



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

ISU-ISU SOSIAL MENGHADAPI DUNIA TANPA BATAS (INDONESIA VERSION)

ISU-ISU SOSIAL MENGHADAPI DUNIA TANPA SEMPADAN (MALAYSIA VERSION)



EDITOR :
DR. HAMIDAH SULAIMAN
ENDAH PUSPITA SARI S.PSI, M.SI, PSIKOLOG

Isu-isu Sosial Menghadapi Dunia Tanpa Batas

(Indonesia Version)

Isu-isu Sosial Menghadapi Dunia Tanpa Sempadan

(Malaysia Version)

Editor:

Dr. Hamidah Sulaiman
Endah Puspita Sari S.Psi., M.Si, Psikolog

Penerbit:



**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

2018

KATALOG DALAM TERBITAN (KDT)

Isu...

Isu-isu Sosial Menghadapi Dunia
Tanpa Batas/ Hamidah Sulaiman,
Endah Puspita Sari. –Yogyakarta:
Universitas Islam Indonesia, 2018.

xii + 360 hlm. ; 16 x 23 cm

ISBN 978-602-450-324-6

e-ISBN 978-602-450-325-3

©2018 Penulis

Hak cipta dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak atau
memindahkan seluruh atau sebagian
isi buku ini dalam bentuk apapun, baik
secara elektronik ataupun mekanik
termasuk memfotokopi, tanpa izin dari
Penulis.

**Isu-isu Sosial Menghadapi
Dunia Tanpa Batas**

**Isu-isu Sosial Menghadapi
Dunia Tanpa Sempadan**

Editor:

Dr. Hamidah Sulaiman
Endah Puspita Sari S.Psi., M.Si, Psikolog

Cetakan I

November 2018 M / Rabiul Awal 1440 H

Penerbit:



**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

Kampus Terpadu UII

Jl. Kaliurang Km 14,5 Yogyakarta 55584

Tel. (0274) 898 444 Ext. 2301; Fax. (0274) 898 444 psw 2091

<http://library.uui.ac.id>; e-mail: perpustakaan@uui.ac.id



PRAKATA

Dengan nama Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Mengasihani. Alhamdulillah, syukur ke hadrat Illahi atas limpahan kurniaan dan keizinan dari-Nya, buku yang bertajuk "Isu-isu Sosial Dalam Menghadapi Dunia Tanpa Sempadan" telah dapat dihasilkan dengan jayanya.

Tujuan utama dalam penerbitan buku ini adalah untuk berkongsi pengetahuan berkaitan isu-isu semasa seperti narkoba dan kesan kepada masyarakat dan cara-cara mengatasinya, kemahiran menolong dari sudut kaunseling, isu-isu kekeluargaan dan kecerdasan emosi. Justeru, buku ini mengandungi empat bab iaitu:

Bab 1: Narkoba dan Kesan Kepada Masyarakat

Bab 2: Kemahiran Menolong

Bab 3: Keluarga

Bab 4: Kecerdasan Emosi

Bab pertama penulis berkongsi isu mengenai narkoba dan kesannya serta pendekatan yang digunakan dalam mengatasi ketagihan. Narkoba adalah barangan larangan kepada seluruh negara di dunia ini dan menjadi tanggungjawab yang besar kepada masyarakat untuk membebaskan daripada terlibat dengan narkoba. Buku ini dirasakan amat sesuai dijadikan sebagai rujukan dan informasi kepada.

Bab kedua pula membicarakan pelbagai kemahiran kaunseling dalam membantu remaja dan keluarga menangani masalah dalam kehidupan seharian. Kemahiran-kemahiran tersebut termasuklah kemahiran membantu klien atau individu menyelesaikan masalah yang melanda kehidupan masing-masing. Kemahiran tersebut termasuklah kemahiran kaunseling individu dan kaunseling kelompok.

Bab ketiga memperkatakan tentang keluarga dan permasalahannya. Pelbagai langkah dan teknik yang dikongsi supaya pembaca mendapat pengetahuan atau idea dalam menangani masalah keluarga dalam kehidupan seharian. Adalah diharapkan semua pengetahuan dan perkongsian ini membantu pembaca mendapat idea dalam usaha membina keluarga yang mawaddah dan warahmah.

Bab keempat dalam buku ini berkongsi pengetahuan dengan pembaca mengenai satu kemahiran yang sangat penting iaitu kemahiran kecerdasan emosi. Artikel-artikal dalam bab empat ini boleh dibaca dan didiskusikan secara individu atau dibincangkan secara berkumpulan. Diharapkan buku ini dapat digunakan oleh pelbagai pihak antara dua negara, Malaysia dan Indonesia yang menjadi penghubung negara serumpun.

Akhir kata, ucapan ribuan terima kasih kepada penyumbang artikel dua negara iaitu Malaysia dan Indonesia atas kerjasama yang diberikan serta idea-idea dan kepakaran dalam bidang masing-masing. Semoga kelahiran buku ini menjadi wadah perkongsian ilmu yang dapat dimanfaatkan serta mendapat keredhaan Allah.

Penulis

PENGHARGAAN

Alhamdulillah setinggi-tinggi kesyukuran ke 'hadrat Ilahi yang memberikan petunjuk, rahmat dan keredoanNya, maka kami memperoleh ketabahan dan kesabaran untuk menyiapkan buku ini. Kami mengambil kesempatan melalui ruang ini untuk merakamkan berbanak-banyak terima kasih kepada pihak Universiti Islam Indonesia dan Universiti Malaya atas kerjasama dan kemudahan sepanjang penulisan dan proses penerbitan buku ini.

Terima kasih juga kepada dosen-dosen antara dua universiti ini yang memberi sumbangan artikal sehingga terhasillah buku ini. Selain itu terima kasih juga kepada karyawan dan semua pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung yang memberi semangat dan dorongan yang diberikan. Semua ini menjadi motivasi kepada kami dan akan kami jadikan semangat untuk menerbitkan buku-buku ilmiah seterusnya.

SENARAI PENULIS

BAB 1

AHMAD SHAMSURI MUHAMAD
HAMIDAH SULAIMAN
AHMAD RUSDI
HAZHIRA QUDSYI
HESTY YULIASARI
ENDAH PUSPITA SARI
NUR HASBUNA SALEH
SITI HAJAR HALILI,
MELATI SUMARI

BAB 2

R INDAHRIA S
NUR PRATIWI NOVIATI
NUR WIDIASMARA
ASTINAH
MUFARIAH MUTIA NUR KHUSNA
SAULIA SAFITRI
ENDAH PUSPITA SARI
BERTA DEVI ARYANI



BAB 3

HAMIDAH SULAIMAN
NORSAFATUL AZNIN A. RAZAK
NORFAEZAH MD KHALID
NURHASBUNA SALEH
MALIDA FATIMAH S. PSI., M. CONS
KATRIM ALIFA PUTRIKITA
ENDAH PUSPITA SARI
OLIVIA DWI KUMALA

BAB 4

NITA TRIMULYANINGSIH
HAMIDAH SULAIMAN,
SITI HAJAR HALILI
AHMAD SHAMSURI,
ANDI HOLILULLOH
NA'IMAH M.HUM
AFANDY SUTRISNO TANJUNG,
NORFAEZAH MD KHALID
NORSAFATUL AZNIN A. RAZAK
NURHASBUNA SALEH
SITI SALINA ABDULLAH

DAFTAR ISI

Prakata	v
Penghargaan	vii
Senarai Penulis	viii
Bab 1 NARKOBA DAN KESANNYA KEPADA MASYARAKAT	1
1. Ketahanan Diri Bersih Narkoba Dengan Analisis Konsep Sabar Dalam Psikologi Islam <i>Dr. Ahmad Rusdi, Ma.si</i>	3
2. S.m.a.r.t Peer Education Program: Media Alternatif Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Pada Mahasiswa <i>Hazhira Qudsyi</i>	25
3. Supportive Expressive Therapy untuk Mengatasi Penyalahgunaan Zat Aditif <i>Hesty Yuliasari & Endah Puspita Sari</i>	45
4. Keluarga Dan Kefahaman Agama Pelajar Di Institusi Pengajian Tinggi Dalam Pengambilan Minuman Beralkohol. <i>Nur Hasbuna Saleh & Hamidah Sulaiman</i>	61
5. Penglibatan Masyarakat Miskin Bandar Dengan Pengambilan Dadah Dan Bahan Inhalan. <i>Hamidah Sulaiman, Siti Hajar Halili, Melati Sumari Ahmad Shamsuri</i>	77
6. Penyalahgunaan Dadah: Faktor Dan Implikasi <i>Ahmad Shamsuri Muhamad Hamidah Sulaiman</i>	85
Bab 2 KEMAHIRAN MENOLONG	99
7. Proses Konseling <i>Rr. Indahria Sulistyarini</i>	101
8. Counseling At Workplace <i>Nur Pratiwi Noviati</i>	117

9.	Studi Kasus: Menangani Anak Yang Mengalami Permasalahan Regulasi Emosi Dengan Menggunakan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt)	131
	<i>Nur Widiasmara & Astinah</i>	
10.	Bekerja Dengan Perempuan Dan Anak Penyintas Kekerasan Seksual	145
	<i>Mufariah Mutia Nur Khusna</i>	
11.	Konseling Kelompok	161
	<i>Yuria Anggela Irianto</i>	
12.	Supportive Group Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional	173
	<i>Saulia Safitri, Endah Puspita Sari, Berta Devi Aryani</i>	
	BAB 3 KELUARGA	181
13.	Pendekatan Kaunseling Dalam Membina Masyarakat Miskin Bandar Berpendidikan Dan Bertamadun	183
	<i>Norfaezah Md Khalid Hamidah Sulaiman, Norsafatul Aznin A.razak Nurhasbuna Saleh</i>	
14.	Daya Tahan Keluarga Dalam Perkahwinan Jarak Jauh: Cabaran Dan Isu Dalam Pendidikan Dan Kaunseling Keluarga	197
	<i>Norsafatul Aznin A.razak, Hamidah Sulaiman, Norfaezah Md Khalid, Nurhasbuna Salleh</i>	
15.	Pengaruh Penerapan Pola Asuh Dengan Kesehatan Keluarga	217
	<i>Malida Fatimah, S. Psi., M. Cons.</i>	
16.	Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial	231
	<i>Katrim Alifa Putrikitita, Endah Puspita Sari</i>	
17.	Konseling Pranikah	239
	<i>Olivia Dwi Kumala</i>	
18.	Konseling Menyusui	247
	<i>Endah Puspita Sari</i>	

BAB 4 KECERDASAN EMOSI	255
19. Psikoterapi Islam: Sebuah Review Atas Penelitian Empirik Di Indonesia <i>Nita Trimulyaningsih</i>	256
20. Penglibatan Ibu Bapa Dan Hubungannya Dengan Kesejahteraan Emosi Dalam Kalangan Remaja Miskin Bandar <i>Hamidah Sulaiman, Siti Hajar Halili & Ahmad Shamsuri</i>	281
21. Media Sosial: Peran Ibu Dan Bapak Dalam Membangun Masa Depan Anak-Anak <i>Na'imah & Andi Holilulloh</i>	295
22. Pengaruh Globalisasi Terhadap Pendidikan Islam Di Pondok Pesantren Di Indonesia <i>Andi Holilulloh, S.pd.i., & M.a.dr. Hamidah Sulaiman</i>	303
23. Kecerdasan Emosional Dan Fenomena Instagram Di Pondok Pesantren <i>Dr. Na'imah M.hum, Fitk, & Andi Holilulloh, S.pd.i., M.a. Ph.d.</i>	319
24. Kecerdasan Emosi Sebagai Pemangkin Melahirkan Modal Insan Berkualiti <i>Hamidah Sulaiman, Ahmad Shamsuri, Afandy Sutrisno Tanjung, Norfaezah Md Khalid, Nursafatul Aznin A. Razak, Nurhasbuna Salehsiti Salina Abdullah</i>	329
25. Kecerdasan Emosi Menurut Al-Quran Dan Akhlak Nabi Muhammad Saw. <i>Hamidah Sulaiman, Nursafatul & Ahmad Shamsuri</i>	349

BAB 3

KELUARGA

15 | Pengaruh Penerapan Pola Asuh dengan Kesehatan Keluarga

Malida Fatimah, S. Psi., M. Cons.^{1,2}

¹Alumni Program Studi Psikologi,
Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

²Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana,
Yogyakarta, Indonesia

e-Mail: malida.fatimah@gmail.com

Pendahuluan

Pembahasan mengenai pola asuh memang bukan suatu hal yang asing lagi, bahkan terbilang sering dibahas. Namun, mengapa pola asuh atau kini orang sering menyebutnya sebagai *parenting* menjadi hal yang senantiasa dibahas? Banyak orang tua yang sering melupakan potensi anak-anaknya dan memaksakan kehendak mereka sebagai orang tua. Sering orang tua merasa bahwa mereka lebih paham dan mengerti tentang apa yang terbaik bagi anak-anak mereka, padahal yang sering terjadi adalah orang tua memaksakan cita-cita atau keinginan mereka yang belum tercapai di masa sebelumnya dan berharap anak-anak merekalah yang mampu mewujudkan keinginan-keinginan tersebut.

Terkait dengan budaya Indonesia, atau mungkin negara-negara berbudaya timur, yang sering kali lebih mendengar pendapat orang lain ketimbang melihat apa yang baik dari keluarga sendiri. Sebagai contoh, orang tua takut ketika anak-anak mereka mendapatkan nilai jelek di mata pelajaran tertentu, atau mendapatkan renking yang rendah di kelasnya. Orang tua panik dan sibuk menyuruh anak-anak untuk belajar lebih giat, mengikutsertakan pada les atau kursus-kursus, yang terkadang sebetulnya anak-anak justru makin merasa tertekan. Orang tua lupa bahwa anak-anak punya cara belajar yang berbeda-beda, punya potensi yang berbeda-beda, dan bakat serta minat yang berbeda-beda. Dapatkah kita bayangkan jika setiap anak yang kita temui sama pintarnya, sama cita-citanya, dan sama minatnya? Sungguh monoton. Jadi, mengapa pola asuh penting untuk



dibahas kembali? Karena pada dasarnya keluarga adalah pondasi bagi setiap individu.

Sebuah kasus di salah satu daerah di Yogyakarta, sebuah keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan tiga orang anak. Keluarga tersebut datang untuk melakukan konseling keluarga dengan keluhan, salah satu anak mereka (anak kedua) mengalami gangguan kejiwaan ringan (depresi) dan mengganggu proses perkuliahannya. Diketahui, sang ayah (A) adalah seorang kepala sekolah dan sang ibu (I) adalah guru agama. Anak pertama telah bekerja (B), anak kedua berstatus mahasiswa (F), dan anak ketiga seorang pelajar menengah atas (C). Setelah ditelusuri, depresi F dimulai setelah kejadian tabrakan mobil yang terjadi saat dirinya mengemudi. A mengaku bahwa sebelumnya telah melarang F untuk mengendarai mobil tersebut, sehingga setelah kejadian tersebut F dimarahi oleh A. Namun, setelah penelusuran lebih dalam, A dan I adalah orang tua yang sibuk. Kegiatan sebagai seorang guru ditambah dengan berbagai organisasi yang diikuti. Harapan A dan I, anak-anak akan mengikuti jejak mereka sebagai seseorang yang berguna di masyarakat. Akan tetapi, apa yang anak-anak lihat adalah orang tua yang tidak pernah memberikan perhatian berupa waktu kepada mereka. Lebih mementingkan pekerjaan dan organisasi ketimbang keluarga. A dan I juga termasuk orang tua yang kuat prinsipnya, sehingga merasa apa yang mereka lakukan pada anak-anak mereka adalah yang paling benar.

F yang memiliki karakteristik sensitif, tidak bisa menerima perlakuan orang tuanya terkait masalah kecelakaan mobil tersebut. Dari waktu ke waktu, F memilih untuk diam dan mencari aktivitas lain untuk membuatnya sibuk. Menemui seorang ustadz dan mulai mengamalkan amalan-amalan tertentu. Namun, karena F tidak mampu menguasai energy yang timbul dari amalan yang dikerjakan, F menjadi sakit. Ia menjadi lemah dan mulai tidak bisa mengikuti perkuliahan. A dan I mencoba untuk membawa F pada ustadz lain dan psikiater. B justru menyarankan untuk bertemu dengan dosen dan menceritakan kisah tentang keadaan keluarganya. Setiap anggota keluarga merasa bahwa dirinya yang paling benar. A dan I merasa bahwa mereka selalu benar, karena posisi mereka sebagai orang tua, orang yang lebih tua, dan beranggapan bahwa karakteristik mereka tidak akan bisa diubah. A dan I merasa bahwa mereka adalah orang tua yang

bertanggung jawab terutama dalam urusan finansial. Namun, anak-anak merasa bahwa orang tua mereka perlu memahami bahwa tanggung jawab orang tua tidak hanya terkait materi saja, tetapi juga secara psikologis. A dan I perlu lebih memperhatikan keluarga ketimbang orang lain maupun organisasi yang diikuti.

A dan I mengaku bahwa F sejak kecil memang berbeda. Lebih mudah menangis ketika ditinggal bekerja. Menurut pengakuan B, sang ayah adalah orang yang keras. Tidak mau mendengar pendapat orang lain. Sehingga, kecelakaan yang dialami F hanyalah salah satu pemicu dari terpendamnya semua emosi yang selama ini telah dirasakan F maupun kakak dan adiknya.

Berdasarkan kasus diatas, dapat dilihat bahwasannya pola asuh yang diterapkan orang tua sangat berpengaruh terhadap kepribadian dan kondisi psikologis anak. Termasuk berpengaruh pada keadaan keluarga tersebut secara keseluruhan. Untuk itu, disini akan dibahas bagaimana karakter keluarga yang sehat dan bagaimana pola asuh bagian dari pentingnya kesehatan keluarga.

Keluarga sehat

Keluarga adalah pondasi. Orang tua yang mendidik dan membentuk anak memiliki sifat dan kepribadian tertentu. Lalu, bagaimana ciri dari keluarga yang sehat? (Glading dalam Saedah, 2014)

1. Komitmen pada keluarga dan setiap anggotanya
Adanya komitmen bagi kesejahteraan keluarga, saling mendukung, memberikan waktu, dan tetap setia dalam keadaan apapun.
2. Apresiasi satu dengan yang lain
Mampu mengapresiasi secara verbal maupun fisik, menghindari pertengkaran, saling menghargai dan melengkapi.
3. Keinginan untuk menghabiskan waktu bersama
Saling bertukar pendapat, perasaan, dan identitas diri.
4. Pola komunikasi yang efektif
Adanya dukungan, pengertian, dan empati. Menyampaikan dengan cara yang baik dan pada waktu yang tepat. Berdiskusi dalam memecahkan masalah.

5. Tingkat spiritualitas yang tinggi
Adanya prinsip dan makna hidup.
6. Kemampuan untuk menghadapi krisis secara positif
Adanya negosiasi, konsultasi pada ahli (jika sudah tidak mampu menyelesaikan sendiri), menggunakan humor, dan mampu mengekspresikan emosi secara tepat.
7. Dorongan individu
Mendorong setiap anggota keluarga dalam menghadapi setiap siklus kehidupan. Misalnya, ketika anak pertama kali masuk sekolah, remaja mencari identitas diri, dan ketika anak meninggalkan rumah karena menikah.
8. Peran yang jelas
Peran menjelaskan perilaku untuk setiap anggota keluarga. Peran harus jelas dan sesuai.

Ciri dari keluarga yang sehat tersebut menggambarkan bagaimana keluarga adalah hal yang penting. Sebuah rumah dapat kokoh berdiri dan tahan gempa, berawal dari pembuatan pondasi yang baik dan seimbang. Seperti itulah keluarga yang sehat, berawal dari adanya komitmen, apresiasi, menghabiskan waktu bersama, pola komunikasi yang efektif, tingkat spiritualitas yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi krisis secara positif, dorongan individu, dan peran yang jelas.

Teori pola asuh

Tokoh terkenal yang membawa teori tentang pola asuh adalah Baumrind (1971, 1996 dalam Santrock, 2009) yang membagi dalam tiga jenis, yaitu pola asuh otoriter, permisif, dan otoritatif (demokratis). Sunaryo (2016) menyimpulkan bahwa pola asuh adalah perlakuan orang tua terhadap anak dalam bentuk merawat, memelihara, mengajar, mendidik, membimbing, melatih, yang terwujud dalam bentuk pendisiplinan, pemberian tauladan, kasih sayang, hukuman, ganjaran, dan kepemimpinan dalam keluarga melalui ucapan-ucapan dan tindakan-tindakan orang tua.

1. Pola Asuh Otoriter

Dalam pola asuh ini orang tua menerapkan seperangkat peraturan kepada anaknya secara ketat dan sepihak, cenderung menggunakan

pendekatan yang bersifat diktator, menonjolkan wibawa, menghendaki ketaatan mutlak. Anak harus tunduk dan patuh terhadap kemauan orang tua. Apapun yang dilakukan oleh anak ditentukan oleh orang tua. Anak tidak mempunyai pilihan dalam melakukan kegiatan yang ia inginkan, karena semua sudah ditentukan oleh orang tua. Tugas dan kewajiban orang tua tidak sulit, tinggal menentukan apa yang diinginkan dan harus dilakukan atau yang tidak boleh dilakukan oleh anak. Selain itu, mereka beranggapan bahwa orang tua harus bertanggungjawab penuh terhadap perilaku anak dan menjadi orang tua yang otoriter merupakan jaminan bahwa anak akan berperilaku baik. Orang tua yakin bahwa perilaku anak dapat diubah sesuai dengan keinginan orang tua dengan cara memaksakan keyakinan, nilai, perilaku dan standar perilaku kepada anak.

Anak yang dibesarkan dalam keluarga otoriter cenderung merasa tertekan, dan penurut. Mereka tidak mampu mengendalikan diri, kurang dapat berpikir, kurang percaya diri, tidak bisa mandiri, kurang kreatif, kurang dewasa dalam perkembangan moral, dan rasa ingin tahunya rendah.

Menurut Baumrind (Papalia, 2015), cara ini menekankan pada kontrol dan kepatuhan yang tidak boleh dipertanyakan anak, orang tua berusaha membuat anaknya melakukan rangkaian standar yang sudah dibuat dan menghukum mereka semena-mena dan dengan paksa jika anak melanggar. Orang tua cenderung terpisah dengan anak dan kurang hangat daripada orang tua lainnya. Anak mereka cenderung menarik diri, tidak percaya, dan tidak berkomunikasi dengan orang tua. Anak cenderung tidak senang, menarik diri, dan tidak percaya.

2. Pola Asuh Permisif

Pola asuh ini memperlihatkan bahwa orang tua cenderung memberikan banyak kebebasan kepada anaknya dan kurang memberikan kontrol. Orang tua banyak bersikap membiarkan apa saja yang dilakukan anak. Orang tua bersikap damai dan selalu menyerah pada anak, untuk menghindari konfrontasi. Orang tua kurang memberikan bimbingan dan arahan kepada anak. Anak dibiarkan berbuat sesuka hatinya untuk melakukan apa saja yang mereka inginkan. Orang tua tidak peduli apakah anaknya melakukan hal-hal yang positif atau negatif, yang penting hubungan antara anak dengan orang tua baik-baik saja, dalam arti tidak

terjadi konflik dan tidak ada masalah antara keduanya.

Pola asuh permisif ini akan menjadikan anak akan mempunyai harga diri yang rendah, tidak punya kontrol diri yang baik, kemampuan sosialnya buruk, dan merasa bukan bagian yang penting untuk orang tuanya.

Pola asuh permisif menekankan pada pengekspresian diri dan regulasi diri. Orang tua membuat sedikit permintaan dan membiarkan anak untuk memonitor aktivitas mereka sendiri sebanyak mungkin (Papalia, 2015).

3. Pola Asuh Otoritatif

Dalam pola asuh ini, orang tua memberi kebebasan yang disertai bimbingan kepada anak. Orang tua banyak memberi masukan-masukan dan arahan terhadap apa yang dilakukan oleh anak. Orang tua bersifat obyektif, perhatian dan kontrol terhadap perilaku anak. Dalam banyak hal orang tua sering berdialog dan berembuk dengan anak tentang berbagai keputusan. Menjawab pertanyaan anak dengan bijak dan terbuka. Orang tua cenderung menganggap sederajat hak dan kewajiban anak dibanding dirinya. Pola asuh ini menempatkan musyawarah sebagai pilar dalam memecahkan berbagai persoalan anak, mendukung dengan penuh kesadaran, dan berkomunikasi dengan baik.

Pola otoritatif mendorong anak untuk mandiri, tetapi orang tua harus tetap menetapkan batas dan kontrol. Orang tua biasanya bersikap hangat, dan penuh welas asih kepada anak, bisa menerima alasan dari semua tindakan anak, mendukung tindakan anak yang konstruktif. Anak yang terbiasa dengan pola asuh otoritatif akan membawa dampak menguntungkan. Di antaranya anak akan merasa bahagia, mempunyai kontrol diri dan rasa percaya dirinya terpupuk, bisa mengatasi stres, punya keinginan untuk berprestasi dan bisa berkomunikasi, baik dengan teman-teman dan orang dewasa. Anak lebih kreatif, komunikasi lancar, tidak rendah diri, dan berjiwa besar.

Pola asuh otoritatif menekankan pada individualitas anak, tetapi juga tidak meninggalkan aturan sosial. Orang tua memiliki kepercayaan diri pada kemampuan mereka untuk mengarahkan anak, tetapi mereka juga menghargai keputusan, keinginan, opini, dan pribadi anak. Mereka mencintai dan menerima anak, tapi juga meminta anak berperilaku yang baik dan tegas mengelola standar yang telah dibuat. Mereka menerapkan



batasan, memberikan hukuman yang bijaksana jika perlu, dengan cara yang hangat dan dengan hubungan yang mendukung. Mereka menyukai disiplin induktif, menjelaskan alasan dibalik keputusan mereka dan mendorong secara verbal memberi dan menerima. Anak mereka tampak merasa aman dan mengetahui bahwa mereka dicintai dan juga tahu apa yang diharapkan pada mereka. Anak prasekolah dengan orang tua otoritatif cenderung menjadi mandiri dan mengandalkan diri sendiri, memiliki kontrol diri, asertif, dan eksploratif (Papalia, 2015).

Dalam mengasuh anak, orangtua hendaknya bersikap arif dan bijaksana, tidak ekstrim terhadap salah satu pola asuh yang ada, dalam arti mampu memberi pengasuhan sesuai dengan apa yang sedang dilakukan anak dan apa harapan orangtua. Jadi orangtua dapat menerapkan ketiga pola asuh tersebut sesuai dengan situasi dan kondisi. Dengan demikian pengasuhan yang diberikan oleh orangtua lebih mengutamakan kasih sayang, kebersamaan, musyawarah, saling pengertian dan penuh keterbukaan. Jika anak-anak dibesarkan dan diasuh dengan pola asuh yang demokratis, niscaya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Seluruh potensi yang dimiliki anak dapat dikembangkan secara optimal. Dengan demikian pada gilirannya nanti anak-anak yang sehat, cerdas, ceria dan berakhlak mulia dapat terwujud. Dampak positif yang akan muncul adalah terwujudnya suatu tatanan masyarakat yang baik, saling menghargai, saling menghormati, saling menyayangi, saling mengasihi, masyarakat yang terbuka, berpikiran positif, jujur, dan mempunyai toleransi yang baik.

Sistem keluarga

Berkaitan dengan tipe pola asuh yang disampaikan oleh Baumrind, dalam ilmu konseling keluarga ada teori yang menekankan pada sistem dalam keluarga. Constantine (1986 dalam Goldenberg & Goldenberg, 2008) mengartikan sistem dalam keluarga sebagai kompleksitas yang terorganisir, awet, dan hubungan ringan yang saling berkaitan. Anggota keluarga secara konstan berinteraksi dan saling mempengaruhi satu sama lain sebagai bentuk interaksi. Ketika terjadi perubahan atau pergerakan dari salah satu anggota atau keadaan yang berpengaruh pada sistem keluarga, semua aspek dari keluarga juga terpengaruh menjadi lebih baik atau lebih buruk. Karenanya, kesejahteraan keluarga dan kemampuan untuk berfungsi sangat dipengaruhi oleh kesehatan seluruh anggota.

Keluarga adalah satu sistem sosial dengan karakteristik tertentu, memiliki satu aturan yang jelas, dengan sistem peran yang terstruktur, menggunakan model komunikasi yang spesifik, dan berdiskusi dalam menyelesaikan masalah agar mampu menyelesaikan sejumlah tugas yang ada secara efektif (Goldenberg & Goldenberg, 2008). Goldenberg dan Goldenberg (2008) dalam bukunya juga menuliskan karakteristik dari sistem keluarga, yaitu: organisasi dan kesatuan. Jika sebuah sistem menggambarkan satu set unit yang berdiri pada satu hubungan konsisten satu dengan yang lain, maka dapat diartikan bahwa sistem mengorganisir sebuah hubungan. Sama halnya ketika membahas mengenai elemen-elemen, satu terkombinasi, menciptakan kesatuan – keseluruhan (*a whole*) – yang lebih besar dari jumlah setiap bagian. Sebuah keluarga merepresentasikan satu sistem, dimana setiap komponen terorganisir menjadi sebuah kumpulan, membentuk keseluruhan yang melebihi jumlah dari setiap bagiannya.

Selain itu, ada istilah subsistem dalam teori ini, yaitu setiap sistem keluarga terdiri dari unit-unit yang lebih kecil atau subsistem yang secara bersama membentuk sistem keluarga yang lebih besar. Setiap anggota keluarga dapat disebut sebagai subsistem, dan subsistem dapat dikategorisasikan berdasarkan jenis kelamin. Misalnya, subsistem saudara laki-laki, subsistem saudara perempuan, atau subsistem anak laki-laki dengan ayah. Selain itu, subsistem juga dapat dikategorisasikan berdasarkan generasi, misalnya subsistem pernikahan (suami dan istri), subsistem orang tua (ayah dan ibu), dan subsistem anak.

Tidak kalah pentingnya, dalam teori sistem keluarga ini ada istilah batasan (*boundaries*), yaitu sebuah batasan yang membedakan tugas, peran, tanggungjawab antar subsistem. Misalnya, tugas dan peran subsistem orang tua adalah mendidik subsistem anak. Subsistem anak perlu menghormati subsistem orang tua. Dalam istilah batasan ini, sebuah keluarga dapat dilihat sebagai keluarga yang kaku, fleksibel, atau tanpa batasan. Disinilah kesamaan antara teori pola asuh yang disampaikan oleh Baumrind dengan teori sistem keluarga. Orang tua dengan pola asuh otoriter, dapat diartikan memiliki batasan yang kaku dalam setiap subsistem. Anak tidak diizinkan sama sekali ikut campur dengan keputusan orang tua, berbeda dengan pola asuh permisif yang serupa dengan keluarga tanpa batasan. Karena, orang tua membiarkan anak melakukan apa saja. Begitupun dengan pola asuh



otoritatif yang sejalan dengan keluarga yang memiliki batasan flekibel, orang tua tetap memiliki peran dan tugas yang jelas namun anak tetap boleh memberikan pendapatnya.

Family Map Symbols



• Clear



• Rigid



• Diffused

Keterangan: *Clear*: jelas (fleksibel), *rigid*: kaku, *diffused*: tidak jelas

Jenis pendekatan konseling keluarga

Dalam konseling keluarga, terdapat beberapa jenis pendekatan yang diterapkan konselor atau terapis keluarga dalam melihat setiap kasus yang disampaikan klien. Penekanan dari setiap pendekatan berbeda-beda, namun secara garis besar konselor atau terapis akan melihat bagaimana pola komunikasi dan interaksi pada keluarga. Bagaimana orang tua saling berinteraksi, orang tua berinteraksi dengan anak, dan satu anak dengan anak yang lain saling berinteraksi. Sehingga, dapat ditemukan seperti apa penerapan peran, tugas, dan tanggung jawab dari setiap anggota keluarga.

No	Pendekatan	Konsep dasar
1.	<i>Bowen family system therapy</i>	a. Perilaku adalah hasil evolusi b. Perilaku terjadi adalah hasil turun temurun c. Cara hidup adalah hasil evolusi d. Keluarga adalah sistem yang dipengaruhi emosi
2.	<i>Experiential family therapy</i>	a. Fokus pada pengalaman <i>here and now</i> b. Fokus pada pengalaman emosional daripada dinamika interaksi c. Akar masalah adalah emosi yang tertekan d. Akar perilaku yang menyimpang adalah interaksi keluarga
3.	<i>Structural family therapy</i>	Fokus pada interaksi anggota keluarga terkait dengan bagaimana, kapan, dan dengan siapa individu berinteraksi
4.	<i>Strategic family therapy</i>	Komunikasi dan aturan mengarahkan perilaku
5.	<i>Solution focused therapy</i>	a. Fokus pada solusi b. Beranggapan bahwa individu sering menggunakan solusi yang sama pada setiap situasi yang terkadang tidak sesuai c. Individu menganggap bahwa masalah selalu ada

Bowen family system therapy menekankan bahwa interaksi yang terjadi di dalam keluarga seringkali sama dari generasi ke generasi. Sering kali, konselor akan mendapati bahwa seorang anak tidak bisa beradaptasi dengan sistem baru dari keluarga yang berbeda. Hal ini biasa nampak terlihat pada pasangan suami istri yang baru menikah namun masing-masing masih mengedepankan keluarga asal.

Experiential family therapy seringkali tepat digunakan pada anggota keluarga yang mengalami depresi atau tekanan emosi. Ketidakmampuannya dalam mengungkapkan isi hati pada akhirnya berpengaruh pada perilakunya dan berakhir merusak interaksi di dalam keluarga.

Structural family therapy fokus pada bagaimana interaksi di dalam keluarga yang menekankan apakah batasan-batasan yang ada pada keluarga tersebut terlalu kaku atau bahkan tidak ada batasan.

Strategic family therapy melihat bahwa peran dan tugas setiap anggota keluarga berkaitan dengan bagaimana perilaku individu tersebut. Sehingga, cara berkomunikasi dan aturan yang dibuat di dalam keluarga sebagai penentu penyimpangan perilaku.

Solution focused therapy adalah salah satu pendekatan yang berbeda dari pendekatan lain. Jika pendekatan lain melihat pada masalah, pendekatan ini berfokus pada solusi. Seringkali individu menggunakan solusi yang sama pada situasi yang berbeda, padahal tidak semua situasi tepat dengan solusi tersebut. Ditambah, individu merasa bahwa masalah akan selalu ada, sehingga melupakan waktu-waktu dimana hidup tanpa masalah.

Uraian diatas menggambarkan bahwa, interaksi di dalam keluarga, terutama interaksi suami dan istri yang berperan sebagai orang tua sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan keluarga tersebut. Artinya, peran orang tua, dalam ini penerapan pola asuh sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Terlepas dari akar masalah di dalam keluarga tersebut berasal, pendekatan-pendekatan dalam konseling keluarga mempunyai satu tujuan yang sama, yaitu interaksi di dalam keluarga menjadi sehat.

Pembahasan

Berdasarkan kasus yang telah dijabarkan diatas dan uraian teori pola asuh dan sistem keluarga, dapat disimpulkan bahwa pola asuh yang diterapkan A dan I adalah pola asuh otoriter yang sama dengan keluarga dengan batasan kaku. Anak merasa tertekan dan tidak mampu berkembang menjadi seperti apa yang mereka inginkan sendiri.

Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh sangat berpengaruh pada perkembangan diri dan kepribadian individu. Sehingga, seminar dan

workshop berkaitan dengan pola asuh atau *parenting* semakin menjamur. Semakin banyak orang menyadari pentingnya penerapan pola asuh yang tepat bagi anak-anak. Namun, satu hal yang penting untuk dipahami bahwa anak adalah manusia yang terus berkembang. Sehingga, orang tua tidak bisa menerapkan ilmu dan teori secara mentah, tetapi perlu dengan pengamatan apakah teori tersebut dapat dimodifikasi agar menjadi lebih sesuai bagi anak. Setiap anak punya karakter dan potensinya masing-masing, orang tua tidak bisa menyamaratakan semua anak. Bahkan, anak kembar sekalipun perlu penanganan atau cara berinteraksi yang berbeda-beda, terlebih kakak dan adik.

Baumrind (1971 dalam Santrock 2012) menyebutkan bahwa pengasuhan otoriter adalah gaya pengasuhan yang bersifat membatasi dan menghukum, dimana orang tua mendesak anaknya agar mematuhi orang tua serta menghormati usaha dan jerih payah mereka. Seperti kasus diatas, pengakuan dari B bahwa ayahnya adalah orang yang keras. A dan I sendiri mengungkapkan harapan mereka agar anak mereka bisa mengikuti jejak mereka. Mereka beranggapan bahwa apa yang mereka lakukan kepada anak-anak mereka adalah yang terbaik. Dalam teori sistem, batasan yang kaku mengarah pada subsistem orang tua yang membatasi subsistem anak untuk masuk, dalam arti orang tua tidak mengizinkan anak maupun orang lain untuk memberikan pendapatnya. Yusuf (2006 dalam Hidayati, 2014) menjelaskan bahwa sikap otoriter orang tua akan berpengaruh pada profil anak. Perilaku anak yang mendapatkan pengasuhan otoriter cenderung bersikap mudah tersinggung, penakut, pemurung, tidak bahagia, mudah terpengaruh, mudah stress, tidak mempunyai arah masa depan yang jelas dan tidak bersahabat. Perlakuan *rejection* (penolakan) dengan bersikap masa bodoh, menerapkan aturan kaku, kurang memperhatikan kesejahteraan anak, mendominasi anak maka akan berakibat anak menjadi agresif (mudah marah, tidak patuh, keras kepala), *submissive* (mudah tersinggung, pemalu, penakut, suka mengasingkan diri), sulit bergaul, pendiam dan sadis. Peraturan yang kaku dan memberikan hukuman berakibat pada profil anak yang impulsif (selalu menuruti kata hati), tidak dapat mengambil keputusan, sikap bermusuhan, dan agresif.

Mengacu pada pendekatan konseling keluarga, *bowen family therapy* dapat diterapkan. Dimana A dan I mengaku bahwa bagaimana mereka mendidik anak-anak mereka adalah berdasarkan pengalaman yang

mereka dapat dari orang tua mereka. Sehingga, tanpa melihat potensi anak-anaknya, A dan I menerapkan pola asuh yang tidak sesuai. Selain itu, melihat dari masalah depresi yang dialami F, terdapat emosi yang tertekan dan ketidakmampuan mengungkapkan isi hati, pendekatan *experiential family therapy* sangat cocok untuk dipakai. Bagaimana perilaku F berubah karena tekanan yang ia rasakan.

Experiential family therapy ditemukan dengan dasar bahwa akar dari masalah keluarga adalah emosi yang tertekan. Meskipun anak harus belajar bahwa mereka tidak bisa melakukan semua yang diinginkan, banyak orang tua yang sering kali keliru dalam menggunakan dan mengekspresikan fungsi dari emosi yang dirasakan. Sebagai hasilnya, anak-anak belajar untuk menumpulkan emosi mereka demi menghindari kritikan. Meskipun proses ini seringkali umum terjadi, keluarga yang tidak berfungsi dengan baik menunjukkan kurangnya toleransi terhadap emosi yang tidak terkontrol dibandingkan dengan keluarga lain. Anak-anak dalam keluarga tersebut sering kali tumbuh terasing dari diri mereka sendiri dan hanya merasakan sisa-sisa pengaruh dari tekanan, seperti: bosan, apatis, dan cemas. Tujuan dari terapi atau konseling ini adalah: (1) setiap anggota keluarga mampu bercerita secara kongruen, komplit, dan jujur tentang apa yang mereka lihat dan dengar, rasakan dan pikirkan, tentang diri mereka sendiri dan orang lain, di hadapan anggota keluarga lain; (2) setiap orang mampu menunjukkan dan menghubungkan keunikan masing-masing, sehingga keputusan yang diambil adalah bagian dari eksplorasi dan negosiasi dibandingkan dengan hasil dari pengaruh kekuasaan; (3) keberagaman harus dipahami secara terbuka sebagai bagian dari pertumbuhan (Nichols, 2014). Hal tersebut menunjukkan bahwa, dengan menggunakan pendekatan tersebut, kasus dari keluarga diatas mampu menemui titik terang. Ditambah, karakteristik dari keluarga yang sehat dapat dipenuhi.

Kembali kaitannya dengan pola asuh, James (2002 dalam Sunarty, 2016) mengemukakan bahwa pola asuh adalah cara orang tua berinteraksi dengan anak, cara orang tua berperilaku sebagai model dihadapan anak-anaknya, cara orang tua memberikan kasih sayang, menanggapi dan membantu anak dalam mengatasi masalahnya, hangat, terbuka, mau mendengarkan secara aktif, dan realistik. Sehingga, pola asuh berkaitan pula dengan bagaimana keluarga tersebut dapat dikatakan sehat atau

tidak. Seperti disebutkan sebelumnya, karakteristik dari keluarga sehat adalah adanya komitmen, apresiasi, kemauan untuk menghabiskan waktu bersama, pola komunikasi yang efektif, tingkat spiritualitas yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi krisis secara positif, dorongan individu, dan peran yang jelas. Kasus diatas tidak memenuhi karakteristik tersebut, seperti halnya kurangnya apresiasi terhadap anak-anak. Anak-anak tidak bisa dengan bebas memutuskan sendiri apa yang ingin mereka lakukan. Tidak adanya kemauan untuk menghabiskan waktu bersama, terbukti dari keinginan anak-anak agar orang tuanya tidak lagi sibuk terhadap pekerjaan dan organisasi. Bahkan orang tua mengaku bahwa mereka ingin anak-anak mereka mengikuti jejak mereka. Sehingga, dengan tidak terpenuhinya karakteristik dari keluarga yang sehat, artinya makna dari pola asuh yang disimpulkan dari Sunarty (2016) tersebut juga tidak terpenuhi. Untuk itu, dapat disimpulkan bahwa pola asuh yang diterapkan didalam keluarga sangat berpengaruh terhadap kesehatan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayati, N. I. (2014). Pola Asuh Otoriter Orang Tua, Kecerdasan Emosi, dan Kemandirian Anak SD. *Pesona, Jurnal Psikologi Indonesia*. 3 (1). 1-8.
- Nichols M. P. (2014). *Family Therapy: Concepts and Methods*. Tenth Edition. UK: Pearson.
- Goldenberg I dan Goldenberg H. (2008). *Family Therapy: An Overview*. Seventh Edition. USA: Thomson Brooks/Cole.
- Papalia, D. E. dan Feldman, R. D. (2015). *Menyelami Perkembangan Manusia*. Edisi 12. Buku 1. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika
- Saedah Abdul Ghani. *Healthy and Dysfunctional Families. Handout of Family Counseling: Theory and Techniques*. Malaysia: Universiti Sains Islam Malaysia.
- Santrock, J.W. (2009). *Perkembangan Masa Hidup*. Jilid I. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development. Perkembangan Masa Hidup*. Edisi Ketigabelas. Jilid I. Jakarta: Penerbit Ertalngga.
- Sunarty, K. (2016). Hubungan Pola Asuh Orangtua dan Kemandirian Anak. *Journal of EST*. 2 (3). 152-160.