

[MEDIA KOMUNIKASI]

ISSN : 0854 - 8145

MARANATHA

Vol. 20 / No. 1 / April 2011

*Kasih yang
Tak Terbatas*





Penanganan Anak Bermasalah dengan Sentuhan Kasih Sayang

Konseling ternyata bukan satu- satunya cara untuk menangani anak bermasalah. Tahukah anda, "sentuhan kasih sayang" dapat dijadikan terapi yang cukup jitu untuk membentuk karakter dan perilaku anak ke arah yang baik. Lihat halaman 16



Bahasa Alay di Jejaring Sosial

Gaya hidup remaja pada masa kini memang unik, khas, dan bisa jadi aneh bahkan agak konyol. Bahasa alay termasuk gaya ragam tulis yang aneh dan berlebihan. Tren ini dapat disimak dalam halaman 24



Asyiknya "Nongkrong" Ala Peranakan

Kegiatan "nongkrong" merupakan hal yang disukai, mulai dari remaja, anak muda, eksekutif, bahkan orang tua. Bagaimana gaya "nongkrong" ala peranakan? Mari kita intip dalam halaman 30

DAFTAR ISI

Profil Fakultas / Jurusan

Profil Program Studi **4**
Desain Komunikasi Visual

Profil Jurusan Teknik Elektro **7**

Khazanah Iptek

Kepemimpinan yang Sempurna **10**
Power atau Love?

ASI: Nutrisi yang Paling Sempurna **12**
dari Kasih Sayang Ibu yang Tiada Tara

Penanganan Anak Bermasalah **16**
dengan Sentuhan Kasih Sayang

Kasih Sayang dalam Keluarga **20**

Hindari Penggunaan **24**
Bahasa Alay di Jejaring Sosial

Blog Sebagai Sarana Berbagi Kasih **27**

Serba-Serbi

Asyiknya "Nongkrong" Ala Peranakan **30**

Apa dan Siapa

Robert Oloan Rajagukguk, Ph.D., Psikolog: **34**
Sosok Dosen yang Peduli dan Bersahaja

Vishnu Valentino A. M., S.Kom., C.E.H., **38**
M.T.C.N.A.,;
Life is a Chance, and It's Irreversible

Olivya Nike Noman: **41**
Mahasiswi Kompeten yang Mengikuti
Pertukaran Pelajar di Thailand

Pojok Renungan

Kasih yang Tak Terbatas **44**

Pojok Santai **45**

Kegiatan Maranatha

4th Maranatha Information Technology **46**
Creativity & Challenge

Berita dalam Gambar **49**

DAFTAR ISI

PENANGANAN ANAK BERMASALAH DENGAN KASIH SAYANG

Kita sering mendengar kasus anak-anak yang memiliki masalah di sekolah dan di rumah, seperti suka mencuri, suka berkelahi, mengganggu orang lain, suka berbohong, tidak mau menurut, percobaan dan melakukan bunuh diri, dan lain-lain. Hal-hal tersebut hanya sebagian kecil dari bentuk perilaku anak bermasalah. Apakah yang dimaksud dengan 'anak bermasalah'? Anak dikatakan bermasalah apabila perilaku, emosi, dan sikapnya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan dan tidak sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku dari orang tua dan lingkungan sekitarnya.

Timothy Wibowo (<http://www.timothywibowo.com/blog/ciri-ciri-anak-bermasalah/>) dalam artikelnya menunjukkan ciri-ciri anak bermasalah, sebagai berikut:

- Susah diatur dan diajak kerja sama
Hal ini paling tampak pada anak pembangkang. Anak biasanya suka mengatur dan minta keinginannya harus dipenuhi, serta sangat ingin memegang kontrol.
- Kurang terbuka pada orang tua
Anak kurang mau membuka diri pada orang tua. Yang paling sering terjadi adalah pada saat ditanya sesuatu oleh orang tua, anak akan menjawab, "Biasa saja". Hal ini biasanya terjadi pada saat figur orang tua tergantikan oleh pihak lain (teman, guru, atau figur lain)
- Menanggapi negatif
Hal ini sering terjadi ketika harga diri anak terluka. Tanda-tanda anak yang memiliki harga diri rendah adalah sering mencela atau menjelekkkan orang lain, juga menanggapi segala hal dengan negatif.
- Menarik diri
Biasanya ditunjukkan dengan sering menyendiri, asyik dengan dunianya sendiri dan tidak ingin orang lain tahu tentang dirinya.
- Menolak kenyataan
Anak-anak dengan ciri ini sering mengatakan, "Aku ini anak yang bodoh", "Aku tidak pernah berhasil melakukan sesuatu", dll. Hal ini biasanya disebabkan oleh harga diri yang rendah, hampir sama dengan poin ketiga.
- Menjadi pelawak
Hal ini ditunjukkan dengan sering berulah di sekolah atau di rumah. Anak menjadi senang karena ulahnya membuat teman-temannya atau orang lain tertawa. Yang perlu diperhatikan adalah ulah yang dilakukan anak seringkali merugikan orang lain dan dirinya sendiri (misal, mempermalukan dirinya)

Pertanyaan berikutnya adalah mengapa anak menjadi bermasalah? Pertanyaan ini dapat dijawab dengan teori perkembangan anak. Semua anak pasti melewati periode kesulitan emosional dan perilaku untuk beradaptasi dengan dunianya. Pada awalnya, dunia anak adalah "Aku", tapi setelah anak mulai bisa berelasi dengan orang lain, anak harus beradaptasi bahwa tidak semua keinginannya dapat dipenuhi. Data dari California Growth Study menunjukkan anak laki-laki dan perempuan memiliki 5-6 masalah selama Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar.

Hal lain yang menjadi penyebab seorang anak bermasalah adalah lingkungan sekitar anak, yang terutama lingkungan keluarga. Pola asuh dan kasih sayang dari orang tua menjadi peranan penting dalam perilaku anak. Orang tua yang kurang memperhatikan anak atau terlalu memperhatikan anak (overprotective) akan membuat anak menjadi bermasalah. Contohnya, orang tua yang sering memberikan aturan terlalu ketat dan mengkritik anak, membuat anak seringkali memiliki harga diri yang rendah, tergantung dan kurang mau berinisiatif.

Sudah banyak bentuk penanganan terhadap anak-anak bermasalah. Mulai dari konseling anak, terapi perilaku, terapi kognitif, dan bentuk terapi-terapi lain. Tapi tanpa kasih sayang dari orang tua dan dukungan dari orang-orang di sekitarnya, anak bermasalah akan tetap menjadi anak bermasalah. Mengapa demikian? Karena keluarga adalah faktor penting dalam pendidikan seorang anak. Di Indonesia khususnya, sebagian

besar anak masih tinggal dengan keluarganya sampai usia 18 tahun. Berdasarkan data-data dari penelitian sebelumnya, anak-anak Indonesia menghabiskan waktunya 60-80% bersama keluarga. Setiap manusia membutuhkan kehangatan dari kasih sayang keluarga. Maka sukses seseorang tidak akan lepas dari peran kasih sayang keluarga. Namun pertanyaannya sekarang adalah kasih sayang yang bagaimana yang mampu mengubah anak bermasalah?

Kasih sayang yang dimaksud adalah *attachment*, yaitu kedekatan orang tua dan anak. Menurut Debra Wesselmann (dalam artikel *Understanding the problem of parents and kids*), kedekatan antara orang tua dan anak akan memberikan rasa aman pada anak. Anak-anak yang merasa aman dari kedekatannya dengan orang tua, akan bersikap dan memiliki perasaan yang lebih positif. Mereka akan lebih mudah mengatasi masalah-masalah dalam kehidupannya dan punya kemampuan empati yang kuat, sehingga mereka lebih berhasil dalam relasinya dengan orang lain.

Berikut ini merupakan tiga komponen penting yang perlu diperhatikan untuk memiliki kedekatan orang tua-anak yang dapat memberikan rasa aman, yaitu:

1. Kedekatan fisik
Dapat dilakukan dengan memberikan cukup sentuhan dan kontak mata. Perhatian secara fisik juga dapat diberikan pada saat memberi makan, bermain dengan anak sebelum tidur, dan juga dalam bentuk pelukan.
2. Kedekatan emosional
Anak-anak akan merasakan adanya hubungan emosional dengan orang tuanya ketika orang tua berusaha untuk memahami perasaan dan mengambil bagian dalam perasaan mereka. Bayi akan merasa bahwa orang tua memahami perasaannya ketika orang tua berespon secara akurat ketika bayi menangis. Anak-anak akan merasa adanya kedekatan emosional dengan orang tua ketika orang tua mampu berempati pada perasaan mereka dan menyediakan rasa nyaman pada saat mereka sedang punya masalah. Pemberian disiplin yang disertai dengan empati pada anak akan dapat meningkatkan kedekatan emosional antara orang tua dan anak.
3. Memberikan lingkungan yang konsisten, dapat diprediksi, dan aman
Anak-anak perlu tahu bahwa jika perasaan atau perilaku mereka sudah tidak terkontrol, orang tua mereka akan tetap tenang dan konsisten. Anak-anak membutuhkan jadwal, batasan-batasan, dan respon orang tua yang konsisten.

Semua orang tua pasti menginginkan anak-anak mereka dapat berhasil dalam kehidupan dan bukannya bermasalah. Semua orang tua pasti ingin memberikan yang terbaik bagi anak-anaknya. Tapi terkadang yang terbaik bukannya hanya memberikan apa yang anak-anak inginkan. Tapi terkadang kedekatan orang tua-anak haruslah diberikan dalam porsi yang lebih banyak karena tiap anak memiliki kecepatan perkembangan, keinginan dan harapan yang berbeda. Orang tua harus mampu menyediakan lingkungan yang aman dengan cara menyediakan kedekatan dengan anak. Dengan memberikan pemahaman yang jelas tentang kedekatan dan kehadiran yang nyata dalam hubungan antara orang tua-anak, orang tua dapat memperkuat ikatan hubungan orang tua-anak dan mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh anak.

Apabila orang tua harus menghadapi anak yang bermasalah, maka ada hal-hal yang perlu dilakukan untuk membantu anak yang bermasalah:

1. Bersikap tenang
Orang tua yang panik dan kebingungan tidak akan dapat menyelesaikan masalah yang terjadi pada anaknya dengan baik. Kepanikan dan kemarahan sering terjadi ketika orang tua menyadari anaknya bermasalah. Hal pertama yang harus dilakukan adalah berusaha menjaga sikap tetap tenang dan berusaha menerima kenyataan bahwa anak bermasalah. Selanjutnya adalah berusaha menguraikan masalah dan mencari jalan keluarnya.
2. Berbuat dengan penuh kasih sayang
Hal yang paling penting dalam mengatasi anak bermasalah adalah menunjukkan kasih sayang yang tulus dan sepenuhnya kepada anak. Ketiga komponen dari kedekatan orang tua-anak perlu dilakukan agar anak benar-benar merasakan bahwa dia disayangi. Rasa kasih sayang inilah yang hendaknya mendasari setiap langkah yang diambil oleh orang tua dalam mengatasi permasalahan anak.

3. Memahami anak sebagai pribadi yang berkembang

Yang dimaksud di sini adalah menyadari bahwa setiap anak harus mengalami tahap-tahap perkembangan, menyadari bahwa setiap anak mengalami kesulitan perilaku dan emosional. Orang tua harus juga menyadari bahwa tahapan perkembangan setiap anak berbeda dan terkadang sangat berbeda dari tahapan perkembangan yang diharapkan oleh orang tua. Orang tua tidak bisa memaksakan kehendak terhadap anaknya agar mengikuti cara berpikir dan memahami sesuatu seperti yang diharapkan oleh orang tua.

Tips

Setelah mengetahui apa itu anak bermasalah, mengapa anak bermasalah dan bagaimana penanganan dengan kasih sayang, maka berikut hal-hal yang bisa dilakukan orang tua bila ingin menangani anak bermasalah dengan kasih sayang:

- Tetap tenang dan terima anak apa adanya, dengan permasalahannya
- Selalu ingat bahwa sebagai orang tua, Anda adalah yang punya tugas untuk membantu anak atau mengingatkan anak
- Berpikirlah sebelum bertindak, terkadang hal-hal yang Anda anggap baik malah dapat merusak atau memperparah masalah anak (misal: memberikan permen pada saat anak memintanya walaupun Anda tahu anak Anda sedang sakit gigi)
- Pilihlah teknik disiplin yang paling cocok untuk anak – ada anak-anak yang lebih berespon terhadap reward dan insentif, tapi ada anak-anak yang lebih memperhatikan hukuman dan hilangnya reward
- Berusahalah untuk tetap konsisten dengan kata-kata, tindakan, dan aturan yang diberikan.
- Jadilah orang tua yang baik tapi tetap teguh dengan aturan bila diperlukan. Ingat bahwa kedisiplinan yang disertai dengan empati pada perasaan anak, akan dapat meningkatkan kedekatan emosional dengan anak.
- Bertindaklah tegas untuk setiap perilaku anak yang salah sejak awal
- Bersenang-senanglah dengan anak dan selalu sediakan waktu untuk anak – bukan berarti berada di dekat anak 24 jam penuh. Yang terpenting anak dapat merasakan kehadiran Anda pada saat mereka membutuhkannya.
- Sering-sering memberikan ‘pelukan’ dan katakan bahwa Anda sayang pada anak Anda

Semoga dapat menolong

Oleh : Eveline Sarintohe
(diambil dari berbagai sumber)