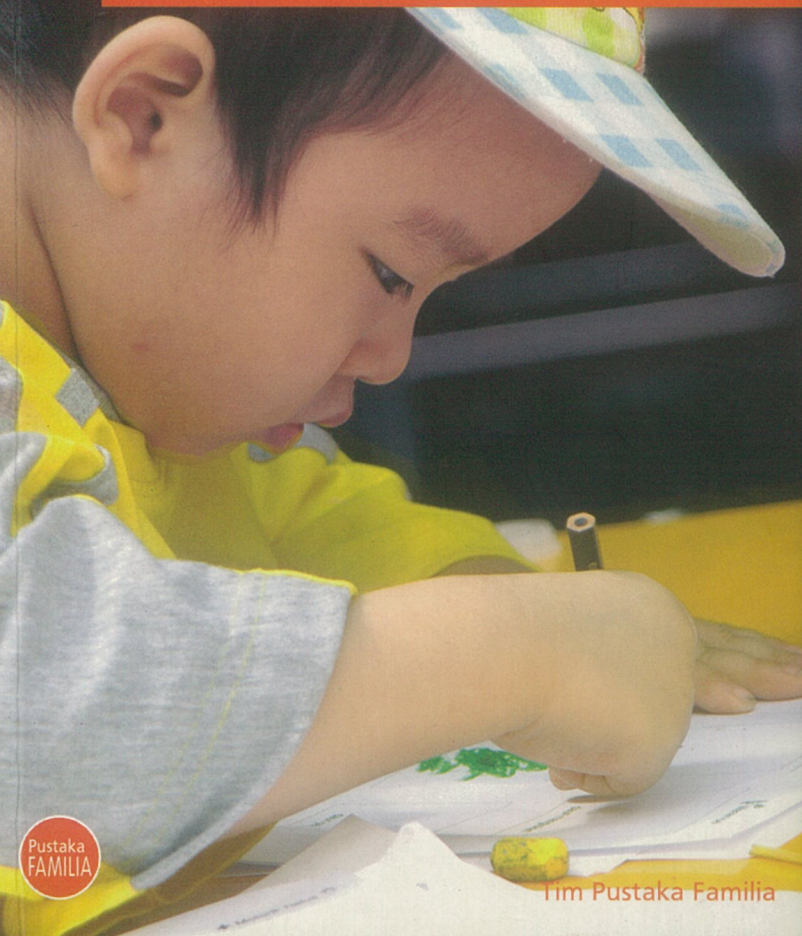




Membuat Prioritas,
**Melatih Anak
Mandiri**



Membuat Prioritas, Melatih Anak Mandiri

021908

© KANISIUS 2006

PENERBIT KANISIUS (Anggota IKAPI)

Jl. Cempaka 9, Deresan, Yogyakarta 55281

Kotak Pos 1125/Yk, Yogyakarta 55011

Telepon (0274) 588783, 565996; Fax (0274) 563349

Website: www.kanisiusmedia.com

E-mail : office@kanisiusmedia.com

Cetakan ke- 5 4 3 2 1

Tahun 00 09 08 07 06

ISBN 979-21-1268-5

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apa pun, termasuk fotokopi, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	5
PRAKATA & UCAPAN TERIMA KASIH	7
PENDAHULUAN: HADIAH MISTERIUS	11

Bagian I MELATIH ANAK JADI MANDIRI

Lekat tetapi Mandiri	17
Kemandirian: Awal dari Kematangan	23
Kemandirian dan Sifat Individual	31
Kaitan Antara Percara Diri dan Kemandirian	39
Kiat Mengembangkan Kemandirian Anak	45
Menjadi Mandiri dengan Pekerjaan Sehari-hari ..	55

Bagian II

MENGENALKAN PENTINGNYA MENYUSUN PRIORITAS

Membantu Anak Membuat Prioritas	65
Melibatkan Anak Menyusun Prioritas	71
Kapan Anak Menyusun Prioritas?	77
Membiasakan Bersikap Efektif pada Anak	83
Berlatih Menyusun Prioritas Lewat Bacaan	91
Yang Penting Realistis	97
Menjelaskan Prioritas pada Anak	101
PENUTUP: MANDIRI	109

LEKAT TETAPI MANDIRI

Rani menginginkan anak-anaknya mandiri sejak kecil. Tak heran bila ia menuntut anak-anaknya melakukan semua keperluan mereka sendiri. Ia akan marah besar jika mendapati mereka belum mandi atau kamar tidur mereka berantakan saat ia pulang kerja di sore hari.

Akan tetapi, dalam melatih kemandirian mereka, Rani menjaga jarak dengan mereka. Saat anak-anaknya masih bayi, Rani jarang sekali menggendong mereka. Ketika mereka menangis pun, ia tidak terlalu memedulikan. Ia beralasan, menggendong bayi saat bayi menangis hanya akan membuat anak menjadi manja dan nakal.

Kemandirian menjadi penting dalam kehidupan seseorang. Oleh karena itu, orang tua perlu melatih kemandirian anak sejak dini. Namun, cara yang diterapkan

Rani bukanlah cara yang tepat. Ia memang memiliki tujuan yang positif bagi anak-anaknya, tetapi ia justru mengurangi kedekatan emosional antara orang tua dengan anak. Hal ini akan menimbulkan permasalahan psikologis pada diri anak, sehingga bisa mengganggu kemandirian emosionalnya kelak di kemudian hari.

Kedekatan emosional orang tua dengan anak akan tampak dari kelekatan anak dengan orang tuanya. Kelekatan berarti adanya hubungan afeksi yang kuat antara anak dengan figur lekatnya. Hubungan afeksi ini terjalin jika orang tua ketika berinteraksi dengan anak dapat membangun sebuah kelekatan yang aman. Sebaliknya, orang tua yang kurang menyukai kontak fisik dengan anak, seperti memberikan belaian dan ciuman; atau malah orang tua yang kasar dalam berinteraksi dengan anak dapat menimbulkan perasaan tidak aman dalam diri anak.



Pentingnya kelekatan yang aman

Kelekatan anak pada orang tua mestinya tidak dikorbankan atas nama kemandirian. Kelekatan justru perlu dibina sejak anak lahir. Anak yang baru lahir tidak berdaya memenuhi kebutuhan-

nya. Oleh karena itu, mereka sepenuhnya menyandarkan diri pada orang yang mengasuh. Jadi, apa yang dilakukan Rani dengan tidak menyentuh bayinya justru disaat bayinya menangis sangatlah tidak bijaksana. Bayi yang terus menangis berarti memiliki kebutuhan rasa aman yang tinggi dan sentuhan yang dapat menenangkannya. Selanjutnya, anak dapat memiliki kelekatan yang aman dengan orang tuanya.

Kualitas kelekatan awal ternyata berhubungan dengan cara pandang anak terhadap dirinya. Anak yang sejak awal hidupnya memiliki kelekatan yang aman dengan orang tua akan memandang diri secara lebih positif dan realistis dibandingkan anak yang memiliki kelekatan yang tidak aman dengan orang tuanya. Cara pandang terhadap diri yang positif dan realistis ini sangat penting untuk penyesuaian sosial anak di kemudian hari. Selain itu, hasil-hasil penelitian di Amerika menunjukkan kelekatan yang aman akan merangsang rasa ingin tahu anak, kemampuan anak untuk eksplorasi, dan menguasai lingkungan sosial maupun fisik.

Kelekatan dan kemandirian emosional

Seorang ahli psikologi perkembangan bernama **Havighurst** menyatakan bahwa kemandirian emosional ditunjukkan oleh kemampuan anak dalam mengendalikan emosi dan tidak menggantungkan emosi pada orang lain. Kelekatanyang aman berperan besar dalam kemandirian emosional anak bahkan sampai ia dewasa. Hal

ini karena kelekatan yang aman memungkinkan terpenuhinya kebutuhan afeksi anak.

Anak yang tidak terpenuhi kebutuhan afeksinya akan terus berusaha memenuhi kebutuhannya pada orang lain. Bagaimana pun, karena orang tua penting bagi anak maka apa yang mungkin diperoleh anak dari orang lain, sangat tak sebanding dengan kasih sayang yang mereka rindukan dari orang tua. Hal ini mengakibatkan kebutuhan afeksi anak semakin besar, dan dalam perkembangannya anak dapat terpaku pada kekurangannya ini. Akibat selanjutnya, anak akan menggantungkan emosinya pada orang lain yang dirasa dapat memenuhi kebutuhan afeksinya.

Lekat tanpa tergantung

Membangun kelekatan dengan anak tidak otomatis berdampak ketergantungan anak. Agar kelekatan tidak berujung pada ketergantungan, maka orang tua perlu memberikan bimbingan dan pelatihan pada anak-anak untuk melakukan keperluan-keperluannya sendiri sesuai dengan tingkat usia anak. Sering kali orang tua menunjukkan kasih sayang pada anak dengan melayani semua kebutuhan anak. Kecenderungan memanjakan anak ini juga banyak dijumpai pada orang tua yang sibuk bekerja. Rasa bersalah karena kurangnya waktu bersama anak dikompensasikan dengan usaha melayani semua kebutuhan anak, baik oleh dirinya sendiri atau pun penugasan pada pembantu.

Kemandirian anak dapat dilatih melalui hal-hal yang sederhana. Yang paling penting adalah orang tua harus dapat menghargai anak dan tidak terlalu mengendalikan anak. Berikut ini beberapa cara yang dapat dilakukan orang tua untuk melatih kemandirian anak dengan tetap menjalin kedekatan emosional dengan anak.



- Mengajak dan menyemangati anak untuk melakukan keperluannya sendiri, seperti belajar memakai atau melepas baju sendiri. Anak perlu disemangati bahwa mereka dapat melakukannya. Adakalanya mereka tidak langsung berhasil. Orang tua perlu menyemangati anak bahwa lain kali pasti akan berhasil jika mau terus berlatih.
- Melatih anak untuk dapat melakukan keperluannya sendiri dapat dilakukan dengan bermain. Orang tua perlu membuat aktivitas latihan menjadi aktivitas yang menyenangkan anak. Dalam hal ini orang tua mesti kreatif dan tidak malu untuk bermain bersama anak.

- Memberikan pujian pada anak bila ia dapat melakukan sesuatu adalah penting. Hal ini akan meningkatkan rasa percaya diri anak untuk melakukan keperluannya sendiri.

Jadi, orang tua tidak perlu terlalu khawatir bahwa kelekatan anak akan menyebabkan ketergantungan. Justru, kelekatan diperlukan agar anak dapat berkembang secara lebih optimal. (*Aquilina Tanti Arini, S.Psi.*)