknya satu tahunlah. Namun, takdir berkata lain. Satu bulan setelah menikah, tak disangka saya telat datang bulan. Meski begitu, kami belum juga curiga kalau saya sedang hamil.

Suatu hari, saya iseng-iseng membeli test pack dan mencobanya. Di situlah “drama” panjang saya berawal: saya positif! Kalau di iklan-iklan, momen itu dirayakan dengan berpelukan bahagia. Sementara kami saat itu malah pandang-pandangan karena bingung. Bukannya tidak senang, tetapi kami merasa kalau momen itu datang terlalu cepat.

Saya bungsu dari seorang kakak laki-laki. Jadi, alami saja kalau saya selalu ingin punya adik dan suka sekali dengan anak kecil. Saya ingat betul waktu masih remaja saya sering mengajak anak-anak balita di sekitar rumah untuk bermain bersama. Bahkan, ada salah satu adik teman saya yang sering sekali menelepon dan merengek agar saya mau datang ke rumahnya dan bermain. Makanya, walau cukup syok saat tahu sedang mengandung, saya juga sangat senang karena tak lama lagi akan punya ... ADIK. Yup, saat itu saya merasa seperti sedang menantikan lahirnya seorang adik yang bisa saya ajak bersenang-senang dan bermain-main seharian.

Masa kehamilan pun dimulai dengan berbagai drama: mual, muntah, pusing, dan rasa “enggak enak”. Hal itu saya alami setiap hari sehingga membuat mood saya memburuk. Yang menjadi korban tentu saja suami tercinta, Indra Brasco. Oleh karena itu, tidak heran ketika menjelang hari-H, Indra bahagia bukan kepalang. Dia pikir, kalau si bayi sudah lahir, saya akan kembali menjadi “Mona yang dulu.” Ternyata, impian Indra harus sirna. Seiring lahirnya Davina Shafa Felisa, anak pertama kami, drama episode kedua pun dimulai.

Saya tidak pernah membayangkan kalau memiliki seorang bayi akan mendatangkan bermacam-macam tantangan: jam tidur berkurang, sering bingung karena harus menebak arti tangisan si bayi, dan terkadang sekadar memberikan ASI saja sudah menjadi tantangan tersendiri. Akhirnya, saat itu saya sadar, memiliki anak tidak sama dengan memiliki adik.

Kelelahan berbuntut frustrasi. Orang-orang di sekitar saya mau tak mau ikut terkena imbasnya. Tak hanya Indra, Mima (panggilan Davina pada dirinya sendiri waktu belum fasih berbicara dan akhirnya menjadi nama panggilannya hingga sekarang) yang masih bayi pun terkena dampaknya. Saya sering menyusui Mima dengan perasaan kesal karena mengantuk. Saya bahkan pernah mencubit Mima beberapa kali karena dia selalu bangun pada pukul 10.00 malam dan baru tidur lagi pada pukul 04.00 pagi.

Saat Mima menginjak usia 2 tahun, saya mulai lega karena “drama bergadang” yang harus saya alami sejak dia lahir perlahan-lahan mulai berakhir. Namun, ternyata saya tidak bisa berlama-lama mengembuskan napas lega karena saat itu, Mima masuk ke fase yang lebih “cihuy” lagi: tantrum. Wah, saya frustrasi berat saat itu karena harus menghadapi Mima yang masih sulit mengungkapkan kebutuhannya. Meskipun kata-kata yang

keluar dari mulutnya sudah cukup jelas, tetapi komunikasi yang dia gunakan ketika sedang lapar, haus, atau mengantuk hanyalah menangis. Bukannya mencari tahu cara mengatasinya, saya malah bergelut dengan rasa kesal dan frustrasi.

Drama yang harus saya dan Mima alami pun semakin menjadi-jadi. Saat kesal, dia sering sekali melampiaskannya dengan memukul saya, dan saya balas memukulnya. Kalau Mima mencubit saya, tanpa pikir panjang saya pun membalas perbuatannya. Bahkan, saya tidak ragu untuk balas menjambak rambutnya ... dan baru saya lepaskan saat dia melepaskan rambut saya terlebih dulu. Kalau ada yang melihat kelakuan kami, pasti mereka bilang kalau kami lebih cocok menjadi kakak-adik ketimbang ibu-anak.

Terlepas dari “perseteruan” antara saya dan Mima yang sering terjadi, keluarga kami merupakan keluarga yang hangat dan penuh canda tawa. Namun, ya itu, Mima juga tumbuh besar dengan hukuman, omelan, dan sindiran menyebalkan dari orangtuanya. Oh iya, saya juga sering berbohong pada Mima agar dia “lebih tenang.” Misalnya saja, ketika saya harus ke luar rumah tanpa Mima, saya sering berjanji untuk pulang cepat agar dia tidak rewel. Padahal sih kenyataannya saya tidak tahu pasti kapan bisa pulang.

Kebohongan juga yang memicu klimaks perseteruan antara saya dengan Mima. Suatu hari, ketika Mima berusia 6 tahun, dia sakit batuk dan pilek. Karena sudah dua minggu tidak sembuh, ibu saya menyarankan agar punggung Mima dikerik. Saya pun memanggil tukang pijat dan memintanya untuk memijat, lalu mengerik Mima. Rupanya Mima mendengar percakapan kami dan langsung protes tidak mau dikerik. Agar Mima tenang kembali, saya kembali membohongi Mima: “Enggak, kok. Mima hanya dipijat, enggak jadi dikerik.” Namun, saya tetap kasih kode ke

tukang pijat untuk lanjut mengerik yang ternyata terlihat oleh Mima.

Wah, dia marah besar saat tahu saya berbohong. Dia mulai mengoceh panjang lebar soal hubungan kami selama ini. Tidak saya sangka ... hati saya hancur mendengar ocehannya.

“Aku enggak suka punya ibu seperti Bunda! Bunda suka bohongin aku! Aku enggak suka baju-baju yang Bunda pilih! Aku enggak suka warna kamarku!”

Mima berteriak mengungkapkan kekesalannya. Semua kecewaan yang selama ini dia pendam terhadap saya akhirnya keluar dari mulutnya. Saya hanya bisa menangis dan berusaha menghubungi Indra untuk menceritakan apa yang terjadi. Namun, toh akhirnya kami benar-benar tidak tahu apa yang harus kami lakukan.

Meskipun cukup syok dengan kata-kata Mima saat itu, tetapi sepertinya belum ada perubahan yang berarti di keluarga kami. Pola hubungan saya dengan Mima masih terbilang sama ... hingga akhirnya putri saya itu memutuskan untuk kabur! Ya, anak berusia 6 tahun sudah terpikir untuk kabur karena dia merasa tidak nyaman dengan saya, orangtuanya. Perasaan saya kembali hancur berkeping-keping. Namun kemudian, pada titik inilah saya sadar bahwa ada yang salah dengan pola asuh didik yang saya terapkan ke Mima selama ini.

Saya pikir menjadi orangtua akan berjalan natural saja dan tidak perlu belajar ini-itu. Pokoknya, jalani saja. Nanti jawabannya juga akan ketemu sendiri. Ternyata, dalam perjalanannya saya sering menemukan tantangan dan jarang mencari jawabannya sehingga kesalahan demi kesalahan dan juga kekesalan menumpuk sampai akhirnya memuncak.



Saya pun mengerti bahwa sebagai orangtua kita juga harus banyak

belajar. Semakin anak tumbuh besar, semakin banyak ilmu yang dibutuhkan karena tentunya tantangan pun semakin banyak. Sejak saat itu, saya mulai mencari beragam informasi mengenai parenting dari Internet maupun majalah. Hingga suatu hari, saya membantu asosiasi sekolah untuk menjadi moderator seminar parenting untuk orangtua murid.

Ketika sang narasumber berbicara panjang lebar mengenai pola asuh didik yang ideal untuk anak, saya merasa seperti “ditampar.” Pada momen itu, saya sadar bahwa selama ini saya “tak pernah belajar sebagai orangtua” sehingga harus mengorbankan perasaan Mima. Sambil meneruskan tugas sebagai moderator, saya berusaha sekuat tenaga untuk membendung air mata yang sudah memenuhi pelupuk.

Namun, ternyata saya tidak sendirian. Banyak peserta seminar juga merasakan perasaan yang sama. Momen itu menumbuhkan semangat belajar kami sehingga kami sepakat untuk membentuk kelompok yang dinamai Kelompok Peduli Anak. Basisnya sih, event organizer yang khusus menangani seminar parenting, tetapi kami berharap dapat menimba banyak ilmu dari para pembicara seminar yang kami selenggarakan. Sejak saat itu, saya “dibanjiri” informasi soal parenting.

Dari berbagai seminar yang kami adakan, pelatihan yang saya datangi, psikolog yang saya temui, dan buku-buku yang saya baca, saya mengutip beragam informasi berharga yang semakin melengkapi perjalanan saya sebagai seorang ibu. Beragam informasi itu langsung saya terapkan pada Mima.

Perjalanan saya diawali dengan permintaan maaf yang tulus pada Mima karena sudah melakukan banyak kesalahan sebagai orangtua akibat ilmu yang kurang. Saya dan Indra juga lebih sering berdiskusi agar semakin kompak menerapkan ilmu pola asuh didik yang kami dapatkan. Kehidupan

kami perlahan berubah. Lebih hangat, indah, dan bermakna.

Karena merasa banyak orangtua yang membutuhkan informasi mengenai parenting, saya pun memutuskan untuk menulis pengalaman saya di sebuah blog sehingga para orangtua bisa membaca catatan saya selama mengasuh buah hati dengan lebih lengkap. Tak cukup sampai di situ, bersama seorang sahabat, Esti Handayani, saya juga membuat mailing list (milis) ParenThink untuk memfasilitasi para orangtua yang ingin berdiskusi setiap harinya. Harapan saya, melalui blog ([www.monaratuliu.com](http://www.monaratuliu.com)) dan milis ParenThink itu, semakin banyak ibu yang kebingungan seperti saya dulu menjadi lebih tercerahkan tentang pola asuh didik seperti apa yang sesuai untuk anaknya.[]

## *Bab 2*

# *Kenapa Sih, Enggak Ada Sekolah untuk Menjadi Orangtua?*

“Mau menjadi dokter ada sekolahnya,  
mau menjadi pilot juga ada sekolahnya.  
Kita adalah orangtua yang tidak pernah SEKOLAH ORANGTUA. Jadi,  
lebih baik segera belajar menjadi orangtua yang baik ketimbang hanya  
bisa memarahi dan menghukum anak setiap hari.”

—Ayah Edy

## Apa itu Parenting?

Enam tahun pertama sebagai orangtua saya sempat terombang-ambing tanpa arah, tidak tahu secara jelas apa tujuan mengasuh anak. Seperti orangtua pada umumnya, cita-cita saya sangat banyak: ingin anak sehat, pintar, mandiri, bertanggung jawab, dan segudang cita-cita lainnya. Namun, bagaimana caranya? Nah, itu yang saya tidak tahu. Ironisnya, saya juga tidak tahu ke mana harus mencari jawaban atas pertanyaan tersebut. Saat itulah terlintas di dalam benak saya, kenapa sih enggak ada sekolah untuk menjadi orangtua? Padahal, kemampuan orangtua dalam menerapkan pola asuh didik yang benar merupakan penentu masa depan sang anak, keluarga, bahkan bangsa.

Kalau tidak ada sekolah untuk menjadi orangtua, maka usaha terbaik yang bisa kita lakukan adalah mencari informasi mengenai parenting sebanyak-banyaknya, entah itu dari buku, seminar, ataupun dari artikel di koran, majalah, atau situs Web. Kita juga bisa saling bertukar pikiran dengan sesama orangtua ataupun ahli di bidang parenting. Mata saya perlahan mulai terbuka: menjadi orangtua tidak boleh miskin ilmu karena masa depan anak ada di tangan kita.

Dulu, saya menganggap bayi yang saya lahirkan akan bisa bertahan menjalani hidup tanpa adanya “pelatihan khusus” soal kehidupan dari pendidik utama dan pertama—yaitu kami, orangtuanya. Kini, perlahan-lahan saya menemukan tujuan mengasuh anak saya.

Parenting (or child rearing) is the process of promoting and supporting the physical, emotional, social, and intellectual development of a child from infancy to adulthood. Parenting refers to the aspects of raising a child aside from the biological relationship. (Davies, 2000)

Dari teori yang diungkapkan oleh Martin Davies, seorang profesor Social Work di University of East Anglia, Norwich, Inggris, saya menyimpulkan bahwa parenting pada dasarnya adalah pola asuh dan pendidikan sejak anak lahir hingga sang anak sudah memenuhi kriteria untuk disebut sebagai pribadi yang dewasa. Namun, yang disebut dengan dewasa di sini bukan hanya dalam ukuran fisik, ya. Meskipun seseorang secara legal sudah disebut dewasa saat memasuki usia 17 tahun dan secara fisiologis ditandai dengan kesiapan sang anak untuk melakukan fungsi reproduksi, tetapi kedewasaan yang dimaksud dalam fungsi parenting juga disertai dengan kedewasaan secara mental (psikologis).

Kemudian, bagaimana caranya supaya kita bisa membimbing anak untuk mampu bertahan menjalani hidup secara mandiri dan bisa mengambil keputusan secara rasional? Jawabannya adalah dengan terus belajar.

Selama ini, banyak orang menganggap belajar hanyalah tugas anak-anak. Setelah kita menyelesaikan masa sekolah dan kuliah, entah itu S1 atau hingga S3, kita menganggap kewajiban untuk belajar pun sudah selesai. Padahal, belajar itu masanya sepanjang hayat. Ada saja permasalahan dalam hidup ini yang harus kita cari dan siasati jalan keluarnya. Salah satunya adalah ketika kita mengurus anak yang tak jarang mendatangkan beragam tantangan.

Ternyata proses belajar bagi orang dewasa itu ada dan namanya andragogi. Istilah ini awalnya digunakan oleh Alexander Kapp, seorang pendidik dari Jerman, pada 1833, lalu dikembangkan menjadi teori pendidikan orang dewasa oleh seorang pendidik asal Amerika Serikat, Malcolm Knowles (24 April 1913—27 November

1997).

Nah, sekarang percaya kan orang dewasa memang dianjurkan untuk mencari ilmu dan itu bukan suatu hal yang memalukan? Jadi, mulai sekarang, yuk kita pelajari ilmu baru: ilmu parenting.

Seperti yang pernah saya singgung, tugas orangtua tidak sebatas pada memperhatikan pertumbuhan fisik anak saja. Kenapa? Karena sebetulnya fisik manusia dapat tumbuh secara otomatis. Jangankan anak-anak kita yang kehidupannya cenderung aman, nyaman, dan sejahtera. Anak-anak yang kurang gizi pun badannya tetap bertumbuh dibandingkan ketika mereka masih bayi.

Justru yang tak kalah pentingnya adalah kedewasaan mental seorang anak. Tak seperti fisik yang dapat bertumbuh secara otomatis, mental membutuhkan bimbingan melalui beragam stimulasi. Nah, di sinilah peran penting kita sebagai orangtua diuji: memberi beragam stimulus dan bimbingan agar mental anak bisa terus berkembang dan akhirnya menjadi manusia bermental dewasa.

Menurut psikolog asal Amerika, Gordon Allport, ada enam ciri yang menandakan seseorang sudah memasuki masa dewasa:

- Extension of the sense of self. Orang yang sudah dewasa bisa peduli dengan orang lain sebesar rasa peduli mereka akan diri sendiri. Coba bandingkan dengan anak-anak yang belum memasuki masa dewasa, yang biasanya berpikir egosentris atau memikirkan dirinya sendiri. Melihat ada orang lain yang tertimpa kesulitan pun

kadang mereka tidak peduli.

- Warm relating of self to others. Orang yang sudah dewasa biasanya dapat terlibat secara akrab dengan orang lain tanpa harus bersikap posesif, cemburu, atau mengendalikan. Kita tentu pernah lihat kan anak yang marah-marah saat Ayah atau Bunda mereka menggendong bayi milik orang lain? Nah, begitulah anak-anak yang notabene masih belum dewasa bersikap: posesif, cemburu berlebihan, dan mengendalikan.
- Emotional security. Orang dewasa bisa mengontrol nafsu mereka. Mereka tahu yang namanya proporsi. Orang yang belum dewasa cenderung untuk memaksakan kehendak mereka dan bereaksi secara berlebihan terhadap ancaman serta kekecewaan.
- Realistic perception of skills. Orang yang belum dewasa cenderung belum bisa berpikir realistis. Orang yang sudah dewasa biasanya lebih akurat dalam mengukur kemampuan dan kekurangan mereka.
- Self-insight. Orang dewasa cenderung bisa melihat diri sendiri seperti adanya dan melihat segi kehidupan yang menyenangkan.
- A unifying philosophy of life. Biasanya orang dewasa sudah dapat menemukan suatu bentuk kehidupan yang sesuai dengan gambaran dunia atau filsafat hidup yang dapat merangkum kehidupan menjadi suatu kesatuan.

Kalau saya boleh menyimpulkan nih mengacu pada teori Gordon Allport di atas maka kedewasaan mental dapat diukur melalui tiga hal, yaitu: si anak sanggup mengelola dirinya sendiri secara mandiri, sanggup belajar dan menguasai hal baru, dan sanggup terlibat dalam kehidupan sosial. Yuk, sekarang kita bahas satu per satu agar lebih jelas. Saya akan coba memasukkan pengalaman saya dan anak-anak di sini, sebab saya bukan pakar ataupun psikolog. Hehehe.

### *Kesanggupan Mengelola Diri secara Mandiri*

Sebagai orangtua, saya sering berkhayal ketiga anak saya menjadi anak yang penurut dan patuh. Wah, saya pasti enggak akan capek! Anak-anak tidak akan membantah kalau saya suruh mandi, makan, apalagi belajar. Saya juga pasti jarang marah, mengomel, atau kesal dengan sikap mereka yang kadang tidak menuruti perintah saya. Bukan saya saja yang happy, orang-orang di sekeliling saya juga pasti ikut happy karena anak-anak saya “enggak ribet.”

Namun, setelah menyelami ilmu parenting, saya kok rasanya jadi diharuskan untuk memilih antara punya anak yang penurut atau mandiri, ya? Saya sadar, kita tidak bisa mendapatkan keduanya. Kenapa? Karena anak penurut selalu menjalankan perintah, keputusan, dan keinginan orangtua. Anak jadi tidak memiliki kewenangan untuk mengambil keputusan sendiri dan hanya manut dengan perintah orangtua. Kalau sejak kecil anak sudah kita bentuk menjadi penurut, artinya kita sedang mengajarkan anak untuk menggantungkan hidupnya kepada orang lain. Kemudian, kalau kita seumur hidup mengajarkan anak untuk menggantungkan hidupnya kepada orang lain, bagaimana mungkin anak tumbuh menjadi pribadi yang mandiri? Bukankah kemandirian itu artinya bisa berdiri di kakinya sendiri tanpa bergantung kepada orang lain?

Memang betul, salah satu keinginan kita sebagai orangtua adalah anak bisa hidup mandiri kelak. Namun, yang saya temui dan alami justru inkonsisten—keinginan tersebut menjadi tidak konsisten karena sejak kecil anak sudah dilatih agar tidak mandiri. Kita selalu mengambil keputusan yang kita anggap terbaik untuk anak-anak, mulai dari kapan mandi, kapan belajar, baju yang pas, dan lain-lain. Kemudian, ketika si anak memiliki pilihan sendiri, kita biasanya langsung mengecap bandel, tidak menurut, membangkang, dan selalu membantah orangtua. Jadi, terlihat kan kita sebenarnya sudah bertindak tidak konsisten? Nah, hal inilah yang kita harus selaraskan sejak awal.

Mandiri berarti anak sudah bisa tidak menggantungkan keputusan hidupnya kepada orang lain. Kemudian, anak kita bisa menjalankan keputusan yang telah dia ambil dengan tanggung jawab penuh, sebab keputusan yang dia ambil sudah “satu paket” dengan risikonya. Jika kemandirian ini sudah diasah sejak dini, anak akan sudah terbiasa untuk menimbang-nimbang apakah keputusan yang dia ambil memiliki risiko atau tidak. Kalau memang ada risikonya, anak pun harus mempersiapkan diri agar sanggup menghadapi segala risiko dari setiap keputusan yang diambil.

Namun, harus diakui proses ini tidaklah singkat—menjadi anak yang mandiri dan berpikir rasional tidaklah mudah dan harus melalui proses belajar yang panjang. Memang, ini bisa dipelajari dan dijadikan kebiasaan, tetapi tidak dalam waktu yang instan. Anak harus belajar memilih, berpikir rasional, menghadapi risiko, menimbang risiko dari setiap keputusan, juga bermental pejuang. Karena hanya orang yang sanggup berjuanglah yang bisa menjadi mandiri. Kenapa harus sanggup berjuang? Karena hanya orang yang sanggup berjuanglah yang rela melakukan hal-hal yang dirasa tidak enak demi mendapatkan pilihan terbaik untuk dirinya. Dan memang,

menjadi mandiri itu tidak enak. Coba bayangkan: kita harus selalu berpikir dan tak pernah berhenti menghadapi risiko, rasanya hidup jadi “tidak akan pernah tenang.” Karena itu, lebih mudah memilih menjadi penurut, karena kita tinggal menjalankan perintah tanpa berpikir dan kalau perintahnya salah, bisa langsung “lempar” risikonya kepada si pengambil keputusan. Enak, kan?

Berbeda dengan anak mandiri. Anak yang mandiri biasanya melihat orang lain sebagai narasumber tempat mereka mengumpulkan informasi sebagai bekal mengambil keputusan. Yang mengambil keputusan tetap si anak, tetapi dia sudah mempertimbangkan risiko yang akan dihadapinya berdasarkan informasi yang diterima dari orang lain. Agar bisa berproses menjadi orang dewasa, anak perlu menjadi mandiri. Karena itu, kemandirian berkaitan erat dengan menjadi dewasa.



Anak penurut vs anak mandiri.

Kalau saya amati sekitar dan berkaca pada diri sendiri, saya menyimpulkan bahwa proses kemandirian idealnya sudah tuntas dipelajari oleh anak sebelum dia menginjak usia 13 tahun. Kenapa? Karena pada fase ini, anak sudah lebih sulit untuk diatur sehingga biasanya kewenangan orangtua atas anaknya mulai berkurang. Selain itu, pada usia ini, biasanya anak-anak juga sudah mulai malu kalau diantar-antar atau sudah mulai enggan untuk hang out bersama orangtuanya. Dia mulai menolak diantar ke sekolah, apalagi ke pesta ulang tahun temannya. Kira-kira seperti kita dululah, hehehe. Bayangkan, bagaimana kalau pada usia itu anak belum bisa mengambil keputusan secara mandiri dan rasional? Karena sudah terbiasa hanya tinggal menjalankan keputusan yang sudah ditentukan oleh orangtua dan tidak terlatih mengambil keputusan sendiri, bisa jadi dia

memberikan hak pilihnya ke sekelilingnya dan yang bersangkutan tidak bertanggung jawab.

Ketika tiba saatnya mengambil keputusan, anak akan bingung karena tidak terbiasa mengambil keputusan sendiri. Sementara itu, keputusan yang harus diambil juga bukan hal yang asyik untuk dibicarakan ke orangtua. Di saat seperti inilah anak akan mencari orang lain selain orangtuanya—biasanya sih, temannya—untuk membantunya mengambil keputusan. Bukannya bermaksud menakut-nakuti, tetapi inilah cikal bakal anak-anak masuk ke dunia kelam khas remaja. Akibat mengikuti keputusan temannya yang bisa jadi tidak bertanggung jawab, anak kita pun terseret dalam pola kehidupan dan pergaulan yang tidak kita inginkan.

Pertanyaannya sekarang, bagaimana membimbing anak agar menjadi dewasa? Wah, tahapannya banyak! Namun, mari kita bahas satu per satu ya nanti, mulai dari membangun rutinitas, sanggup kecewa dengan aman, sanggup bersepakat dengan orang lain maupun diri sendiri, juga sanggup berjuang untuk mendapatkan keinginannya. Siapa yang akan menjadi fasilitator setiap usaha ini? Tentu saja kita, sebagai orangtuanya.

Wuiiih, ternyata tugas orangtua banyak, ya?! Tenang, jangan panik dulu. Pelan-pelan saja, kita akan bahas satu per satu.

Pada suatu hari, saya mengajak anak kedua saya, Baraka Rahadian Nezar (Raka) dan si bungsu, Syanala Kania Salsabila (Nala) untuk pergi ke mal. Kemudian, tiba-tiba Raka menghampiri saya dan bilang: “Bun, nanti kayaknya sampai rumah aku harus langsung mandi, deh. Soalnya aku kotor, tadi habis lari-larian. Lalu, waktu keringetan aku main di lantai.”

Wah, saya langsung terkejut, dooong. Raka yang baru berumur 5 tahun dan agak malas mandi sudah bisa memikirkan keperluan badannya sendiri. Bagi saya, itu merupakan suatu prestasi tersendiri. Saya melihat ini sebagai hasil dari kebiasaan mengajak Raka berpikir secara mandiri. Sekarang, saya sudah tidak perlu repot memikirkan ini-itu, lalu menyampaikan kebutuhannya karena dia sudah mulai sanggup berpikir dan mengambil keputusan tentang apa yang terbaik untuk dirinya sendiri.

## *Kesanggupan Belajar dan Menguasai Hal Baru*

Suatu hari, sekolah Raka mengadakan sesi bermain peran. Kebetulan, Raka mendapat peran sebagai penemu komputer dan dia menyambut peran itu dengan antusias.

Namun, bukan Raka saja yang antusias, saya pun sebetulnya merasakan hal yang sama. Alhasil, saya dengan senang hati mendampingi Raka membuat replika sebuah komputer. Tidak tanggung-tanggung, replika yang kami buat saat itu sebesar lemari es. Yup, tidak salah baca. "Komputer" itu kami "sulap" dari kardus bekas lemari agar mirip dengan komputer sungguhan zaman dulu. Hahaha.

Supaya tambah mirip dengan seorang penemu, Raka dipakaikan kemeja, kacamata, plus dasi kupu-kupu. Total deh, pokoknya. Sebagai pembanding, saya juga membantu Raka membuat laptop berbahan kardus. Maksudnya sih agar Raka tahu kalau sebuah komputer pun mengalami transformasi dari yang berukuran besar dan tidak bisa dibawa ke mana-mana hingga menjadi sebuah laptop berukuran kecil yang praktis dan bisa dipakai di mana saja.

Perjalanan sebuah komputer dari yang berukuran segede gaban hingga menjadi sebuah laptop dan sekarang tablet yang kecil mungil tentu saja tidak dilalui dalam sekejap mata. Butuh proses panjang dan berulang yang membutuhkan kesabaran serta semangat pantang menyerah dari penemunya agar bisa selalu melakukan inovasi dan peningkatan. Pada momen itu, Raka mendapat stimulus bahwa untuk dapat menemukan sesuatu pasti membutuhkan usaha yang tak cukup hanya dilakukan sekali. Kegagalan yang berulang seharusnya tidak membuat kita patah semangat dan berhenti untuk berusaha, melainkan semakin giat melakukan inovasi serta peningkatan.

Hal itulah yang menjadi salah satu tolok ukur kedewasaan mental seseorang: sanggup belajar dan menguasai hal baru serta tidak pernah berhenti berinovasi, walaupun mengalami kegagalan. Karena, pada dasarnya, hidup sangat dinamis dan banyak hal baru yang menuntut kesediaan kita untuk belajar setiap harinya. Namun, mempelajari hal baru akan menjadi tantangan tersendiri kalau kita tidak mudah beradaptasi, lho. Karena itu, tugas kita sebagai orangtua adalah membantu anak-anak kita untuk terbiasa dan mampu belajar, serta menguasai hal baru.

Kalau penemu lampu pijar Thomas Alva Edison putus asa dan berhenti melakukan percobaan pada kegagalannya yang ke-10, mungkin namanya saat ini takkan dikenal sebagai penemu lampu pijar. Mengapa? Karena ternyata dia baru berhasil menciptakan lampu pijar setelah percobaannya yang ke-9.995.

Kalau dilihat dari kisah Thomas Alva Edison, terlihat jelas ya belajar itu kadang sulit dan membutuhkan perjuangan. Kelihaihan kita sebagai orangtua untuk mengajar anak agar sanggup belajar dan menguasai hal baru pun ditantang. Karena, pada dasarnya, prinsip hidup anak-anak

memang hanya menjalankan yang enak dan menghindari yang enggak enak. Jadi, terbayang kan bagaimana jadinya kalau mereka diharuskan untuk belajar? Tentu saja mereka menjadi sering menghindar, terutama kalau suasana belajarnya kurang asyik.

Namun, kita tidak ingin anak-anak kita berhenti belajar, bukan? Karena itu, anak-anak perlu stimulasi untuk menumbuhkan jiwa berjuang mereka: rela melakukan hal-hal yang rasanya enggak enak demi merasakan kenyamanan hidup. Tanamkan pada anak-anak kita sejak dini agar jangan pernah menyerah. Awalnya memang sulit, tetapi kalau kita tidak pernah berhenti berusaha, kita pasti bisa menemukan solusi dan jawaban persoalan sesulit apa pun.

Kadang-kadang, saya juga mengalami kesulitan yang sama: anak-anak sering enggan belajar hal yang baru dan gampang putus asa waktu menemukan kesulitan dalam belajar. Akhirnya, hal-hal favorit anaklah yang saya jadikan “kunci” untuk memicu semangatnya. Misalnya, Raka penggemar berat film kartun Cars. Dulu, dia sering merasa tidak nyaman karena kurang paham jalan cerita kartun favoritnya itu. Kemudian, saya bilang ke Raka, dia perlu terus belajar membaca supaya bisa mengerti teks bahasa Indonesia yang ada di layar. Atau, dia perlu belajar bahasa Inggris supaya bisa mengerti apa yang dibicarakan para tokoh di film itu.

Sejak saat itu, Raka mulai semangat belajar. Dia sadar, walaupun rasanya bikin capek, belajar bisa bikin hidupnya lebih asyik karena berarti dia punya keahlian baru. Dan karena “enggak mau kalah” dengan anak-anak, saya juga jadi lebih rajin dan semangat meng-update terus ilmu baru, ilmu-ilmu yang ternyata bisa membuat hidup saya jadi lebih bermakna dibanding sebelumnya.

Punya anak memang mendatangkan tantangan tersendiri sehingga kita pun dituntut untuk terus belajar. Mengasuh bayi kecil pasti

berbeda dengan mengasuh anak balita, mengasuh anak balita pasti juga berbeda dengan anak yang masuk usia SD. Tantangan juga akan semakin “cihuy” dan beragam nih, saat kita harus mendampingi anak masuk ke dunia remaja. Begitu seterusnya. Ya, seumur hidup kita memang dituntut untuk terus belajar supaya dapat menyesuaikan diri dengan kondisi terbaru. Enggak melulu soal mengasuh anak sebetulnya, tetapi juga soal beradaptasi dengan situasi dan kondisi yang ada di sekitar kita. Yuk, lebih semangat lagi untuk belajar!

## *Kesanggupan Terlibat dalam Kehidupan Sosial*

Punya tiga orang anak tentu juga harus siap mendengarkan pertengkaran dan “aksi rebutan” di antara ketiganya. Wah, pokoknya, enggak kalah seru dibanding dengan film action, deh! Mulai dari soal mainan, makanan, TV, sampai macam-macam perintilan saja bisa jadi objek pertengkaran. Tentu saja, ini juga sering terjadi pada Mima, Raka, dan Nala. Adaaa saja hal yang mereka perebutkan atau pertengkarkan.

Awalnya sih, saya sedikit risih mendengar pertengkaran mereka. Rasanya cepat-cepat ingin menjadi penengah supaya rumah tidak berisik lagi. Siapa sih yang tidak mau punya anak lebih dari satu sekaligus terbebas dari konflik? Namun, setelah mencari informasi ke sana kemari, saya baru sadar bahwa pertengkaran atau selisih paham di antara anak-anak bisa menjadi ajang bagi mereka untuk belajar menjalin relasi dan terlibat dalam kehidupan sosial.

Mima dan Raka contohnya. Bisa dibbilang mereka sering bertengkar untuk beragam alasan, besar atau kecil. Dulu sih saya selalu “kebakaran jenggot” kalau mereka bertengkar. Saya akan melakukan apa saja supaya mereka berdamai lagi. Namun, setelah belajar ilmu parenting, saya tidak

terlalu ikut campur lagi waktu mereka bertengkar. Bukannya tidak peduli, tetapi saya ingin mereka belajar menyelesaikan perselisihan mereka dan mencari solusinya sendiri. Saya juga tidak sekadar membiarkan mereka berselisih karena bagaimanapun salah satu tugas orangtua adalah sebagai narasumber yang memberikan informasi berguna bagi si anak.

Jadi, biasanya, saya pakai tips and trick. Contohnya, supaya kesanggupan mereka menjalin relasi dan terlibat dalam kehidupan sosial berkembang, saya sering membacakan buku cerita soal hubungan kakak-beradik yang saling menyayangi dan harmonis. Dengan begitu, mereka tidak merasa “diceramahi.” Kita saja yang orang dewasa malas kan kalau “diceramahi” oleh orang lain? Waktu bercerita, saya selalu berusaha menekankan ke mereka daripada berselisih, mereka akan lebih “diuntungkan” kalau bersepakat dalam semua hal.

Tidak setiap anak saya bekali gadget. Alhasil, main game saja bisa jadi sumber perselisihan. Masing-masing tidak mau mengalah dan bisa berujung pertengkaran karena saling ngotot ingin bermain game. Namun, semakin lama ketiga anak saya semakin lihai menjalin relasi. Seperti contoh yang satu ini, nih:

Mima: “Raka, aku punya kentang goreng, mau enggak?”

Raka: “Wah, aku mau, dong.”

Mima: “Kalau mau kentang, aku boleh pinjam game-nya sebentar enggak?”

Raka: “Mmh, boleh, deh.”

Percakapan seperti ini sering sekali saya dengar sekarang. Berawal dari belajar menjalin relasi supaya sanggup terlibat dalam kehidupan

sosial, Mima, Raka, dan Nala kini paham kalau mereka lebih baik saling memberi manfaat ketimbang berselisih paham.

Ternyata belajar menjalin relasi agar anak sanggup terlibat dalam kehidupan sosial nantinya bukan perkara yang sepele. Kita berstatus manusia, dan manusia selalu perlu keterlibatan orang lain agar bisa menjalani hidup secara aman dan nyaman. Jadi, orangtua juga mesti menstimulasi anak untuk belajar peduli terhadap orang lain. Proses pembelajarannya bisa kita mulai sejak dini, dan diawali dengan bagaimana peduli pada dirinya sendiri.

Anak-anak tak jarang menolak waktu diminta mandi, tidak terkecuali putra kami. Bagaimana tidak? Pokoknya, acara mandi Raka sering jadi aktivitas yang menantang bagi saya dan Indra. Hingga akhirnya sekarang dia sudah bisa bersepakat dengan saya mengenai aktivitas yang satu ini. Sejak pertama kali mengenalkan ritual mandi, kami tak pernah bosan menanamkan ke Raka bahwa mandi adalah satu aktivitas yang dibutuhkan oleh setiap manusia. Setiap hari, kita mandi memang untuk kenyamanan kita dan sebagai salah satu bukti kalau kita peduli dengan kesehatan diri sendiri. Tubuh perlu dirawat agar tidak rusak. Seperti halnya mainan Raka, yang perlu dirawat supaya tidak rusak dan bisa terus dimainkan.

Mungkin terdengar sepele, ya. Hahaha. Namun, coba kita bayangkan. Dengan aktivitas seremeh mandi saja, tanpa sadar kita bisa menanamkan kepedulian diri anak yang pada akhirnya menciptakan rasa peduli pada orang lain. Sebab, kalau anak tidak peduli dengan dirinya sendiri, bagaimana dia bisa peduli pada orang lain dan menjalin relasi yang harmonis dengan orang lain? Untuk itu, anak-anak juga perlu dibantu untuk kenal, terbiasa, dan mampu menjalin relasi dengan orang lain secara

harmonis, dan ini dimulai dengan peduli kepada diri sendiri.

Mens sana in corpore sano. Siapa yang pernah mendengar semboyan ini? Wah, pasti banyak ya, termasuk saya. Sejak SD, kita sudah akrab dengan semboyan itu karena selalu dijadikan jargon setiap kali berolahraga. Decimus Junius Juvenalis menciptakan karya sastra yang mengandung frase ini sekitar abad kedua Masehi dan diterjemahkan ke bahasa Indonesia menjadi “Di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat.”

Nah, semboyan ini sebenarnya tak hanya bisa diterapkan dalam aktivitas olahraga, tetapi juga bisa dalam kehidupan sehari-hari terutama terkait dengan kesanggupan anak dalam menjaga kebersihan dan kesehatan tubuhnya. Karena, jika badan kita kuat dan sehat, jiwa kita pun ikut sehat. Kalau jiwa kita sehat, pikiran jadi jernih. Sebaliknya, kalau jiwa sakit, pikiran jernih dan logika pun hilang. Dengan kata lain, fisik dan mental yang kuat serta jasmani dan rohani yang sehat akan menghasilkan individu yang tangguh dan bisa berpikir jernih.

### *Kita Tipe Orangtua seperti Apa?*

Salah satu goal kita dalam pola asuh didik adalah mengupayakan agar kedewasaan mental anak dapat dicapai seiring dengan proses pencapaian dewasa fisik. Belakangan ini, proses pertumbuhan fisik semakin cepat saja. Jadi, ilustrasinya, dulu kesiapan reproduksi pada anak baru dicapai pada usia 16, nah pada zaman sekarang banyak anak yang sudah mencapai

kesiapan reproduksi saat baru menginjak usia 9 atau 10 tahun. Fenomena ini tentu menimbulkan pertanyaan: apakah proses pendewasaan mental anak sudah bisa dicapai pada usia tersebut?

Kemudian, pertanyaan selanjutnya adalah, bagaimana jadinya kalau kematangan reproduksi pada anak tidak disertai dengan pendewasaan mental? Yang pasti, kesenjangan antara kedewasaan fisik dan kedewasaan mental bisa menimbulkan masalah yang rumit, contohnya saja seks bebas.

Saat sudah memasuki usia subur dan produktif, itu artinya secara fisiologis anak sudah mencapai kematangan organ reproduksi dan pada umumnya mendorong anak untuk melakukan hubungan sosial dengan lawan jenis. Nah, sekarang, kita bayangkan kalau kedewasaan mental anak belum terbentuk sepenuhnya pada saat itu. Anak belum bisa membedakan secara sadar mana yang boleh dia lakukan dan mana yang tidak, serta apa yang perlu dilakukan dan apa yang tidak perlu dilakukan. Alhasil, waktu ada ajakan atau dorongan dari pihak lain untuk melakukan hal-hal yang seharusnya belum boleh dia lakukan, tanpa pikir panjang anak pun mengikutinya.

Adalah peran orangtua untuk mempersiapkan kedewasaan fisik dan mental anak supaya keduanya bisa berjalan beriringan. Untuk kasus seks bebas misalnya, banyak orangtua yang lebih memilih untuk menutup-nutupi informasi soal seks dari anak ketimbang memberikan pendidikan seks yang sesuai. Alasannya bisa macam-macam, tetapi salah satu yang paling sering diungkapkan adalah membicarakan seks dengan anak merupakan suatu hal yang tabu dan tidak pantas. Padahal, kalau kita terus-menerus melindungi anak—termasuk melindungi anak dari informasi yang benar—dia malah menjadi tidak belajar. Misalnya, kita melindungi semua sudut rumah dari segala bahaya sehingga anak sama sekali enggak merasakan sakitnya terbentur. Atau kita memilih untuk tidak membelikan

sepeda lantaran kita tidak mau anak merasakan sakitnya terjatuh dari sepeda. Tanpa kita sadari, justru hal-hal seperti itulah yang akan membuat anak melewatkan banyak momen untuk bisa belajar berhati-hati. Namun, tentu saja, kita harus tetap balance dan ambil keputusan secara rasional, ya. Saking ingin si anak cepat belajar, lalu akhirnya kita tidak mempertimbangkan faktor keselamatannya, wah ini risikonya juga bisa tinggi.

Karena itu, enggak berlebihan rasanya kalau saya menyebutkan tugas kita saat ini adalah menjadi pelindung dan sumber belajar bagi anak-anak kita agar mereka siap menjalani masa dewasa fisik mereka. Kemudian, kapan kita harus berperan sebagai pelindung atau sumber belajar?

Sebenarnya, kapan kita menjadi pelindung dan sumber belajar merupakan suatu pilihan. Kita tidak mungkin bisa 100% menjadi pelindung ataupun sumber belajar. Namun, ketika kita memutuskan untuk selalu menjadi pelindung yang rela melindungi anak dari segala hal yang tidak sesuai dengan keinginannya, sesungguhnya kita sedang menjadi bumper untuk anak. Ibarat mobil nih kalau tabrakan biasanya yang penyok terlebih dulu adalah bumper-nya, karena bumper memang didesain untuk melindungi mobil dari kerusakan. Itulah yang sedang kita lakukan pada anak jika kita hanya memilih untuk menjadi pelindung.

Contoh yang paling mudah adalah waktu kita naik bom bom car. Saat di dalam mobil itu, kita kan tidak pernah takut dengan risiko tertabrak, sebab bumper-nya memang didesain agar kita tidak kesakitan saat terjadi tabrakan. Kondisi ini membuat kita tidak waspada dengan mobil lain karena tertabrak pun tidak jadi masalah buat kita. Sebaliknya, coba ingat-ingat saat bumper mobil kita rusak dan mau tak mau kita harus bepergian tanpa bumper. Kita pasti jadi lebih waspada saat menyetir karena risiko mobil rusak kalau tertabrak jadi lebih tinggi.

Nah, jika kita memutuskan untuk jadi bumper buat anak kita, dia tidak akan merasa perlu waspada dan berhati-hati terhadap risiko dari keputusan yang dia ambil. Toh, walaupun si anak terkena risiko akibat perbuatannya, orangtua akan dengan sigap melindungi. Bahkan, tidak sedikit orangtua yang rela mengambil alih tanggung jawab yang seharusnya dijalankan oleh si anak. Maksud hati sih ingin melindungi anak, tetapi yang ada malah mengajarkan anak untuk lari dari tanggung jawab.

Contoh yang sering terjadi di rumah saya dulu adalah waktu pekerjaan rumah (PR) anak-anak tertinggal di rumah. Aduh, rasanya tidak rela membayangkan Mima harus merasakan serentetan konsekuensi akibat PR yang tertinggal itu: kena setrap, disuruh belajar di luar, atau diberikan tugas tambahan. Akhirnya, tak jarang saya memutuskan lebih baik saya saja yang capek bermacam-macetan ke sekolah untuk mengantarkan PR-nya—tanpa sadar, saya memilih menjadi bumper Mima supaya dia tidak malu atau capek. Hayooo, tunjuk tangan siapa yang pernah punya pengalaman serupa dengan saya? Hehehe.

Nah, sayangnya dengan mengantarkan PR itu, sebenarnya orangtua sedang melewatkan momen berharga bagi sang anak untuk belajar tentang konsekuensi yang harus dia hadapi jika melalaikan tanggung jawabnya dalam membawa PR ke sekolah. Terlewatkan juga kesempatan bagi sang anak untuk belajar sebab-akibat. Karena, salah satu hal yang harus kita tegaskan ke anak-anak adalah kalau ada sebab, pasti ada akibat. Contohnya, kalau tidak berhati-hati saat berlari-lari, akibatnya bisa jatuh dan terluka; kalau pilih tidak makan, risikonya kelaparan; atau kalau lupa bawa PR ke sekolah, risikonya ya akan terkena konsekuensi dari guru. Jadi, kalau anak tidak pernah mendapat kesempatan untuk memiliki “perpustakaan pengalaman” tentang hal ini, wajar saja jika dia terlihat seperti tidak berhati-hati dalam mempertimbangkan risiko terkena

konsekuensi, dan hal tersebut akan sering terulang.

Kalau keadaan itu terus terulang, tak jarang orangtua mengeluhkan sikap si anak yang seakan-akan “tidak punya tanggung jawab.” Orangtua akan semakin pusing karena harus melayani banyak hal untuk memenuhi tanggung jawab mereka. Kalau situasinya sudah begini, jangan buru-buru salahkan anak-anak ya, karena selama ini kan mereka memang merasa memiliki bumper sampai akhirnya berpikir, “Ah, ngapain harus ingat bawa PR. Kan, kalau ketinggalan nanti Mama yang antar PR-nya ke sekolah.”

Lama-kelamaan saya sadar, rasa tanggung jawab pada anak memang harus dibangun dengan cara membiarkan mereka menghadapi konsekuensi yang ada. Tega enggak tega, akhirnya saya melepaskan bumper yang saya pasang untuk anak-anak dan membiarkan mereka untuk belajar tentang tanggung jawab juga sebab-akibat. Istimewanya adalah Mima enggak merasa bete lho, saat saya tidak lagi menjadi bumper-nya; sekarang, dia malah lebih waspada untuk mengingat-ingat barang apa saja yang harus dibawa saat mau berangkat ke sekolah. Nah, win-win solution kan, jadinya? Si anak jadi belajar lebih bertanggung jawab, kitanya pun tidak “capek.” Terus terang, menjadi bumper bagi orang lain, termasuk anak sendiri, bisa terasa sangat melelahkan!

Namun, yang paling utama dan penting adalah manfaatnya bagi anak: dia tidak kehilangan kesempatan emas untuk belajar bertanggung jawab, mencari jalan keluar atas masalahnya, mempelajari serta menimbang risiko apa saja yang harus dia hadapi dalam mengambil sebuah keputusan, dan lain-lain.

Masa-masa anak dalam pembelajaran hidup memang terasa berat. Dan, dalam proses belajarnya, anak-anak sering terlihat “menderita.” Kalau kita memilih untuk menjadi sumber belajar, kita harus rela ketika anak “menderita” dan “mendapatkan risikonya” saat dia tidak menjalani

kewajiban. Contohnya, kalau mau anak memiliki inisiatif belajar saat menjelang ujian tanpa kita suruh-suruh, maka biarkan saja dia merasakan malunya mendapat nilai jelek saat tidak mau belajar.

Menjadi sumber belajar untuk anak memang tidak mudah. Karena itu, orangtua perlu ilmu dan juga belajar untuk memperdalam skill “bersepakat dengan hati dan kepala.” Kalau hati dan kepala kita tidak kompak, kita bisa gagal membimbing anak mencapai kedewasaannya. Sebab, dalam proses belajarnya, anak butuh konsistensi. Proses belajar yang tidak konsisten bisa menyulitkan bahkan menyesatkan anak. Tega? Ya! Sama “tega”-nya dengan Tuhan yang memberikan tantangan-tantangan hidup kepada kita agar kita menjadi manusia yang lebih berkualitas.[]



*Bab 3*  
*Anak Kita*  
*Mau Menjadi Apa Nanti, Ya?*

- Jika anak dibesarkan dengan celaan,  
dia belajar memaki
- Jika anak dibesarkan dengan permusuhan/kekerasan, dia belajar  
membenci
- Jika anak dibesarkan dengan cemoohan,  
dia belajar rendah diri
- Jika anak dibesarkan dengan hinaan,  
dia belajar menyesali diri
- Jika anak dibesarkan dengan toleransi,  
dia belajar menahan diri
- Jika anak dibesarkan dengan pujian,  
dia belajar menghargai
- Jika anak dibesarkan dengan dorongan,  
dia belajar percaya diri
- Jika anak dibesarkan dengan sebaik-baiknya perlakuan, dia belajar  
keadilan
- Jika anak dibesarkan dengan rasa aman,  
dia belajar menaruh kepercayaan
- Jika anak dibesarkan dengan dukungan,  
dia belajar menyenangkan dirinya
- Jika anak dibesarkan dengan kasih sayang  
dan persahabatan, dia pun belajar menemukan

cinta dalam kehidupan  
— Dorothy Law Nolte,  
Children Learn What They Live

## Target Asuh Didik

Banyak orangtua yang bingung dan dilema saat mencari sekolah untuk anak-anaknya. Karena sekarang ini, semakin banyak pilihan sekolah dengan keunggulan yang berbeda-beda. Sepintas memang memudahkan, tetapi banyaknya pilihan ini membuat kita sebagai orangtua harus lebih cermat lagi saat memilih.

Karena ingin memberikan yang terbaik untuk anak, biasanya orangtua rela mengunjungi sekolah yang jadi referensi satu per satu. Tak hanya fasilitas yang dicek, tetapi juga kurikulum—dan biasanya ini yang menjadi perhatian paling besar—dan cara belajar di sekolah tersebut. Kemudian, setelah anak mulai bersekolah, biasanya orangtua terus melakukan kontrol berkala dan mengkritisi cara guru mengajar, kurikulum yang diberikan, dan segala yang berkaitan dengan perkembangan anak.

Namun, sadarkah kita bahwa sekolah yang utama itu adanya di rumah? Dan, guru yang pertama dan utama itu adalah kita sebagai orangtua? Kitalah yang berkewajiban membimbing anak-anak agar tumbuh menjadi manusia yang dewasa, mandiri, bertanggung jawab, peduli, dan juga bermanfaat bagi sesama. Nah, pertanyaannya sekarang: apakah kita punya kurikulum belajarnya?

Membuat kurikulum belajar di rumah bisa dimulai dengan memutuskan target belajar sang anak. Contohnya, di keluarga kami, target belajar anak-anak saya adalah agar mereka bisa mengambil keputusan mandiri dan rasional sebelum menginjak usia 13 tahun. Kenapa sebelum 13 tahun? Karena kurang lebih pada usia inilah anak mulai masuk masa peralihan ke masa remaja.

Sebelum anak-anak saya masuk ke dunia remaja, dunia yang paling mengkhawatirkan orangtua, saya berharap anak-anak saya sudah siap

dengan jati dirinya yang terbangun di rumah, yaitu sebagai pengambil keputusan yang baik. Kok, fokus pada mengambil keputusan? Kok, bukan fokus pada berbudi luhur atau berakhlak mulia? Ya, karena pada dasarnya hidup ini merupakan pilihan. Pada akhirnya nanti, anak-anak akan memilih sendiri jalan hidup seperti apa yang akan mereka ambil. Menanamkan keterampilan memilih menjadi sangat penting, sebab walaupun kita sudah mendidik anak-anak untuk hidup dengan cara-cara dan norma hidup yang baik, tetapi godaan untuk mencicipi kehidupan gemerlap yang sesungguhnya penuh risiko itu akan selalu ada. Pada akhirnya nanti, merekalah yang akan menentukan kehidupan seperti apa yang akan mereka jalani, dan apa pun pilihan yang mereka ambil kelak tergantung pada keterampilannya dalam memilih.

Cara mengambil keputusan yang paling mudah adalah pilih yang risikonya paling sanggup dihadapi. Itu sebabnya kita harus menstimulasi anak sejak dini supaya bisa mengambil keputusan sendiri dan keputusan itu sudah didasarkan pada pertimbangan yang matang sejak awal, baik dilihat dari segi risiko maupun manfaatnya.

Bagaimana cara mengambil keputusan dengan mudah?

Pilih keputusan dengan risiko yang paling sanggup Anda hadapi.

Saya ingat dulu juga suka bertindak tanpa pikir panjang, tanpa terlebih dulu memikirkan risikonya. Istilahnya modal nekat sajalah! Waktu SMP, saya pernah ikut-ikutan teman bawa motor sendiri. Eh, saat harus menghadapi risiko nabrak, saya langsung kalang kabut. Dari awal, saya tidak berpikir kalau ternyata keputusan yang saya ambil ada risikonya.

Pada momen inilah, mempertimbangkan risiko dan manfaatnya

sebelum mengambil keputusan menjadi sangat penting. Jadi, walaupun seandainya kita tetap “terkena risiko,” kita sudah lebih siap menghadapinya karena kita sudah mempertimbangkannya di awal secara masak-masak.

Kembali ke tugas kita sebagai orangtua, yaitu mempersiapkan anak-anak kita agar bisa terampil dalam mengambil keputusan. Bagaimana sih, caranya? Yuk, simak langkah-langkahnya.

### *Bagaimana Anak Dapat Sanggup Membuat Keputusan secara Mandiri?*

Kata orang, hidup itu penuh perjuangan. Mulai dari lahir sampai akhir hayat, hari-hari kita selalu diwarnai bermacam perjuangan supaya kita bisa menjalani hidup ini dengan baik. Perjuangan seseorang dalam menjalani hidup semakin teruji saat mereka memasuki tahap kehidupan mandiri atau sudah beranjak dewasa. Pada tahap ini, kita sudah diharuskan untuk dapat membuat keputusan yang rasional sendiri—selalu ada faktor risiko di balik setiap pengambilan keputusan dan jujur saja, rasanya sering “enggak enak.” Terbayang kan jadinya kalau kita harus mengambil dan menjalankan keputusan yang “enggak enak” itu sementara kita tidak sanggup berjuang? Yang terjadi di tengah jalan kita malah memutuskan untuk balik badan dan menyerah.

Kenapa “enggak enak”? Karena, berjuang adalah soal kesediaan kita untuk melakukan hal-hal yang dirasa tidak enak, tetapi perlu dilakukan supaya kita bisa mendapatkan apa yang kita inginkan. Contohnya, kita sebagai orangtua harus bekerja setiap hari. Nah, kita pasti pernah deh, merasa lelah saat harus bekerja. Harus bangun pagi, menerobos kemacetan jalan, lalu harus pulang lebih malam karena lembur. Namun, walau sering merasa capek karena harus bekerja, toh kita harus berjuang melawan rasa lelah itu supaya anak-anak bisa bersekolah di tempat yang

baik, makan makanan yang bergizi, atau berlibur ke tempat-tempat yang belum dikunjungi.

Dulu, lingkungan sering menjadi guru kita dalam membangun daya juang, sebab pada zaman itu segalanya enggak semudah sekarang. Masih banyak anak yang harus naik angkot atau bahkan jalan kaki ke sekolah. Beli es krim juga enggak bisa sesering sekarang soalnya harus tunggu Ayah gajian. Selain itu, baby sitter juga masih jarang. Alhasil, para orangtua secara tidak langsung mendidik anak-anak mereka untuk lebih cepat mandiri.

Meskipun keberadaannya dirasa penting, harus diakui bahwa teknologi dengan segala kemudahannya dan bantuan yang datang dari baby sitter bisa melemahkan daya juang anak-anak kita. Imbasnya, kita sebagai orangtua dituntut harus lebih kreatif dalam mengajarkan anak-anak untuk berjuang.

Salah satu contoh yang biasa saya ajarkan di rumah adalah membiasakan anak-anak saya untuk menikmati fasilitas yang ada di rumah “tidak secara cuma-cuma.” Misalnya, menonton TV. Sebenarnya, mereka bisa menonton TV kapan saja di rumah dengan mudahnya. Namun, supaya mental juang anak-anak terbangun, saya biasanya memberi beberapa “tantangan” atau syarat sebelum mereka bisa menikmati fasilitas yang kami miliki di rumah. Kelihatannya mungkin sepele, tetapi siapa sangka kalau hal yang “sepele” itu bisa memupuk daya juang mereka sehingga kelak mereka terampil dalam mengambil keputusan untuk hidupnya.

### *Bagaimana Anak Dapat Berada pada Tahap “Sanggup Berjuang”?*

Hal pertama yang harus ditanamkan pada anak agar sanggup berjuang adalah mengajarkan dia sanggup bersepakat dengan dirinya sendiri. Kita tahu, berjuang kadang rasanya “enggak enak” dan bisa menimbulkan

frustrasi. Contoh kecilnya saja urusan bangun pagi. Saat bangun pagi, kadang hati dengan kepala kita sering tidak kompak. Kepala bilang sudah harus bangun, padahal hati masih mau malas-malasan. Memang sih bersepakat dengan diri sendiri tidaklah mudah. Namun, jangan khawatir, ada caranya, kok: belajar bersepakat dengan orang lain.

Contoh sederhananya adalah urusan menggunakan fasilitas di rumah yang saya singgung sebelumnya. Tentu saja, alasannya bukan karena saya “pelit” ya, dan tidak mau anak-anak menggunakan fasilitas itu. Sebaliknya, kesempatan itu saya atur jadi sebuah ajang belajar kesepakatan. Saya ingin mereka memiliki wadah untuk belajar bersepakat.

### *Bagaimana Anak Dapat Bersepakat dengan Orang Lain?*

Agar anak sanggup bersepakat, terlebih dulu anak harus sanggup kecewa. Bagaimana tidak? Keinginannya kan berbenturan dengan kepentingan orang lain.

Kecewa adalah suatu kondisi tidak puas karena tidak terkabulnya suatu keinginan atau harapan. Secara alamiah, rasa kecewa akan membangkitkan rasa terancam. Jadi, wajar saja jika ditampilkan dalam sikap menyerang (agresif maupun pasif). Dalam proses membuat kesepakatan dengan orang lain, tak jarang anak akan menemukan kekecewaan. Seseorang yang tidak sanggup kecewa akan memaksakan kehendaknya sehingga tidak bisa diajak bersepakat.

Idealnya sih anak-anak kita sudah diajarkan untuk sanggup kecewa dengan aman sebelum dia berusia 3 tahun. Tahap ini akan menjadi fondasi belajar ke jenjang selanjutnya. Namun, kita harus ingat, kecewa yang aman bukan berarti anak lantas menjadi kebal dengan rasa kecewa. Orang yang sanggup kecewa berarti dapat mengekspresikan rasa kecewa yang dialaminya dengan aman dan nyaman. Maksud “dengan aman dan

nyaman” di sini adalah kondisi saat seseorang dapat melampiaskan rasa kecewanya tanpa menyakiti diri sendiri, orang lain, maupun merusak barang-barang.

Mempersiapkan anak agar “sanggup berjuang” memang bukan perkara yang mudah pada awalnya. Namun, mari kita lihat realitanya. Sebagai orangtua, kita tidak bisa melindungi anak-anak kita selama 24 jam penuh dalam sehari dan tujuh hari dalam seminggu. Saya pun akhirnya sadar betul dengan hal ini. Karena itu, saya merasa wajib untuk membimbing anak-anak saya agar mereka bisa melindungi diri dengan belajar mengambil sendiri semua keputusan penting di dalam hidupnya. Hidup memang akan selalu diisi dengan pilihan, bukan?[]

Perusahaan saja memiliki Anggaran Dasar/Anggaran Rumah Tangga (AD/ART) serta Visi & Misi agar dia bisa bertumbuh menjadi perusahaan yang besar dan *sustainable*. Nah, bagaimana dengan anak-anak kita? Apakah kita sudah merancang AD/ART serta Visi & Misi agar anak kita bisa bertumbuh besar, mandiri, dan dapat mengambil keputusan yang rasional? Kalau belum, yuk kita buat sekarang:

Visi dan Misi untuk Anakku:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Rancangan Global  
Pola Asuh Anakku:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Bab 4*  
*Parenting ala Indonesia*

"Ing Ngarso Sung Tulodo Ing Madyo Mangun Karso Tut Wuri Handayani."  
Ki Hajar Dewantara

**D**i awal-awal masa belajar ilmu parenting, entah kenapa kebanyakan referensi yang saya dapatkan malah berasal dari luar negeri. Setelah menggali lebih dalam, saya baru sadar bahwa Indonesia kan juga memiliki Bapak Pendidikan yang ilmunya tidak kalah hebat dengan para ahli parenting dari luar negeri! Bukan berarti teori-teori yang dikemukakan para ahli parenting luar negeri itu salah lho, tetapi yang pasti kita harus cermat memilih mana yang paling sesuai dengan kebutuhan, budaya, dan karakter masing-masing keluarga. Untuk keluarga saya, saya memilih teori dari Ki Hajar Dewantara yang, menurut saya, paling sesuai dengan karakter anak-anak Indonesia.

Nama Ki Hajar Dewantara pasti sudah akrab di telinga kita. Kalau flash back ke zaman sekolah, bisa dibilang kalimat Tut Wuri Handayani selalu melekat di hari-hari kita. Selain satu paket dengan logo Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, kalimat itu juga merupakan semboyan yang diungkapkan oleh Bapak Pendidikan Nasional, Ki Hajar Dewantara. Namun, kita mungkin enggak tahu kalau ternyata selain Tut Wuri Handayani, ada dua kalimat lain yang bisa kita gunakan sebagai panduan pola asuh didik anak-anak kita: Ing Ngarso Sung Tulodo, Ing Madyo Mangun Karso. Melalui tiga semboyan ini, Ki Hajar Dewantara berharap agar tunas-tunas bangsa Indonesia tak hanya berkembang dari sisi daya cipta (kognitif), daya rasa (afektif), tetapi juga daya karsa (konatif).

Kalau bisa kita simpulkan nih, pola asuh didik yang ditularkan oleh Ki Hajar Dewantara bermaksud untuk memberikan pendidikan menyeluruh yang meliputi pola pikir, hati, dan tangan dalam bentuk kreativitas. Nah, kalau pola asuh didik itu kita jalankan secara kontinu kepada anak-anak kita, diharapkan nantinya mereka tak hanya menjadi manusia yang kreatif, tetapi juga humanis.

Sekarang yuk, kita bahas pola asuh didik yang dirancang oleh Ki Hajar

Dewantara satu per satu.

## Ing Ngarso Sung Tulodo

Waktu Raka berusia 3 tahun, saya sempat frustrasi dengan sikapnya. Kalau dilarang, seperti disuruh. Sementara kalau disuruh, dia malah tidak mau melakukannya. Sempat terlintas di benak saya ingin punya anak yang selalu nurut kepada orangtuanya supaya saya tidak sering ngomel. Namun, keinginan itu langsung saya tarik setelah saya pikir-pikir lagi: kalau anak terlalu nurut kepada orangtuanya, kemungkinan besar dia juga akan nurut dengan orang lain. Duh, saya langsung membayangkan yang tidak-tidak. Ngeri juga kan kalau sampai besar nanti anak kita menjadi orang yang penurut. Tidak hanya kepada orangtuanya, tetapi ada kecenderungan anak juga akan menurut kepada perintah teman-temannya yang belum tentu benar.

Saya pun sadar bahwa sikap saya yang seperti komandan itu malah membuat anak-anak menjadi sebal. Diperintah terus kan rasanya enggak enak, apalagi kalau memberi perintahnya pakai acara ngomel. Enggak cuma itu, “mengomandani” anak juga bisa membuat anak menjadi enggak bisa belajar mengambil keputusannya sendiri. Seperti layaknya komandan, kita yang akan selalu mengambil keputusan dan mereka tinggal menjalankan keputusan itu. Istilahnya, disuapin terus.

Ternyata, dampak negatif orangtua yang menjadi komandan bagi anak-anaknya enggak sedikit. Contohnya saja saya nih, relasi emosi antara saya dengan anak-anak menjadi ikut rusak karena saya sudah menjadi orangtua yang menyebalkan. Coba, anak mana yang nyaman hidup dengan orangtua yang menyebalkan?

Saya jadi teringat dengan salah satu petuah Ki Hajar Dewantara, Ing Ngarso Sung Tulodo: orangtua di depan memberi teladan bagi anak-

anaknya. Di petuah ini tersimpan harapan anak meniru kebiasaan-kebiasaan baik yang orangtua lakukan sehari-hari, sebab memang kemampuan pertama yang dia miliki adalah meniru. Kita sering lihat kan anak-anak kita mengimitasi apa-apa saja yang kita lakukan? Misalnya, anak perempuan kita ikut-ikutan pakai make up dan sepatu hak tinggi atau anak laki-laki kita sering ikut-ikutan mengutak-atik mobil mainannya seperti layaknya ayah mereka? Ya, tanpa diajari pun, sejak lahir anak-anak memang dibekali kemampuan untuk meniru. Apakah kemampuan ini akan berdampak baik atau buruk pada masa depan mereka, hal inilah yang harus kita tempa sedari awal.

Membangun kebiasaan baik anak-anak dengan memberi teladan bisa menghindarkan orangtua dari risiko menjadi "komandan." Relasi orangtua dan anak pun menjadi aman karena anak tidak merasa digurui. Kita tidak perlu lagi menjadi orangtua reseh yang selalu memerintah anak untuk melakukan hal-hal yang tidak dia suka. Anak juga bisa memutuskan sendiri perilaku apa yang mau dia tiru dan dijadikan kebiasaannya sehari-hari. Istilahnya, keputusan sepenuhnya ada di tangan anak, bukan di tangan orangtua.



Orangtua adalah teladan terbaik untuk anak-anaknya.

Namun, sebelum kita menerapkan petuah ini ke anak-anak, ada yang perlu kita pahami terlebih dulu, lho. Anak-anak meniru semua kebiasaan orangtua dan orang-orang di sekitarnya, bukan hanya kebiasaan baiknya. Segala tingkah laku orang yang mereka anggap menarik akan langsung mereka tiru tanpa ada proses filter mana yang baik atau yang buruk.

Sebab karena anak suka buang sampah sembarangan, tidak pernah mengucapkan terima kasih, sering marah-marah, tidak rajin beribadah, dan kebiasaan buruk lainnya? Jangan salahkan si anak dulu, ya. Coba kita introspeksi diri kita dan pasangan terlebih dulu. Jangan-jangan, mereka “mencontoh” semua kebiasaan buruk itu dari kita.

Menurut pengamatan dan pengalaman saya, anak-anak umumnya lebih cenderung mengikuti kebiasaan jelek orang lain ketimbang kebiasaan baiknya. Contoh ekstremnya merokok. Perokok sering menggambarkan kenikmatan yang teramat sangat saat merokok. Mereka bahkan rela curi-curi waktu, berjalan jauh ke smoking area, dan menghabiskan banyak uang demi merokok. Perokok juga sering bilang kalau merokok itu bisa menghilangkan stres. Nah, dari sinilah anak-anak menilai bahwa merokok merupakan suatu aktivitas yang “sangat menarik dan mendatangkan kenikmatan” untuk dilakukan sehingga para perokok rela mengorbankan banyak hal demi melakukannya. Jadi, jangan heran ya, jika anak-anak pun tergiur untuk melakukan “kenikmatan” serupa.

Lain halnya dengan melakukan hal positif. Banyak di antara orangtua yang merasa enggan atau bahkan terbebani saat melakukan hal positif: beribadah, bekerja, sampai hal-hal sepele seperti membersihkan rumah atau mengucapkan terima kasih. Karena itu, jangan heran juga kalau anak-anak ikutan malas untuk menirunya, sebab mereka merasa hal-hal positif itu tidak menggiurkan, alias kurang menarik untuk ditiru.

Bagaimana ya, caranya supaya anak mau meneladani hal-hal yang positif? Saya pun memutar otak dan akhirnya muncul deh, beberapa trik. Suatu hari, tanpa sengaja saya menumpahkan air ke lantai. Supaya tidak terkesan terbebani, saya mengemas aktivitas mengepel air tumpahan itu dengan menyenangkan dan penuh semangat. Saya menunjukkan rasa senang dan lega karena lantainya sudah bersih dan aman dari genangan air. Saya sisipkan juga kata-kata kalau saya senang rumah kami bersih lagi, rasanya enak dan pastinya sehat.

Latihan “memberi teladan” tak cukup sampai di situ. Saya juga selalu berusaha untuk memperbaiki kebiasaan sehari-hari karena saya tahu setiap tingkah laku dan gerak-gerik saya tengah “diawasi” oleh Mima, Rika, dan

Nala. Tidak membuang sampah sembarangan, tidak marah-marah, memperlakukan orang lain dengan baik dan sopan, bertanggung jawab, dan lain-lain—itulah segelintir kebiasaan baik yang saya harap bisa ditiru oleh mereka.

Kemudian, kapan ya, pola asuh Ing Ngarso Sung Tulodo ini bisa diterapkan ke anak-anak kita? Biasanya, pola asuh ini sangat efektif diterapkan saat sang buah hati menginjak usia 0—5 tahun. Tentu saja, kalau kita berhasil dinilai anak sebagai teladan yang patut dicontoh, bisa jadi dia akan meniru perilaku kita seumur hidupnya dan diterapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari. Karena itu, jangan bosan untuk selalu memberikan sikap teladan pada anak, ya.

Anak yang membutuhkan teladan tak terbatas pada rentang usia 0—5 tahun saja. Sebab, kalau kita membicarakan soal usia, patokannya akan “lentur” sekali, tergantung pada daya tangkap anak, konsistensi kita dalam menerapkan pola asuh didik pada anak, dan lingkungan.

### Ing Madyo Mangun Karso

Saya pernah bercerita kalau sejak Mima lahir hingga menginjak usia 6 tahun, bisa dibilang hubungan kami “enggak asyik.” Saya akui, saya sering marah-marah, memaksakan kehendak, melarang, serta menghukum Mima. Lama-kelamaan, dia pun menjadi defensif dan pastinya tumbuh seperti ... saya: sering memaksa, marah, melarang, dan beragam sikap lain yang dia tiru dari saya. Seketika saya langsung membayangkan apa jadinya Mima saat remaja nanti? Kalau mulai masuk SD saja sudah mulai memberontak, apa jadinya saat dia memasuki usia remaja nanti? Bisa-bisa dia kabur lagi dari rumah karena enggak nyaman berada di rumahnya sendiri. Aduh.

Setelah mempelajari ilmu parenting, saya sadar bahwa orangtua harus

sanggup menjadi “teman yang asyik” bagi anak-anaknya. Pada usia 6—12 tahun, anak sedang asyik-asyiknya berteman, paling suka mengobrol seru dengan teman-temannya. Ketika kita berhasil menjadi teladan yang baik dan bukannya menjadi komandan yang suka memaksa, maka kita sebagai orangtua memiliki peluang besar untuk menjadi teman yang asyik buat mereka. Kenapa perlu menjadi teman yang asyik? Karena enggak akan ada orang yang mau berteman dengan orang yang enggak asyik, hehehe! Anak-anak ogah bersahabat dengan orangtua yang suka ngomel, serba perintah-perintah, dan betein.

Kemudian, kenapa sih kita harus bersahabat dengan anak? Supaya anak nyaman untuk bercerita soal apa saja yang mereka alami dan meminta masukan kepada kita, orangtuanya. Kalau anak tidak nyaman curhat ke orangtuanya, lalu kepada siapa anak akan meminta pendapat? Kepada siapa anak akan bertanya soal hal-hal yang sensitif? Bukankah orangtua adalah tempat paling aman untuk bertanya? Bukankah kita juga ingin menjadi pemberi semangatnya—Ing Madyo Mangun Karso (atau, di tengah memberi semangat)?

Masalahnya, apakah orangtua sanggup menjadi tempat paling nyaman untuk bercerita? Ketika orangtua bukan lagi tempat paling nyaman untuk berbicara, mulai deh anak mencari tempat yang asyik diajak curhat dan diskusi. Bukan cuma itu, dia juga akan mencari tempat curhat yang nyaman dan mau menerima dirinya apa adanya. Nah, pertanyaannya adalah, apakah orang tempat curhat itu mengajak kepada kebaikan atau justru sebaliknya? Ya, inilah risiko nyatanya. Anak kemudian akan mencari orang lain untuk meminta pendapat guna membantunya menentukan jalan hidup.

Banyak yang bilang masa remaja adalah masanya mencari jati diri. Saat itulah anak-anak kita mencari informasi sebanyak-banyaknya tentang

hidup, mencoba beragam aktivitas yang mereka rasa cocok untuk bekal hidupnya nanti. Sekarang, bayangkan kalau mereka mencari jati diri di tempat yang salah. Bukannya tidak mungkin kalau jalan hidup yang mereka pilih juga menjadi kesalahan yang akan kita sesali bersama nantinya.

Untuk mengurangi risiko itu, ada baiknya kalau anak kita mencari jati dirinya di keluarganya, di dalam rumahnya sendiri, tempat yang memang “aman” baginya. Karena itu, kita sebagai orangtua punya tugas untuk menjadi tempat yang nyaman bagi anak agar bisa mendampingi membangun jati diri di rumah. Saat dia sudah memperoleh jati dirinya kelak, dia pun akan siap untuk menerapkannya ke dunia luar.

Supaya relasi kita dengan anak tidak semakin buruk akibat sikap kita yang layaknya komandan, yang selalu mengambil keputusan dan terus memerintah bahkan memaksa, yuk kita tanamkan diri untuk lebih banyak belajar soal cara-cara menciptakan hubungan win-win dengan anak. Mulai belajar cara bersepakat dengan anak, membiarkan dia belajar mengambil keputusannya sendiri, dan menstimulasinya untuk bisa hidup mandiri.

Jika kita bercermin pada kalimat bijak Ki Hajar Dewantara ini dan dinyatakan lulus dari fase ini, buahnya pun sangat manis: kita akan menjadi orang pertama tempat anak curhat dan minta solusi.



## Tut Wuri Handayani

Siapa sih yang enggak mau memiliki anak yang pintar, menonjol dalam hal pelajaran, dan hal-hal positif lainnya? Demi semua itu, enggak jarang orangtua yang akhirnya mendominasi macam-macam keputusan yang seharusnya diambil oleh si anak sendiri. Salah satunya untuk urusan belajar, padahal sesungguhnya ini urusan pribadi anak. Tidak cuma soal belajar, kita juga tanpa sadar sering merecoki berbagai urusan pribadi anak, misalnya waktu dia bertengkar dengan teman sekolahnya. Wah, kalau selalu direcoki seperti itu, kapan mereka akan bertanggung jawab pada diri sendiri?

Bukannya cuek dan tidak mau tahu, tetapi ada saatnya bagi anak untuk belajar dewasa dan bertanggung jawab terhadap urusannya sendiri, apalagi kalau dia sudah mulai memasuki usia remaja. Bukankah itu yang diinginkan orangtua, memiliki anak yang sanggup bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri? Yang sanggup menyelesaikan urusannya, termasuk berbagai tantangan yang hadir dalam hidupnya? Bagaimana anak mau mulai belajar bertanggung jawab kalau kita, orangtuanya, selalu maju dan menyelesaikan segala urusan dia tanpa diminta, tanpa memberi dia kesempatan untuk jatuh-bangun menyelesaikannya sendiri?

Kali ini saya mau cerita soal peran saya sehari-hari sebagai orangtua, nih. Mungkin ... mungkin lho, yaaa, di mata orangtua lain di sekolah anak-anak saya, saya dinilai sebagai orangtua yang cuek. Terutama untuk Mima yang sekarang duduk di kelas 1 SMP. Sejak dulu, saya memang jarang tanya-tanya soal anak-anak ke guru mereka, tidak pernah memeriksa PR mereka, bahkan tidak mengharuskan Mima untuk belajar waktu masuk musim ujian. Saya juga enggak kepo tanya sana-sini soal kejadian anak-anak di sekolah. Cuek sekali ya kelihatannya?

Sebenarnya sih, saya bukannya cuek. Bukannya tidak mau repot atau

tidak mau tahu urusan anak-anak apalagi tidak peduli dengan kebutuhan mereka. Sebenarnya, saya juga sering merasa kepo! Namun, saya memang berusaha tahan-tahan setengah mati karena enggak mau bikin anak-anak jadi enggak nyaman dengan saya gara-gara kepo dan akibatnya hubungan kami jadi enggak enak, deh. Saya juga enggak mau anak-anak menilai saya sebagai orangtua yang reseh dan enggak asyik. Karena itu, saya selalu membedakan antara peduli dan ikut campur.

Malah, saking pedulinya nih, saya tidak mau ikut campur terlalu dalam dengan berbagai urusan dan masalah yang bisa mereka selesaikan sendiri. Saya berusaha memberi mereka ruang supaya mereka punya kesempatan untuk belajar menyelesaikan masalah sendiri. Belajar merasa gagal, belajar melakukan kesalahan sehingga tahu kenapa harus melakukan yang benar. Belajar berjuang untuk mencari solusi atas kesulitan-kesulitan yang dihadapi.

Peduli berarti memberi respons sesuai kebutuhan orang yang kita pedulikan, dalam hal ini adalah anak. Menurut saya, dibanding menyelesaikan masalah dengan cepat, sesungguhnya anak-anak lebih butuh belajar menyelesaikan masalahnya sendiri. Di satu sisi, berawal dari niat ingin peduli dan membantu anak, respons yang kita keluarkan sering kali justru untuk memuaskan diri kita sendiri. Kepo ingin tahu urusan anak-anak dan membantu menyelesaikannya supaya semua urusan anak cepat selesai dan orangtua juga menjadi lega. Apalagi kalau ketahuan anak kita sedang bertengkar dengan anak lain. Wah, kalau tidak buru-buru diselesaikan kan tidak enak dengan orangtua anak itu. Kita cenderung memeriksa PR setiap hari, ikut frustrasi saat anak ujian supaya dia bisa mendapat nilai sesuai target yang kita inginkan. Akhirnya, banyak orangtua memutuskan untuk ikut mencampuri urusan anak-anak semata-mata supaya bisa merasa lega dan tahu bahwa anak “steril” dari segala

kesulitan.

Padahal, di saat kita membuat anak steril dari masalah, dia justru tidak belajar menyelesaikan masalah sendiri. Anak menjadi tidak belajar untuk menghadapi situasi sulit. Sementara sepanjang hidup, anak akan terus dihadapkan pada macam-macam tantangan yang memerlukan solusi dan kita belum tentu bisa terus membantunya seumur hidup. Jadi, menurut saya anak perlu belajar untuk menyelesaikan masalahnya sendiri.

Selain itu, coba deh lihat respons anak saat kita ikut mencampuri urusannya. Tidak jarang dia juga merasa risih karena orangtua mau tahu segala urusannya. Dan, tidak selamanya juga dia merasa keenakan dibantu mencari solusi. Kalau perilaku kepo dan mencampuri urusan anak sudah sampai membuat dia merasa enggak nyaman, nah ini juga membuka peluang orang lain untuk mendekati kehidupan anak kita. Kenapa? Sebab, anak akan lebih memilih orang yang menyenangkan dan bersahabat untuk diajak curhat. Kalau orang itu ternyata kita nilai tidak OK, masalah baru bisa muncul.

Nah, kembali lagi ke cerita putri saya. Saat Mima sudah memasuki usia 11 tahun, tibalah waktunya saya untuk menjadi “kamus” baginya. Ya, kalau dulu saya selalu menjadi “bel” pada saat dia akan ujian dan selalu memastikan dia belajar supaya nilainya bagus, maka sekarang saya cukup memantaunya dan memberikan kepercayaan kepadanya bahwa dia akan menyelesaikan tugasnya dengan baik. Memang, yang saya lakukan ini ada konsekuensinya. Karena itu, saya harus belajar untuk percaya sepenuhnya pada Mima.

Saat ini, saya enggak “bawel” lagi mengingatkan Mima untuk mengerjakan PR-nya, atau untuk belajar saat ujian. Saya tidak akan mempersoalkan nilai Mima kalau akhirnya menjadi jelek akibat dia memutuskan tidak belajar menjelang ujian atau malas membuat PR.

Karena saat nilainya jelek nanti, siapa yang rugi? Saat nilainya bagus nanti, siapa yang puas dan bangga? Dengan tegas, biasanya Mima akan menjawab: “AKU-lah, Bun!”

Realitanya, saat mulai menjalankan hari-hari dengan kesepakatan baru ini dada saya rasanya sesak juga. Bayangkan, perasaan kita sebagai orangtua, melihat anak bolak-balik lupa mengerjakan PR atau lebih memilih menonton TV sampai larut malam padahal banyak PR. Aduh, rasanya campur-campur, deh! Dulu, saya “bawel” sekali mengingatkan Mima untuk mengerjakan PR sehingga dia tidak terbiasa mengecek ada PR atau tidak dan tidak terbiasa mengatur waktu sendiri untuk mengerjakannya. Ketika saya sudah mulai “melepas”-nya, dia pun mulai panik. Lama-lama Mima sadar bahwa ada konsekuensi yang harus dia hadapi: “penyok” sana-sini akibat berbagai benturan dan masalah baru.

Suatu hari, saya terkejut sekali waktu Mima bercerita dia sudah bernegosiasi dengan gurunya untuk minta dispensasi waktu pengumpulan tugas selama satu hari. Dia mengaku lupa dan lalai mengerjakan tugasnya. Saat itu putri saya mendapat ilmu baru: keterampilan mencari solusi terhadap masalah yang dia hadapi. Ah, rasanya saya bangga sekali pada Mima! Saya terharu melihat anak gadis saya yang mulai tumbuh dewasa, mencari solusi hidupnya sendiri tanpa buru-buru minta bantuan saya.

Saya juga mesti konsisten saat ujian datang. Saya harus ikhlas saat melihat Mima malas-malasan belajar menjelang ujian dan ikut meringis dalam hati saat melihat nilainya yang turun. Hati saya ikut “tersilet-silet” waktu mendengar curhat-nya yang tidak bisa mengerjakan soal ujian gara-gara tidak tuntas membaca buku pelajaran. Saya menahan diri kuat-kuat dan mengunci mulut rapat-rapat supaya tidak menceletuk: “Tuh kaaan, makanya ....”

Saya berkomitmen untuk menjadi sahabat hati Mima. Menyediakan hati dan telinga di saat dia bete dan sedih, tanpa menyalahkan atau berkomentar kalau memang enggak diminta. Saya ingin menjadi kamus, tempat putri saya tetap nyaman bercerita dan meminta masukan ... tanpa harus merecoki urusannya terlampau jauh.

Meskipun terkesan cuek, tentu saja saya enggak pernah membiarkan Mima melewati masa-masa ini seorang diri. Kalau kami sedang santai, saya rajin “beriklan” (bukan menasihati ya, hehehe) soal hal-hal positif. Misalnya, kalau mau dapat nilai yang bagus, ya kita harus belajar dengan tekun dan mengerjakan PR tepat waktu. Kadang, saya juga selipkan cerita-cerita tentang diri saya waktu di sekolah dulu. Yah, siapa tahu, Mima bisa mendapat inspirasi mana yang baik dan mana yang buruk dari perjalanan hidup saya dulu.

Hal seperti inilah yang tersirat dalam Tut Wuri Handayani atau yang berarti di belakang memberi dorongan. Pada masa-masa ini, kita menempati posisi sebagai konsultan bagi anak-anak kita. Pada masa ini, kita berperan sebagai kamus, tempat anak-anak kita mencari informasi saat mereka membutuhkannya. Biasanya, fase ini terjadi saat anak sudah melewati usia 12 tahun. Ada proses apa yang terjadi di usia ini? Pada momen ini, anak sudah memiliki kewenangan atas dirinya sendiri. Segala tindakan yang dia lakukan adalah berdasarkan keputusannya sendiri. Kuncinya, anak belajar mengambil keputusan secara mandiri dan rasional. Pada momen ini pula anak semestinya sudah belajar kecewa dengan aman.

Ketika sudah sampai pada tahap ini, biasanya anak akan merasa risih kalau orangtua sibuk mengomentari dirinya tanpa diminta. Hal ini hanya membuat anak terganggu dan memilih untuk menjauhi orangtuanya. Maka tindakan yang perlu diambil orangtua adalah menjadi kamus. Persis

seperti kamus, yang diam saja disimpan di rak buku saat tidak digunakan dan selalu siap memberikan informasi saat diminta. Selain menjaga kenyamanan hubungan dengan anak, ini juga membantu anak belajar menghadapi risiko dari tiap keputusan yang dibuat. Namun, anak tidak akan membuka kamus kalau kamus tersebut tidak menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat dan asyik untuk anak. Untuk itulah, menjadi orangtua adalah proses belajar seumur hidup.

Tantangan bagi kita sebagai orangtua adalah rasa tidak tega saat si anak harus “tersandung” menghadapi risiko dari setiap keputusan yang dibuatnya. Namun, justru ini yang akan membantu anak kita belajar dewasa dan pada akhirnya mampu terbang dengan sayapnya sendiri.[]



## CARA "BERIKLAN" YANG ASYIK DAN EFEKTIF

Sebisa mungkin saya tidak "menceramahi" anak. Ya, jangankan anak-anak. Kita saja suka "malas" kan kalau diceramahi oleh orang? Namun, masalahnya kita sering banget yang namanya gemas sama kelakuan anak, lalu akhirnya enggak tahan untuk komentar dan berbuntut ceramah panjang lebar. Sudah diberi peringatan akan risiko dari perilakunya, masih saja nekat melakukan aksinya. Waktu anak kena getahnya, langsung aksi ceramah keluar dari mulut. Biasanya diawali dengan kalimat, "Tuuuh, kaaan. Apa tadi Mama bilaaang?!" Dan, dilanjutkan dengan berbagai nasihat. Hehehe.

Entah kenapa, setelah menjadi orangtua, dorongan untuk menasihati menjadi menggebu-gebu. Anak salah, dinasihati. Anak gagal, dinasihati. Anak curhat, dinasihati. Padahal kalau kita sedang ada masalah, lalu curhat ke teman, bete juga kan kalau si teman malah menasihati kita? Justru saat hati sedang galau, kita hanya perlu "telinga berhati" yang selalu bersedia mendengarkan segala keluh kesah kita. Perilaku orangtua yang gemar ceramah di saat-saat yang tidak paslah yang membuat anak menilai bahwa orangtua adalah orang yang enggak asyik. Alhasil, anak malas bertanya karena respons orangtua yang membuat anak enggak nyaman.

Jadi, bagaimana dong, saat anak jatuh, padahal sudah diperingatkan sebelumnya untuk tidak lari-lari?

Bagaimana kalau nilai ujian anak jelek karena terlalu banyak main, padahal sudah diperingatkan sebelumnya? Bagaimana kalau anak

curhat dan ceritanya membuat kita deg-degan, lalu kita gemas ingin kasih tahu yang baik buat anak?

Anak masih hidup dalam paradigma enak-enggak enak. Yang dianggap enak dilakukan, yang dinilai enggak enak akan ditinggalkan. Beda dengan orang dewasa yang biasanya rela melakukan hal yang rasanya enggak enak karena tahu bahwa itu perlu dilakukan. Maka, memberi tahu hal-hal positif kepada anak juga perlu dikemas dengan menarik. Jadi, enak didengar oleh anak. Teknik mengajak anak agar dia setuju melakukan apa yang orangtua harapkan saya sebut dengan “beriklan.”

Berbeda dengan menasihati, beriklan dikemas dalam bentuk menarik dan memikat agar berhasil memicu keinginan anak untuk mengikuti apa yang diiklankan. Saat beriklan, pantang bagi orangtua melibatkan energi menuntut apalagi memaksa anak untuk mau mengikuti iklan itu. Karena, ini malah akan membuat anak merasa enggak nyaman. Dan mustahil, seseorang jadi terpikat apabila merasa enggak nyaman.

Persis seperti iklan-iklan di TV, orangtua hanya perlu mengulang-ulang iklan yang ingin disampaikan kepada anak sampai dia terbiasa. Jangan harap anak menjadi mengerti karena ini hanya akan membuat orangtua menjadi frustrasi. Anak belum mengerti konsep sampai kira-kira berusia 7 tahun. Anak bisa karena biasa.

Dalam kasus Raka misalnya. Selain memberi teladan, saya pun sering beriklan untuk membuat Raka senang dengan kegiatan

mandi, gosok gigi, bersih-bersih sebelum tidur, rajin shalat, tidak lari terlalu jauh saat di mal, dan sebagainya. Mediana macam-macam, bisa buku cerita, contoh kasus, dongeng, dan lain-lain.

Contohnya, suatu hari saya dan Mima sedang menonton berita tentang artis yang tertangkap karena menggunakan narkoba. Saya jadikan momen ini sebagai ajang beriklan tentang berbagai risiko saat kita memutuskan untuk ikut-ikutan teman melakukan hal-hal yang tidak baik. Saat ke mal dan melihat remaja ABG yang pakai baju terlalu terbuka, marah-marah di depan umum, bernesraan dengan lawan jenis terlalu berlebihan, saya juga menggunakan momen itu untuk beriklan ke Mima. Nah, masih banyak cara lain untuk beriklan, sesuaikan saja dengan kondisi anak dan kreativitas orangtua.

Harus diakui, saat ini anak-anak lebih sering sibuk dengan TV ataupun game di gadget. Begitu pula dengan orangtua, ketika melihat anak-anaknya “anteng” di hadapan TV dan gadget, maka tak jarang mereka memercayakan “proses penanaman nilai-nilai positif” pada anak melalui TV dan gadget.

Nah, untuk mengimbangi itu, aktivitas beriklan yang juga sering saya lakukan dengan anak-anak adalah dengan mendongeng, sebuah aktivitas yang sudah jarang dilakukan.

Di keluarga kami, mendongeng masih menjadi aktivitas wajib yang biasanya dilakukan sebelum tidur. Mengapa? Karena menurut kami, mendongeng merupakan kesempatan emas untuk menjalin

kedekatan dengan anak, terutama bagi orangtua dengan tingkat kesibukan yang tinggi dan hanya punya sedikit waktu untuk anak. Saat jalan-jalan kurang bersahabat dan akibatnya orangtua yang bekerja baru sampai di rumah saat anak menjelang tidur, mendongeng bisa jadi satu kegiatan menyenangkan dan berkesan untuk terus memelihara kedekatan hati dengan anak. Asal mendongengnya dilakukan dengan sepenuh hati, ya.

Banyak manfaat yang bisa kita ambil dari aktivitas dongeng: menjalin kedekatan antara orangtua dengan anak, membangkitkan minat baca pada anak, mengembangkan daya imajinasi pada anak, dan meningkatkan keterampilan berbahasa. Ini terutama bagi anak-anak batita yang masih terus menambah perbendaharaan kata mereka. Sementara itu, untuk anak-anak yang lebih besar, mendongeng juga dapat bermanfaat meningkatkan kemampuan verbal, membuat anak semakin terlatih dalam kemampuan berbahasa dan bertutur kata dengan baik, dan yang tak kalah pentingnya, untuk mengantarkan pesan-pesan positif pada anak tanpa terkesan menasihati.

Kenapa kita harus mengemas “iklan” dengan semenarik mungkin?

Sebab, di saat anak merasa senang, anak akan menyerap informasi yang disampaikan dengan baik. Apalagi saat anak senang menyambut kedatangan ayah atau ibunya yang sudah ditunggu-tunggu seharian, dan melihat ayah atau ibunya mau meluangkan seluruh waktu yang tersisa saat itu untuk bersama dengannya. Wah, pasti momen itu jadi momen yang luar biasa berharga.

Kadang-kadang, iklan yang saya sampaikan berujung tidak efektif. Anak kelihatan ogah melakukan apa yang kita sampaikan, walaupun sudah kita iklankan berulang-ulang. Kalau iklan yang sudah disampaikan orangtua ternyata “enggak laku,” dan anak enggak mau mengikuti, kemungkinan karena iklan kurang memikat sehingga orangtua perlu membuat iklan baru.

Nah, bagaimana ya, agar acara “beriklan” kita lebih asyik dan efektif? Untuk media mendongeng, meluangkan seluruh waktu menjadi kata kunci agar bisa mendongeng sepenuh hati. Untuk sementara, sudah, kita tinggalkan saja dulu seluruh masalah kantor, gadget, dan urusan lainnya.

Siapkan diri kita untuk benar-benar siap bersenang-senang dengan anak. Saat akan mendongeng, usahakan membuat suasana hati kita senang dan gembira, sebab anak bisa merasakan suasana hati kita dengan mudah.

Ajak anak terlibat dalam cerita. Bentuknya bisa dengan memilih buku atau tema cerita yang ingin didongengkan, atau dengan mengganti nama tokoh dongeng dengan nama anak kita.

Biarkan saja anak bebas bertanya. Karena justru inilah saat anak bisa bebas mengungkapkan pendapatnya. Suasana juga bisa dibuat lebih menarik dengan membelokkan alur cerita supaya cerita jadi lebih seru dan asyik untuk anak.

Dongeng spontan tanpa membaca juga seru, lho. Temanya bisa

apa saja. Cerita lucu, sayang teman, rajin mandi, sampai manfaat buah-buahan bisa jadi tema dongeng sehari-hari. Coba deh, mendongeng untuk anak-anak hari ini. Siap-siap ya, karena anak akan makin jatuh cinta sama kita!



## Bab 5

# *Menemani Anak di Satu Tahun Pertamanya*

### BERPISAH BUAT BERTEMU

9 bulan kamu di dalam diriku  
Sejak aku belum mengenalmu  
Sesosok malaikat memilih aku  
Sebagai teman belajar bagimu

10 jari tangan lengkapi dirimu  
Senang getarkan dawai hatiku  
Seluruh jiwaku menyambutmu  
Sebagai yang baru di rumahku

11 jam aku berpeluh buatmu  
Sediakan jalan bantu hadirmu  
Serasa terbang kulihat dirimu  
Sehat siap meramu pesonamu

12 bulan pertama di hidupmu  
Dasar utama proses belajarmu  
Diri ini aku abdikan kepadamu  
Dengan sungguh dampingimu

Seorang sahabat menghadihkan puisi indah ini ketika Nala lahir, mengingatkan saya bahwa sejak anak dalam kandungan hingga satu tahun pertama usianya, merupakan saat-saat yang menentukan bagi masa depannya kelak. Karena itu, penting bagi kita sebagai orangtua untuk merancang pola asuh didik yang terbaik bagi anak-anak kita. Namun, memang harus diakui, menyediakan pola asuh didik yang baik bagi anak-anak terkadang bisa menjadi kendala tersendiri bagi orangtua. Meski begitu, kita harus tetap semangat. Kalau kita giat belajar, soal yang paling sulit pun bisa kita pecahkan. Begitu pula dengan pola asuh didik.

Nah, bagaimana cara saya mempersiapkan pola asuh didik sejak anak masih di kandungan? Jawabannya ada di dalam bab ini yang saya praktikkan waktu mengandung Nala.

### *Bergaul Lahir Batin dengan Anak*

Jujur, ketika mengandung Mima dan Raka saya masih belum banyak belajar ilmu parenting. Nah, baru ketika mengandung Nala-lah saya mulai mengasuh dan mendidik putri bungsu saya itu sejak dalam kandungan. Wah, pasti banyak yang bertanya-tanya bagaimana saya mengasuh dan mendidik anak yang bahkan belum lahir.

Sebenarnya, enggak rumit, kok. Hal-hal yang saya lakukan saat itu sederhana saja. Namun, karena belum belajar sehingga pada kehamilan-kehamilan sebelumnya saya belum terpikir. Sejak tahu saya mengandung Nala, saya jadi rajin mengusap-usap perut saya. Saya pun sering mengajak Nala yang masih di dalam kandungan mengobrol. Isi obrolannya apa saja, yang penting positif. Bisa juga dalam bentuk dongeng. Saya juga sering melibatkan anggota keluarga yang lain, seperti suami ataupun kakak-kakaknya untuk berinteraksi dengan Nala. Sekadar mengusap, mencium, atau mengajak Nala ngobrol sudah dapat memberikan dampak yang

signifikan pada perkembangan janin. Dan, yang enggak kalah pentingnya, saya pun sering mengajak Nala berdoa bersama. Begitulah cara saya menjalin hubungan batin yang erat dengan bayi yang saya kandung. Sederhana, kan?

Namun, ketika Nala lahir, tantangan kami untuk menjalin hubungan itu dengan Nala bisa dibilang lebih besar lagi. Kenapa? Karena si anak sudah terlepas dari tubuh kita. Dan biasanya, kita sudah disibukkan dengan macam-macam aktivitas. Jadi, tak jarang membuat si anak merasa terabaikan, walaupun tentu saja tidak dalam artian fisik. Ini bukan hanya soal Nala, tetapi juga soal Mima dan Raka. Saya menjadi penasaran dan ingin bertanya kepada kita semua para orangtua: ketika sang buah hati sudah hadir dalam kehidupan kita sehari-hari, masihkah kita bergaul lahir batin dengan mereka?

Wah, pertanyaan ini pasti sangat menggelitik ya, khususnya untuk para full time mother yang menghabiskan waktu nyaris 24 jam sehari, tujuh hari seminggu, dan selalu stand by bersama sang buah hati tercinta. "Kan, saya sudah menghabiskan waktu setiap hari bersama anak, masa iya tidak bergaul lahir batin dengan dia?" Kira-kira begitu yang dilontarkan para ibu waktu mendengar kalimat tersebut. Namun, yang jadi pertanyaan adalah: betulkah tingginya frekuensi pertemuan dengan anak sudah menjamin indahnya relasi emosi antara orangtua dan anak?



Bergaul lahir batin dengan anak bisa dilakukan, bahkan, sejak dia

Kenyataannya, “dunia silaturahmi virtual” yang semakin ramai sejak hadirnya media sosial, instant messenger, milis, dan lain-lainnya, malah semakin mempersulit terjalannya pergaulan lahir batin dengan anak.

Orangtua sering hanya hadir secara fisik di samping anak-anak. Jadi, enggak jarang malah menghasilkan anak-anak yang “rewel” dan “reseh” karena si anak sibuk berstrategi demi merebut perhatian orangtuanya.

Sebenarnya, pada prinsipnya, anak-anak kita juga senang mendapatkan yang enak-enak. Meskipun dapatnya jarang, tetapi kalau enak, anak-anak pasti akan mau terus. Nah, kalau dapatnya sering, gratis, dan bisa sepuasnya, tetapi enggak enak, maka anak-anak pasti juga tidak akan mau. Begitu juga dengan momen anak bersama orangtua. Meskipun jadwal bertemu dengan kita tidak terlalu banyak, tetapi kalau saat-saat kebersamaan dengan orangtua dibuat “enak” dan berkualitas, anak pasti akan menikmati tiap-tiap momen kebersamaan dengan kita. Dibanding ini dengan kita yang sering bertemu dengan anak, tetapi setiap kali bertemu malah isinya tidak selalu menyenangkan. Akhirnya, bukannya menikmati, banyak anak yang malah merasa ogah bersama kita. Wah, kalau sudah begini, sedih juga, ya.

Suatu hari, saya pernah menjadi salah satu pengajar tamu di program liburan sekolah anak. Anak-anak ditanya apa alasannya ikut program liburan tersebut. Ada salah satu anak yang mengaku bahwa lebih baik ikut kegiatan seperti ini ketimbang harus seharian bareng sama ibunya. Hehehe. Jadi, sebenarnya tidak ada orangtua yang paling ideal, apakah yang selalu bersama anak (full time mother) atau yang jarang bertemu dengan anak (working mother). Karena, yang terpenting bukan banyak atau sedikitnya waktu pertemuan, tetapi seberapa banyak manfaat dan kenyamanan yang orangtua berikan saat bersama anak.

Coba deh, kita ingat-ingat, pernah enggak menemukan kondisi saat anak jadi superbawel dan rewel sementara kita juga sedang stres dengan pekerjaan, bete dengan pasangan, atau stres karena gaji bulanan yang sudah habis di pertengahan bulan? Kalau pernah, ya jangan heran. Secara

natural, anak yang masih polos menjalin hubungan dengan “rasa.” Dan, perasaan-perasaan yang kita rasakan setiap hari, termasuk yang enggak mengenakan seperti rasa sebal, kesal, marah, panik, dan sebagainya, akan “nyetrum” ke anak dengan cepat. Kemudian, bagaimana dengan kita? Apakah kita “nyetrum” ketika anak mengalami perasaan-perasaan yang serupa? Dapatkah kita merasakan perasaan anak-anak dengan mudah layaknya anak-anak yang merasakan perasaan kita dengan mudah? Itulah yang menjadi tugas kita saat ini.

Sayangnya, kadang-kadang, dunia kita ramai dengan beragam masalah, dan akibatnya kita menjadi kurang sensitif terhadap apa yang anak kita rasakan. Contohnya nih, ketika anak menangis dan kesal karena jatuh saat bermain, kita cenderung mengomeli mereka karena menganggap mereka tidak bisa diam atau tidak berhati-hati. Padahal, saat itu anak sedang membutuhkan orang yang bisa menampung perasaannya.

Kita sebagai orangtua, mesti hati-hati, nih. Buruknya relasi emosi antara orangtua dengan anak bisa menghasilkan generation gap yang semakin lama semakin parah, lho. Dan, semakin bertambah usia si anak, semakin terasa bahwa relasi orangtua dan anak sepertinya memang ada yang salah. Percaya enggak percaya, situasi seperti ini terjadi di banyak rumah, termasuk di rumah saya ... dulu. Saya mengalaminya waktu Mima masih kecil dan semakin hari dampak relasi yang buruk semakin terlihat seiring penambahan usia Mima.

Namun, ketika kita bergaul secara lahir dan batin dengan anak, perubahan-perubahan emosi pada anak akan bisa kita rasakan dengan sangat cepat. Dan ajaibnya, kita jadi sangat cepat mengetahui apa yang sedang dia rasakan. Asyik kan kalau kita menjadi lebih cepat peka pada emosi anak-anak kita?

Saya ingat betul waktu Mima masih bayi, saya kesulitan sekali

memahami tangisannya. Saya sering pusing kalau dia rewel, terutama waktu tengah malam. Duh, apalagi kalau tangisan Mima semakin “heboh.” Saya semakin stres sementara dia juga semakin rewel. Ujung-ujungnya, saya frustrasi karena tetap enggak tahu apa penyebab Mima menangis.

Saya kira, kondisi putri sulung saya itu akan membaik ketika dia beranjak besar. Namun, ternyata itu hanya sebatas angan. Saat menginjak usia dua hingga lima tahun, keadaan Mima menjadi semakin parah. Relasi emosi kami jadi semakin tidak keruan dan alhasil, saya menjadi ibu yang enggak asyik bagi Mima saat itu.

Pelan-pelan, saya belajar bergaul lahir batin dengan Mima, dan dengan kedua anak saya yang lain. Waktu berhasil melakukannya, ternyata segalanya berubah: relasi saya dan Mima menjadi semakin manis! Bonusnya, saat Nala lahir tiga tahun lalu, saya pun bisa mengerti arti tangisannya dengan mudah. Hanya dari tangisan atau gerak-geriknya, saya menjadi tahu apa yang dia butuhkan: minta ganti popok, kedinginan, kegerahan, gatal, ataupun haus—semuanya bisa saya rasakan dengan gampang. Mungkin inilah buah dari bergaul lahir batin dan menerapkan pola asuh didik sejak Nala dalam kandungan.

Sekarang pertanyaannya, bagaimana ya bisa bergaul lahir batin dengan anak? Hehehe, enggak perlu bingung dengan pertanyaan ini, ya. Karena, kalau semakin bingung akan semakin tidak ketemu bagaimana caranya. Padahal, sesungguhnya, kita enggak perlu berpikir terlalu keras atau rumit, sebab yang dibutuhkan hanyalah bisa merasa. Simpel, kan?

Ya, cara bergaul lahir batin bersama anak adalah dengan hadir sepenuhnya, melibatkan tak hanya raga, tetapi juga segenap jiwa kita. Rasakan kebersamaan bersama mereka detik demi detik dan nikmati indahnya hari, manis senyum sang buah hati, tawa bahagiannya saat bersama-sama, dan hadirkan juga wajah mereka saat kita berdoa.

Awalnya, bergaul lahir batin dengan anak memang enggak mudah. Selain bingung dan belum tahu caranya, tidak jarang pikiran kita juga malah dipenuhi pekerjaan di kantor, urusan rumah tangga, atau masalah-masalah lainnya. Jadi, cara yang paling mudah adalah mulai menjalaninya terlebih dulu. Ikuti kegembiraan sang anak saat dia bermain. Ikuti keseruan sang anak ketika nonton TV bersama. Berhenti memikirkan pekerjaan yang menumpuk di kantor atau masak apa besok ketika kita bermain dengan sang anak. Hadirlah untuk anak, lahir dan batin.

Mengapa bergaul lahir batin menjadi hal yang penting bagi orangtua? Karena, bergaul lahir batin merupakan cikal bakal pelajaran menjalin relasi dengan orang lain secara harmonis. Bergaul lahir batin juga bertujuan untuk merawat hubungan, tak hanya dengan anak-anak, tetapi juga bisa kita praktikkan dengan orang-orang terdekat kita, misalnya dengan pasangan kita. Dengan bergaul lahir batin, kita bisa benar-benar tahu apa yang dibutuhkan oleh orang lain sehingga kita bisa memberikan manfaat dan solusi bagi masalah mereka, dan bukannya malah “mrecoki” kehidupan mereka. Sedangkan untuk proses asuh didik, bergaul lahir batin bisa dijadikan modal sumber belajar yang baik untuk anak.

Bergaul lahir batin dengan anak sudah bisa kita lakukan sejak anak di dalam kandungan hingga dia dewasa, lho. Manfaat kegiatan ini ternyata besar sekali, yaitu bisa mempererat *bonding* antara orangtua dengan anak asalkan dilakukan dengan sepenuh hati. Di bawah ini ada beberapa contoh bergaul lahir batin yang bisa kita lakukan sejak anak di dalam kandungan hingga beranjak remaja. Yuk, kita *check list*, mana saja yang sudah kita lakukan:

#### Ketika Anak dalam Kandungan

- Membacakan cerita
- Diajak ngobrol sambil mengelus perut
- Ayah atau Kakak mencium perut Bunda

#### Ketika Anak Lahir Hingga Usia Balita

- Membaca doa bersama
- Bermain dan tertawa bersama
- Menjadi pendengar yang baik

#### Ketika Anak Memasuki Usia Remaja

- Melakukan tugas rumah tangga bersama dalam kemasan yang menyenangkan
- Hang out* bareng
- Mendengarkan *curhat*-nya

Bergaul lahir batin dengan anak sudah bisa kita lakukan sejak anak di dalam kandungan hingga dia dewasa, lho. Manfaat kegiatan ini ternyata besar sekali, yaitu bisa mempererat bonding antara orangtua dengan anak asalkan dilakukan dengan sepenuh hati. Di bawah ini ada beberapa contoh bergaul lahir batin yang bisa kita lakukan sejak anak di dalam kandungan hingga beranjak remaja. Yuk, kita check list, mana saja yang sudah kita lakukan:

#### Ketika Anak dalam Kandungan

- Membacakan cerita
- Diajak ngobrol sambil mengelus perut
- Ayah atau Kakak mencium perut Bunda

#### Ketika Anak Lahir Hingga Usia Balita

- Membaca doa bersama
- Bermain dan tertawa bersama
- Menjadi pendengar yang baik

#### Ketika Anak Memasuki Usia Remaja

- Melakukan tugas rumah tangga bersama dalam kemasan yang menyenangkan
- Hang out bareng
- Mendengarkan curhat-nya

Membangun Rutinitas

Salah satu kesulitan dalam asuh didik yang sering dikeluhkan orangtua adalah saat mengajari disiplin pada anak. Percaya atau enggak, saya juga termasuk, nih. Hehehe. Sebagai orangtua, itu juga yang menjadi salah satu tantangan bagi saya. Namun, setelah mendapat masukan dari beberapa referensi dan melihat kebiasaan anak-anak saya, saya sadar bahwa sejak usia 0 tahun pun anak-anak sebenarnya sudah bisa diajari disiplin. Caranya? Membangun rutinitas harian si anak sejak masih bayi. Cara ini enggak hanya akan menjadi landasan pembentukan sikap disiplin, tetapi juga akan menjadi landasan anak dalam belajar bertanggung jawab.

Secara alamiah, tubuh manusia sangat terikat pada jadwal kerja yang rutin. Begitu pula dengan bayi, pola rutinnnya sudah mulai mapan saat dia menginjak usia 3 sampai 4 bulan. Jadi, saat bayi kita sudah menginjak usia tersebut, kita sudah bisa mencatat kapan dia mulai mengantuk, lapar, buang air, dan sebagainya. Dengan mencatat kebiasaan sang bayi, kita sebagai orangtua atau pengasuh jadi lebih mudah memahaminya. Hal ini bisa mengurangi rasa frustrasi ibu baru yang umumnya disebabkan kesulitan memahami tangisan bayi.

Masalahnya, rutinitas bayi tidak selalu sejalan dengan rutinitas harian orangtua. Nah, untuk menyiasatinya, kita bisa melakukan sinkronisasi jadwal rutin bayi agar sesuai dengan jadwal harian kita. Caranya, geser maju jadwal harian bayi. Kenapa maju? Agar bayi tetap merasa nyaman dengan adaptasi yang dilakukan.

Contohnya, bayi kita biasanya lapar pada pukul 11:00. Nah, kalau kita ingin mengubah jam makannya menjadi pukul 10:00, kita bisa menggeser jam makannya lima sampai 10 menit lebih awal sehingga dia tidak kelaparan. Biarkan jadwal yang sudah berubah ini berlangsung selama seminggu supaya bayi tidak terkejut dengan perubahan jadwal yang dia alami. Kemudian, secara bertahap, kita bisa melakukan penyesuaian

rutinitas secara berulang hingga jadwal laparnya berubah ke jam yang diinginkan. Melalui aktivitas ini, bayi kita akan belajar untuk beradaptasi, suatu hal yang sangat dia butuhkan hingga dia dewasa kelak. Karena pada kenyataannya, keadaan yang terjadi tidak selalu berjalan seperti yang kita mau, kan?

Kalau jadwal harian bayi sudah ideal sehingga aktivitas harian orangtua dan jadwal alami bayi tidak saling mengganggu, pola ini bisa terus dilakukan secara rutin dan terjadwal. Selain bisa mempermudah ibu atau pengasuh dalam melakukan rutinitas harian, bayi juga belajar banyak hal. Apa saja? Yuk, simak uraian berikut ini.

Terbiasa hidup rutin merupakan cikal bakal terbiasa hidup teratur. Sehingga diharapkan apabila mereka menemukan situasi yang tidak teratur, nantinya anak akan merasa resah, gelisah, dan tidak nyaman. Ini penting untuk membangun kebiasaan menjadi tertib, karena terbiasa menjadi tertib adalah cikal bakal disiplin dan membuat anak bisa setia pada komitmen. Apabila anak sudah setia pada komitmen, anak pasti akan terbiasa untuk bertanggung jawab.

Nah, sekarang, menjadi tugas kitalah untuk menjaga pola rutinitas anak hingga kita betul-betul yakin bahwa dia sudah membangun kesadaran tentang pola rutin tanpa harus di-"bel" atau diingatkan oleh orangtua. Ini penting, lho, karena dalam urusan belajar, konsistensi menjadi hal terpenting yang bisa memengaruhi keberhasilan proses belajar anak kita. Jadi, sebelum anak menginjak 2 tahun, sebaiknya dia tidak terlibat di terlalu banyak aktivitas yang jadwalnya berubah-ubah.

Kemudian, bagaimana jika usia anak kita sudah telanjur di atas 2 tahun? Apakah masih bisa belajar membangun rutinitas agar terbiasa hidup rutin dan disiplin? Masih bisa, dong! Tidak masalah kok, walau telat. Namun, memang belajarnya akan lebih sulit karena anak sudah bisa memaksakan

kehendaknya sesuai dengan keinginan mereka. Saya juga baru mulai membangun rutinitas Mima dan Raka saat mereka sudah kanak-kanak, sudah tidak bayi lagi.

Cara yang saya terapkan pada Mima dan Raka adalah dengan membuat jadwal rutin harian berbentuk gambar di rumah. Dengan jadwal harian yang dibuat semenarik mungkin, anak-anak akhirnya mau menaati jadwal yang sudah kami sepakati dan secara enggak sadar rutinitas mereka pun terbangun. Nah, mulai sekarang, yuk kita biasakan buah hati kita hidup rutin dengan menyusun jadwal harian.



Pernah ada suatu masa, Raka malas makan dan hobinya minum susu. Padahal, kalau anak semakin sering minum susu, dia semakin malas makan karena sudah telanjur kenyang. Akhirnya, saya coba buat kesepakatan dengan Raka: dia boleh minum susu setelah makan terlebih dulu. Kesepakatan pun terjadi. Hingga suatu hari, Raka ingin sekali minum susu, tetapi enggak mau menjalani kesepakatan yang sudah kami buat. Dia keukeuh enggak mau makan dan minta minum susu. Karena tidak mendapatkan apa yang diinginkan, Raka pun kecewa. Raka mulai melancarkan strateginya, deh. Dia menangis sejadi-jadinya, berteriak, berusaha sekuat tenaga agar saya merasa terganggu, lalu memberinya susu tanpa mesti makan terlebih dulu. Nah, ini dia yang namanya strategi anak.

Pasti kita juga sering berada di situasi seperti ini, ya. Anak kita rewel, menangis tanpa alasan yang jelas, dan sering diiringi amukan sampai berjam-jam. Enggak cuma itu. Kadang-kadang, anak melengkapinya dengan memukul diri sendiri atau orang lain. Perilaku seperti ini nih, yang sering membuat orangtua kebingungan.

Saat anak kita bertindak seperti itu, ada satu hal yang harus kita tanyakan pada diri sendiri: dia berlaku seperti itu berdasarkan strategi atau emosi?

Yup, walaupun masih muda, anak-anak sudah cukup pintar lho, untuk melancarkan berbagai strategi demi mendapat apa yang mereka inginkan. Kita sebagai orangtua harus cerdas dalam membedakan arti tangisan mereka: apakah benar mereka menangis dari hati terdalam mereka (emosi), atautkah memang akal-akalan saja supaya bisa mendapatkan apa yang mereka inginkan (strategi). Kebetulan pengalaman saya dan Raka di atas adalah tangisan strategi. Namun, banyak juga contoh anak yang menangis karena emosi. Karena itu, setiap hari kita harus melatih

keterampilan dan kepekaan kita dalam membedakan apa yang sebenarnya dirasakan dan dilakukan oleh anak-anak kita.

Kesannya memang sepele, tetapi kelihaihan kita ini bisa berujung pada tepat atau tidaknya respons yang kita berikan kepada anak kita. Misalnya, ketika anak merasakan emosi, itu merupakan perasaan batin sebagai wujud dari kegembiraan, kesedihan, kesal, marah, dan lain sebagainya. Biasanya, emosi merupakan aktivitas merasa yang sifatnya spontan dan di luar kesadaran. Nah, jika tindakan sang anak dilandasi oleh emosi, kita perlu fasilitasi secara pasif. Artinya, kita tetap membuka hati, tetapi tidak merespons secara aktif. Kita bisa memilih respons pasif seperti memeluk, atau menenangkan mereka. Biarkan mereka mencurahkan emosinya hingga benar-benar puas dan tidak ada lagi emosi yang terpendam.

Contoh sederhananya ketika anak-anak kita jatuh waktu lari-larian. Biasanya sih, tangis yang disebabkan oleh rasa sakit akibat jatuh itu enggak berlangsung lama, kecuali kalau memang menyebabkan luka yang cukup serius. Namun, walau kita tahu luka yang mereka alami tidak serius, pada momen ini kita cenderung merespons tangisan mereka secara berlebihan. Supaya tangis mereka cepat berhenti, kita berusaha menenangkan, mengusap-usap, menggendong, bahkan kadang menyalahkan batu, tembok, atau apa saja penyebab mereka terjatuh. Maksudnya sih, kita mau menunjukkan perhatian kita pada mereka, tetapi justru tindakan ini bisa menghambat emosi anak yang keluar, lho.

Ketika kita bertindak seperti di dalam contoh, anak terpaksa berhenti mengeluarkan emosinya dan menyimpannya ke dalam "kantong emosi" di dalam jiwanya. Nah, kalau ini terjadi terus-menerus, kantong emosi dia lama-lama akan penuh sehingga berpotensi untuk luber, banjir, dan bocor. Umumnya, kejadian ini ditampilkan dengan marah meledak-ledak.

Karena emosi bersifat spontan, tak jarang muncul dalam tindakan yang

membahayakan. Saya pernah melihat seorang anak yang sedang kesal sampai melempar barang-barang atau menjedotkan kepala ke tembok. Kita pasti langsung khawatir. Kalau anak sedang emosi dan muncul tindakan yang membahayakan dirinya atau orang lain, tindakan yang semestinya diambil oleh orangtua adalah mengamankan anak sebagai pelaku. Cara mengamatkannya adalah dengan tidak menyakitinya. Misalnya, dengan membedong atau menguncinya dalam pelukan supaya dia tidak dapat melakukan hal-hal yang membahayakan lagi. Setelah emosinya reda, jangan lupa menginformasikan ke anak kenapa kita melakukan hal itu. Penyampaian informasi ini penting supaya tidak terjadi kesalahpahaman di kemudian hari.

Letupan emosi murni umumnya tidak berlangsung lama, biasanya antara 2 sampai 10 menit. Namun, fenomena keluarnya emosi pada anak macam-macam dan hati orangtua seakan teriris-iris waktu melihatnya. Enggak heran kalau sering kali kita sebagai orangtua malah bertindak lebay supaya tangisan anak tenang kembali, supaya anak terhibur dari sakitnya. Apabila ini terjadi dan anak menangkap sinyal bahwa si orangtua rela melakukan apa saja demi menghibur dia dari sakitnya, maka emosinya dengan segera akan berubah menjadi strategi.

Sering kali setelah 2 menit pertama anak menangis karena kesakitan, lalu dia menangkap ada celah yang memungkinkan dia bisa berstrategi. Kita sering dengar atau lihat kan anak-anak melanjutkan regekannya dan minta digendong sambil membeli es krim. Kalau orangtua tidak setuju membelikan es krim, tangis strateginya pun berlarut-larut sampai 2 jam.

Nah, apabila emosi adalah aktivitas merasa maka strategi adalah aktivitas berpikir. Perlu dipahami bahwa strategi bersifat sengaja, berbeda dengan emosi yang bersifat spontan. Meskipun tampilannya sama, misalnya menangis atau marah-marah, tetapi energi yang

menggerakannya berbeda. Strategi adalah perilaku anak yang bertujuan untuk mengendalikan orang lain, umumnya orangtua atau pengasuhnya. Biasanya nih, wujud perilaku itu berupa teror karena memang tujuannya agar “korban” yang diteror merasa terganggu, hingga akhirnya menurut dengan apa yang diinginkan oleh pelaku.

Nah, saat anak berstrategi seperti ini nih, biasanya memang akan muncul perasaan kesal atau terganggu karena kita merasa diteror. Dan ternyata, kalau kita sebagai pihak yang diteror menanggapi, walaupun sambil menunjukkan bahwa kita enggak suka, ngomel-ngomel karena enggak ikhlas, atau menghukum si anak, ini sama juga dengan kita mengapresiasi sikap buruk yang ditunjukkan anak sebagai bagian dari strateginya. Kalau kita menanggapi dan terus memberikan apresiasi pada sikap ini, besar kemungkinan strategi-strategi seperti itu akan muncul lagi dan lagi di kemudian hari.

Saya mau berbagi tips. Saat anak menampilkan perilaku berstrategi, sebaiknya kita abaikan saja secara total, lahir dan batin. Bukannya enggak sayang anak, tetapi lebih supaya anak belajar bahwa cara-cara seperti itu bukan cara yang jitu untuk membuat orang lain tunduk pada keinginannya. Enggak akan manjur, deh. Namun, kita juga tidak boleh menganggap remeh anak-anak kita, ya. Karena, saat kita hanya berpura-pura cuek dan tidak mengabaikan secara lahir batin, mereka akan langsung tahu dan menganggap ini sebagai sebuah peluang. Alhasil, anak akan terus-terusan menjalankan strateginya sampai si korban akhirnya takluk.

Pernah punya pengalaman kewalahan akibat anak rewel sampai berjam-jam? Atau ngamuk di mal minta dibelikan mainan? Ayo, angkat tangan! Hehehe. Sebenarnya, semakin kita terganggu, semakin lama pula rewelnya. Dan, apabila kita mengabdikan permintaannya hanya karena

enggak mau mendengar si anak nangis lebih keras, anak pun akan memaknainya dengan, "Oh, berarti supaya dibeliin mainan sama Ayah dan Bunda, caranya ya nangis saja. Soalnya, kalau minta baik-baik, pasti enggak dikasih."

Oke, pada praktiknya ternyata enggak mudah bersikap cuek lahir batin saat anak berstrategi. Butuh latihan keras dan pantang menyerah supaya kita bisa konsisten melakukannya. Salah satunya kita mesti berlatih tidak menanggapi adegan strategi yang dilakukan anak ketika itu terjadi. Namun, jangan dibahas juga setelahnya ya, karena nantinya dia pikir strategi itu memiliki arti bagi orangtuanya. Tips lain supaya latihan cuek lahir batin sukses, banyak juga lho, orangtua yang akhirnya membeli penutup telinga dan sejenisnya. Hehehe. Semua demi saking pentingnya cuek lahir batin bagi anak yang berstrategi. Patut dicoba, kan?



Apabila perilaku emosi yang dilakukan anak bersifat membahayakan, pelakulah yang harus diamankan. Contohnya, anak marah karena mainannya diambil orang lain dan mulai tantrum sampai membanting-banting barang. Ketika itu terjadi, peluk, kunci anak sampai emosinya mereda sehingga perilakunya tidak membahayakan orang lain.

Namun, jika perilaku strategi yang dilakukan anak bersifat

membahayakan, korbanlah yang harus diamankan. Kemudian, kita tetap lanjut cuek lahir batin terhadap wujud strategi anak. Misalnya, anak ngamuk dan melempar barang ke TV karena mau nonton tanpa menyelesaikan kewajibannya terlebih dulu. Nah, pada saat ini, lindungi saja TV-nya dengan bantal dan lanjut cuek lahir batin.

Satu catatan penting yang harus diingat oleh orangtua: dibutuhkan konsistensi dalam mengajak anak mempelajari hal-hal seperti ini. Kalau suasananya tidak layak bagi anak untuk belajar, sebaiknya hentikan. Gratiskan saja kemauan si anak. Karena ini lebih baik ketimbang menjadi tidak konsisten. Misalnya, kalau kita tahu kita enggak akan bisa konsisten saat si kecil menangis di depan tamu di rumah orang banyak di tempat umum, beri saja kemauannya sebelum dia menangis. Ini lebih baik daripada akhirnya kita jadi enggak konsisten karena dikomentari orang lain.

Kemudian, bagaimana membedakan antara emosi vs strategi? Kan, perilakunya sama, hanya energi yang menggerakkannya yang berbeda. Jangan khawatir, bisa, kok. Caranya, bergaul lahir batin dengan sang anak. Sudahkah kita melakukannya?[]

*Bab 6*  
*Membangun Fondasi*  
*Kehidupan Anak*

“Hal terbaik dan terindah dalam hidup ini tidaklah dapat kita lihat atau sentuh, tetapi harus kita rasakan dengan hati.”

—Hellen Keller

Sering kali, kekecewaan menghampiri hidup kita, walaupun tidak diundang. Itulah hidup—asam-manis rasanya. Namun, saya kini mengerti bahwa ternyata mengelola rasa kecewa itu mungkin, lho. Bahkan, bisa dimulai sedini mungkin hingga anak berusia 3 tahun.

## Belajar Kecewa

Sebagai orangtua, kita pasti senang kalau anak rajin belajar. Belajar matematika, bahasa Inggris, ilmu pasti, dan ilmu-ilmu lain yang diajarkan di sekolah. Kemudian, bagaimana dengan belajar kecewa? Sudahkah kita membimbing anak kita agar sanggup kecewa dengan aman?

Wah, kecewa kok, dipelajari? Mana bisa! Pasti bisa. Sepanjang hidup kita akan sering bertemu dengan situasi yang mengecewakan. Jadi, ada baiknya kalau kita mempelajarinya sejak dini. Secara umum, orang-orang yang belum sanggup menghadapi kekecewaan hidup dengan cara yang aman, bisa jadi akan berhadapan dengan risiko hasil perilaku mereka saat tak bisa melampiaskan kekecewaannya dengan aman.

Situasi yang mengecewakan bisa kita atau anak kita alami kapan saja, termasuk saat menjalani proses belajar. Saat belajar, anak akan menghadapi banyak situasi yang enggak enak yang bukannya tidak mungkin akan menuntunnya ke kekecewaan. Dan, semakin beranjak dewasa, anak-anak akan semakin sering bertemu dengan pengalaman dan pelajaran hidup yang kurang menyenangkan. Nah, semakin berat cobaan hidup yang harus dihadapi anak-anak kita, akan jadi semakin gawat apabila mereka belum sanggup kecewa dengan aman.

Kecewa dengan aman bisa mulai dipelajari ketika anak sudah memiliki rutinitas yang teratur dan bisa setia dengan komitmen. Sedangkan bagi kita sebagai orangtua, syarat yang harus dimiliki untuk dapat menerapkan pelajaran kecewa dengan aman kepada anak adalah ketika kita sudah

sanggup bergaul lahir batin dengan anak sehingga kita sudah bisa merasakan perbedaan luapan emosi atau strategi.

Yuk, kita ulang lagi definisi kecewa yang aman: saat di mana kita bisa melampiaskan rasa kecewa dengan cara-cara yang aman, tidak menyakiti diri sendiri, orang lain, ataupun merusak barang-barang. Kecewa yang aman bukan berarti kita menjadi kebal dengan rasa kecewa sehingga enggak pernah merasa kecewa, lho.

Mungkin sepintas belajar kecewa dengan aman terkesan enggak penting. Padahal, sebenarnya ketidakmampuan anak dalam mengatasi kekecewaannya dengan aman dapat berujung pada marabahaya. Pernah dengar kan berita tentang tawuran antarpelajar, pengasuh yang membunuh anak yang diasuhnya, orangtua yang membunuh anaknya, suami yang membunuh istrinya dan sebaliknya, ataupun kasus bunuh diri? Seram banget kan kedengarannya. Namun, serentetan peristiwa menyeramkan itu bisa jadi berawal dari satu hal: tidak mampu mengelola kekecewaan yang dialami dengan baik.

Karena itu, penting sekali bagi anak agar sanggup kecewa dengan aman sebelum dia menginjak usia 3 tahun. Kenapa dini sekali? Karena, setelah usia itu, anak akan mengalami banyak proses belajar yang semakin besar tantangannya, sehingga besar kemungkinan dia akan mengalami berbagai kekecewaan. Kalau sebelum usia 3 tahun anak sudah sanggup melampiaskan kekecewaan dengan aman, proses belajar selanjutnya akan lebih lancar. Selain itu, akan sangat menguntungkan kalau anak sudah sanggup kecewa dengan aman sebelum dia memiliki adik. Saat si kakak punya adik, dia akan mengalami banyak situasi yang mengecewakan, terutama saat sang ibu harus membagi waktu antara dia dengan adik. Kalau si kakak belum sanggup kecewa dengan aman, biasanya si adik yang akan menjadi target pelampiasan rasa kecewanya.

Wah, ternyata “sekadar” belajar kecewa saja implikasinya panjang dan dampaknya cukup mengerikan, ya? Namun, apakah cara belajar kecewa semengerikan dampaknya? Ternyata, tidak sama sekali. Cara kita menjadi fasilitas anak untuk belajar kecewa ternyata cukup dengan membangun keterampilan memilih. Pada dasarnya, ada tiga tahapan yang bisa kita praktikkan dengan contoh kasus sehari-hari untuk membangunnya.

Siapa bilang kecewa itu tidak boleh? Boleh kok, itu perasaan yang manusiawi sekali. Namun, ada syaratnya, yaitu:

- Tidak menyakiti diri sendiri
- Tidak menyakiti orang lain
- Tidak merusak barang

## Belajar Memilih

Apa hubungan antara belajar kecewa dengan belajar memilih? Sebenarnya, agar anak-anak bisa belajar melampiaskan kekecewaan dengan aman, mereka harus sering bertemu dengan situasi yang enggak mengenakan dan mengecewakan. Nah, di momen inilah kita bisa membimbing mereka untuk berlatih. Kalau situasi kecewanya enggak ada, kapan anak-anak bisa belajarnya, dong?

Di zaman sekarang ini, ketika semuanya serba mudah didapat oleh anak-anak kita, situasi yang bisa membuat mereka kecewa semakin jarang. Belum lagi ditambah dengan kecenderungan orangtua yang selalu ingin melindungi buah hatinya agar mereka tidak merasa kecewa, sedih, dan gagal. Anak-anak semakin jarang deh, bertemu dengan momen belajar kecewa dengan aman. Padahal, pepatah bilang *practice makes perfect*.

Enggak ada salahnya kalau kita membuat semacam simulasi keadaan yang tidak menyenangkan bagi anak demi mengasah keterampilan yang satu ini. Apabila orangtua bisa lebih sering melakukannya, maka anak pun dapat terbiasa dan semakin cakap.

Kadang-kadang, rasa kecewa juga hadir di saat-saat yang enggak kita duga. Bisa jadi, pada saat anak kecewa, kok ya pas kita enggak ada di sampingnya. Nah, supaya situasinya pas sehingga kita bisa langsung praktik mendampingi anak dan membimbingnya, kita perlu membuat simulasi sambil belajar memilih.

Sambil belajar memilih, anak jadi terlatih untuk berpikir dan menimbang-nimbang dalam menentukan pilihannya sendiri. Semakin sering anak belajar memilih, semakin mahir dia berpikir untuk menentukan pilihan. Kemampuan ini nantinya akan dia gunakan terus sepanjang hidupnya, karena hidup itu kan penuh dengan pilihan. Mulai dari mau bangun tidur, lalu segera beraktivitas atau mau malas-malasan dan menghadapi risiko telat bangun; mau berteman dengan orang yang seperti apa; mau kuliah di mana dan ambil jurusan apa; mau menikah dengan orang yang seperti apa; mau menjadi ibu bekerja atau ibu rumah tangga; dan seterusnya. Seumur hidup kita akan terus bertemu dengan pilihan-pilihan yang mau enggak mau harus kita pilih. Yuk, kita mulai membimbing anak belajar memilih.

## Enak vs Enggak Enak

Ini adalah tahap belajar memilih yang paling mudah. Kalau kita ketemu dengan dua pilihan, yang satunya enak, tetapi yang satunya enggak enak, ya pasti kita pilih yang enak, kan? Hehehe. Ini adalah keterampilan memilih tahap yang paling dasar yang bertujuan memeriksa apakah anak secara stabil dan konsisten sudah sanggup menyetujui apa yang enak dan dapat

menolak apa yang dianggap enggak enak.

Kalau anak belum sanggup menetapkan pilihannya, itu tandanya dia belum bisa memilih dan dia belum bisa lanjut ke tahap selanjutnya. Apa tanda-tandanya? Biasanya, anak akan cenderung memilih apa yang disebutkan terakhir kali kalau belum sanggup memilih. Contohnya, coba kita sebutkan pilihan apakah anak mau digendong atau jalan. Biasanya, anak akan memilih jalan. Sekarang, coba kita balik pilihannya: jalan atau gendong? Kalau anak memilih gendong, itu artinya dia belum sanggup memilih, tetapi hanya memilih apa yang kita sebut terakhir. Sebaliknya, kalau anak sudah sanggup menentukan pilihan, dia tidak akan terkecoh. Meskipun pilihannya dibalik, anak akan memilih apa yang dianggapnya enak. Gampang, kan?

Teknik ini sering saya gunakan kalau tiba waktunya mandi. "Raka mau mandi sama Bunda atau sama Yanda?" Karena Yanda-nya kalau ngajak mandi suka "seru," Raka lebih memilih mandi sama Yanda. Dulu, saat tiba waktunya mandi, saya sering bilang, "Raka mau mandi atau enggak?" Ketebak dong, Raka pilih apa? Ya, jelas enggak mau lah, hahaha. Namun, waktu dengar jawabannya, lalu saya marah. Lho, padahal kan salah sendiri ya, kasih pilihannya cuma mau mandi atau enggak. Ya, Raka pasti akan memilih enggak mandi, apalagi kalau dia lagi asyik main. Mandi kan enggak enak karena mengganggu waktu mainnya.

Teknik memilih enak vs enggak enak ini juga saya gunakan ketika Raka malas sekolah. Semua orangtua pasti pusing deh, kalau anak mulai menolak untuk sekolah. Semua jurus langsung dikeluarkan oleh orangtua agar si anak mau sekolah lagi, mulai dari menasihati, ngomel, marah, sampai menghukum. Padahal, jurus-jurus seperti itu malah bikin anak semakin mogok sekolah. Plus, bisa merusak relasi dan kenyamanan hubungan antara orangtua dan anak. Kebayang kan, sudah si anak malas

ke sekolah, kita pun di rumah ngomeel saja, enggak berhenti sepanjang hari. Yang biasanya terjadi, anak malah semakin malas sekolah sekaligus merasa enggak punya tempat untuk “berlindung” guna mencari kenyamanan.

Menasihati anak dengan menjelaskan bahwa sekolah itu penting dan berguna bagi masa depannya menurut saya juga bukan ide yang cemerlang. Apalagi dibumbui kata-kata: “Mau jadi apa kamu kalau enggak sekolah?!” Anak bisa saja menjawab dengan enteng: “Mau jadi Spiderman!” Aduh, kita semakin emosi, deh.

Bagi anak-anak, topik masa depan termasuk masih sangat sulit karena masa depan adalah hal yang abstrak bagi mereka. Sementara otak anak belum siap untuk diajak berbicara tentang masa depan. Anak belum bisa diajak berpikir soal pentingnya sekolah karena konsep hidup anak masih enak vs enggak enak. Yang enak dijalankan, yang enggak enak ya, ditinggal saja. Yang bisa orangtua lakukan adalah membuat anak merasa bahwa sekolah itu enak, sehingga anak jadi butuh sekolah.

Banyak faktor yang membuat anak mogok sekolah. Yang paling sering terjadi adalah karena anak merasa lebih nyaman malas-malasan di rumah, seperti saya waktu masih berada di bangku sekolah dulu. Hehehe. Itu juga sebabnya saya tidak suka terlalu sering membelikan mainan untuk anak-anak saya. Mainan favorit anak-anak di rumah justru alat-alat masak di dapur dan bisa dibilang hanya mainan-mainan yang didapat dari kado ulang tahun. Atau sesekali gadget milik saya yang mereka pakai sebagai mainan. Ini memang salah satu trik saya supaya anak-anak semangat berangkat ke sekolah, supaya anak merasa senang karena mainan di sekolah lebih banyak daripada mainan di rumah, dan mereka merasa enjoy berada di sekolah.

Namun, yang namanya anak-anak, walaupun mainan di sekolah lebih

banyak daripada di rumah, kadang mereka masih saja malas berangkat ke sekolah. Mereka lebih senang malas-malasan di rumah ketimbang harus berangkat ke sekolah pagi-pagi buta padahal masih mengantuk. Karena sering terjadi, akhirnya saya terus-menerus membuat kondisi bahwa di sekolah itu lebih enak lho, daripada di rumah. Atau, di rumah lebih enggak enak daripada pergi ke sekolah.

Cara ini pernah saya terapkan pada putra saya waktu dia malas berangkat ke sekolah. Saya pun membuat kesepakatan dengan dia.

“Raka boleh kok, enggak sekolah, tetapi di rumah Raka juga enggak boleh main, ya. Raka enggak bisa nonton TV, minum susu, apalagi main-mainin gadget Bunda. Kalau Raka mau mendapatkan semua itu, boleh-boleh saja ... tetapi ya, Raka harus sekolah dulu.”

Suatu hari, saking malasnya bangun pagi, Raka memutuskan untuk tidak sekolah. Sampai pukul 08.00 pagi, dia masih “anteng-anteng” saja di rumah. Sudah setengah jam berlalu, masuk masa-masa kritis saat dia mulai bosan karena tidak ada aktivitas menyenangkan yang bisa dilakukan di rumah. Raka pun mulai “rewel,” mulai minta susulah, minuman kesukaannya. Namun, tentu saja, Raka tidak bisa mendapatkan yang dia minta, sebab kesepakatannya adalah dia tidak akan dapat susu kalau dia tidak sekolah.

Pukul 10.00 pagi Raka mulai semakin uring-uringan karena bosan ... dan akhirnya, dia menangis minta berangkat ke sekolah. Namun, pada jam segitu teman-temannya sudah bersiap untuk pulang. Jadi, percuma saja kalau saya turuti. Akhirnya, karena keputusannya adalah tidak pergi sekolah hari itu, dia harus menjalankan risikonya. Raka pun mulai sadar bahwa ternyata pergi ke sekolah lebih enak ketimbang bosan enggak bisa beraktivitas menyenangkan di rumah. Esoknya, Raka semangat berangkat ke sekolah. Sekolah menjadi penting bagi Raka karena dengan berangkat

ke sekolah pulanginya dia bisa asyik main di rumah.

Selain itu, Raka jadi bisa belajar memilih keputusannya sendiri dan menjalankan risiko dari keputusannya. Ini bisa membentuk pola pikir positif pada anak: di setiap keputusan ada risiko yang harus dipertimbangkan. Jadi, situasi apa saja yang terjadi di rumah bisa kita jadikan materi pembelajaran yang positif untuk anak. Kuncinya: orangtua harus konsisten terhadap kesepakatan yang sudah dibuat.

## Enak vs Enak

Anak kita sudah lancar dalam memilih enak vs enggak enak? Artinya, dia siap naik kelas ke tahap memilih enak vs enak. Keterampilan memilih enak vs enak adalah agar anak dapat mengelola nafsunya. Anak belajar mengasah kemahiran dalam memilih salah satu saja dari dua hal yang enak, alias enggak serakah.

Pada tahap inilah biasanya anak akan mulai menemukan situasi yang mengecewakan sebagai ajang bagi mereka untuk belajar kecewa. Kalau situasi untuk memilih enak vs enak jarang muncul, kita bisa kok dengan sengaja membuat kondisi ini terjadi. Misalnya nih, suatu hari Mima ingin permen. Sebenarnya, saya bisa saja langsung membelikan Mima permen, tetapi saya mau menjadikan ini ajang pelatihan belajar kecewa. Kemudian, saya ajukan pilihan untuk si sulung.

“Mima mau permen atau es krim, nih?”

Tidak jarang pada situasi seperti ini anak maunya semuanya: permen dan es krim. Namun, kita buat kondisinya agar dia hanya bisa memilih salah satu saja dari dua hal yang enak itu. Biasanya pada situasi seperti ini anak akan kecewa karena ingin dapat keduanya. Kalau anak tidak mau memilih dan kekeh ingin keduanya, kita bisa bilang bahwa dia justru enggak akan dapat keduanya. Saat anak mengekspresikan rasa kecewanya,

saatnya bagi kita untuk belajar membaca strateginya: apakah kekecewaan itu emosi atau strategi?



Kita bisa mengulang pola ini secara rutin untuk memastikan buah hati

kita belajar tidak serakah dan belajar mengelola kekecewaannya saat tidak bisa mendapatkan apa yang mereka mau. Di saat anak sering mengalami situasi kecewa, orangtua bisa mulai beriklan bahwa merasa kecewa itu adalah suatu hal yang wajar. Wajar saja kalau kita menjadi marah, kesal, atau sedih saat kecewa. Kuncinya, ajak anak untuk bisa melampiaskan kekecewaan dengan cara-cara yang aman.

Nah, ada latihan khusus untuk Ayah-Bunda dan anak, nih. Yuk, kita buat daftar pelampiasan emosi apa saja yang aman dan yang tidak aman. Diskusikan dengan anak agar mereka bisa mendapat masukan bahwa kecewa itu bisa dilalui dengan aman.

Pelampiasan Emosi  
yang Aman

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Pelampiasan Emosi  
yang Tidak Aman

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Biarkan anak memilih cara mana yang paling nyaman untuk melampiaskan rasa kecewanya. Sebab, kenyamanan itu sifatnya personal.

Enggak Enak vs Enggak Enak

Anak yang sudah lulus tahap “enak vs enak” ditandai dengan kesiapannya memilih salah satu dari beberapa pilihan yang diajukan. Kalau sudah begitu, naik kelas deh, ke tahap memilih selanjutnya. Ini adalah tahap memilih yang tersulit, sebab anak dihadapkan pada materi belajar memilih pada situasi yang semuanya enggak enak. Pada tahap ini, wajar sekali kalau awalnya anak enggak mau memilih soalnya semua tawaran jelas-jelas adalah tawaran yang enggak mengenakan bagi mereka. Nah, pada saat seperti ini, yang perlu kita lakukan adalah membuat anak sadar dan paham bahwa ketika dia tidak memilih satu pun, itu sama saja artinya dengan dia memilih untuk melepaskan hak pilihnya dan membiarkan orang lain menentukan nasibnya.

Contoh paling mudah soal Raka yang enggak mau mandi. Saat itu saya ajukan pilihan, mau mandi sama Bunda atau Yanda? Meskipun mandi bersama ayahnya kadang-kadang seru, tetapi kalau dia sedang “tanggung” main, bisa jadi dia enggak mau memilih salah satu dari pilihan yang diajukan dan memilih untuk tidak mandi. Ketika itu saya bilang ke Raka, “Oke, karena Raka enggak milih, berarti Bunda yang milihin buat kamu. Jadi, sekarang Bunda saja yang mandiin Raka.” Sambil bilang begitu, saya langsung menggendong Raka ke kamar mandi.

Pada masa seperti ini, jamak kalau anak mulai menunjukkan sikap atau upaya pemberontakan. Ini adalah hal yang wajar dan kita enggak perlu cemas terlalu berlebihan. Hadapi secara wajar saja dan tetap konsisten.

Apabila anak terus menerus menyerahkan hak pilihnya pada kita, buat anak tidak nyaman dengan pilihan yang kita pilihkan untuknya. Tujuannya supaya akhirnya anak mau memilih sendiri walaupun pilihan yang diajukan tidak enak semua. Namun, dengan memilih sendiri, dia bisa memilih mana yang risikonya paling bisa dia hadapi.

Apabila proses ini berlangsung aman dan berhasil dilalui, tanda yang

terlihat adalah perilaku anak yang mengajukan pilihan baru. Kalau kita mengajukan tiga pilihan yang enggak enak, anak akan mengajukan pilihan keempat yang, tentu saja, lebih enak dari pilihan sebelumnya, dong. Jangan kaget, karena ini tandanya dia mulai memahami situasi pilihan yang kita bangun dan mengerti bagaimana bisa selamat dari situasi yang semuanya enggak enak itu. Apabila buah hati kita sudah menunjukkan tanda-tanda seperti ini, artinya dia sudah mulai siap untuk masuk ke tahap berikutnya: belajar berjuang.

Kalau dipikir-pikir, sampai sekarang, sampai kita dewasa ini, kita sebagai orangtua masih saja dihadapi dengan berbagai situasi yang mengharuskan kita memilih. Baik itu memilih salah satu dari beberapa pilihan enak maupun salah satu dari beberapa pilihan yang enggak enak. Tandanya situasi-situasi seperti itu akan terus kita hadapi seumur hidup kita, begitu juga dengan anak-anak.[]



## *Bab 7*

# *Yuk, Ajak Anak Mengarungi Hidup dengan Berjuang*

“Tuhan tidak pernah menyuruh kita untuk sukses, tapi menyuruh kita terus berjuang.”

—Cak Nun

## Belajar Berjuang

Zaman sekarang, enggak afdal rasanya kalau anak kurang menonjol dan jadi juara di sekolah. Iya, enggak? Hehehe. Untuk mengejar “target” itu, tanpa sadar orangtua selalu menegaskan ke anak agar bisa bersaing dengan teman-teman satu kelas atau bahkan satu sekolah dan menjadi juara satu. Padahal kan, makna sebuah persaingan adalah kesanggupan untuk mendahului. Jadi, mau enggak mau anak akan memusatkan energinya pada niatan untuk mengalahkan atau menjatuhkan lawannya, atau dalam hal ini adalah teman-teman sekolahnya. Pokoknya, bagaimanapun caranya agar dia unggul dalam semua bidang.

Lama-kelamaan, yang dipahami oleh anak sebagai sumber kebahagiaan adalah menjadi siswa atau manusia yang paling unggul. Tentu saja, menjadi unggul itu baik. Namun, bagaimana nih, kita membangunnnya? Sudah benar atau belum caranya? Apabila kita membangunnnya melalui persaingan, tanpa sadar kita akan membentuk anak menjadi agresif. Kenapa? Karena persaingan identik dengan kemungkinan kalah yang sering memicu perasaan terancam. Akhirnya, bukannya enjoy menikmati proses, anak-anak malah jadi selalu mewaspadaai “lawan-lawannya.”

Dulu, saya juga maunya anak saya selalu unggul sehingga mengarahkan mereka untuk bisa bersaing dengan teman-teman sekelasnya. Namun, setelah menyadari dampaknya, saya kok, jadi pikir-pikir lagi. Kini, saya lebih berharap memiliki anak yang sanggup berjuang. Sebab, anak yang sanggup berjuang enggak akan memiliki sikap agresif, sebab sang pejuang akan fokus pada dirinya sendiri bukan pada kekalahan lawannya.

Dengan berjuang, anak memusatkan energi pada pencapaian tujuan, bukannya keinginan untuk mendahului, mengalahkan, atau menjatuhkan lawan. Dengan sanggup berjuang, anak jadi selalu bebas dari pengaruh

orang lain karena motivatornya adalah tercapainya target. Alhasil, seorang pejuang enggak perlu disemangati atau diintimidasi.

Seorang pejuang sadar penuh bahwa untuk meraih cita-citanya, ada kewajiban-kewajiban yang harus dia lakukan. Nah, karena memenuhi kewajiban sering anak maknai sebagai hal yang enggak enak dilakukan, karena isinya biasanya hal-hal sulit yang belum dia kuasai atau bahkan belum pernah dia lakukan, maka orangtua perlu membimbing anak untuk menumbuhkan kesanggupan berjuang. Wah, tantangan baru nih, buat kita para orangtua. Namun, tenang saja, tidak sesulit judulnya, kok. Semua pasti bisa kita lakukan. Hehehe.

Sebenarnya, tahap-tahap yang sudah saya jabarkan di bab-bab sebelumnya bisa menjadi cikal bakal belajar berjuang. Setelah anak sukses melalui tahap **belajar kecewa dengan aman** melalui teknik memilih, kini saatnya kita bisa menstimulasi anak untuk mulai belajar berjuang. Eh, tetapi, kita juga harus siap-siap, nih. Kita harus siap enggak galau saat anak merespons. Pada tahap ini, biasanya anak menghadapi banyak kekecewaan. Untuk anak yang belum sanggup kecewa dengan aman, kemungkinan anak mengekspresikannya dalam berbagai bentuk, misalnya tantrum. Orangtua pun jadi kesulitan dan akhirnya enggak konsisten. Kemudian, galau, deh. Hehehe. Karena itulah, penting untuk anak belajar kecewa dengan aman sebelum memasuki tahapan belajar selanjutnya.

Bagaimana menstimulasi putra-putri kita agar mampu berjuang? Caranya, biasakan agar mereka tidak mendapatkan semua yang mereka mau secara gratis. Kalau ingin mendapatkan sesuatu, ya mereka harus memenuhi syarat-syarat yang kita ajukan terlebih dulu. Kenapa harus ada syarat? Bukankah semua yang kita miliki pada dasarnya untuk anak-anak juga? Nah, ini dia nih, kuncinya.

Dalam membimbing anak untuk belajar berjuang, kita ingin memberi

stimulasi agar anak paham bahwa untuk mendapatkan apa yang dia inginkan, dia perlu melakukan upaya-upaya tertentu. Konsepnya adalah, apa yang anak minta akan selalu bisa dia dapatkan asalkan dia sanggup memenuhi syarat-syarat dari orangtua. Kalau permintaan anak termasuk yang mudah dipenuhi, maka kita bisa saja kasih syarat-syarat yang mudah. Namun, kalau permintaannya cukup sulit dipenuhi, maka syarat yang diajukan pun bisa lebih sulit, bahkan mustahil.

Misalnya nih, suatu hari Raka minta susu atau jus buah kesukaannya. Sebenarnya sih, saya selalu menyediakan susu atau jus buah untuk anak-anak di kulkas. Namun, saya ingin Raka ataupun anak-anak saya yang lain kelak sanggup berjuang. Jadi, saya merespons permintaannya dengan: "Boleh, nanti Bunda ambilin susunya ... setelah Raka beresin mainannya, ya."

Bentuk syarat bisa bermacam-macam, tergantung situasi dan kondisi saat itu. Kalau Raka cuma minta sesuatu yang enggak terlalu sulit, misalnya minta tolong ambilkan tisu yang ada di sebelah saya, biasanya sih, syarat dari saya juga super-ringan, seperti: cium Bunda dulu, peluk dulu, menyanyi dulu, dan lain sebagainya. Hehehe, seru, kan?

Namun, kalau keinginan yang diajukan termasuk sulit untuk dipenuhi, syarat yang saya berikan pun lebih menantang. Karena itu, saya selalu membuat daftar hal-hal yang enggak disukai anak-anak saya, tetapi sesungguhnya bermanfaat bagi mereka.

Contohnya, perkara makan sayur. Ini isu yang enggak menyenangkan bagi kebanyakan anak, termasuk Raka. Suatu hari, putra saya itu ingin ikut saya ke mal. Sebetulnya, saya sedang enggak mau mengajak Raka karena saat itu tujuan saya ke mal adalah untuk meeting dengan klien. Namun, karena dia mau ikut, akhirnya saya ambil momen itu sebagai sebuah kesempatan. Saya pun mengajukan syarat ke Raka: "Raka boleh ikut Bunda

ke mal, setelah makan sayur dulu, ya.”

Bagi Raka, makan sayur itu rasanya beraaat banget. Jadi, akhirnya dia enggak jadi ikut ke mal karena dia memutuskan enggak mau makan sayur. Nah, tetapi di hari lain, saking inginnya Raka ikut ke mal, dia pun rela memenuhi syarat makan sayur ... demi bisa ikut saya, hehehe. Pada momen itu, terlihat bahwa mental berjuang Raka sudah mulai tumbuh. Dia rela melakukan hal yang sebenarnya tidak dia sukai, demi mencapai keinginannya.

Namun, baiknya kita juga enggak asal mengajukan syarat ya, karena pengaturan kalimat yang dilontarkan orangtua juga penting, lho. Biasakan untuk sebutkan keinginan si anak dulu baru diikuti syaratnya. Contoh: Raka boleh ikut ke mal (keinginan Raka), tetapi makan sayur dulu (syarat yang diajukan). Kalimat yang seperti ini akan menumbuhkan hasrat untuk berjuang memenuhi keinginan.

Jika sikap berjuang anak sudah mulai tumbuh, biasanya dia yang akan inisiatif bertanya soal syarat, bukan kita lagi: “Bun, aku mau beli mainan baru, nih (mengajukan keinginan). Terus aku harus apa dulu biar bisa dapat mainannya? (mengajukan persyaratan).”

Lain halnya kalau kalimat kita terbalik seperti ini: makan sayur dulu (syarat yang diajukan), baru diajak ke mal (keinginan Raka). Nah, kalimat ini tanpa sadar akan mengajarkan anak-anak untuk meminta upah akan apa yang sudah mereka lakukan. Kalau mereka sudah terbiasa “meminta upah,” wah, jangan heran ya, kalau suatu hari mereka minta upah setelah melakukan hal yang kita sukai: “Aku kan, sudah makan sayur nih, Bun. Terus aku dapat apa?” Nah, lho. Hehehe.

Melalui pelajaran berjuang, anak bisa terbantu memahami apa yang dimaksud dengan keinginan dan kebutuhan. Selain itu, diharapkan juga dia akan sadar bahwa untuk menggapai sebuah keinginan kita harus

melakukan upaya tertentu. Stimulasi ini juga membantu anak untuk mulai menyadari keterlibatan orang lain dalam hidupnya, sehingga kelak dia tidak lagi hanya memikirkan kepentingannya sendiri, tetapi juga mulai belajar memperhatikan kepentingan orang lain.

## Belajar Berjuang Sesuai Tipe Anak

Ada cara yang bisa membuat kita lebih mudah menstimulasi anak agar sanggup berjuang: mengenal anak dengan lebih dekat. Lho, memangnya selama ini kita belum kenal? Hehehe, bukan, ini bukan berarti kita enggak kenal anak kita sendiri. Hanya saja pada dasarnya, kalau menyangkut soal pilih-memilih keputusan, manusia dibagi menjadi dua tipe: tipe orang yang cari keuntungan dan tipe orang yang tidak mau rugi. Begitu pula dengan anak-anak kita, pada dasarnya mereka akan masuk ke salah satu tipe itu.

Beda tipe pastinya beda "treatment," ya. Saya tidak bisa menyamaratakan bagaimana saya memperlakukan kedua tipe itu. Namun, satu yang pasti, saya selalu menstimulasi anak-anak saya untuk belajar berjuang kalau ingin mendapatkan yang mereka inginkan. Nah, di sinilah manfaatnya jika kita bisa mengetahui anak kita masuk ke tipe yang mana.

Misal, untuk tipe anak yang cari keuntungan. Tipe anak seperti ini biasanya rela melakukan segala tantangan demi mendapatkan keinginannya. Jadi, kalau tipe anak seperti ini mengajukan keinginan, inilah saatnya kita mengajukan syarat-syarat yang harus dia lakukan. Kita bisa menstimulasi dia dengan membuat hampir semua keinginan mereka tak bisa didapatkan dengan mudah. Buat situasi agar anak kita bisa mendapatkan apa yang dia inginkan setelah menjalani beberapa syarat yang kita ajukan, dan syarat-syarat itu mestilah hal-hal yang sebenarnya penting dilakukan, tetapi sulit buat anak sehingga dia malas

melakukannya.

Contohnya, kita tahu buah hati kita belum pandai menulis, tetapi malas belajar menulis. Nah, kita bisa membuat kondisi itu sebagai ajang stimulasi. Cari celah di saat sang anak meminta sesuatu: "Bun, aku mau nonton TV boleh, ya?" Naaah, pada kesempatan ini, kita bisa menjawab: "Boleh, Sayang. Kamu boleh nonton TV setengah jam setelah menulis nama-nama semua orang yang ada di rumah sebelum pukul 04.00 sore." Karena dikemas dengan fun, tanpa sadar anak menjadi belajar dua hal: belajar menulis dan belajar berjuang. Orangtua senang karena anak menjadi belajar, anak senang karena bisa nonton TV. Win-win solution, kan? Hehehe. Belajar bersepakat dengan cara ini efektif untuk tipe anak yang suka cari keuntungan, sebab biasanya dia mudah dimotivasi demi mendapatkan apa yang mereka suka.

Sepintas terkesan "tega" dan pelit, ya. Padahal, TV yang kita beli, gadget yang kita miliki, camilan, atau susu yang ada di kulkas kan memang kita sediakan untuk putra-putri kita. Namun, ada satu hal penting yang sebenarnya terselip di balik sikap "tega" ini: anak-anak menjadi belajar berjuang dan terbiasa berusaha melakukan kewajibannya sebelum mendapatkan haknya.

Kalau cara-cara itu belum mempan diterapkan pada anak kita, berarti anak kita bukan tipe yang pertama. Mungkin anak kita termasuk tipe anak yang enggak mau rugi. Berbeda dengan anak yang suka mencari keuntungan, anak tipe kedua ini biasanya susah sekali dimotivasi untuk mendapatkan hal-hal yang menyenangkan dalam hidupnya. Bagi mereka, tidak mendapatkan apa-apa juga enggak masalah tuh, asalkan dia enggak merasa rugi. Bagi mereka, berusaha menjalani syarat-syarat dari orangtua termasuk sebuah kerugian.

Nah, bagaimana cara mendorongnya? Biasanya, tipe ini terdorong untuk

melakukan sesuatu saat dia harus dihadapkan dengan sebuah risiko. Dia akan termotivasi untuk berjuang melakukan sesuatu dengan tujuan menghindari dari risiko. Sebab, berhadapan dengan risiko adalah sebuah kerugian untuknya. Jadi, kalau mau bersepakat dengan tipe anak yang seperti ini, bentuk kesepakatan yang kita lakukan tentu saja akan berbeda dengan tipe anak yang suka cari keuntungan.

Saat anak yang enggak mau rugi meminta sesuatu: "Bun, aku mau nonton TV boleh, ya?" Naaah, pada kesempatan ini, kita bisa menjawab: "Hari ini kamu enggak usah nonton TV seharian deh, ya." Mendengar jawaban kita, anak pasti kaget dan dengan spontan menjawab: "Yaaah, kok gitu, Bun? Enggak mau, ah! Aku mau nonton TV." Saat dia merasa resah karena ada risiko enggak bisa nonton TV, kita bisa menjawab: "Ya sudah, kalau kamu enggak mau enggak nonton TV seharian, tulis nama-nama semua orang yang ada di rumah sebelum pukul 04.00 sore." Dia akan termotivasi untuk menulis demi menghindari risiko tidak bisa nonton TV seharian.

Atau contoh kasus lain. Kita pasti pernah mengalami ya, anak minta dibelikan barang kesukaannya. Nah, kita juga bisa memanfaatkan momen ini untuk membangun daya juangnya. Tawarkan saja kesepakatan seperti ini: "Kak, gimana kalau Kakak enggak jadi beli baju yang kakak suka waktu itu?" Kalau sudah begini, si kakak pasti akan kecewa berat. Barulah kita tawarkan kesepakatan untuk menstimulasi si kakak: "Kalau Kakak enggak mau enggak jadi beli baju itu, nilai matematika ulangan besok minimal tujuh, ya. Bisa, kan?"

Kebalikan dari anak bertipe cari keuntungan, anak yang enggak mau rugi baru mau bergerak berjuang saat dia harus menghindari suatu risiko. Jadi, triknya adalah, kita sebut dulu suatu hal yang kira-kira tidak mau dia hadapi, baru deh, kita ajukan syaratnya.

Jadi kuncinya, jika anak kita masuk ke kategori cari keuntungan, sebut dulu sesuatu yang anak akan jawab: mau! Dia pun akan berjuang untuk mendapat “mau”-nya.

Jika anak kita masuk ke kategori enggak mau rugi, sebut dulu sesuatu yang anak akan jawab: tidak mau! Dia pun akan berjuang untuk menghindari “enggak mau”-nya itu.

Nah, kalau ingin memotivasi anak-anak di rumah, yuk kita cek dulu, tipe apakah anak kita?

Sebagai dampak proses belajar ini, kita juga harus siap, lho. Jangan kaget, kalau suatu hari anak akan berbalik mengajukan syarat kepada kita kalau kita ingin sesuatu darinya. Kita bisa bernegosiasi kalau syarat yang dia ajukan terlalu berat. Ini juga akan mengajarkan anak belajar negosiasi. Ketika sudah mulai mahir bernegosiasi, kemungkinan dia akan menawar syarat-syarat dari kita. Misalnya, anak kita ingin main lego dan kita mengajukan syarat untuk mandi dulu. Kemungkinan dia akan menawar untuk bermain lego dulu selama 1 jam, setelah itu baru mandi. Nah, kalau dia sudah kelihatan selalu berhasil memenuhi syarat yang kita berikan, boleh saja kita mengabdikan permintaannya.

Masalahnya, bagaimana kalau anak sudah telanjur main lego, tetapi tetap ogah mandi? Kalau itu sampai terjadi, berarti dia punya “utang”. Anak jadi tidak bisa menikmati segala fasilitas yang ada di rumah sebelum dia membayar utangnya. Enggak bisa nonton TV, makan, minum, main, hingga akhirnya dia memenuhi janjinya untuk mandi. Dengan begini, akan tersimpan di memori anak bahwa menghindar dari tanggung jawab

rasanya enggak enak. Harapannya, ketika dia besar nanti, dia akan berusaha segera menunaikan tanggung jawabnya untuk mendapatkan kenyamanan.[]

Masih bingung bagaimana berkomunikasi dengan tipe anak yang cari keuntungan dan enggak mau rugi? Supaya makin mahir, yuk kita buat daftar contoh komunikasinya.

Anakku:

(Tipe anak yang cari untung/Tipe anak yang enggak mau rugi)

\*coret salah satu

Sebentar lagi musim ujian tiba. Di saat yang bersamaan, anak kita juga sedang gandrung main *game* yang baru dia unduh. Yuk, kita buat simulasi kesanggupan berjuang berdasarkan kedua tipe tersebut.

Tipe Cari Untung

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tipe Enggak Mau Rugi

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## *Bab 8*

# *Mengajak Anak Belajar Bersepakat*

“Tak hanya anak-anak saja yang bertumbuh, demikian pula orangtua. Saat kita menyaksikan anak-anak kita menjalani kehidupannya, mereka juga menyaksikan bagaimana kita menjalani kehidupan kita. Saya tak bisa mengajari mereka cara meraih yang terbaik. Yang bisa saya lakukan, meraih yang terbaik dan biarkan mereka mengamati.”

—Joyce Maynard

Enggak semua yang kita inginkan di dunia ini bisa kita dapatkan. Apalagi kalau sesuatu yang kita inginkan itu adalah milik orang lain. Memaksa orang lain supaya memenuhi keinginan kita malah hanya menimbulkan masalah baru. Karena itu, hidup akan lebih mudah kalau kita mahir bersepakat dengan orang lain.

## Belajar Bersepakat

Sepanjang hidup, kita sering menemukan kondisi saat keinginan kita berbenturan dengan kepentingan orang lain. Kemudian, kenapa harus bersepakat? Karena, apabila kita tidak pandai melakukan kesepakatan dengan orang lain, maka yang akan kita lakukan adalah memaksa orang lain tersebut untuk melakukan keinginan kita. Wah, kita tentu enggak mau dong, kalau anak kita tumbuh menjadi anak yang suka maksa?

Sesungguhnya dalam belajar berjuang di bab sebelumnya, anak sudah mulai belajar bersepakat. Namun, dalam belajar berjuang, saat anak mengajukan keinginan, orangtua lah yang membuat kesepakatannya dengan memberi syarat-syarat tertentu apabila si anak mau mendapatkan keinginannya. Nah, apabila ini sudah berjalan dengan lancar, kita bisa mencoba cara baru dengan menciptakan situasi agar si anaklah yang memikirkan solusi dan membuat kesepakatannya.

Apabila anak mengajukan keinginan tertentu, langsung saja orangtua ikut mengajukan yang orangtua inginkan, lalu ajak anak mencari cara agar bisa bersepakat. Misalnya, saat Raka mengajukan keinginan untuk bermain ice skating di mal, langsung saya bilang, "Oh, jadi Raka mau main ice skating? Kalau Bunda ingin Raka makan sayur dan nasi, jadi gimana?" Kemudian, saya biarkan Raka memikirkan sendiri solusinya. Tak lama setelah Raka berpikir, akhirnya Raka bilang, "Ya udah deh Bun, sekarang aku main ice skating dulu 1 jam. Habis itu, aku makan sayur. Tapi sayurnya

brokoli ya. Nasinya enggak usah dicampur di sayur karena aku mau makan nasi goreng. Gimana?" Tentu saja saya sambut dengan semangat, "OK, deal!" Dengan cara seperti ini, Raka jadi terstimulasi berpikir untuk mencari solusi.

Contoh lainnya, apabila anak ingin pinjam gadget orangtua, langsung saja bilang, "Oh, jadi kamu mau pinjam gadget Ayah? Kalau Ayah sih, maunya kamu cuci sepatu kamu sendiri. Jadi, gimana?" Kemudian, biarkan anak memikirkan solusinya. Apakah dia mau mencuci sepatu dulu baru bermain gadget, atau bermain gadget dulu selama beberapa waktu tertentu baru kemudian mencuci sepatu.

Apabila si anak menolak untuk mencuci sepatu, berarti dia juga tidak bisa meminjam gadget ayah. Ayah juga enggak perlu emosi. Dengan ini, anak juga belajar "sepakat untuk tidak sepakat" atau dalam bahasa Inggris disebut: agree to disagree. Situasi ini enggak jarang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, lho. Apabila kedua belah pihak tidak menemukan titik temu untuk bersepakat, "sepakat untuk tidak sepakat" bisa menjadi jalan tengah yang lebih baik daripada saling memaksakan kehendak.

Suatu hari, kita butuh handphone, sementara harga handphone mahal banget dan kita enggak punya cukup uang untuk beli handphone semahal itu. Memaksa penjual sambil ngamuk-ngamuk supaya dia setuju menurunkan harga handphone itu ke harga yang kita mau pasti bukan ide yang bagus, kan? Bukannya berhasil mendapat handphone, bisa-bisa kita malah diusir satpam. Hehehe. Jadi, kita harus bagaimana, dong? Ya, itu, kita bisa batal bersepakat.

Belajar bersepakat dengan orang lain sebenarnya adalah sebuah proses agar akhirnya anak bisa bersepakat dengan dirinya sendiri. Dan bisa dibayangkan, yang paling rumit di antara dua tahap bersepakat ini memang bersepakat dengan diri sendiri. Sering lihat orang yang galau

karena enggak mendapatkan apa yang mereka mau? Nah, itu salah satu tanda mereka belum bisa bersepakat dengan diri sendiri.

Supaya lebih fun, kita bisa mengajari anak bersepakat melalui aktivitas sehari-hari, lho. Di rumah kami, misalnya. Biasanya, saya menyelipkan pelajaran ini di antara kegiatan sehari-hari di rumah. Sambil menonton TV, mengerjakan PR, atau bermain. Nah, urusan bermain ini juga seru ceritanya. Pasti banyak orangtua yang punya pengalaman yang sama dengan saya untuk urusan anak dan bermain, nih.

Pasti banyak deh, orangtua yang punya anak balita sampai dengan usia SD sekarang lagi kebingungan karena si anak lagi senang-senanginya bermain. Main bola, main lego, main gadget, dan banyak mainan lainnya. Apa pun mainannya, kalau sudah main biasanya anak susah sekali disuruh berhenti. Kalau enggak diingatkan, anak sampai-sampai bisa lupa makan, lupa minum, dan jadi malas mengerjakan tugas sekolah. Kalau situasinya sudah seperti ini, biasanya kita mulai emosi, deh. Nah, dari pada emosi, yuk kita buat acara bermainnya jadi lebih bermanfaat.

Bagi anak, bermain memang rasanya menyenangkan. Karena permainan memang dirancang untuk menghibur dan sebuah sarana yang diciptakan untuk bersenang-senang. Terbayang kan, kalau di dunia ini enggak ada yang namanya bermain dan hanya ada aktivitas yang mengandung tanggung jawab? Pasti jadinya bikin lelah dan stres! Karena itu, ada beberapa aktivitas yang memang diciptakan untuk ajang rekreasi hati. Tujuannya, agar hati kita yang kelelahan akibat aktivitas sehari-hari bisa istirahat sejenak.

Begitu pula dengan aktivitas bermain pada anak. Sebenarnya, bermain merupakan aktivitas yang positif, tetapi sering dituduh sebagai perusak tanggung jawab. Padahal, ini terjadi hanya kalau si anak terlalu lama bermain sehingga dia lalai menjalankan tanggung jawabnya. Nah,

berkaitan dengan rusaknya tanggung jawab, lebih baik fokus orangtua bukan menyalahkan aktivitas bermainnya, tetapi justru fokus pada penyelesaian tanggung jawab. Karena, kesalahan terletak pada tanggung jawab yang tidak terselesaikan, bukan pada aktivitas bermain.

Agar anak tetap mendapatkan hak bermain tanpa melalaikan tanggung jawab, orangtua bisa menjadikan aktivitas bermain sebagai kompensasi dari terselesaikannya tanggung jawab. Bentuknya? Coba buat kesepakatan dengan anak. Misalnya: "Kamu mau main game selama satu jam? Jadi gimana? Kalau Bunda maunya kamu mandi dan menyelesaikan semua tugas dari sekolah." Itu yang biasanya saya katakan pada anak-anak saya untuk menanamkan betapa pentingnya menyelesaikan tanggung jawab sejak kecil. Agar anak juga tahu bahwa dia bisa mendapatkan segala fasilitas asalkan sepakat untuk menyelesaikan kewajibannya. Hingga suatu hari kelak, dia menjadi mengerti betapa nikmatnya segera menyelesaikan kewajiban, karena dengan begitu dia bisa segera menikmati haknya.

Selain urusan bermain, kesepakatan juga biasanya saya buat untuk urusan Raka yang susah makan. Ada cerita lucu, nih. Jadi, pada suatu hari, Raka yang sudah beberapa hari menolak makan nasi akhirnya mau makan setelah saya mengajukan keinginan saya supaya dia mau makan. Namun, karena ini adalah keinginan saya, dia memberi saya syarat: dia yang akan memasak sendiri makanannya. Saat buat kesepakatan, saya bilang saya setuju dia masak sendiri asalkan sesudah dimasak makanannya harus dimakan. Kemudian, dengan semangat dia langsung menggoreng telur untuk lauk. Eh, setelah telur selesai digoreng, Raka bilang: "Aku makan telurnya nanti saja, deh, kalau sudah malam." Dhuaar! Saya kaget luar biasa. Akhirnya, karena pusing merasa "dikerjai" oleh Raka, saya pun browsing untuk cari informasi cara bersepakat yang baik dan benar.

Setelah Googling sana-sini, akhirnya saya pun mendarat pada sebuah

artikel yang membahas tentang S.M.A.R.T. Akronim S.M.A.R.T dipopulerkan pada 1981 oleh George T. Doran, seorang konsultan dan juga direktur perusahaan corporate planning di Amerika Serikat. Pada artikelnya yang berjudul "There's a S.M.A.R.T. Way to Write Management's Goals and Objectives," dia menyebutkan bahwa pada dasarnya, ada beberapa hal yang harus dipatuhi agar sebuah tujuan dapat tercapai. Nah, S.M.A.R.T itulah jawabannya.

S.M.A.R.T adalah akronim dari Specific, Measurable, Achievable, Realistic, dan (have a) Time Bond. Yuk, kita bahas satu per satu.

### Specific—harus jelas

Saat anak minta dibelikan makanan kesukaannya, kita sering berjanji sambil berkata: "Nanti Mama belikan." Nah, dari kalimat itu anak menjadi tidak jelas kan, "nantinya" kapan. Jadi, lebih baik kita pakai kalimat: "Nanti kalau Kakak sudah selesaikan PR Matematikanya sebelum pukul 05.00 sore, Mama akan beliin es krim. Namun, kalau Kakak selesainya setelah pukul 05,00 sore, ya Mama enggak jadi beliin karena Mama harus berangkat arisan."

### Measurable—ukurannya harus jelas

Dari contoh di atas, kata-kata "Kakak sudah selesaikan PR Matematika"-lah yang menjadi bentuk measurement, atau ukurannya. Yang dimaksud ukuran adalah ukuran tercapainya sebuah target.

### Achievable—harus ada pencapaian

Target pencapaiannya juga harus bisa diraih. Kalau tidak, namanya

ancaman. Pada contoh di atas, pencapaiannya adalah si Kakak akan mendapatkan es krim. Asalkan, dia bisa menyelesaikan PR Matematikanya sebelum pukul 05.00 sore.

### *Realistic—tidak boleh mengada-ada*

Nah, ini yang sering menjadi bahaya. Kadang, karena kita memang berniat menolak keinginan anak, kita buat kesepakatannya menjadi tidak realistis. Contoh: “Ya sudah, nanti saja belinya kalau Mama sudah kaya.” Kaya itu takarannya apa? Abstrak, kan? Kalau kita lihat dari contoh di atas, apa iya, hanya untuk membeli es krim saja harus menunggu Mama kaya?

### *Time-Bond—harus jelas kapan masa berlakunya*

Pada contoh di atas, kesepakatan hanya berlaku kalau si Kakak menyelesaikan tugasnya sebelum pukul 05.00 sore. Lewat dari jam itu, kesepakatan tidak berlaku lagi.

Dari kasus saya dan Raka yang ternyata mau makan telurnya nanti malam, kesepakatan kami pun menjadi kacau gara-gara putra saya itu lebih smart dari saya. Dia berhasil mendapat celah dari saya karena saya lupa melampirkan time bond di dalam kesepakatan kami.

Hal pokok yang harus dipahami dalam aktivitas membuat kesepakatan ini adalah baik kita maupun anak harus sama-sama menang. Jadi, pastikan siapa pun yang terlibat dalam aktivitas ini mendapatkan keuntungan. Apabila ada satu pihak yang merasa rugi dalam aktivitas ini, maka kita bisa menyebut kegiatan ini adalah penipuan. Contohnya, setelah membuat kesepakatan akan membelikan es krim setelah PR-nya selesai sebelum pukul 05.00 sore, eh ternyata kita ingkar. Setelah anak menyelesaikan PR-nya, lalu kita mencari sejuta alasan agar dia tidak dibelikan es krim. Nah,

jadinya kita menipu si anak, kan?

## Kesepakatan VS Mengancam

Kadang-kadang nih, kita menjadi ragu saat ingin membuat kesepakatan. Salah-salah sebut, kesepakatan menjadi terdengar seperti mengancam, deh. Seperti yang satu ini:

Andi (bukan nama sebenarnya) dan Bunda siang itu sedang berjalan-jalan ke mal. Melihat gerai es krim beraneka warna yang menggoda selera, Andi langsung merengek kepada Bunda: “Bun, belikan es krim dong, Bun.”

“Enggak ah, jangan beli sekarang,” jawab Bunda.

“Jadi, kapan dong Bun, aku dibelikan es krimnya?” tanya Andi yang sudah mulai diselingi tangis.

“Pokoknya, kalau Bunda bilang enggak sekarang, ya enggak sekarang,” jawab Bunda, yang kemudian ditanggapi dengan tangis Andi yang semakin menjadi.

“Andi! Berhenti nangisnya! Tuh, lihat ada satpam. Biar deh, nanti kalau nangis terus ditangkap satpam.”

Tangis Andi tak juga berhenti, tetapi satpam tak lantas menangkap Andi. Bunda justru cepat-cepat mengajak Andi pulang.

Tujuan sang bunda mengancam anak mungkin supaya anak mau menuruti perintahnya. Namun, terbayang enggak, kalau ternyata nanti bukannya sang anak akan menuruti perintah orangtua, tetapi malah menilai orangtua mereka pembohong.



Dari contoh kasus Andi, misalnya. Meskipun Bunda sudah memberi tahu konsekuensi yang akan terjadi pada Andi apabila dia tidak berhenti menangis, toh akhirnya konsekuensi itu tidak terjadi walaupun Andi tetap menangis. Buktinya, Andi tidak ditangkap satpam, walaupun dia tetap menangis. Atau bisa saja tangis Andi saat itu berhenti, tetapi yang ada di pikiran Andi selanjutnya adalah : satpam itu menakutkan dan dia bisa saja ditangkap oleh satpam jika dia menangis. Apa jadinya jika suatu hari Andi

terpisah dari Bunda di mal atau di tempat mana saja yang ada satpamnya? Padahal, kalau ada suatu hal yang buruk di tempat-tempat itu, satpamlah yang harus kita cari terlebih dulu.

Kemudian, apa bedanya membuat kesepakatan dengan mengancam? Disebut mengancam jika kita sudah mengucapkan apa yang kita syaratkan, tetapi tidak terjadi.

Misalnya:

- “Jangan nangis, nanti ditangkap satpam.” (Masa iya, karena menangis saja anak bisa ditangkap satpam)
- “Sudah deh, jangan rewel. Nanti disuntik dokter, lho.” (Padahal untuk disuntik kan harus ada alasan kesehatan. Jadi, jelas anak tidak mungkin disuntik cuma karena dia rewel)
- “Sudah jangan nangis terus di mobil, berisik! Nanti Bunda tinggalin kamu di jalan tol, ya.” (Apa mungkin kita tega meninggalkan anak di jalan tol kalau dia terus menangis?)

Membuat kesepakatan itu intinya harus konsisten dan masuk akal. Kalau tidak konsisten, jatuhnya akan mengancam. Ada contoh lagi, nih.

“Kamu tidak mau kan ditinggal di rumah sendirian? Kalau tidak mau, mandi sekarang.”

Nah, di kesepakatan ini bisa jadi ada kemungkinan anak akan pilih tidak mandi saja, walaupun dia harus menanggung risiko ditinggal di rumah. Sebagai orangtua, siapkah kita menanggung risiko untuk meninggalkan dia di rumah seorang diri? Kalau tidak siap, lebih baik cari kesepakatan lain yang sudah pasti bisa kita jalani. Karena tetap saja, ada kemungkinan anak rela menanggung konsekuensi yang diberi oleh orangtua, walau rasanya enggak enak.

Pernah nih, saya buat kesepakatan dengan Raka pada saat kami mau

pergi ke mal. “Kalau nanti di mal Raka nangis-nangis, Raka tunggu di mobil sampai nangisnya selesai, ya.” (Padahal sih, sebenarnya saya ingin bilang: “Kalau Raka nangis, kita pulang saja, ya.” Namun, takutnya baru sampai nanti pulang lagi deh, hehehe). Dan benar saja, baru saja sampai di mal, Raka sudah menangis minta dibelikan mainan. Ya sudah, Raka langsung saya angkut ke mobil dan saya pun menemaninya di dalam mobil sampai tangisnya selesai. Untung tidak jadi bilang konsekuensinya langsung pulang. Kalau tidak, kan saya bisa ikutan bete juga karena baru sampai mal sudah harus pulang.[]



## *Bab 9*

# *Yuk, Membangun Kebiasaan Baru*

Orangtua adalah guru, pembimbing, pemimpin, pelindung, dan penyedia bagi anak-anak mereka.”

—Iyanla Vanzant

Setelah tersadar bahwa banyak kesalahan yang saya lakukan dalam mengasuh dan mendidik anak, saya mulai memutuskan untuk mulai berubah menjadi orangtua yang lebih baik. Awalnya, memang, saya bingung mau mulai dari mana. Namun, saya putuskan segalanya dimulai dari meminta maaf kepada Davina. Saat itu, dia masih berusia sekitar 7 tahun. Saya pun meminta maaf atas segala kesalahan saya selama ini dalam mengasuh dan mendidiknya. Saya menceritakan segala kesalahan yang seharusnya tidak saya lakukan dan alasan saya melakukan semuanya.

Bisa dibilang, inilah momen emas kami, yaitu saat kami berdua sama-sama belajar bahwa tak ada manusia yang sempurna. Meskipun saya adalah orangtua, saya tetap berpeluang melakukan kesalahan. Yang paling penting adalah kita mau memperbaiki kesalahan yang pernah kita perbuat dan terus berbuat kebaikan setiap harinya.

Nah, sebelum mempraktikkan pola pengasuhan dan pendidikan baru, saya mulai mengubah kebiasaan lama dengan membangun kebiasaan baru. Caranya, saya membangun pola pikir yang baru dalam mengasuh dan mendidik anak.

## Pentingnya Konsistensi

Proses belajar anak membutuhkan konsistensi. Dan, harus diakui, tidak mudah memang menerapkan konsistensi dalam pola asuh didik anak di rumah. Padahal, konsistensi sangatlah penting dalam menerapkan pola asuh didik yang baik pada anak. Kenapa begitu?

Menurut Jean Piaget, seorang perintis besar dalam teori konstruktivisme tentang pengetahuan, seorang anak baru mulai sanggup berpikir pada usia 7 tahun. Secara fisik, otak baru tuntas membangun jaringannya saat anak berusia sekitar 7 tahun. Karena itu, rata-rata usia sekolah baru dimulai saat anak mencapai usia ini. Sebelum anak sanggup berpikir, anak tidak

mengerti konsep. Pada usia ini, anak belajar bukan untuk menjadi bisa, tetapi karena terbiasa. Nah, ini dia kuncinya: supaya anak terbiasa dengan pola asuh didik yang diterapkan, orangtua perlu melakukannya berulang-ulang dan bersikap konsisten.

Ini juga sebabnya anak sangat akrab dengan gadget. Kasih saja gadget keluaran terbaru pada anak kita, dijamin dia akan menguasai cara pakainya dengan cepat. Ya, seperti Raka. Waktu diberi gadget, dia belum bisa membaca, eh ternyata dia bisa menguasai cara menggunakannya dengan cepat sekali. Saya jadi kaget sendiri, padahal seingat saya tidak pernah mengajarkan caranya pada Raka. Boro-boro mengajarkannya, menggunakannya saja saya masih gagap.

Gadget selalu konsisten. Kalau yang dipencet tombol A, maka yang keluar di layar adalah tombol A. Saat anak menekan tombol B, tidak mungkin yang keluar adalah huruf C. Kalaupun iya, pasti si gadget lagi eror!

Kalau game yang dimainkan anak-anak sudah game over, ya akan tetap game over, walaupun anak bete. Anak juga tahu kalau gadget tidak bisa ditawar atau dirayu untuk melanjutkan permainan. Beda dengan orangtua yang sering kali tidak konsisten.

Misalnya, kadang kita bilang: "Kamu boleh minum susu, tapi setelah makan, ya." Eeeh, ketika si anak merengek-rengok minta susu sebelum makan, kita malah kasihan, lalu galau. Akhirnya, kita pun menyerah, kita memberikan susu padahal dia belum makan. Jadi, tidak konsisten dengan kesepakatan yang dibuat, kan? Dari kejadian itu, lantas anak jadi belajar bahwa kesepakatan itu bisa dilanggar. Anak juga jadi belajar berstrategi untuk mengelabui orangtuanya agar bisa lari dari tanggung jawab.

Anak belajar dengan mengenali pola yang konsisten. Maka, jika orangtua sering tidak konsisten, anak akan kesulitan untuk mengenali

polanya. Dan, karena anak belajar untuk menjadi terbiasa, bukan untuk menjadi bisa, wajar saja jika orangtua harus berulang kali memberi teladan dari perilaku yang ingin ditumbuhkan pada jiwa anak.

Enggak jarang lho, saya dengar orangtua yang marah-marah ke anaknya: “liih, gemeees! Kan, sudah dibilangin kalau buang sampah ya, di tempat sampah. Kok, enggak ngerti-ngerti, sih?! Padahal kan sudah berkali-kali dibilangiin! Kalau ditanya, bilanginya sudah ngerti! Gimana, siiih?!”

Hehehe ya, memang pasti tidak akan mengerti.

Seperti yang saya singgung sebelumnya, anak di bawah usia 7 tahun memang masih sulit untuk diajarkan konsep: konsep bersih, sehat, berhati-hati, dan lain sebagainya.

Karena itu, anak di bawah usia 7 tahun biasanya susah sekali untuk diajak belajar baca-tulis, sebab pasti sulit bagi mereka untuk mengerti konsepnya. Karena hal ini jugalah referensi dari pemerintah untuk usia masuk SD adalah 7 tahun. Jadi, sekali lagi, cara belajar paling mudah untuk diterapkan kepada anak-anak adalah mengulang-ulang secara konsisten sehingga terbangun sebuah kebiasaan. Jadi, harus sabar banget, dong? Yah, begitulah. Hehehe. Kalau kebiasaannya belum terbentuk, orangtua harus terus mengulangi perilakunya berkali-kali. Dan, tidak usah berharap anak akan mengerti karena memang tidak akan mengerti. Berusaha membuat anak mengerti konsep yang diterapkan hanya akan bikin orangtua merasa frustrasi.

Jadi, bagaimana dong, caranya supaya kita bisa konsisten mengajak anak-anak belajar banyak hal?

Resepnya: orangtua perlu belajar bersepakat dengan diri sendiri. Karena tanpa disadari, hati dan kepala kita juga sering tidak kompak. Si “kepala” tahu walau anak nangis dan merengek-rengok, kita harus tetap konsisten

dengan apa yang sudah kita sepakati. Namun, sementara itu, si “hati” sering tidak tahan mendengar regekan si anak karena kasihan.

Nah, adegan ini mirip dengan yang ada di film kartun Tom and Jerry. Suatu waktu, Jerry galau memikirkan apa yang harus dia lakukan. Di telinga kiri, tokoh setan membisikkan sesuatu, sementara di telinga kanan tokoh malaikat mengatakan kebalikannya. Bingung kan jadinya?

Supaya hati dan kepala kompak, kita perlu berlatih, nih. Caranya bisa dari keseharian kita yang tidak ada kaitannya dengan anak-anak. Misalnya saja saat harus bangun pagi. Ayo ngaku, setiap pagi hati kita pasti maunya leleh-leleh menikmati selimut sampai kita benar-benar siap untuk bangun, kan?

Namun, pada kenyataannya, kepala kita sudah memaksa untuk bangun karena sudah ada serangkaian aktivitas yang menunggu. Sering kali, hati saya memaksa untuk tetap leleh-leleh, tetapi akhirnya saya tidak menikmati momen itu karena kepala ngoceeeh terus memerintahkan kita agar cepat bangun. Yang ada, mata saya terpejam, tetapi hati galau, hahaha. Enggak enak banget deh, rasanya!

Kalau untuk hal yang sepele bangun pagi saja sudah bisa bikin galau, bagaimana dengan urusan pola asuh dan didik anak? Enggak usah dibilang, pasti susah deh, bikin hati dan kepala kompak, lalu akhirnya berbuntut kegalauan. Dan biasanya, semakin lama keduanya tidak kompak, semakin lama juga galaunya.

Sebenarnya, kalau kita sudah terlatih untuk mengompakkan hati dan kepala, kita pun jadi lebih mudah untuk memutuskan banyak hal, termasuk dalam mengasuh dan mendidik anak-anak. Hasilnya, kita jadi bisa makin konsisten. Tidak itu saja, kita juga bisa dapat “bonus”, lho: bonus bisa lebih sabar dan ikhlas saat menghadapi masalah. Asyik, kan?

## Izinkan Anak Berbuat Salah

Dalam rangka bersiap diri untuk mulai membimbing anak belajar banyak hal, ada satu hal yang perlu kita sadari sebagai orangtua: jangan heran kalau anak kita berbuat kesalahan. Supaya anak mahir dalam membuat keputusan secara mandiri, wajar kalau sesekali dia “terantuk” batu. Nah, sikap kita pada momen inilah yang penting. Saat anak berbuat salah, biasanya orangtua langsung “bertindak” supaya dia tidak menjalani risiko akibat kesalahannya. Yah, wajar saja, namanya juga orangtua. Kita tidak tega kalau melihat si anak susah dan tidak mau melihat si anak salah. Alih-alih, kita berharap dia selalu dapat nilai sepuluh, selalu berperilaku sempurna—alias selalu benar dan tidak pernah salah. Hmm, padahal harapan ini ternyata bisa berefek samping cukup serius terhadap pola tingkah laku si anak saat dewasa.

Saat orangtua selalu sigap memperbaiki kesalahan-kesalahan anak dan tidak membiarkan anak melakukan kesalahan, dia justru akan takut salah dalam mengambil keputusan. Anak jadi tidak percaya diri dengan keputusan yang diambarnya karena keputusannya itu sering dianggap salah. Akibatnya, ketika orang lain memberikan pilihan, si anak cenderung menyerahkan hak pilihnya ke orang lain sambil berkata: “Terserah deh, aku ikut saja.” Waduh!

Efek samping lainnya, anak jadi suka berbohong dan tidak suka curhat tentang masalahnya kepada orangtua. Penyebabnya: anak takut terlihat salah di mata orangtua. Jangan salah, anak pun bisa frustrasi lho, gara-gara tidak bisa memenuhi tuntutan orangtua untuk selalu bertindak benar. Buntut-buntutnya, relasi orangtua dan anak menjadi rusak. Anak merasa tidak nyaman berada di dekat orangtua: risih dan cemas karena takut terlihat salah. Kita harus ingat, kita ini manusia, bukan malaikat—mustahil untuk menjadi orang yang selalu benar.

Dampak paling menyeramkan adalah saat anak sudah menginjak masa remaja. Pada masa ini, biasanya anak mencari “teman curhat” yang nyaman baginya. Mencari seorang teman yang menerima dirinya apa adanya, seseorang yang tidak mempermasalahkan kesalahan-kesalahan yang dibuatnya. Seorang remaja merasa sangat nyaman bersama orang yang mengizinkannya berbuat salah. Persoalannya nih apakah orang itu akan mengajak anak kita menuju kebaikan atau malah menjerumuskannya ke dunia kelim?

Nyaman bersama orang lain yang ternyata memberikan dampak buruk inilah biang kerok kasus-kasus negatif remaja belakangan ini. Saking nyamannya bersama teman, akhirnya anak mau saja diajak melakukan hal-hal yang tidak rasional. Membuat video mesum, penculikan oleh teman dari media sosial, narkoba, tawuran, dan lain sebagainya. Kasus-kasus seperti ini rasanya jadi semakin sering dilakukan para remaja.

Itulah sebabnya, orangtua perlu belajar mengizinkan anak berbuat kesalahan sejak masih kecil. Saat masih balita, kesalahan yang anak buat pun umumnya bersifat minor dan berisiko rendah: menumpahkan air, memecahkan barang, merobek buku, atau membuat teman menangis. Saat anak melakukan kesalahan, kita tidak perlu “menerornya,” mencecar alasannya melakukannya, apalagi dibumbui kata-kata bahkan omelan-omelan pedas. Wah, bisa-bisa hati anak kita semakin “down,” deh. Mulai sekarang, yuk kita coba cara yang lebih manjur dan bermanfaat: ajak anak untuk memikirkan apa yang bisa dia lakukan setelah melakukan kesalahan. Langsung saja ajak anak untuk menghadapi masalahnya dan bimbing dia untuk bertanggung jawab atas kesalahan yang sudah telanjur dilakukan.

Berbuat salah memang enggak OK, tetapi enggak perlu diributkan kenapa anak berbuat salah. Kita sebagai orangtua perlu berpikir rasional bahwa anak adalah seorang manusia yang masih harus banyak belajar.

Dan, dalam sebuah proses belajar, wajar saja kalau banyak kesalahan yang terjadi. Yang terpenting, terus belajar agar semakin lama semakin lihai menghadapi masalah.

## Stop Membandingkan!

Saya yakin, semua orangtua pasti punya niat yang baik untuk anak-anaknya. Misalnya, untuk memotivasi anak supaya bisa melakukan hal yang kita inginkan, enggak jarang kita membandingkannya dengan anak lainnya. Eh, ternyata, bukannya termotivasi, kebanyakan anak malah merasa malu, minder, enggak percaya diri, mudah tersinggung, bahkan bisa sampai sakit hati, lho. Apalagi kalau kegiatan membandingkan ini dilakukan di depan banyak orang. Hati-hati ya, kita enggak akan membawa dampak positif bagi anak dengan membandingkannya dengan anak lain.

Tiap anak berbeda serta memiliki keunikan dan keunggulan masing-masing. Sifat keunikan dan keunggulannya itu benar-benar spesifik, sehingga kita tidak bisa membandingkan, misalnya, cepatnya perkembangan anak satu dengan anak lainnya. Aktivitas membandingkan bisa mengakibatkan anak menjadi terbiasa bersaing dengan orang lain. Bersaing dengan orang lain biasanya menimbulkan rasa iri dengan prestasi yang dimiliki orang lain. Menimbulkan rasa enggak nyaman dengan keunggulan orang lain. Menimbulkan hasrat ingin menjatuhkan orang lain supaya dirinya menjadi yang paling unggul dibandingkan yang lain.

Dulu, sebelum mengenal ilmu parenting, saya hobi banget membandingkan Davina dengan sepupu-sepupunya yang lain. Dampak hobi saya itu akhirnya menghasilkan hubungan yang tidak baik di antara kami karena putri saya kesal selalu dibandingkan dengan orang lain. Davina juga sempat tumbuh menjadi anak yang defensif, suka melawan, dan menunjukkan rasa tidak setujunya terhadap saya.

Untung kami masih diberi banyak waktu untuk memperbaiki hubungan kami dan membagikan ceritanya kepada banyak orang. Siapa tahu ada yang bisa ikut memetik pelajaran dari kisah kami ini. Hehehe.

Lama-kelamaan, saya akhirnya sadar bahwa, walaupun anak kita punya kekurangan dibandingkan anak lain, dia juga pasti punya potensi yang unik dan berbeda. Tugas kitalah sebagai orangtua dalam mendampingi, mendorong, dan menyediakan fasilitas-fasilitas untuk mengembangkan potensinya.

Kalau mau membandingkan, baiknya bandingkan perkembangan anak hari ini dengan kemarin. Kita pun akan lebih mudah melihat seberapa cepat atau lambat anak kita bergerak maju atau menunjukkan perkembangan. Jangan lupa, beri apresiasi jika terjadi progres. Beri pujian-pujian sederhana yang spesifik atas perkembangannya. Bahkan, sekadar ucapan terima kasih atas apa yang dilakukannya juga bisa sangat berarti lho bagi anak. Ini akan menjadi memori positif yang dibawa anak sebagai bekal hidup bahagia kedepannya.

Jadi, yuk, setop membandingkan anak satu dengan anak lainnya, walau dengan niat baik sekalipun. Anak pun bisa semakin mengerti potensi dirinya yang unik. Tahap ini penting banget untuk membantu dia mengenal dirinya, lalu bisa mencintai dan menghargai dirinya sendiri.

## Pentingnya Apresiasi

Saat anak melakukan kesalahan, biasanya orangtua menjadi panik, deh. Kemudian, kepanikan ini diikuti teriakan, omelan, dan kritikan yang bahkan enggak selesai pada saat itu saja, tetapi berlanjut pada hari-hari setelahnya. Padahal, ini sebenarnya bukan tindakan yang efektif kalau kita ingin anak berhenti melakukan hal yang tidak kita sukai itu.

Nah, sebaliknya, nih. Kalau anak melakukan hal-hal yang kita anggap

baik, kita malah diam saja. Tidak memberikan respons apa-apa. Kita pikir, yah, hal-hal baik itu kan memang sudah sepantasnya dilakukan oleh si anak dalam kehidupan sehari-hari. Jadi, melakukan hal yang baik tidaklah istimewa. Apalagi kalau hal baik yang dilakukan anak hanya dianggap hal kecil, misalnya membereskan mainan dan membuang sampah pada tempatnya. Kemudian, perbuatan ini dianggap wajar saja dilakukan sehari-hari sebagaimana seharusnya tanpa harus disuruh oleh orangtua.

Padahal, anak pantas diberikan apresiasi atas sekecil apa pun progres yang berhasil dilakukannya. Tujuannya? Agar anak mengerti bahwa itu adalah perilaku yang benar, lalu anak berhasrat untuk mengulangnya lagi.

Apresiasi adalah sebuah penilaian atas kinerja atau produktivitas. Bukan hanya anak-anak lho yang senang diapresiasi, kita juga begitu, kan? Kita pasti senang kalau usaha-usaha kita dalam kebaikan diapresiasi oleh orang lain. Ketika seseorang menerima apresiasi dari orang lain, akan timbul perasaan puas, bangga, lega, menjadi penting, dan merasa berguna. Kemudian, kita akan terpikir untuk menghentikan hal yang dianggap tidak baik karena menilai bahwa melakukan hal-hal baik rasanya jauh lebih enak dihati. Jadi, apresiasi jelas penting dalam membentuk pola tingkah laku anak menuju arah yang kita harapkan.

Apresiasi juga penting agar anak mengerti bahwa dirinya berharga. Saat kita mengapresiasi anak, sebenarnya kita juga sedang memberi teladan ke anak untuk belajar peduli kepada orang lain. Anak juga belajar menghargai orang lain dan menjalin komunikasi positif dengan orang lain.

Yang harus diingat, apresiasi bukan hal yang memanjakan, apalagi upah. Kita sebagai orangtua enggak perlu takut memberi apresiasi cuma karena khawatir kalau kita melakukannya. Jadi, memanjakan anak. Karena itu, apresiasi tidak perlu diberikan dalam bentuk barang. Tidak perlu juga pakai kata-kata yang terlalu lebay. Secukupnya saja, yang penting tulus dan

mengena tujuan dasarnya: menggugah semangat juang dan menghargai perilaku anak. Misalnya nih di rumah saya sering memberi apresiasi dalam bentuk pujian, ucapan selamat, ucapan terima kasih, ataupun ungkapan kebanggaan.

“Terima kasih, Raka, sudah menjaga kesehatan badannya dengan makan sayur.”

“Terima kasih, Davina, sudah percaya untuk cerita sama Bunda tentang teman-teman Davina.”

“Terima kasih, Nala, sudah bersihin tumpahan air di lantai.”

Legaaa dan senang deh rasanya melihat bintang-bintang di mata anak-anak yang selalu bersinar terang saat perilakunya diapresiasi.

## Supermom atau Smart Mom?

Menjadi ibu pada zaman sekarang sepertinya punya tuntutan yang lebih banyak dibandingkan pada zaman dahulu. Maksud saya, banyak peran yang harus kita jalani pada zaman sekarang ini. Setelah menikah dan punya anak, perempuan biasanya dituntut untuk menjadi ibu, istri, manajer rumah tangga, menantu, pendamping suami, anggota masyarakat, dan anggota ibu sekolah. Belum lagi perannya sebagai ibu bekerja, karyawan, atau bahkan bos di kantor, dengan segala kewajiban, termasuk kewajiban untuk bersosialisasi.

Bayangkan kalau berbagai peran itu kita jalankan secara berbarengan. Ditambah lagi, sebagai Supermom, kita juga mau menjadi yang terbaik di semua peran kita. Selalu kekinian, bersikap lebih baik dari hari ke hari, plus harus menghadapi tantangan yang pastinya semakin hari semakin meningkat. Nah, kalau kita memaksakan diri untuk menjalankan semua peran dengan sempurna secara berbarengan, enggak heran sih kalau setiap hari rasanya kepala kita berasap dan hampir meledak!

Maksud hati sih menjalankan semuanya dengan sempurna supaya hidup kita lebih bahagia dan segalanya bisa berjalan dengan lancar. Namun, masa iya sih kita bisa bahagia dengan cara seperti ini? Masa iya, kita harus selalu ngotot semua berjalan sempurna seperti yang kita mau, sementara sebenarnya kita sendiri merasa overload akibat terlalu banyak yang mesti diurus? Lama-kelamaan, kita bisa stres sendiri, lho. Kemudian, apa mungkin kita bisa merasakan keindahan menjadi seorang ibu kalau setiap harinya stres?



Berusaha menjadi ibu serbabisa layaknya pahlawan super yang bisa mengerjakan semuanya sendiri dengan sempurna sih namanya mission impossible. Yuk, kita pikirkan ulang: mau jadi Supermom atau cukup menjadi Smart Mom? Ibu yang cerdas memilih beberapa peran saja yang dianggap prioritas teratas—nah, ini sepertinya lebih masuk akal. Sementara itu, peran-peran lain bisa kita tunda untuk dilakukan lain kali pada saat yang lebih tepat.

Misalnya, kita bisa memilih menjadi ibu rumah tangga yang mengerjakan sendiri semua pekerjaan rumah tangga, menjaga anak-anak, bersosialisasi dengan lingkungan, dan mengatur keperluan hidup cukup dari penghasilan suami. Kita juga bisa memilih menjadi ibu bekerja yang hanya bekerja saat anak-anak ada di sekolah dan mengurus sendiri segala keperluan anak, tetapi mau tidak mau harus mengurangi kegiatan bersosialisasi daripada menjadi kekurangan energi. Untuk ibu tunggal yang juga harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga, tampaknya harus ikhlas mempercayakan urusan domestik dibantu oleh orang lain.

Sebagai seorang ibu yang punya waktu dan energi terbatas, kita juga bisa lebih cerdas memanfaatkan fasilitas pendukung di sekeliling kita untuk membantu kita menyempurnakan segala urusan. Misalnya, menjalin hubungan manis dengan orangtua, mertua, saudara, dan ipar agar terus bersedia membantu jika diperlukan. Selain itu, bekerja sama dengan satpam sekitar untuk mengawasi dan memeriksa kondisi rumah. Tukang ojek sekitar juga sesekali bisa membantu sebagai kurir atau membelikan barang-barang yang diperlukan di rumah. Membangun jaringan di sekolah dengan guru BP, wali kelas, satpam sekolah, dan sopir antar-jemput agar bisa “menitipkan” keselamatan dan pengawasan untuk anak-anak kita.

Kita juga bisa menggunakan teknologi untuk berkomunikasi cepat dan

mendapatkan banyak informasi kapan saja dan di mana saja. Misalnya, memanfaatkan media sosial untuk bisa bergabung dengan komunitas yang bisa memberikan informasi terkini yang kita perlukan untuk membantu kehidupan kita.

Menjadi ibu cerdas mungkin tampak “kurang ideal” di mata masyarakat kita. Enggak selalu bisa antar-jemput anak ke sekolah, enggak selalu bisa ikut arisan atau hadir dalam kegiatan sosialisasi lainnya, dan sebagainya. Namun, setidaknya kita sudah berusaha semaksimal mungkin untuk melakukan yang terbaik untuk keluarga kita. Dan, yang terpenting, kita selalu punya energi untuk bisa menyediakan hati kita untuk orang-orang terkasih, selalu punya energi untuk membuat suasana rumah terus nyaman dan bahagia.

## Libur Menjadi Ibu

Menjadi seorang ibu memang tugas mulia. Namun, yuk kita jujur: pernah enggak merasa lelah berperan sebagai seorang ibu? Apalagi ibu rumah tangga yang sedang punya bayi. Lupa makan sampai siang saking sibuknya mengurus anak-anak, kurang tidur, kadang mandi saja harus buru-buru karena si kecil memanggil sambil menangis. Ada juga masa-masa ibu sibuk antar-jemput ke sekolah dan atur waktu les dengan segala dramanya. Belum lagi mengatur perasaan menghadapi anak-anak. Kadang, rasanya kok enggak punya waktu untuk diri sendiri.

Enggak apa-apa. Manusiawi kok kalau kadang kita merasa lelah atau jenuh berperan menjadi ibu. Enggak perlu frustrasi, merasa bersalah, atau merasa gagal menjadi wonder woman. Justru cita-cita menjadi ibu yang sempurna yang kadang-kadang membuat kita merasa semakin kelelahan. Padahal segala aktivitas, apalagi yang isinya adalah tanggung jawab, kalau dilakukan terus-menerus tanpa henti akan menyebabkan kelelahan secara

fisik dan kejenuhan secara emosi. Sangat manusiawi.

Sesekali kita butuh libur menjadi ibu, lho. Iya, libur menjadi ibu. Lucu ya, kedengarannya? Namun, ini serius, sungguhan. Sempatkan dan atur waktu libur menjadi ibu—inilah cara kita menjaga hati supaya selalu siap menghadapi kehebohan yang terjadi di dalam rumah. Saran ini terutama untuk ibu rumah tangga, sebab ibu bekerja bisa ambil libur menjadi ibu saat dia berada di kantor. Libur sementara dari kegiatan mengurus anak-anak dan fokus pada kegiatan di kantor membuat kita pulang dengan perasaan rindu akan kerepotan di rumah.

Pernah enggak sih kita cepat banget emosi dan enggak sabar saat menghadapi perilaku anak-anak yang penuh kejutan di rumah? Atau cepat kesal saat peralatan di rumah ada yang rusak pada saat enggak tepat? Bawaannya mau maraahh saja kalau suami pulang. Naaah, sudah tanda-tanda tuh, kalau kita harus atur waktu untuk libur menjadi ibu. Udahlah, enggak usah gengsi! Yuk, bikin janji dengan suami, ibu, atau mertua untuk bergantian jaga anak-anak. Sementara itu, ibu atur waktu untuk melakukan aktivitas di luar perannya sehari-hari sebagai ibu.

Aktivitasnya bisa apa saja: merawat diri ke salon, bertemu teman-teman, sambil menuntaskan tanggung jawab lain seperti belanja, atau sendirian mengunjungi saudara atau orangtua. Saya juga suka menyisihkan waktu khusus untuk ke salon, sekadar ngopi dengan teman, arisan, atau nonton berdua suami. Pernah juga suatu saat saya mengatur waktu berlibur keluar kota berdua saja dengan suami, meninggalkan anak-anak untuk sementara. Deg-degan dan agak panik sih waktu pertama kali pergi meninggalkan mereka. Namun, saat pulang, rasa rindu ingin bertemu anak-anak dicampur rasa fresh setelah liburan bikin hati menjadi berbunga-bunga dan siap menghadapi tugas dan tanggung jawab sebagai ibu.

Menjadi ibu yang serba-bisa memang hebat luar biasa. Namun, yang enggak kalah penting adalah menjadi ibu yang selalu menyediakan hati dan menebarkan energi positif ke seluruh anggota keluarga. Ibu yang selalu menjadikan rumahnya tempat yang paling nyaman untuk pulang.[]

## *Akhir Kata*

Buku ini berawal dari satu pertanyaan yang sering kami terima: “Apa sih resep keluarga bahagianya Mbak Mona?”

Rasanya, ingin sekali menjawab pertanyaan itu dengan singkat. Namun, nyatanya, tak ada keluarga yang sempurna, tanpa masalah, dan isinya bahagia melulu. Yang paling penting, ada kemauan agar kita terus belajar untuk selalu menghadapi segala tantangan dengan tersenyum.

Kami pun memutuskan untuk berbagi kisah belajar kami dan ketiga buah hati kami kepada keluarga Indonesia; semuanya berdasarkan pengalaman dan pemahaman yang kami peroleh dari berbagai sumber. Sekaligus sebagai kontribusi sederhana kami kepada bangsa ini. Semoga dengan buku ini, semakin banyak anak bangsa yang tersenyum. Bukan hanya di bibir, tetapi juga di hati.

Buku ini untukmu, Indonesiaku ....[]

## *Tentang Penulis*



Mona Ratuliu adalah artis dan ibu 3 anak. Berbekal pengalaman pahitnya di masa lalu, dia mulai "sekolah" menjadi orangtua dan mendalami ilmu parenting. Awalnya, dia aktif membuat berbagai kegiatan dan seminar parenting bersama ibu-ibu muda lainnya dengan menghadirkan pakar-pakar parenting. Namun, kini, dia justru sering diminta menjadi narasumber di berbagai media dan seminar, berbagi pengalamannya seputar anak dan keluarga. Dia juga membuat milis ParenThink yang menjadi forum para orangtua untuk saling berdiskusi dan berbagi ilmu. Tak heran, dia pun menjadi tempat bertanya teman-teman seprofesinya dan para orangtua yang terinspirasi kisahnya.

[www.monaratuliu](http://www.monaratuliu)

@mratuliu, @parenthink

@monaratuliu, @parenthink

fanpage : ParenThink

email: [BukuParentthink@yahoo.com](mailto:BukuParentthink@yahoo.com)



"Mona adalah istri dan ibu yang luar biasa. Enggak berhenti belajar untuk mencerdaskan diri menjadi istri dan ibu yang baik. Yang membuat dia jadi spesial adalah ilmu yang dia punya enggak disimpan untuk diri sendiri dan keluarga. Dia juga membagi ilmunya untuk orang lain. Enggak cuma sampai situ, mona juga berusaha agar kabar bahagia ini sampai di setiap

rumah keluarga Indonesia. Dukunganku sepenuh hati untuk kamu, belahan jiwaku ...."

—Indra Brasco, suami



"Waktu Bunda minta izin ke aku kalau Bunda mau share cerita aku waktu kecil, aku sempat enggak mau, karena aku malu .... Tapi setelah aku mikir lagi, pasti itu akan menginspirasi orangtua yang lain. Bunda juga jelasin ke aku buat apa Bunda sharing. Ternyata bagus

banget. Aku senang sekarang banyak orang tau cerita aku sama Bunda waktu dulu. Dari kita sering berantem, jambak-jambakan, ngambek-ngambekan, sampai aku mau kabur. Sekarang? Aku malah senang punya ibu kaya Bunda! Bunda sekarang kayak sahabat aku sendiri. Kita suka curhat bareng, cerita-cerita, main bareng, have fun bareng. Kita juga suka tuker-tukeran baju. Pokoknya sekarang Bunda my number one bestfriend!"  
—Davina Shafa Felisha (Mima), 12 tahun



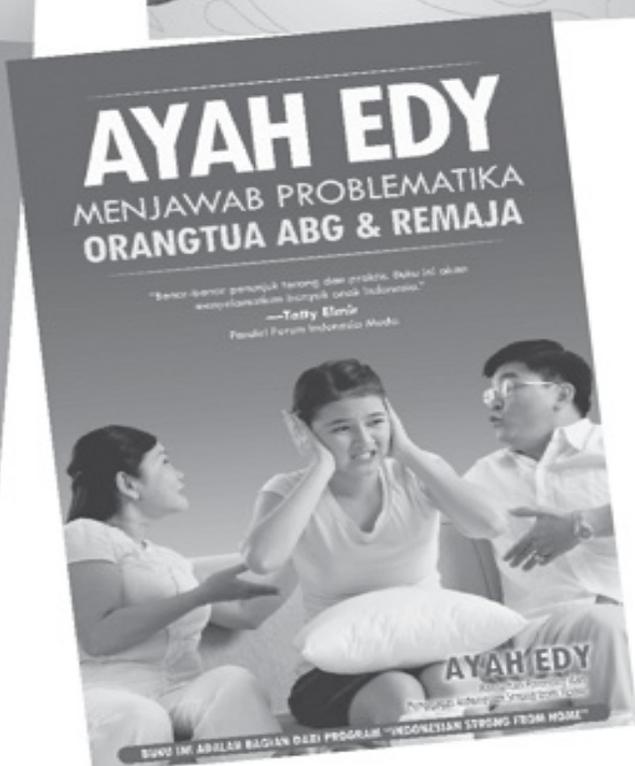
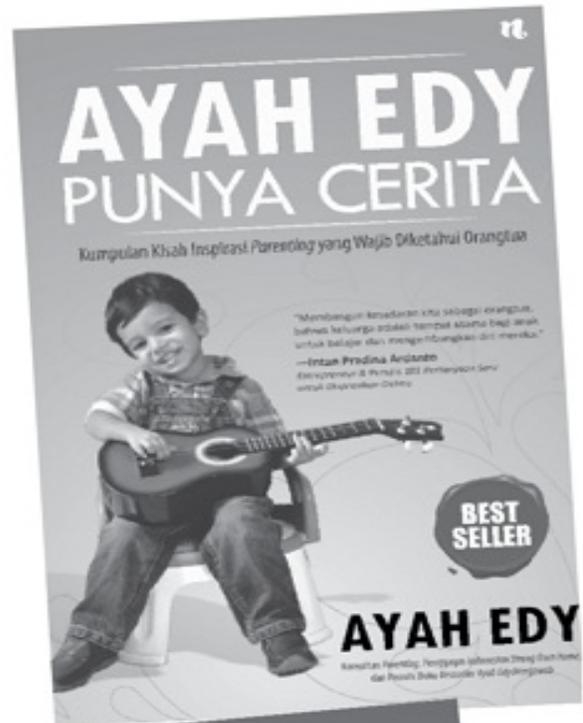
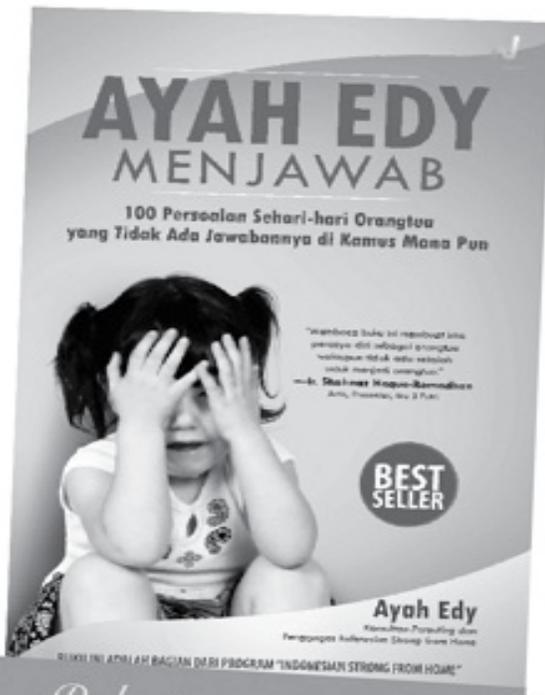
"Aku senang kalau cerita tentang aku bisa bikin ibu-ibu sama bapak-bapak jadi enggak suka marahin sama pukulin anak-anaknya."

—Baraka Rahadianezar (Raka), 6 tahun



"Aku seneng ada foto aku di bukunya Bunda."  
—Syanala Kania Salsabila (Nala), 3 tahun

# Miliki Buku-Buku Parenting Ayah Edy



Apabila Anda menemukan cacat produksi—berupa halaman terbalik, halaman tidak berurut, halaman tidak lengkap, halaman terlepas-lepas, tulisan tidak terbaca, atau kombinasi dari hal-hal di atas—silahkan kirimkan buku tersebut beserta alamat lengkap Anda, dan bukti pembelian kepada:

Bagian Promosi (Penerbit Noura Books)  
Jl. Jagakarsa No. 40 Rt . 007/ Rw. 04, Jagakarsa Jakarta Selatan 12620  
Telp: 021-78880556, Fax: 021-78880563  
email: [promosi@noura.mizan.com](mailto:promosi@noura.mizan.com), <http://noura.mizan.com>

Penerbit Noura Books akan menggantinya dengan buku baru untuk judul yang sama, dengan syarat:

1. Selambat-lambatnya 30 (tiga puluh) hari (cap pos) sejak tanggal pembelian,
2. Buku yang dibeli adalah yang terbit tidak lebih dari 1 (satu) tahun.

Mau tahu info buku terbaru, program hadiah,  
dan promosi menarik? Mari gabung di:



Facebook: Penerbit NouraBooks



Twitter: @NouraBooks

Milis: [nourabooks@yahoogroups.com](mailto:nourabooks@yahoogroups.com); Blog: [nourabooks.blogspot.com](http://nourabooks.blogspot.com)

**mizanstore.com**

Where Books are Good Friends

*Ingin mendapatkan koleksi buku-buku Mizan?*

**Mizanstore.com tempatnya**

🕒 Cepat

🔒 Aman

👉 Mudah

