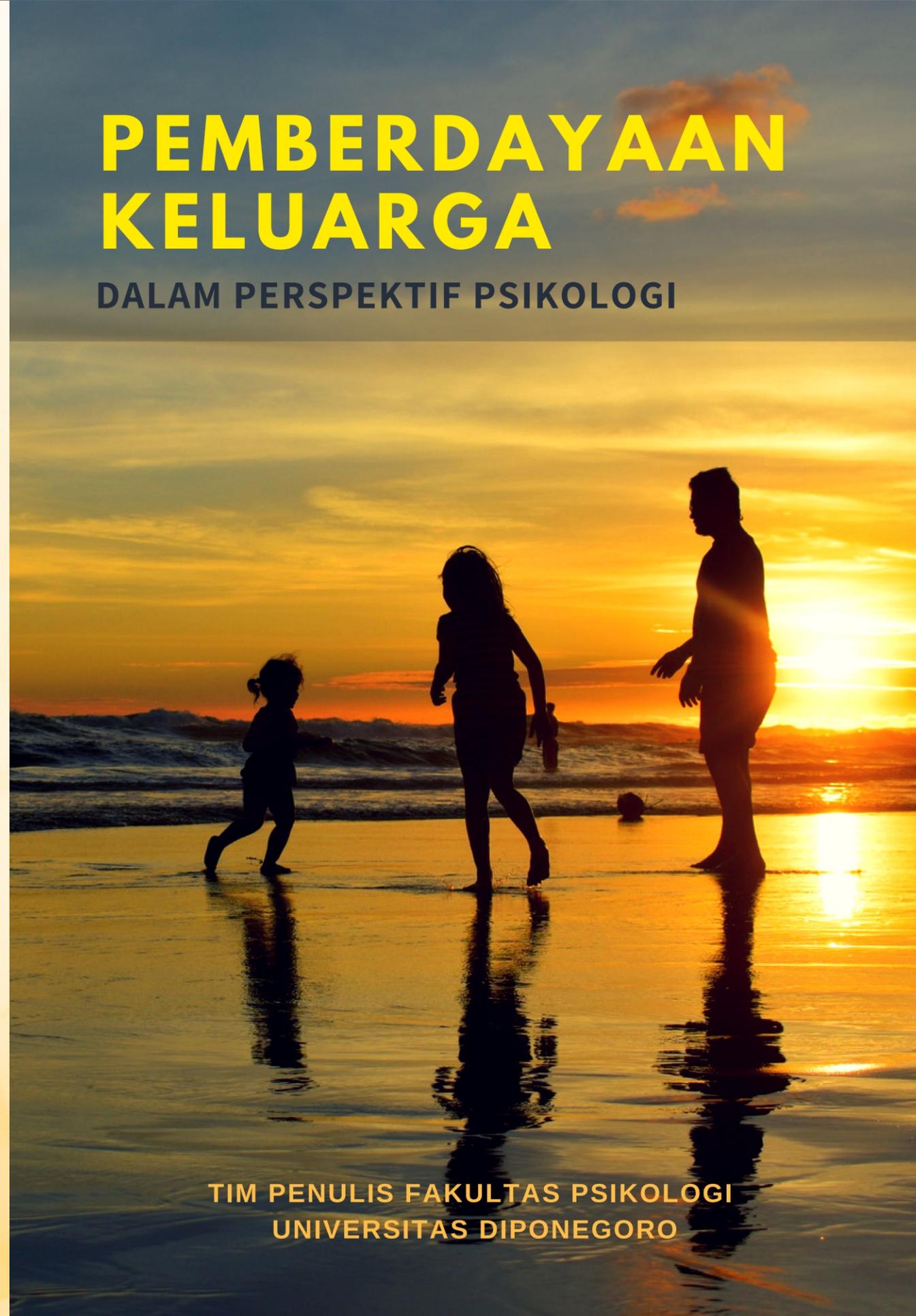


PEMBERDAYAAN KELUARGA

DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI



TIM PENULIS FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

TIM PENULIS FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO

PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI



Penerbit Fakultas Psikologi Undip

Jl. Prof. Soedarto, S.H., Tembalang,

Kota Semarang

Telp. (024) 7460051

Fax. (024) 7460051

Email psikologi@undip.ac.id



**PEMBERDAYAAN KELUARGA
DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI**

Penyunting :

Dra. Endang Sri Indrawati, M.Si.

Muhammad Zulfa Alfaruqy, S.Psi., M.A.

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI

Penulis : Dra. Endang Sri Indrawati, M.Si.
Muhammad Zulfa Alfaruqy, S.Psi., M.A.
Dra. Darosy Endah Hyoscyamina, M.Pd.
Dr. Yeniar Indriana, M.S.
Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si., Ph.D.
Dra. Diana Rusmawati, M.Psi.
Annastasia Ediati, S.Psi., M.Sc., Ph.D.
Kartika Sari Dewi, S.Psi., M.Psi.
Imam Setyawan, S.Psi., M.A.
Achmad Mujab Masykur, S.Psi., M.A.
Dinie Ratri Desiningrum, S.Psi., M.Si.
Unika Prihatsanti, S.Psi., M.A.
Dr. phil. Dian Veronika Sakti Kaloeti, M.Psi.
Jati Ariati, S.Psi., M.Psi.
Ika Febrian Kristiana, S.Psi., M.Psi.

Penyunting : Dra. Endang Sri Indrawati, M.Si.
Muhammad Zulfa Alfaruqy, S.Psi., M.A.

Desainer Sampul : Reza Muhammad Gusti Panuntun Din, S.Psi.

ISBN 978-602-52293-3-6

Hak cipta 2018

Dilarang memperbanyak buku ini dalam bentuk dan dengan cara apa pun tanpa izin dari penerbit.

Hak penerbitan pada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Dicetak oleh Fastindo

Penerbit:

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof Soedarto, S.H., Tembalang

Semarang

Telp : (024) 7460051

Fax : (024) 7460051

Email : psikologi@undip.ac.id

Website : psikologi.undip.ac.id

KATA PENGANTAR

Keluarga seirama dengan tarikan nafas relasi komunal yang mengedepankan kesatuan dan kehangatan antar anggota. Keluarga menjadi penggambaran yang tepat untuk belajar perihal cinta tanpa syarat (unconditional love). Sebab itulah, apabila berbicara mengenai keluarga maka memori kolektif kita senantiasa terpaut pada unit sosial terkecil masyarakat yang turut andil dalam mamayu hayuning bawana, memperindah keindahan dunia.

Ilmu psikologi memberi atensi yang luar biasa pada keluarga dengan cabangnya yang bernama psikologi keluarga. Cabang ilmu psikologi tersebut membahas tentang bagaimana perilaku dan pola interaksi individu dalam sebuah kelompok keluarga. Atensi psikolog dan ilmuwan psikologi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro pada tema – tema seputar keluarga sejatinya selaras dengan visi Indonesia Emas 2045. Palsalnya, guna mencapai keemasan pada satu abad nanti, kita perlu memastikan bahwa keluarga Indonesia adalah kawah candradimuka terbaik bagi generasi pembaharu yang dipersiapkan menjadi suluh peradaban bangsa. Pemberdayaan keluarga (family empowerment) merupakan langkah strategis yang ditempuh oleh insan psikologi. Terminasi dari pemberdayaan tersebut ialah memulihkan kondisi psikologis anggota keluarga dan meningkatkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Buku yang sedang pembaca nikmati sekarang disusun untuk memberikan gambaran tentang pemberdayaan keluarga dalam perspektif psikologi. Mulai dari kajian teoretis keluarga, proses edukasi orangtua kepada anak, serta keluarga dan lingkungannya. Setiap topik dari buku ini disajikan dengan mengekstraksi kualitas intelektual para penulis yang mampuni dalam bidangnya. Pun demikian, saran dan kritik konstruktif pembaca tentu sangat kami harapkan. Salam.

Semarang, Oktober 2018

Penyunting

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
BAGIAN PERTAMA: KONSEP KELUARGA	1
1. Keluarga, Sebuah Perspektif Psikologi	3
oleh Muhammad Zulfa Alfaruqy	
2. Tentang (<i>Fathering</i>) Seorang Ayah	19
oleh Achmad Mujab Masykur	
3. Sesrawungan: Nilai-nilai Interaksi dalam Budaya Jawa untuk Mengoptimalkan Keberfungsian Keluarga	32
oleh Kartika Sari Dewi	
4. Deteksi Dini Pelaku Kekerasan dalam Rumah Tangga	64
oleh Endang Sri Indrawati	
BAGIAN KEDUA: PROSES EDUKASI	77
5. Peran Orangtua dalam Perkembangan Identitas Vokasional Remaja	79
oleh Dian Ratna Sawitri	
6. Mediasi Orangtua dalam Membentuk Resiliensi Generasi Digital	87
oleh Dian Veronika Sakti Kaloeti, Jati Ariati, Annastasia Ediati	
7. Pola-pola Pembelajaran Nilai-nilai Kehidupan dalam Keluarga	96
oleh Darosy Endah Hyoscyamina	
8. Analisis Kebutuhan pada Keluarga yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	106
oleh Dinie Ratri Desiningrum	

BAGIAN KETIGA: KELUARGA DAN LINGKUNGANNYA	123
9. Keterikatan Guru bagi Siswa Berkebutuhan Khusus:	
Sebuah Tinjauan Filsafat.....	125
oleh Ika Febrian Kristiana	
10. Gamelan dan Pendidikan Karakter	152
oleh Diana Rusmawati	
11. Employee Voice Behavior	168
oleh Unika Prihatsanti	
12. Adiyuswa	182
oleh Yeniari Indriana	
13. Rekonstruksi Kebahagiaan Penyintas Bencana	190
oleh Imam Setyawan	
Biodata Penulis	195

BAGIAN PERTAMA: KONSEP KELUARGA

Keluarga, Sebuah Perspektif Psikologi

oleh Muhammad Zulfa Alfaruqy

A. Pendahuluan

Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa membutuhkan kehadiran orang lain. Kehadiran orang lain memberi rasa aman dari ancaman lingkungan, baik secara fisik maupun psikologis (Alfaruqy & Faturochman, 2018). Meminjam kacamata Erich Fromm (2005), kehadiran orang lain mampu membebaskan seseorang dari penjara sepi. Keterpenjaraan sepi yang pertama kali dialami oleh Adam *alaihissalam*. Adam merasa gelisah hidup sendiri di taman surga, sehingga Tuhan pun menciptakan Hawa sebagai penenteram jiwa. Pengutusan sebagai *khalifah* di muka bumi, sempat memisahkan antara Adam dan Hawa. Keduanya saling memperjuangkan satu sama lain hingga akhirnya bertemu lagi di Jabal Rahmah, bukit kasih sayang.

Dalam kitab Ramayana, kita mengenal sosok nan ayu bernama Dewi Shinta, yang tidak lain merupakan manifestasi kebutuhan relasi Rama Wijaya. Drama penculikan Shinta di hutan Dandaka oleh Rahwana menjadi epifani keterpisahan. Rama dengan bantuan Anoman berusaha menyelamatkan Shinta. Namun, ternyata, pertemuan kembali tak lantas memulihkan ikatan psikologis mereka seperti sediakala. Keraguan atas kesetiaan pasangan diuji oleh satu tanda tanya sejauh mana satu sama lain saling jaga diri dari rayuan pihak ketiga(?). Pembuktian Shinta yang mampu mendingin-taklukkan bara api seketika berhasil meruntuhkan sekat keraguan. Rama dan Shinta pun berujung indah pada satu titik kemanunggalan cinta.

Dua kisah tersebut di atas membuka pintu memori kolektif kita bahwa setiap pasangan mempunyai tantangan yang harus dihadapi masing-masing, terlebih yang telah sah dalam ikatan keluarga. Peralannya, keluarga yang tangguh

bukanlah keluarga yang *adem-ayem* tanpa tantangan sama sekali, tetapi keluarga yang mampu menjawab tantangan dan merawat relasi yang telah disemai. *Nah*, pada artikel ini kita akan mendiskusikan keluarga dan pemberdayaannya, serta perspektif psikologis mengenai keluarga.

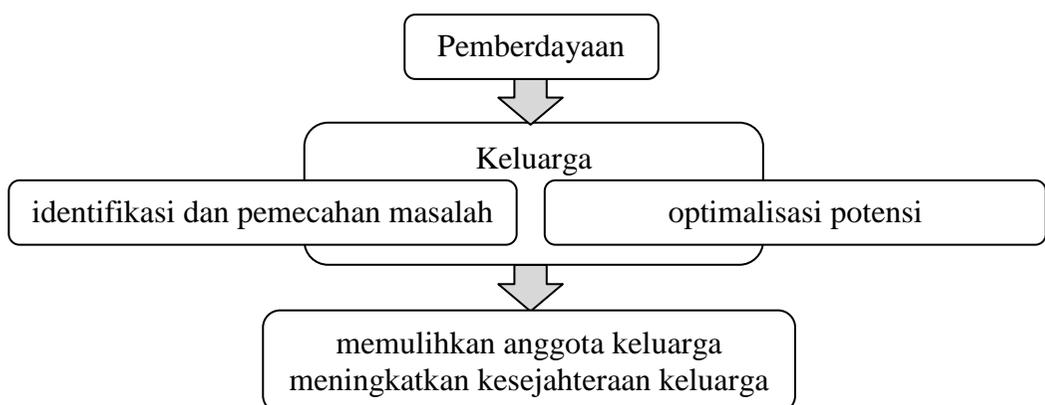
B. Keluarga dan Pemberdayaannya

Keluarga adalah dua atau lebih orang yang saling berkomitmen untuk berbagi keintiman, sumber daya, dan tanggung jawab (Olson, Defrain, dan Skogard, 2011). Merujuk pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (2017) maka yang dimaksud keluarga adalah orang seisi rumah yang menjadi tanggungan batin; terdiri atas ibu dan bapak beserta anak-anaknya; serta satuan kekerabatan yang mendasar dalam masyarakat. Sementara itu, Koerner dan Fitzpatrick (dalam Lestari 2012) memberi pencerahan yang lebih komprehensif perihal keluarga berdasarkan pada definisi struktural, fungsional, dan transaksional. Secara struktural, keluarga merujuk pada kehadiran siapa saja yang jadi anggota, sehingga bila dikategori ada keluarga asal, keluarga penghasil keturunan, dan keluarga besar. Secara fungsional, keluarga berkaitan dengan pemenuhan atas tugas dan fungsi psikososial seperti perawatan, sosialisasi, peran sosial, serta dukungan emosi dan ekonomi. Adapun, secara transaksional, keluarga mengandung makna pengembangan keintiman antaranggota.

Keluarga memenuhi syarat untuk kita sebut sebagai kelompok; yaitu mempunyai struktur, mengembangkan interaksi dan interdependensi, memiliki tujuan, serta persepsi kesatuan (Forsyth, 2015). Yang khas dalam keluarga ialah persepsi kesatuan yang ada berasal dari sebuah ikatan perkawinan. Apa itu ikatan perkawinan? Ya. Ikatan perkawinan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami-istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Undang-Undang No. 1 Tahun 1974).

Psikologi keluarga, sesuai namanya, merupakan salah satu cabang ilmu psikologi yang membahas keluarga. Psikologi keluarga berupaya membangun kebenaran teoretikal tentang keluarga dan interaksi antaranggota yang ada di dalamnya, serta meningkatkan kesejahteraan keluarga (Pinsof & Lebow, 2005). Kata Afiatin (2018) psikologi keluarga sangat dibutuhkan untuk menghadapi perkembangan zaman sebagai bekal dalam mewujudkan keluarga yang tangguh dan berfungsi optimal karena tersaji pengetahuan serta praktik yang selaras dengan nilai-nilai budaya tempat tinggal.

Peran aktif psikologi diperlukan guna mengurai dan mencari solusi atas berbagai permasalahan keluarga. Salah satu alternatif keterlibatan psikologi ialah melalui pemberdayaan keluarga (*family empowerment*). Pemberdayaan keluarga bergerak guna meningkatkan kemampuan keluarga untuk melakukan identifikasi dan pemecahan masalah dengan optimalisasi segala potensi yang dimiliki keluarga tersebut. Mengacu pada *American Psychological Association (APA)*, pemberdayaan keluarga bertujuan untuk memulihkan anggota yang menyandang gangguan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan semua anggota keluarga. Sementara menurut Kementerian Sosial (2018) pemberdayaan keluarga ditujukan guna meningkatkan motivasi, kemampuan, dan fungsi keluarga sehingga mampu memperkuat peran sosialnya.



Gambar 1. Pemberdayaan Keluarga

Pemberdayaan keluarga menjadi topik yang urgen untuk kita diskusikan seiring dengan semakin kompleksnya masalah keluarga sebagai mikrosistem di tengah lingkaran ekologis manusia. Masalah dalam keluarga bisa berkaitan dengan struktur maupun fungsi. Masalah struktur keluarga antara lain keluarga tanpa anak, *single parent*, keluarga tiri, poligami-poliandri, dan kematian anggota. Sementara masalah yang berkenaan dengan fungsi keluarga, misalnya kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, perceraian, dan pernikahan kembali. Selain itu, ada juga masalah keluarga yang episentrumnya berakar dari kondisi ekonomi keluarga, budaya keluarga, pasangan, dan keluarga besar.

C. Keluarga, Perspektif Psikologi

Beberapa upaya pemberdayaan keluarga akan diulas pada artikel-artikel lain dalam buku ini. Sebagai mukadimah, kita akan mengulik terlebih dahulu keluarga dari perspektif psikologi. Ada beberapa perspektif psikologi yang bisa menjelaskan unit sosial terkecil masyarakat tersebut. Yang perlu digarisbawahi ialah setiap perspektif menawarkan konstruk ideal sebuah keluarga. Pada kesempatan kali ini dipaparkan perspektif teori perkembangan, fungsi, struktur, bowenian, dan ekologis.

Perkembangan

Masih ingat tahap perkembangan individu? Ya. Tahap perkembangan individu berlangsung sepanjang rentang hidup mulai lahir hingga meninggal (*life span*). Keluarga pun sama, mempunyai tahap perkembangan. Keluarga tumbuh dan berkembang mengikuti siklus (*family life cycle*). Menurut Duvall (dalam Goldenberg & Golbenberg, 2008) terdapat delapan tahap perkembangan keluarga, yaitu pengantin baru, keluarga dengan anak bayi, keluarga dengan anak pra-sekolah, keluarga dengan anak usia sekolah, keluarga dengan anak remaja, keluarga pelepasan (anak pertama menikah), keluarga menginjak paruh baya, dan keluarga masa lansia (lihat tabel 1). Pada tabel 1 juga tampak bahwa

untuk melalui sebuah tahapan kita mesti mencapai transisi. Misal, sebelum tahap pengantin baru (menikah), perlu *seiya sekata untuk bertumbuh sama-sama*. Dalam proses nan panjang itu, kita senada untuk saling terbuka dan saling menguatkan demi *merawat relasi yang stabil*. Ada komitmen berkembang bersama yang kualitasnya acap melampaui pernyataan verbal perihal rasa sayang atau cinta. Ada pula komunikasi langsung tatap muka, mendengar apa-apa yang menjadi kerisauan untuk didiskusikan langkah solusinya.

Tabel 1

Tahap perkembangan keluarga

No	Tahapan	Transisi yang harus dicapai
		Komitmen antarpasangan
1	Pengantin baru	Membangun peran orangtua
2	Memiliki anak bayi	Menerima kepribadian anak
3	Anak pra-sekolah	Mengenalkan anak ke dunia luar
4	Anak sekolah	Menerima perubahan peran sosial dan seksual anak
5	Remaja	Membiasakan mandiri
6	Pelepasan anak	Menerima anak yang mandiri
7	Paruh baya	Menjalin kedekatan kembali dengan pasangan
8	Lansia	Menerima usia tua

Kita akan bahas satu persatu penjelasan Goldenberg dan Goldenberg (2008) berikut. *Pertama adalah tahap pengantin baru*. Pasangan laki-laki dan perempuan dewasa membangun komitmen serta memastikan diri tidak lagi dependen pada keluarga asal masing-masing. Komitmen tersebut diikat dalam pernikahan yang sah dan legal, sehingga pasangan menjadi manunggal “kita” tanpa mengorbankan diri otonomnya. Afiatin (2018) menyebut bahwa tugas utama pengantin baru ialah menciptakan relasi perkawinan yang memuaskan

pasangan, mengembangkan relasi kekerabatan dengan dua keluarga asal secara harmonis, dan merencanakan kehadiran buah hati dalam keluarga. *Kedua, tahap keluarga yang memiliki anak bayi.* Keluarga perlu menyesuaikan diri dengan kehadiran buah hati yang pertama. Pasangan harus mendefinisikan pembagian peran dalam pengasuhan anak (*parenting*). Pola hidup pun relatif baru terkait seluruh aspek kehidupan seperti pembagian waktu kerja dan urusan domestik, waktu untuk berhubungan seksual, dan manajemen rumah tangga.

Ketiga, tahap keluarga dengan anak pra-sekolah. Pasangan diharapkan dapat mengetahui, memahami, dan memfasilitasi perkembangan kepribadian anak. Kepribadian bersifat dinamis dan holistik sehingga anak perlu dipaparkan pada aktivitas lingkungan yang lebih luas. Pasangan dituntut bisa mengatur ulang sistem yang berlaku dalam keluarga dengan lebih banyak pelibatan anak, mengelola kondisi keuangan, dan memastikan relasi dengan keluarga besar terjaga dengan baik. *Keempat, tahap keluarga dengan anak sekolah.* Tugas pasangan adalah memfasilitasi anak untuk bersosialisasi dengan tetangga maupun teman di sekolah, menjaga keintiman satu sama lain, serta mencukupi kebutuhan hidup yang jumlahnya semakin bertambah banyak (Afiatin, 2018).

Kelima, tahap keluarga dengan anak remaja. Pasangan orangtua perlu menerima perubahan perilaku sosial dan seksual anak yang telah menginjak usia remaja. Orangtua mesti bersikap lebih fleksibel terhadap batasan dalam keluarga guna mengembangkan kemandirian remaja. Perlu diingat bahwa remaja memiliki tugas perkembangan individual untuk membangun relasi dengan teman sebaya, melibatkan diri dalam kegiatan ekstrakurikuler, meraih prestasi, dan mencari identitas diri (Santrock, 2012). *Keenam, tahap keluarga pelepasan anak (launching).* Orangtua idealnya menerima independensi anak yang telah memasuki masa dewasa awal untuk membangun keluarga baru dengan pasangan yang telah dipilih, mempererat kembali relasi keintiman di antara mereka, dan mempersiapkan diri untuk menjadi kakek-nenek.

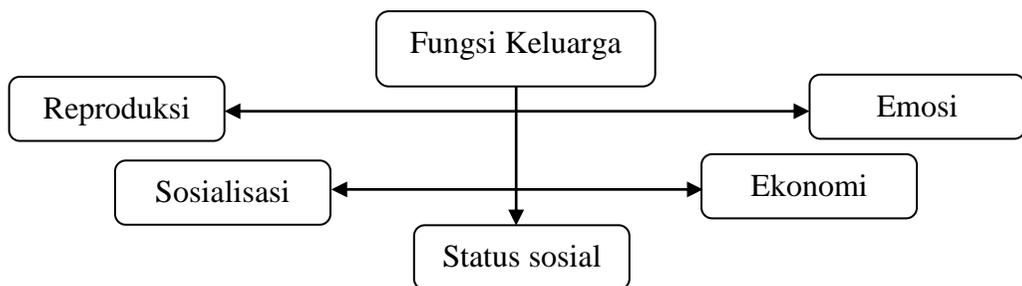
Ketujuh, tahap keluarga paruh baya. Pasangan diharapkan bisa menata kembali kehangatan pernikahan pasca anak-anak yang telah mereka bersamai selama puluhan tahun kini membentuk keluarga baru. Pasangan juga diharapkan mampu merawat relasi dengan generasi yang lebih tua maupun generasi yang lebih muda. *Kedelapan, tahap keluarga lansia.* Tahap ini dimulai saat masa pensiun hingga salah satu pasangan meninggal dunia. Fungsi fisik dan psikologis yang terus mengalami kemunduruan seiring bertambahnya usia, merupakan keniscayaan yang tidak dapat ditentang oleh semua orang. Lansia semakin giat merenungkan tentang esensi kehidupan dan meningkatkan frekuensi ibadah guna mendekatkan diri kepada Tuhan.

Fungsi

Pernahkah kita bertanya, apa sejatinya fungsi keluarga? Ya. Pertanyaan tersebut merupakan pertanyaan arus utama yang juga timbul dalam diri dewasa awal saat memutuskan untuk serius membangun relasi dengan lawan jenis yang diyakini sebagai jodohnya. Seorang dewasa awal memiliki konsep relasi yang matang, pembicaraannya tak sekadar cinta antara dua orang yang melabuhkan hati, tetapi juga konsekuensi logis berupa kesiapan dalam mengarungi bahtera bersama. Ada kesiapan lahir dan batin laki-laki untuk memperoleh kepercayaan orangtua sang perempuan, *adinda*-nya. Diskusi pun mengarah pada konstruksi *consummate love* (lihat Sternberg, 2004). Kondisi ini selaras dengan tugas perkembangan dewasa awal, yakni membentuk keintiman (Santrock, 2012).

Benokraitis (dalam Kertamuda, 2009) menjelaskan bahwa ada lima fungsi keluarga yaitu reproduksi, sosialisasi, status sosial, dukungan ekonomi, dan dukungan emosi (lihat gambar 2). *Fungsi reproduksi* berkaitan dengan aktivitas seksual antara pasangan suami-istri. Ikatan sah perkawinan memberi jaminan bahwa aktivitas seksual dilegalkan secara agama maupun hukum. Keturunan yang dikaruniakan juga mendapat jaminan seluruh hak-haknya.

Fungsi sosialisasi berhubungan dengan fasilitasi sosial orangtua kepada anak dalam hidup bermasyarakat. Anak menginternalisasi pengetahuan, keyakinan, sikap, dan nilai-nilai dalam keluarga supaya dapat berinteraksi dengan lingkungannya. *Fungsi status sosial* berkaitan dengan status kelas sosial yang akan diidentifikasi oleh anggota keluarga. Kelas sosial keluarga memberi identitas sosial bagi anggota. Status kelas sosial antara lain kekayaan, pendidikan, dan pengaruh sosial. *Fungsi dukungan ekonomi* berkenaan dengan keamanan finansial untuk kebutuhan rumah, perawatan, dan perlindungan, termasuk kebutuhan makanan dan minuman guna kesinambungan hidup. Sumber pendapatan finansial berada pada tanggung jawab suami, meskipun di kekinian zaman banyak istri yang turut membantu suami. Sementara, *fungsi dukungan emosi* berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan rasa cinta, sayang, dan emosi positif lain. Dukungan emosi membuat anggota keluarga menjadi bahagia dalam menjalani hidup.



Gambar 2. Fungsi Keluarga

Friedman (1998), seorang pakar bidang psikologi keluarga, mengajukan ciri-ciri keberfungsian keluarga yang meliputi kesediaan orangtua untuk mendengarkan anak, kesungguhan orangtua dalam melindungi anak, pemenuhan orangtua atas kebutuhan psikososial anak, sikap saling mencintai dan terbuka antaranggota, komunikasi antaranggota yang berjalan dengan baik, kemampuan keluarga dalam beradaptasi dengan perubahan, serta kemampuan keluarga untuk mengatasi masalah.

Kita dapat melihat keberfungsian keluarga dari tingkat kelentingan (*resiliency*) dan kekukuhan (*strength*) keluarga saat menghadapi berbagai tantangan dalam hidup (Lestari, 2012). Afiatin (2013) pada pidato pengukuhan guru besarnya, yang berjudul *Fungsi Mixed Method dalam Penelitian Psikologi Keluarga*, menyampaikan bahwa keluarga yang sehat atau berfungsi adalah yang mampu menghadapi *stressor*. Beberapa indikator disyaratkan untuk dapat menyebut keluarga berfungsi secara psikologis atau tidak, antara lain: a) penerimaan cinta antaranggota keluarga, b) jalinan komunikasi yang jujur dan terbuka, c) kohesivitas yang diwujudkan dalam sikap saling menghargai dan berbagi dalam aktivitas bersama, d) komunikasi nilai dan standar dari orangtua kepada anak, serta e) kemampuan keluarga secara keseluruhan dalam rangka menyelesaikan masalah dengan penuh sikap optimis.

Struktural

Apakah kita bisa mengkategorisasi keluarga sebagai kelompok? Bisa. Keluarga bisa dikategorisasi sebagai kelompok, di mana salah prasyaratnya ialah keberadaan struktur. Geldard dan Geldard (2011) menyebut bahwa para strukturalis memandang keluarga tak ubahnya kumpulan anggota yang saling berelasi sesuai dengan aturan yang telah disepakati. Keluarga lebih dari sekadar dinamika psikologis setiap anggota. Fokus kajian para strukturalis mencakup tentang bagaimana pola interaksi antaranggota keluarga, cara mencapai keseimbangan, umpan balik dalam keluarga, dan pola disfungsi komunikasi yang berkembang. Struktur berisi aturan-aturan dalam fungsi keluarga yang diperuntukkan guna mengatur interaksi antaranggota. Keluarga dengan kebiasaan berulangnya membentuk pola tertentu yang relatif akan dipertahankan sampai timbul gejolak perubahan yang berakibat pada ketidakseimbangan. Selanjutnya, guna mencapai kembali keseimbangan atau kondisi homeostatis dibutuhkan peran komplementer anggota keluarga.

Struktur keluarga terdiri dari beberapa sub-sistem. Menurut Goldenberg dan Goldenberg (2008) sub-sistem yang esensial dalam keluarga ialah sub-sistem pasangan (*spousal*), sub-sistem orangtua (*parental*), dan sub-sistem saudara (*sibling*). Sub-sistem pasangan berfungsi dalam manajemen perbedaan, kebutuhan, serta peran antara suami-istri guna menghasilkan stabilitas dan fleksibilitas saat menghadapi perubahan kondisi keluarga. Sub-sistem orangtua berfungsi untuk manajemen tanggung jawab dalam pengasuhan anak yang dilakukan dengan adaptasi terus-menerus sesuai tahap perkembangan anak. Sembari menjalankan sub-sistem orangtua, penting bagi suami-istri memastikan penguatan pada sub-sistem pasangan. Sub-sistem saudara berfungsi sebagai pengalaman pertama bagi anak untuk menjadi bagian dari *peer group* dan berlatih manajemen dukungan, kerjasama, kompetisi, dan proteksi antar sesama. Keluarga diharapkan mempunyai keterpaduan antarsub-sistem.

Antar sub-sistem perlu batasan (*boundary*) guna mengatur bagaimana antaranggota keluarga saling berelasi. Keluarga yang berfungsi dengan baik memiliki batasan yang jelas, di mana setiap anggota bisa mengembangkan otonominya tanpa defisit rasa kekeluargaan. Di sisi lain, keluarga disfungsional ditandai dengan batasan yang kaku (*disengagement*) di mana anak merasa terisolasi dan tidak mendapatkan dukungan dari orangtua. Atau justru batasan yang kabur (*enmeshment*), di mana anak terlalu mudah mengakses orangtua, sehingga berpotensi gagal mengembangkan diri secara otonom dan kurang terampil berelasi dengan orang lain di luar keluarganya.

Teori struktur turut menyoroti tiga fenomena yang khas dalam keluarga, yakni keberpihakan (*alignments*), kekuasaan (*power*), dan koalisi (*coalitions*). Keberpihakan terjadi manakala beberapa anggota keluarga, karena kedekatan emosionalnya, bergabung dalam aktivitas tertentu. Kekuasaan berkenaan dengan otoritas dan tanggung jawab. Sementara koalisi merupakan penggabungan beberapa anggota keluarga untuk melawan anggota yang lain.

Bowenian

Bowen (dalam Kertamuda, 2008) mengemukakan bahwa keluarga adalah suatu unit emosional yang antaranggota saling berkaitan dan hanya dapat dipahami dengan menganalisis kerangka multigenerasi. Bowen menghubungkan antara pendekatan psikodinamika, yang membahas perkembangan diri, isu antargenerasi, dan relasi keluarga masa lalu, dengan pendekatan sistem yang menekankan unit keluarga di masa sekarang. Masalah utama manusia adalah menelaraskan antara kebersamaan keluarga (*family togetherness*) dan otonomi individu (*individual autonomy*).

Keluarga sebagai sistem hubungan emosional memiliki delapan konsep yang saling berkaitan satu sama lain (Goldenberg dan Goldenberg, 2008). Enam konsep merupakan proses emosional yang berlangsung dalam keluarga. Sementara, dua konsep merupakan proses emosional yang berlangsung dari generasi ke generasi baik di keluarga maupun masyarakat pada umumnya. *Pertama*, perbedaan diri (*differentiation of self*). Anggota keluarga membangun intimasi dengan anggota yang lain, di samping membentuk otonomi sebagai identitas perbedaan. Perbedaan yang dimaksud melingkupi perbedaan kapasitas intelektual dan emosional. Ketidakmampuan anggota keluarga untuk mandiri dan senantiasa bergantung pada anggota yang lain menimbulkan kondisi yang tidak nyaman. Sampai akhirnya, kematangan dan dorongan aktualisasi diri membantu anggota tersebut mencapai perbedaan diri.

Kedua, triangulasi (*triangulation*). Kondisi emosi dua anggota keluarga dipengaruhi oleh kehadiran anggota yang lain (pihak ketiga/triangulan). Kondisi emosi keduanya dapat menjadi stabil atau justru tidak stabil. Menurut Kerr dan Bowen (1988) ada empat peluang yang terjadi dengan hadirnya triangulan, yaitu pasangan yang stabil dapat menjadi tidak karena kehadiran pihak ketiga (misalnya kelahiran anak memicu konflik orangtua), pasangan yang stabil dapat menjadi tidak stabil karena kepergian pihak ketiga (anak merantau membuat

orangtua tidak kontrol emosi), pasangan yang tidak stabil dapat menjadi stabil karena kehadiran pihak ketiga (kelahiran anak mendamaikan konflik orangtua), dan pasangan yang tidak stabil dapat menjadi stabil karena kepergian pihak ketiga (kepergian sanak saudara yang menjadi beban ekonomi). *Ketiga*, sistem emosional keluarga inti (*nuclear family emotional system*). Setiap keluarga inti mempunyai variasi cara untuk mengurangi ketegangan dan menjaga kestabilan emosi. Semakin kuat fusi dalam keluarga, maka semakin besar tingkat kesamaan rasa cemas dan potensi ketidakstabilan pada setiap anggota keluarga.

Keempat, proses proyeksi keluarga (*family projection process*). Emosi dari generasi ke generasi akan dilekatkan dalam proses turun-temurun. Orangtua melekatkan emosi kepada anak, yang pada gilirannya nanti akan melekatkan emosi pada keturunan berikutnya. Proses proyeksi berlangsung dalam relasi triangulasi antara ayah, ibu, dan anak. Semakin anak terlibat dalam proses proyeksi, maka semakin mudah anak menerima pengaruh emosi. *Kelima*, pemutusan emosi (*emotional cutoff*). Pemutusan emosi merupakan pemisahan jarak seseorang dengan keluarga guna memutus keterikatan emosi. Pemutusan lazim terjadi pada keluarga dengan kecemasan dan ketergantungan emosi yang tinggi. Pemutusan emosi sekilas tampak memecahkan permasalahan, namun sejatinya justru potensial menciptakan masalah baru. Contoh pemutusan emosi antara lain pindah rumah dan memutus komunikasi dengan orangtua sama sekali. *Keenam*, proses transmisi multigenerasi (*multigenerational transmission process*). Proses transmisi kecemasan diturunkan dari generasi ke generasi. Transmisi kecemasan ini menyebabkan disfungsi keluarga.

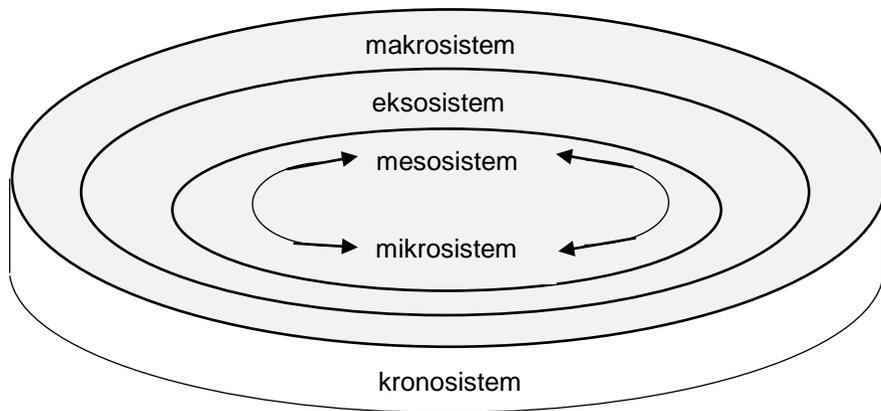
Ketujuh, posisi saudara kandung (*sibling position*). Pengaruh saudara kandung mempengaruhi pembentukan emosi anggota, dengan menelisik urutan kelahiran. Keberhasilan pernikahan akan dapat tercapai, salah satunya dengan mengombinasikan pasangan yang berbeda urutan lahir. Dengan asumsi bahwa anak sulung terbiasa memegang tanggung jawab, maka akan lebih baik jika

menikah dengan anak bungsu. *Kedelapan*, regresi masyarakat (*societal regression*). Masyarakat, seperti keluarga, mempunyai arah untuk menuju kebersamaan atau individualitas. Stres kronis sebuah masyarakat akan cenderung membuat masyarakat memperkuat kebersamaan. Kebersamaan inilah yang justru memantik ketidaknyamanan dan rasa cemas yang semakin besar.

Ekologi

Keluarga tidak bisa dipahami secara baik apabila kita abai pada sistem sosial yang melingkupinya. Sebagaimana telah didiskusikan di awal, keluarga merupakan unit sosial terkecil dalam masyarakat. Konsekuensi logisnya dinamika dalam sebuah keluarga tidak serta-merta bisa dilepaskan dari pengaruh lingkungan (ekologis). Brofenbrenner (2001) menjelaskan bahwa terdapat lima jenis sistem yaitu mikrosistem, mesosistem, eksosistem, makrosistem, dan kronosistem (lihat gambar 3).

Mikrosistem merupakan lingkungan tempat hidup individu, misalnya keluarga. Individu selain sebagai bagian dari anggota keluarga juga menjadi anggota dari mikrosistem lain seperti sekolah dan teman sebaya. Individu tidak hanya dipengaruhi oleh keluarga, tetapi juga mempengaruhi keluarga. Individu yang memiliki beberapa mikrosistem akan mengkaitkan pengalaman dari mikrosistem satu dengan pengalaman mikrosistem lainnya. Kesalingterkaitan ini disebut sebagai mesosistem. Dalam eksosistem, individu terpapar oleh pengaruh yang berasal dari lingkungan luar meski tidak berinteraksi secara langsung. Individu sebagai anak dalam sebuah keluarga bisa saja terpengaruh oleh kondisi lingkungan pekerjaan orangtua. Pengalaman menyenangkan atau menyakitkan orangtua di lingkungan kerja berdampak pada anak. Misalnya hukuman dari kantor, membuat seorang suami melampiaskan rasa kesal kepada istri atau anak yang berujung pada kekerasan dalam rumah tangga. Sementara makrosistem, merupakan budaya tempat individu hidup yang meliputi nilai dan keyakinan.



Gambar 3. Ekologi Brofenbrenner (2001)

D. Penutup

Psikologi berperan dalam pemberdayaan keluarga guna meningkatkan kemampuan keluarga untuk mengidentifikasi dan memecahkan masalah, sehingga dapat terpulihkan kondisi anggota yang mengalami gangguan psikologis dan tercapai kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Psikologi menawarkan beberapa perspektif guna menjelaskan tentang konstuk ideal sebuah keluarga. Pada artikel ini, kita telah membahas keluarga dari perspektif perkembangan, fungsi, struktural, bowenian, dan ekologis. Pada artikel di buku selanjutnya, kita akan mendiskusikan keluarga dari perspektif psikodinamika, behavioral, strategis, dan eksperiensial.

Terakhir, penulis menghadirkan sebuah simpulan dari diskusi menarik tentang keyakinan atas pasangan. Bahwa dalam membangun keyakinan atas kekasih sekaligus (calon) pasangan, dalil kriteria acap terbatalan. Sebab, kita tidak sedang akan menikahi sosok imajinatif dari kriteria-kriteria yang kita kembangkan, tetapi menikahi jodoh yang selaras dengan *istikharah*, petunjuk Tuhan. Tuhan tahu mana yang mulia untuk kita. Dan, tidak ada langkah berproses yang paling baik selain saling bertakzim dalam alunan doa serta saling memperjuangkan agar dapat bertumbuh sama-sama. Yk.

Referensi

- Afiatin, T. (2018). *Psikologi perkawinan dan keluarga*. Yogyakarta: Kanisius.
- Afiatin, T. (2013). *Fungsi mixed method dalam penelitian psikologi keluarga: Pidato pengukuhan guru besar*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Alfaruqy, M. Z. & Faturachman. (2018). Jalan politik: Relasi interpersonal antar anggota legislatif. Dalam Faturachman & T. A. Nurjaman, *Psikologi relasi sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brofenbrenner, U. (2001). The biological theory of human development. Dalam U. Brofenbrenner (Ed). *Making human beings human: Biological perspectives on human development* (pp. 3 -15). CA: Sage Publication.
- Forsyth, D.R. (2015). *Group dynamics (6th)*. CA: Brooks/Cole
- Friedman, M.M. (1998). *Family nursing: Theory and practice*. Jakarta: EGC.
- Fromm, E. (2005). *The art of loving: Memaknai hakikat cinta* (A. Kristiawan, Trans.). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. (Naskah asli diterbitkan tahun 1900).
- Geldard, K. & Geldard, D. (2011). *Konseling keluarga: Membangun hubungan saling memandirikan anggota keluarga*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2008). *Family therapy: An overview, Seventh edition*. Belmont: Thomson Brooks/Cole.
- KBBI. (2017). *Kamus besar bahasa Indonesia: Online*. Diakses melalui kbbi.web.id.
- Kemensos. (2018, Oktober 1). *Pemberdayaan keluarga*. Diunduh dari kemensos.go.id/content/pemberdayaan-keluarga.
- Kertamuda, F.E. (2009). *Koseling pernikahan untuk keluarga Indonesia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: Norton.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga*. Jakarta: Kencana

- Olson, D.H., Defrain, J., & Skogrand, L. (2011). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. New York: McGraw Hill.
- Pinsof, W.M. & Lebow, J.L. (2005). *Family psychology: The art of the science*. New York: Oxford Unity Press.
- Republik Indonesia. (1974). *Undang-undang nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan*. Jakarta: Sekretaris Negara.
- Santrock, J. (2012). *Life-span: Perkembangan masa hidup. Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sternberg, R. J. (2004). A triangular theory of love. Dalam H.T. Reis, & Rusbult, C.E. (Eds.), *Close Relationships*. (pp.258). New York: Psychology Press.

Tentang (*Fathering*) Seorang Ayah

oleh Achmad Mujab Masykur

A. Pendahuluan

Menjadi Ayah, Bapak, Papah, Papi, atau apapun sebutan namanya, sesungguhnya bukanlah perkara yang sederhana. Tanggung jawab yang Allah embankan, tidak enteng buat disangga. Ia bukan sekedar perihal finansial, tetapi tentang menjadi *qowwam*, pun pemimpin dan imam bagi keluarganya. Tidak hanya teruntuk isteri tercinta, tapi juga bagi buah hati yang Allah titipkan di rahim ibunda yang adalah garwa (*sigaraning nyawa*) kita itu. Dan tentu saja, semua itu kelak akan dimintai pertanggungjawaban di mahkamah Allah. Jadi, apakah kita telah bersiap dengan semua itu? Pertanggungjawaban apa yang hendak kita berikan kepada Allah azza wajalla tentang isteri kita, anak kita, keluarga kita, pada hari ketika tiada lelatu langkah yang tak terhakimi.

Sayangnya, tidak banyak suami yang mempersiapkan diri dengan bekal terbaik. Ketika amanah bernama buah hati itu datang, tak jarang kita malah gagap. Akibatnya, kita tidak bisa menjaga amanah Tuhan itu dengan sebaik-baik pengasuhan. Yang lebih memprihatinkan, terkadang kita justru terjebak pada pandangan “*Ah, dipikir karo mlaku*”, dipikir sambil jalan. Pun *trial and error*. Coba-coba. Padahal kata iklan, “*Buat anak kok coba-coba*”.

Waktu, sungguh berlalu sedemikian cepat. Ia takkan pernah bisa diputar meski dengan air mata darah. Buah hati kita pun bertumbuh dari waktu ke waktu. Bukankah rasanya baru kemarin kita menimang buah hati yang masih bayi. Tiap malam terjaga menjaga buah hati kita yang terjaga dari tidurnya, mengganti popok. Kita pun acapkali bergantian berpatroli, agar tak sebarang nyamukpun bisa menembus kulit lembutnya, menghisap darah sucinya.

Tapi hari ini ia telah menjadi anak-anak sehat cerdas ceria. Sepertinya baru kemarin kita menunggui kelahiran putra-putri kita, lalu tak lama kemudian mendaftarkan mereka ke PAUD atau TK. Tapi hari ini, buah hati sebagian dari kita, sudah hampir lulus, lalu masuk jenjang SMP yang mengabarkan bahwa mereka hendak beranjak remaja.

Mereka mungkin akan segera berpisah dari kita untuk masuk pondok pesantren atau asrama. Barangkali terasa berat, tapi atas nama masa depan dunia akhirat buah hati kesayangan, segala resah, galau, dan gelisah itu kita pupuskan, seraya memanjatkan pinta agar Tuhan senantiasa menjaga dan memandu leluak langkahnya. Ah, mungkin itulah mengapa Tuhan berfirman, “dan Demi waktu”, karena ia sungguh terlalu cepat berlalu. Lingkungan yang melingkungi kita dan buah hati kita, berubah dan berubah. Artinya, kita pun harus selalu beradaptasi, mematu diri tanpa kehilangan visi dan orientasi dalam mengasuh, mendidik, dan menumbuhkembangkan anak-anak kita.

B. Tentang Dunia yang Terus Berubah

Sebuah petuah dari seorang sahabat nabi pantas kita cermati. “Didiklah anakmu dengan pendidikan yang sebaik-baiknya. Karena, kelak, mereka akan menghadapi zaman yang sungguh berbeda dari zamanmu”.

Kalau dulu, kita pakai surat untuk berkirin kabar. Kilat atau kilat khusus kalau ingin cepat-cepat atau pakai telegram jika ingin super kilat. Tapi hari ini sedemikian mudah pesan itu terhantar. Bahkan pesan multimedia yang tidak sekedar tulisan, tetapi juga gambar bahkan video yang seakan nyata. Kalau dulu hanya TVRI yang buka jam setengah lima sore, kini ada sekian belas, sekian ratus, bahkan sekian ribu *channel* TV yang bisa 24 jam ‘mendidik’ anak-anak kita apa saja. Mengkhotbahi mereka tentang bintang sepak bola, penyanyi idola, tentang sinetron berartis hedonis, hobi mencaci-maki, berebut harta, tahta, dan wanita yang sesungguhnya masih tabu buat mereka.

Apalagi sosmed, internet, youtube, games, dan kawan-kawan. Ah, dunia, dengan segala hiruk pikuknya, baik buruk, mulia hina, bagus dan bejatnya, kini berada dalam genggamannya buah hati kita, yang bisa diakses dalam satu sentuhan saja. Sementara anak-anak kita belum bisa memfilter apa yang baik dan buruk untuk mereka. Lalu, apakah arti dari semua ini untuk kita, para orangtua, ayah khususnya? Artinya bahwa ayah yang terkadang dipaksa sejarah untuk lebih banyak menghabiskan waktu bekerja di luar rumah, akan mendapat ‘pesaing’ baru, ‘guru’ baru, ‘ustadz’ baru dalam memberi pendidikan tentang kehidupan.

Kini, anak lebih akrab dengan tablet, game, dan internet ketimbang dengan tetangga, teman, saudara, bahkan mamah papahnya. Khotbah televisi dan internet barangkali menjadi lebih didengar ketimbang petuah kita yang berbusa-busa. Tokoh-tokoh di youtube, instagram, facebook, twitter, tiktok, mungkin jauh lebih dipercaya ketimbang nasihat orangtuanya. Miris rasanya tatkala terkadang bahkan kita malu apabila anak kita tidak bersosmed, bertablet, atau ber-*gadget* seperti teman-teman mereka. Kita takut anak-anak kita menjadi kuper dan kurang gaul. Padahal, ramai orang bercerita bahwa Boss Apple, Steve Jobs, pun melarang anaknya bermain *gadget* tersebut karena bahaya yang ditimbulkan bagi tumbuh kembangnya tidaklah sederhana.

Celakanya, pekerjaan, relasi, pun terkadang sosial media masih menjadi pesaing bagi buah hati untuk dapatkan curahan kasih sayang yang sudah sangat langka dari ayahandanya. Begitu besar cemburu buah hati tatkala kita tidak lagi bisa mendengar keluh kesah, kisah seru, dan pengalamannya selama di sekolah karena kita terlalu asik dengan pekerjaan dan sosmed kita. Begitu besar rasa lara mereka tersebut karena kita yang belum mampu menjadi ayah yang hadir sepenuh hati, jiwa, dan raga untuk buah hati kita. Pulang kantor, terkadang hanya raga kita saja yang berkumpul dengan buah hati kita, tetapi jiwa dan hatinya masih saja sibuk dengan pekerjaan dan ber-*hahahihi* dengan relasi dunia maya. Waktu yang sesungguhnya kurang itu pun menjadi semakin berkurang.

Bukan berarti sebagai orangtua kita anti *gadget* dan internet lho. Justru orangtua, ayah khususnya, dituntut untuk *up to date*, nggak kudet (kurang *update*). Ayah yang keren menurut saya adalah ayah yang melek teknologi, memahami juga seluk beluk internet dan dunia maya, bukan sekedar soal pekerjaan semata. Dengannya, Ayah bisa memandu buah hatinya memilah dan memilih konten yang baik dan positif serta mengajarnya untuk memanfaatkan teknologi dunia maya secara bijaksana. Bukan sebaliknya, mengumbar buah hati bermain *game* dan internet sepuasnya. *Sing penting menang dan anteng*. Titik.

C. Menjaga Amanah Terindah

Kesibukan dan rasa abai kita, ayah khususnya, terhadap buah hati ialah pangkal mula suramnya masa depan mereka. Pergi pagi pulang malam, berangkat sebelum anak kita membuka mata dan pulang setelah anak kita terlelap dalam mimpinya, untuk mengejar dunia, tentu bukan pilihan bijak.

Padahal pengasuhan dari seorang ayah (*fathering*) memiliki dampak yang luar biasa besar bagi kehidupan seorang anak. Ayah yang ideal menurut Dagun (2002) adalah mitra bunda yang aktif dalam menjalankan peranan sebagai orangtua. Keterlibatan ayah dalam menjalankan pengasuhan menyiratkan kehangatan, sensitivitas, penuh penerimaan, bersifat resiprokal, dan ada pengertian serta respons yang tepat pada kebutuhan anak. *Coparenting* (pengasuhan bersama isteri) yang dilakukan ayah juga menyiratkan keterlibatan segenap sumber daya, baik fisik, psikis, kognitif, maupun afektif psikologis. Filosofinya adalah memenuhi empat elemen fisik, sosial, spiritual, dan intelektual (Andayani dan Koentjoro, 2004).

Secara konvensional, seorang ayah menurut Lamb (2010) diamanahi untuk mengemban tugas yang tidak sederhana. Pertama, sebagai pencari nafkah. Ayah memenuhi kebutuhan dalam keluarga. Tercukupi atau tidaknya semua kebutuhan anggota keluarga, setidaknya dalam batas minimal, atau jikalau bisa

dalam keberlimpahan, adalah tanggung jawab Ayah. Meski dalam konteks kekinian, seorang istri juga banyak yang turun gunung untuk membantu menyokong kebutuhan keluarga.

Kedua, sebagai kepala keluarga. Ayah dianggap sebagai pemegang kekuasaan penuh dalam keluarga. Peran ayah sebagai pemimpin keluarga memberikan keamanan di dalam rumah tangga. Dalam bahasa sedikit berbeda, seorang ayah adalah jenderal dalam rumah tangga yang memberikan arahan, paduan, tantangan, target, sekaligus memastikan bahwa keluarga yang dipimpinya bisa memenangkan 'pertempuran' kehidupan.

Ketiga, sebagai guru moral dan teladan. Ayah merupakan contoh nyata bagi anak-anak di rumah. Ayahlah tempat seorang anak mengimitasi, meniru, meneladani, bahkan mengidentifikasi dirinya. Hendak menjadi apa seorang anak kelak, ternyata orangtua adalah sumber inspirasinya. Seorang ayah semestinya tidak perlu terlalu khawatir ketika anak tidak mematuhi apa perintahnya. Semestinya ia justru lebih khawatir ketika anak meniru, mencontoh, dan mengimitasi perilakunya yang tidak ideal, karena bekas yang ditimbulkan akan jauh lebih kuat pada anak.

Keempat, pelindung keluarga dan pemberi kasih sayang. Ayah menghabiskan sebagian besar waktu bersama anak-anak dengan terlibat dalam bermain dan kegiatan lain yang memfasilitasi interaksi antara ayah dan anak. Ayah melindungi dari ancaman fisik, serta menjaga keluarganya dari ancaman psikologis yang mungkin akan berdampak kurang baik pada tumbuh kembang anak dan segenap anggota keluarga lainnya.

Kelima, pemberi nasihat atau mendidik anak. Ayah mengajarkan anak dalam bersikap dan bertindak dengan berbicara atau berkomunikasi secara perlahan dan menggunakan kalimat yang tepat agar anak mudah memahami pembicaraan ayah mereka. Asyiknya, terkadang ayah dituntut untuk memberi nasihat tanpa selalu harus berupa kata-kata, tetapi justru perilaku, ruang batin,

kebiasaan, ide-ide dan karya-karya besar yang akan menjadi inspirasi bagi anak-anaknya.

Pleck (dalam Lamb, 2010) mengajarkan kepada kita bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak memiliki tiga bentuk serta dua bidang pelengkap yang lain. Kita bisa memilih yang terbaik dan paling cocok dengan situasi dan kondisi yang tengah kita jalani. Pertama, *positive engagement activities*. Keterlibatan ayah dapat dilakukan dengan kebersamai anak berkegiatan yang positif untuk menunjang potensi anak sesuai dengan tugas perkembangannya. Kegiatan *outdoor* di alam bebas, membacakan buku cerita, menghantarkan anak tidur, atau bermain dan mendesain proyek sangat bermanfaat untuk membangun kedekatan ayah dan anak.

Kedua, *warmth and responsiveness*. Kehangatan dan responsivitas ialah kata kunci yang harus ada dalam membangun keterlibatan ayah dengan anak. Situasi tersebut bisa terwujud jika ayah benar-benar “hadir” kebersamai anak. Karena sangat mungkin, secara fisik seorang ayah terlihat bersama anak dalam berbagai aktivitas. Namun sesungguhnya hati, jiwa, ruang batin, dan pikiran tidak sedang bersama anaknya. Mungkin masih berada di kantor, pekerjaan, bisnis, atau terkadang bahkan anak disambi dengan aktivitas lain, asyik bermain *handphone* (gawai), internetan, dan kadang bahkan asyik merokok. Dalam situasi ini, relasi antara ayah dengan anak akan terasa hambar, kehangatan tidak muncul, apalagi responsivitasnya, karena sesungguhnya perhatian atas anak terbagi dengan aktivitas lain, tidak hadir sepenuh seluruh.

Ketiga, *control*. Ayah harus hadir memberikan *guidance* (panduan bagi anak) dengan menetapkan kontrol dan kendali tentang apa yang bisa, boleh, dan harus dilakukan oleh anak. Ibarat menaikkan layang-layang ke angkasa, ayah harus cakap mengatur kendali. Mengatur *kendho-kenceng*; menarik-mengulur, sesekali kita perlu menyentak agar anak kita bisa terbang lebih tinggi. Sekalipun

kita tak boleh boleh melepas sebebas-bebasnya tanpa kontrol, karena itu sama saja membiarkan terbang bebas untuk terhempas dalam cadas kehidupan.

Keempat, *indirect care*. Memberikan perhatian kepada anak namun tidak secara langsung. Bisa dilakukan dalam dua jalan. Mencukupi kebutuhan materi, ekonomi, kesehatan, transportasi, dan fasilitas atau mengarahkan anak kepada komunitas, kelompok, atau teman pergaulan yang positif dan membantu mengoptimalkan potensi. Kelima, *process responsibilities*. Mengambil tanggung jawab dalam segenap proses pengasuhan anak. Melibatkan inisiatif dan monitoring terhadap apa yang dibutuhkan anak. Kata kuncinya bukan *seeing the needs*, melainkan *filling the needs*. Ayah bisa turun langsung membersamai anak, bahkan ibundanya, dalam mengasuh anak.

Para papah sebagian masih menganut ‘mazhab’ lama, bahwa mengasuh anak adalah tugas dan tanggungjawab istri. Itu sama sekali bukan tanggung jawab ayah, karena ayah bertanggung jawab memberi nafkah selaku *money provider*. Kondisinya akan lebih pelik manakala ibu juga bekerja. Maka praktis anak akan dititipkan kepada asisten rumah tangga, kakek dan neneknya, *day care* atau yang semacamnya. Saya hanya ingin bertutur bahwa kesempurnaan kehidupan seorang anak adalah tatkala terbersamai orangtua, yang sepenuh hati jiwa dan raga menjaga dan memandu lelakunya tumbuh kembangnya.

Banyak cendekia yang berkata bahwa ibu, bagi seorang anak, adalah *madrasah*, tempat mula pertama pendidikan untuk buah hati kita. Tapi Ayah, adalah manajer dan kepala dari *madrasah* tersebut. Ayahlah jenderal yang memilihkan ibu, guru, tempat persemayaman benih dan pendidik terbaik untuk buah hatinya.

Alangkah naifnya seorang yang punya bola lalu menyebut dirinya pemain bola. Seorang yang bisa beli mobil lalu menyebut dirinya sebagai seorang *driver* yang handal. Analogi ini sama dengan kita yang mengaku-ngaku sebagai seorang ayah hanya karena Allah menitipkan makhluk bernama anak

kepada kita. Terlalu naif, apabila kita menjadi “ayah sambil lalu” tanpa bekal ilmu dan komitmen, karena sesungguhnya ayah bukan sekadar sebuah status, tapi juga amanah kehidupan yang akan dimintakan pertanggungjawaban. Tanpa Ayah yang baik, sulit rasanya seorang anak akan bertumbuh dengan baik.

Meluruskan visi keluarga menjadi tugas paling utama seorang ayah. Hendak ke mana bahtera sebuah keluarga dilabuhkan, Ayahlah yang menahkodai. Hendak menjadi apa anak ditumbuhkembangkan, Ayahlah yang memberi arah kehidupan dengan didampingi ibu sebagai pemandunya. Apakah anak hendak ditumbuhkan sebagai generasi yang menghamba kepada Illahi, atautkah sekadar pribadi yang tunduk kepada materi? Surga atau neraka yang hendak dituju? Menjadi generasi yang sibuk mengejar dunia tapi melalaikan akhirat? Ayahlah yang meletakkan dasar kebijakannya.

Indah sekali petuah Lukman al Hakim dalam memancarkan salah satu visi kehidupan untuk buah hatinya. Allah mengabdikan dalam Surah Luqman, “Wahai Anakku, janganlah engkau mempersekutukan Allah. Sesungguhnya mempersekutukan Allah adalah benar-benar kezaliman yang sangat besar”. (13). Ya, petuah tentang keimanan bagi buah hati yang semestinya juga kita pancangkan kuat pada sanubari anak-anak kita. Ah, surah Luqman ini, kalau boleh saya sebut adalah surahnya para ayah, yang isinya dialog petuah indah antara anak dengan ayah, sehingga sangat perlu sering-sering dibaca, syukur dihapalkan, dan diamalkan oleh para ayahanda.

D. Mendidik Istri

Tugas penting selanjutnya bagi seorang ayah adalah mendidik para istri, setelah sebelumnya mencari istri terbaik, sebagai madrasah sekaligus guru yang akan mendidik anak-anak. Salah satu pelajaran yang mesti diberikan adalah tentang teladan cinta dan komitmen mengasuh anak.

Ayah yang memperlakukan isteri dengan sebaik-baik perlakuan, sungguh akan sangat membekas dalam sanubari anak. Menceritakan dan memuji kehebatan cinta dan pengorbanan yang tak bertepian dari istri di hadapan anak-anak adalah salah satu cara menanamkan penghormatan dan cinta pada ibunda mereka. Pun para isteri, hendaknya menempatkan suami sebagai imam keluarga. Rasa cinta, hormat, kesyukuran atas anugerah bernama suami yang baik dan shalih, semestinya terwujud dalam sebaik-baik perilaku taat yang hangat. Jangan lupa, pujilah suami hebat itu di hadapan anak-anak dengan ketulusan dan kesungguhan hati. Tentang bagaimana lelaki keren itu berjibaku, membanting tulang untuk memandu, menafkahi dan menopang tegak keluarga kecilnya. Tahukah kau, bahwa perilaku itu akan menjadi pelajaran dan teladan cinta terindah untuk mereka?

Ajak dan didiklah isteri untuk mendesain dan membangun keluarga yang adem, *sakinah, mawaddah, warohmah*. Santrock (2002) menyebut keluarga sebagai suatu sistem sosial yang dipandang sebagai kumpulan subsistem yang di dalamnya terdapat sosialisasi timbal balik (*reciprocal socialization*) antaranggota. Sebuah keluarga idealnya adalah sebuah “*home*” yang menjadi matriks persemaian nilai bagi para anggota. Di dalamnya terdapat kemesraan, kasih sayang, keramahtamahan, rasa aman, terlindungi, ketreenteraman, kehangatan, serta kebahagiaan psikologis bagi para anggotanya.

Keluarga bukan sekedar sebuah rumah “*house*” dalam arti fisik semata dengan pola relasi yang kering, hambar, dan mekanis. Keluarga yang miskin komunikasi, jarang bertemu dan menjadikan rumah sekedar sebagai tempat berteduh dan numpang tidur. Sangat boleh jadi secara fisik, sebuah keluarga bernaung dalam sebuah rumah yang layaknya istana, namun di dalamnya tak ubahnya adalah neraka yang penuh derita. Meminjam istilah Alvin Toffler, keluarga semestinya adalah sebuah *giant shock absorber* (raksasa peredam kejut) yang mampu menjadi tempat berlindung, berbagi, dan berlabuh individu

ketika mengalami kejutan, guncangan, dan benturan dalam menghadapi kehidupan dunia yang kian beranjak menua.

Keluarga yang berkualitas ideal ibarat sebuah *super charger* yang mampu mengisi kembali energi psikis dan mengembalikan *elan vital* yang terkuras habis kala bergumul dengan kehidupan modern yang kian keras, kompetitif, dan melelahkan. Keluarga berkualitas dan tangguh yang sungguh adalah sebuah tumpuan masa depan eksistensi kehidupan sebuah bangsa. Prof. Nick Stinnet dan Prof. John de Frain dalam “*The National Study on Family Stength*” (Hawari, 1998) mengemukakan bahwa paling sedikit setidaknya ada enam kriteria bagi perwujudan keluarga yang tangguh, sehat dan bahagia.

Pertama, kehidupan beragama dalam keluarga. Agama mengajarkan kepada kita seni kehidupan yang dilandasi nilai-nilai kebenaran tertinggi (*the ultimate truth*) yang berisi nilai-nilai moral dan etika kehidupan. *Kedua*, waktu bersama dalam keluarga. Kebersamaan fisik dan psikis antaranggota keluarga adalah media pemeliharaan (*maintenance*) jalinan ikatan sebuah keluarga. Keluarga bukan sebuah ‘pabrik’ di mana setiap anggota keluarga silih berganti datang laiknya para pekerja yang terjadwal dalam *shift* tertentu sehingga kontak antarmereka pun menjadi semakin jarang.

Ketiga, komunikasi yang baik sesama anggota keluarga. *Keempat*, saling menghargai antaranggota keluarga. *Support* psikologis berupa penghargaan dan pujian diperlukan untuk melahirkan keluarga yang prestatif, bukan sekadar sebuah keluarga yang “apa adanya”. *Kelima*, ikatan yang kokoh, kuat dan tidak longgar sebagai sebuah kelompok keluarga. *Sense of family*, bahwa seluruh anggota keluarga pada hakikatnya adalah satu kesatuan dalam jalinan peran dan fungsi yang semestinya saling menguatkan. Terakhir, *keenam*, kesepakatan untuk mengatasi berbagai krisis yang mungkin timbul dengan pola penyesuaian yang positif dan konstruktif.

Membangun keluarga yang berkualitas, bahagia, dan terbebas dari kemelut (*free from quarelling*), adalah sebuah pilihan kehidupan, yakni bagi siapa saja yang mengharapkan kualitas kehidupan yang lebih baik serta bangsa yang lebih tangguh.

E. Anak-anak yang ‘Sakit’

Jika rasa cinta dan teladan indah itu telah tiada, hanya ada kekerasan dan amarah dalam relasi ayah-bunda, percayalah hanya lara yang akan dirasa buah hati kita. Salah-salah, anak-anak kita bisa bertumbuh menyimpang dan salah jalan. Mau bukti? Saya punya pengalaman pedih dari balik bilik konsultasi. Sebut saja Mas X, seorang “jejaka” bertubuh atletis, tinggi besar, namun terkadang gemulai melambai. Setelah saya telusuri, muncul pengakuan mengejutkan darinya, “Dulu, ketika saya masih anak-anak, hampir setiap hari Ayah saya dimarah-marahi oleh ibu. Tidak sekadar itu, selain *ngomel-ngomel* kasar yang enggak jelas, ibu terkadang bahkan memukul dan menyakiti ayah secara fisik. Lama-kelamaan, dalam ruang batin saya tertanam keyakinan bahwa semua perempuan itu buas dan beringas lagi kasar seperti ibu saya. Sampai saya beranjak dewasa, saya baru merasakan keanehan karena saya tidak pernah suka dengan perempuan.”

Ternyata, ketidakharmonisan ayah dan ibu membuat Mas X ini memiliki potensi penyimpangan orientasi seks, yang ketika bertemu dengan faktor pendukung lain, ternyata membuatnya bertumbuh menjadi seorang homo (gay). Belakangan, ia bahkan aktif mencari mangsa yang akan ditulari gaya hidup menyimpang ini.

Ada lagi satu kisah menarik tersebut orang tua yang tidak mengasuh anak sesuai fitrahnya. Seorang pria, sebut saja Mas Y, bersikeras ingin berganti kelamin (transgender) menjadi perempuan. Ia bahkan berkata, “Tuhan jahat dan tidak adil karena telah memerangkap saya pada wadah (tubuh) yang salah. Saya

semestinya adalah perempuan. Tapi Tuhan justru menempatkan jiwa perempuan saya dalam tubuh seorang laki-laki. Tuhan memang tidak adil.”

Setelah ditelusuri, ternyata kedua orangtuanya memberikan perlakuan dan pengasuhan yang salah (*mistreatment*). Begitu inginnya orangtua memiliki anak perempuan, maka anak keempat yang lahir dengan jenis kelamin laki-laki pun banyak diperlakukan sebagai seorang perempuan yang feminin, ketimbang menjadi lelaki yang maskulin. Akibatnya tentu saja sangat fatal, tragis, dan menyedihkan. Pria ini lantas bertumbuh gemulai. Ia lantas memiliki pasangan dan sempat hidup di luar negeri dengan pasangannya yang berjenis kelamin pria. Keinginan untuk mengganti jenis kelamin menjadi perempuan pun masih sangat kuat dari pria melambai ini. *Na'udzubillahimindzaalik*.

Nah, boleh jadi, LGBT dan aneka rupa penyimpangan yang “sakit”, yang kasusnya kian menyeruak akhir-akhir ini, adalah buah kegagalan orangtua menjaga dan memandu tumbuh kembang buah hati sesuai fitrah dari Tuhan.

F. Sebuah Epilog

Pada bagian akhir permenungan ini, saya ingin sedikit bercanda. Mendidik dan menumbuh kembangkan anak menjadi generasi terbaik memang bukan pekerjaan sederhana. Sungguh *kagak* gampang, terkadang bahkan *belibet* dan bikin *bete*, tapi menantang sekaligus menyenangkan. Ia adalah sebuah amanah berat. Ya, berat karena hadiahnya adalah kebahagiaan dunia akhirat. Kalau tidak berat, mungkin hadiahnya hanya kipas angin, setrika, sepeda, atau paling banter sepeda motor. Eaaa.

Sungguh butuh kerja sama apik antara ayah dan ibu, perlu ilmu, kesungguhan hati, pengorbanan, totalitas, serta “dedoa” yang tak pernah putus terpanjat untuk buah hati. Tentu kita tidak ingin menjadi ayah yang durhaka karena kita ingin buah hati kita bertumbuh menjadi anak shalih dan shalihah, namun kita tidak pernah bisa menjadi ayah yang sesungguhnya, mendidik,

menyayangi, melindungi, memberi inspirasi, dan mengajarkan visi teladan mengarungi kehidupan.

Kita tentu tak ingin anak-anak kita menjadi “yatim sebelum waktunya”, karena Ayahandanya, Papah, Papi, dan Bapaknya ada, namun serasa tiada. *Wujuduuhu kaadamihi*, adanya seperti tidak adanya. Jadi, mari menjadi ayahanda yang sepenuh-seluruh hadir untuk menjaga amanah terindah bernama buah hati itu. *Bismillah, Laa khaulaa walaa quwwataa illa billaah.*

Referensi

- Andayani, B. & Koentjoro. (2004). *Psikologi keluarga: Peran ayah menuju coparenting*. Yogyakarta: Citra Media.
- Dagun, S. M. (2002). *Psikologi keluarga: Peranan ayah dalam keluarga*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Hawari, D. (1998). *Al Quran, ilmu kedokteran, dan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: PT. Dhana Bakti Prima Yasa.
- Lamb, M. E. (2010). *The role of father in child development*. New Jersey: John Willey & Sons Inc.

Sesrawungan: Nilai-nilai Interaksi dalam Budaya Jawa untuk Mengoptimalkan Keberfungsian Keluarga

oleh Kartika Sari Dewi

A. Interaksi Keluarga dan Kesehatan Mental

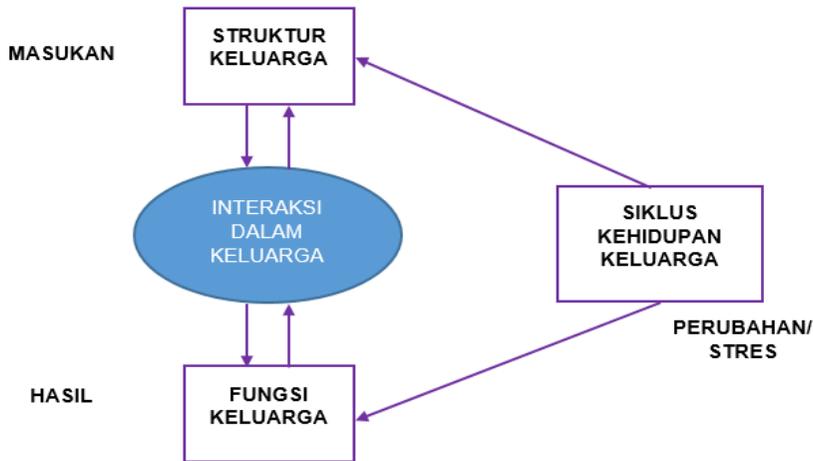
Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama dan utama bagi tumbuh kembang anak dan anggota keluarga itu sendiri (Anderson & Sabatelli, 2011; Dewi, 2014). Faktanya, sebagai kelompok sosial pertama keluarga tidak hanya memberikan dampak positif (Olson & Olson, 2000; Dewantara, dalam Endraswara, 2006), namun juga dampak negatif (Pritchett, dkk, 2011; Fuller-Thomson & Sawyer, 2014; Appleyard, dkk, dalam Tauesendfreund, 2003) bagi anggotanya, khususnya pada anak (Lestari, 2012). Studi yang mengupas secara spesifik kehidupan orangtua dalam interaksi keluarga, juga mengungkapkan bahwa penyesuaian hidup, kesejahteraan, stres, dan munculnya gejala psikopatologis pada orangtua dapat dipengaruhi oleh kehadiran anak (Ross & Van Willigen, 1996; Bird, et al, dalam Nomaguchi & Milkie, 2003). Hal tersebut tampaknya sesuai dengan penjelasan Bateson (dalam Klein, White, & Martin 2014) mengenai keluarga sebagai representasi dari sebuah sistem komunikasi. Sistem keluarga yang patologis dan tidak berfungsi sebagaimana mestinya (*dysfunctional family*) dapat berpengaruh lebih besar ketimbang kondisi internal individu itu sendiri terhadap kondisi kesehatan mental bahkan gangguan kejiwaan bagi anggotanya.

Partisipasi aktif dalam keluarga dapat memberikan efek psikologis yang positif bagi anggota keluarga tersebut. Tidak sedikit orangtua yang merasakan meningkatnya komitmen mereka dengan pasangan, dan peningkatan aktivitas pengasuhan (Hoffman & Manis, 1982), selain merasakan kesenangan yang mendalam, ikatan aktivitas sosial, serta meningkatnya konsep diri individu

dewasa sebagai orangtua ketika berpartisipasi aktif dalam keluarga (Nomaguchi & Milkie, 2003). Interaksi dalam keluarga diungkap berperan dalam pengasuhan anak (Demo & Acock, 1996) dan mempengaruhi pertumbuhan diri (*personal growth*) individu di dalamnya (Pritchett, dkk, 2011; Anderson & Sabatelli, 2011). Bukti-bukti empiris tersebut menjelaskan bahwa interaksi antar anggota keluarga memiliki pengaruh yang penting dalam keberfungsian keluarga dan kesehatan mental anggota keluarga di dalamnya. Namun, di sisi lain interaksi keluarga dapat menjadi sumber berbagai permasalahan psikologis individu, yang dampaknya dapat meluas di masyarakat. Apabila dikaji secara mendalam, peran keluarga tidak hanya sebagai sumber permasalahan psikologis, tetapi sekaligus merupakan sumber solusi bagi berbagai permasalahan psikososial yang kompleks di masyarakat.

Interaksi adalah esensi dari suatu relasi. Interaksi mengandung proses saling mempengaruhi antar individu, sehingga menghasilkan relasi antara dua individu yang bersifat interdependensi (Berscheid & Regan, 2005). Interaksi keluarga dalam pemahaman Teori Sistem (*Family System Theory*) menunjukkan adanya proses timbal-balik dalam sub-sistem dalam suatu sistem keluarga, yang tujuannya untuk memelihara relasi dan kelekatan antar sub-sistem tersebut (Lehr, dalam Klein & White, 1996; Anderson & Sabatelli, 2011; Stanton, 2013). Menurut Anderson dan Sabatelli (2011, h.11-12), interaksi keluarga dijelaskan sebagai pola-pola kebiasaan dalam keluarga yang memberikan identitas yang unik, batasan yang berlaku dalam keluarga, menentukan bagaimana keperluan rumah tangga dikelola, serta menentukan kualitas dari lingkungan emosional dalam keluarga tersebut. Dinamika interaksi dalam keluarga merupakan proses kerja sama antar anggota keluarga yang bertujuan akhir untuk melayani kebutuhan individu dan kolektif keluarga tersebut (Allen, Cornelius, & Lopez, 2007).

SISTEM KELUARGA



Gambar 1. Interaksi dalam Keluarga sebagai Inti (*Hub*) dalam Sistem Keluarga
(Saduran dari: Allen, Cornelius, dan Lopez, 2007, h.4)

Interaksi keluarga dijelaskan sebagai pusat atau inti dalam suatu sistem. Peran interaksi keluarga, yang terdiri atas hubungan antar sub-sistem dalam keluarga tersebut sangatlah penting karena dianggap sebagai pusat keterhubungan antara struktur keluarga dengan fungsi keluarga seperti pada Gambar 1. berikut ini. Fungsi keluarga yang efektif dijelaskan sebagai keluarga yang mampu mengembangkan pola interaksi sehingga mampu menyelesaikan tugas-tugasnya dengan memelihara kesehatan fisik, psikososial, serta kesejahteraan keluarga tersebut (Allen, Cornelius, & Lopez, 2007).

Hubungan antara perubahan struktur dalam keluarga, seperti adanya perpisahan, perceraian, kematian atau perubahan peran dalam keluarga dengan keberfungsian keluarga tersebut dipengaruhi oleh kualitas interaksi keluarga di dalamnya. Dinamika perilaku (saling berinteraksi) setiap anggota keluarga dalam merespon perubahan struktur dan peran dapat mempengaruhi semua anggota dalam keluarga tersebut. Dalam hal ini, pergerakan individu dalam

suatu sistem keluarga lebih berfokus pada telaah pola-pola komunikasi di antara seluruh individu yang menjadi anggota keluarga tersebut sebagai upaya penyesuaian mereka terhadap tuntutan dalam keluarga. Motif individual dan sifat-sifat kepribadian masing-masing anggota keluarga tidak dianggap menentukan karakteristik komunikasi dalam keluarga, yang pada akhirnya tidak berpengaruh signifikan pada fungsi keluarga (Paul Watzlawick, dalam Griffin, 2006). Transisi antar tahap perkembangan keluarga seringkali juga melibatkan perubahan dalam struktur keluarga dan aktivitasnya seringkali diharapkan, namun secara potensial dapat mengganggu kestabilan fungsi keluarga tersebut. Kondisi seperti ayah yang pensiun, anak-anak yang tidak lagi tinggal serumah, atau kehadiran menantu dan cucu dalam suatu keluarga besar yang tinggal bersama merupakan contoh-contoh nyata transisi dalam tahap perkembangan keluarga yang jika tidak dibarengi dengan kualitas interaksi yang baik antar anggota keluarga dapat menimbulkan fungsi keluarga yang tidak efektif.

Interaksi keluarga juga dikonseptualisasikan sebagai suatu jejaring yang didalamnya terdapat model komunikasi keluarga yang mengusahakan adanya percakapan dan frekuensi komunikasi antar anggota keluarga dengan melibatkan dua generasi dalam keluarga. Keterlibatan anggota keluarga dalam interaksi tidak hanya pada jejaring orangtua-anak, tetapi juga mengenai interaksi pasangan orangtua didalamnya, serta pada jejaring *extended family* (Segrin & Flora, 2011, h.49). Selain itu, Mead (dalam Gielen & Roopnarine, 2004) menerangkan bahwa pengasuhan anak secara signifikan dipengaruhi oleh nilai budaya dan perilaku emosional kelompok. Dalam pengasuhan anak, peran orangtua tidak dapat dilepaskan dari modalitas personal mereka sebagai individu. Latar belakang budaya yang mereka miliki juga sangat mempengaruhi kemampuan dan pola *parenting* mereka. Parke dan Buriel (dalam Benokraitis, 2011) menjelaskan bahwa budaya, etnis, dan status minoritas dapat membedakan struktur dan pemahaman mengenai pengalaman dalam

pengasuhan. Secara lebih jelas, Mead (dalam Gielen & Roopnarine, 2004) menerangkan bahwa pengasuhan anak secara signifikan dipengaruhi oleh nilai budaya dan perilaku emosional kelompok. Refleksi kecenderungan budaya tersebut terjadi melalui proses pewarisan budaya antargenerasi, yang meliputi transmisi nilai, sikap, peran, dan produk-produk budaya lainnya dari generasi tua ke generasi yang lebih muda, khususnya dalam sosialisasi nilai orangtua ke anak (Lestari, 2012). Penjelasan tersebut mengungkapkan bahwa interaksi dalam keluarga melibatkan relasi yang luas dalam suatu sistem keluarga dan merupakan refleksi kecenderungan dari budaya yang dominan sebagai referensi dalam sebuah relasi.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa kualitas interaksi keluarga berperan penting dalam menjawab berbagai inkonsistensi hasil studi mengenai permasalahan psikologis yang bersumber dalam keluarga yang terkait dengan kesehatan mental individu. Selain itu, interaksi dalam keluarga memiliki cakupan yang luas tidak terbatas pada keluarga inti saja. Dinamika interaksinya pun juga sangat dipengaruhi oleh nilai budaya dan perilaku emosional kelompok yang melatarbelakangi suatu keluarga. Refleksi kecenderungan budaya tersebut terjadi melalui proses pewarisan budaya antargenerasi, yang salah satunya adalah melalui pengasuhan dan relasi orangtua-anak.

B. Gambaran Keluarga Indonesia dan Budaya Jawa

Gambaran Demografi

Berdasarkan sensus 2010 (dalam Ananta, dkk, 2015) populasi di Indonesia mencapai 237.6 juta jiwa dan pada tahun 2014 telah melampaui 250 juta jiwa (dengan komposisi 119.6 juta jiwa adalah laki-laki dan 118 juta jiwa perempuan). Di level regional, Indonesia memiliki populasi terbanyak di Asia Tenggara diikuti Filipina, Vietnam, dan Thailand. Indonesia terdiri atas daerah kepulauan dan Pulau Jawa yang luasnya hanya 7% dari keseluruhan wilayah

Indonesia menjadi pulau terpadat penduduknya, dengan jumlah penduduk 55.2% seluruh penduduk Indonesia. Budaya Jawa sendiri dianggap cukup dominan dalam tata kehidupan masyarakat di Indonesia karena etnis Jawa merupakan etnis terbesar dari 36 kelompok etnis utama di Indonesia. Berdasarkan hasil sensus penduduk, 40% masyarakat Indonesia menggunakan bahasa Jawa di rumah dan 58% penduduk di Pulau Jawa dapat berbahasa Jawa (Zeitlin, Megawangi, Kramer, Colletta, Babatunde, & Garman, 1995). Urutan etnis yang mendominasi di Indonesia dicatat dalam kelima etnis terbesar populasinya sejak tahun 2010, adalah (1) Jawa, (2) Sunda, (3) Malayu, (4) Batak, dan (5) Madura (Ananta, dkk, 2015).

Permasalahan Interaksi dalam Keluarga di Indonesia

Realita yang terjadi di Indonesia berdasarkan hasil survei yang dilakukan Lestari (2012) menunjukkan bahwa interaksi keluarga yang terjadi sehari-hari tampak cenderung memberikan dampak negatif bagi anak. Diungkapkan bahwa 61.4% pelaku kekerasan pada anak adalah orangtua dan angka ini menjadi lebih tinggi di wilayah pedesaan. Temuan tersebut tampaknya memberikan gambaran bahwa kekerasan dalam lingkup keluarga telah menjadi interaksi yang biasa terjadi dan pelakunya adalah orang-orang terdekat anak. Selain itu, studi pada 293 anak berusia 9-10 tahun di Jawa Tengah yang dilakukan penulis dan tim (Dewi, Prihatsanti, Setyawan, dan Siswati, 2015) mengenai peran afeksi ayah dan interaksi orangtua-anak dalam mempengaruhi hubungan antara paparan media televisi dengan kecenderungan perilaku agresif pada anak, menunjukkan bahwa anak-anak yang tidak memiliki kedekatan emosional yang positif dengan ayah dan yang melaporkan memiliki interaksi dengan orangtua yang negatif cenderung menunjukkan perilaku yang agresif lebih tinggi daripada anak-anak sebayanya. Paparan media televisi mengenai agresifitas pun ternyata baru berpengaruh secara signifikan pada kecenderungan perilaku agresif anak

manakala mereka tidak memiliki kualitas yang baik dalam interaksinya dengan orangtua. Hal tersebut menunjukkan bahwa interaksi keluarga dapat memberikan pengaruh secara langsung pada perilaku anak apabila dibandingkan dengan peran media sekalipun.

Studi mengenai konflik anak dengan orangtua pada 468 remaja berusia 11-16 tahun (Lestari, 2012) juga mengungkapkan bahwa 83.8% anak remaja merasakan konflik dengan orangtuanya. Konflik orangtua-anak yang terjadi berkisar dalam hal prestasi belajar yang dianggap tidak sesuai harapan, pemanfaatan waktu luang (59.28%), penggunaan telepon seluler (53.30%), serta keterlibatan mereka dalam membantu tugas rumah (52.67%). Selain itu, diungkap bahwa tingginya konflik orangtua-anak menghambat tumbuhnya sikap terbuka anak kepada orangtuanya. Konflik orangtua-anak yang berkepanjangan dapat memunculkan problem psikologis anak dikemudian hari seperti depresi dan permasalahan kesehatan mental lainnya.

Seringkali konflik orangtua-anak menjadi tidak terselesaikan ketika interaksi dalam keluarga tersebut berkurang kualitasnya dan tidak didasari adanya komunikasi yang sehat antar anggota keluarga. Hal inilah yang menjadikan fungsi keluarga sebagai lembaga sosial pertama untuk perkembangan anak-anak menjadi tidak lagi dianggap berperan atau malah dituding menjadi sumber permasalahan psikososial individu di masyarakat. Peran interaksi dalam keluarga menyumbangkan pengaruh yang besar dalam perkembangan perilaku anak dan kondisi kesehatan mentalnya, secara langsung maupun kelak ketika mereka tumbuh dewasa dan berinteraksi di masyarakat.

Terjadinya pergeseran mengenai makna keluarga dibuktikan oleh penulis (Dewi & Widayanti, 2011) dalam sebuah studi pada 345 orangtua dan anak remaja di wilayah pesisir Jawa Tengah mengenai makna keluarga dalam perbedaan intergenerasi pada keluarga. Remaja cenderung memiliki pemahaman bahwa keluarga merupakan tempat untuk kembali dan merasa dihargai, sehingga

mereka dapat menjadi diri sendiri dan berbagi dengan anggota keluarga lainnya, khususnya orangtua mereka. Hal ini menandakan bahwa remaja menginginkan kebebasan dan otonomi untuk bereksplorasi dengan dunia di luar keluarga, namun membutuhkan jaminan bahwa mereka dapat kembali kapan saja dan diterima sebagaimana adanya mereka oleh keluarganya. Sedangkan orangtua cenderung memiliki makna bahwa keluarga adalah kumpulan orang-orang terdekat dan selalu bernaung dalam suatu wadah yang solid, yang ditandai dengan kebersamaan dan ikatan emosional yang kuat. Perbedaan makna tersebut seringkali menimbulkan konflik orangtua-anak remaja, di mana remaja menginginkan kebebasan sedangkan orangtua merasakan ketidakhadiran remaja dalam interaksi sehari-hari menjadikan kualitas interaksi dalam keluarga menurun. *Generation gap* dianggap terjadi sebagai produk dari ketidaksesuaian persepsi dan harapan yang tidak tersampaikan dalam komunikasi orangtua-anak di dalam keluarga (Steinberg dalam Vangelisti, 2004).

Fakta lain yang tidak kalah memprihatinkan yaitu kualitas interaksi keluarga yang buruk juga berkaitan dengan konflik pasangan suami-istri. Telah terjadi peningkatan angka perceraian di Indonesia setiap tahun, misalnya telah dicatat di Pengadilan Agama di tahun 2007 terjadi 167.807 kasus dan sebanyak 223.371 kasus perceraian di tahun 2009 (Badan Peradilan Agama/Badilag, 2010). Apabila dibandingkan dengan angka rata-rata pernikahan di Indonesia yang mencapai dua juta pasangan setiap tahun, ternyata 15-20% di antaranya berakhir dengan perceraian. Hal tersebut berarti dari sepuluh pernikahan yang tercatat setiap hari, ada 1 pasangan yang bercerai (Badilag MA RI, 2014).

Hal tersebut terkait dengan konflik interaksi pasangan suami-istri dan permasalahan pengasuhan, yang dibarengi dengan bergesernya makna keluarga saat ini. Perubahan makna keluarga sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain faktor demografik yang termasuk di dalamnya tempat tinggal, status dalam perkawinan, bentuk perkawinan, usia anggota masing-masing dalam

keluarga, jenis kelamin, dan peran gender yang dianut, selain faktor transformasi ekonomi, serta perbedaan budaya (Benokraitis, 2011). Keluarga tidak lagi dipahami sebagai sumber harmoni dan dianggap tidak mampu mengatasi problem psikososial anggota didalamnya, malah sebaliknya dianggap menjadi sumber permasalahan individu (Ross & Van Willigen, 1996).

Berdasarkan fakta-fakta di atas, tampak bahwa menurunnya fungsi keluarga sebagai lembaga yang memelihara dan meningkatkan kesehatan mental individu disebabkan oleh beberapa faktor. Selain permasalahan terkait kualitas interaksi keluarga, faktor yang terkait dengan pemahaman nilai-nilai budaya lokal dalam keluarga yang mulai memudar, serta isu mengenai perkawinan yang tidak lagi dipandang sakral oleh masyarakat juga memberi andil dalam kompleksitas tersebut. Seharusnya untuk mengoptimalkan fungsi keluarga, diperlukan kesesuaian pemahaman makna keluarga dan pemahaman aturan-aturan yang dikembangkan oleh keluarga tersebut sehingga proses keterkaitan dan keterikatan antar anggota keluarga dapat mengarah pada upaya kerja sama untuk melayani kebutuhan masing-masing anggota keluarga dan tujuan kolektif keluarga. Kajian kali ini, mencoba menawarkan konsep interaksi khas Jawa yang berasal dari kearifan budaya lokal Indonesia sebagai alternatif solusi dalam intervensi Psikologi Keluarga terkait dengan perbaikan kualitas interaksi keluarga. Harapannya, dengan kualitas interaksi keluarga yang meningkat maka semakin optimal keberfungsian keluarga dalam memelihara kesehatan mental anggotanya.

C. *Sesrawungan*: Konsep Interaksi yang Berkualitas dalam Keluarga *Sesrawungan, Kebahagiaan dan Harmoni*

Tradisi Jawa memegang konsep *memayu hayuning bawana*, yang dianggap sebagai falsafah hidup dan di sisi lain sebagai *laku* (pekerti). Hal tersebut yang diyakini sebagai dasar bagi orang Jawa (yang mengamalkan

budayanya, *kejawen*) dalam berpikir, bertindak, dan bertujuan (Endraswara, 2013). *Memayu hayuning bawana* diartikan secara harfiah sebagai memperindah keindahan dunia dalam hubungan manusia dengan alam (Koentjaraningrat, 1984; Jong, 1995; dalam Endraswara, 2013). Namun secara ontologis, konsep *memayu hayuning bawana* memiliki dua makna dasar, yaitu: (1) *Space culture*, yang menjelaskan ungkapan *bawana* sebagai *jagad rame*, berarti jagad, isi, dan penciptanya. Makna ini lebih menggambarkan bahwa manusia tidak bisa lepas dari dunia kosmos dan perjalanan dari lahir hingga mati kelak. *Bawana* dipahami sebagai ladang, tanaman, dan tempat manusia selama hidup dan mati kelak. Sehingga yang ditanamnya saat hidupnya kini maka kelak dituainya sebagai hasil. Makna yang kedua, (2) *Spiritual culture*, yang mengungkapkan pada realita yang dihadapi manusia, bagaimana menjalaninya dan apakah yang menjadi tujuannya. Manusia yang berbudi luhur dapat mencapai keadaan yang *bawana tentrem* (damai sejahtera), yang dipahami sebagai *hayu* (selamat lahir dan batin). Maka manusia Jawa yang menghayatinya dapat merasa berkewajiban untuk memperindah dunia dengan memberi arti pada hidup ini (Endraswara, 2013).

Tampilan manusia Jawa yang menghayati konsep *memayu hayuning bawana* menurut Soehardi (2009; dalam Endraswara, 2013) adalah menjalani *laku prihatin*, *ngati-ati*, *nrima*, dan *pasrah* dalam hidup berkeluarga. Meski tidak dijelaskan secara eksplisit makna tampilan tersebut namun dicontohkan *laku* tersebut dalam tindakan yang tidak *misuh* atau mudah marah, menghormati sesama, resistensi halus, dan bergotong-royong dalam menyelesaikan masalah keluarga, yang kesemuanya bertujuan untuk menyeimbangkan antara makrokosmos dan mikrokosmos. Ada berbagai cara dalam mencapai *memayu hayuning bawana*, antara lain adalah perilaku *eling lan waspada*, yang termuat dalam *serat Kalatidha* karya R.Ng. Ranggawarsita (dalam Endraswara, 2013). Perilaku *eling lan waspada* akan menyebabkan manusia memiliki kesadaran diri

dan menjadi lebih hati-hati dalam menjalani hidup. Kesadaran diri ini lebih pada mengingat siapa dia dan bagaimana dia memandang diri dan dunianya, apakah hal tersebut dapat menyakiti atau sejalan dengan kepentingan orang lain. Harapannya dapat tumbuh penerimaan diri dan penerimaan terhadap yang dirasakan dan dihadapi, yang tujuan akhirnya adalah untuk menjaga harmoni/keselarasan dan *ojo mitunani wong liyo* (jangan merugikan orang lain). Konsep ini memiliki *family reseamble* dengan konsep *mindfulness* yang dikembangkan Kabat-Zin dari ajaran Budhist.

“Mindfulness, as as a non-elaborative, nonjudgmental, present-centered awareness in which each thought, feeling, or sensation that arises in the attentional field is acknowledged and accepted as it is” (Kabat-Zinn, 1990; Segal, et al, 2002).

Perilaku manusia Jawa dalam lingkungan sosialnya juga didasari pada upaya mencapai *memayu hayuning bawana* tersebut. *Sesrawungan* adalah salah satu konsep yang diajarkan oleh Ki Ageng Suryomentaram dalam *Kawruh Jiwa* mengenai interaksi dengan orang lain, khususnya pada pasangan dan keluarga. Diyakini oleh Suryomentaram (1989) bahwa sepanjang hidup manusia selalu berada dalam lingkungan sosial, sehingga interaksi antara manusia-dunia dan manusia-manusia tidak dapat dihindari. Setiap manusia memiliki pemikiran masing-masing dan menurutnya dapat terjalin interaksi yang baik manakala bisa saling memahami pemikiran satu dengan yang lainnya dan bertindak dengan tepat. Agar mencapai hal tersebut, manusia harus menerapkan *sesrawungan* dalam kesehariannya. Dalam konteks sosial yang luas, *sesrawungan* dijelaskan merupakan bagian dari *Raos Gesang* (Jiwa Hidup), selain kebudayaan, masyarakat, dan *pangawikan pribadi* (mawas diri).

Sesrawungan didefinisikan sebagai bersama-sama *mangertos* (memahami), *ngraosaken* (merasakan), dan *dipunraosaken* (dirasakan), yang bisa berlaku pada segala aspek kehidupan. Batasan “*sesrawungan*” dibedakan

dalam lingkup kelompok sosial, yang dianggap terluas atau tiada batas adalah “*sesrawungan*” dalam keluarga, khususnya suami-istri (Suryomentaram, dalam Sugiarto, 2015). Pembeda *sesrawungan* dalam keluarga dengan *sesrawungan* dalam konteks sosial-kemasyarakatan adalah batasannya. *Sesrawungan* dalam keluarga, khususnya pasutri haruslah dalam segala hal sedangkan dalam konteks dengan orang lain di luar keluarga ada batasannya, sesuai konteks yang ada misal: teman bermain, teman sekolah, tetangga (Suryomentaram, 1989, h.98-99).

Dasar dalam “*sesrawungan*” adalah *raos sami* (kesadaran bahwa antar manusia tidak ada bedanya/setara), yang kemudian memunculkan *raos sih*/rasa hati (welas asih). Indikator individu yang memiliki *raos sami* adalah ketika mengetahui dan merasakan yang dialami orang lain maka muncul welas asih. Jika mengetahui yang dibutuhkan orang lain darinya maka disampaikannya, jika merasa tidak tahu, maka akan bertanya. Proses interaksi yang didasari welas asih disebut dengan proses *kandha-takon* (komunikasi), dengan tujuan utama yakni *ngudhari reribet* (menyelesaikan masalah) dan hasilnya adalah *begja* (bahagia) (Suryomentaram, 1989; Sugiarto, 2015).

Dijelaskan lebih lanjut, bahwa *sesrawungan* dalam hubungan pasangan suami-istri yaitu “*sesambetanipun tiyang kaliyan bojonipun*” (interaksi yang saling terhubung antara seseorang dengan pasangannya). Makna terhubung/nyambung/*sambet* di sini dijelaskan (Suryomentaram, 1989, h.98) sebagai “*sesarengan gentos ngraoskaken lan dipun raosaken raosipun*” (saling bergantian merasakan dan dirasakan perasaannya). *Sesrawungan* dalam konteks keluarga dapat melahirkan “*raos bojo*”, yaitu rasa saling membutuhkan dan melengkapi dalam berpasangan; “*pamomong*”, yaitu kesanggupan dalam membimbing kehidupan anak-anak mereka sebagai dorongan naluriah dan bersifat jasmaniah; serta “*raos bapa/biyung*”, yang merupakan rasa kebakapan/

keibuan berupa cinta kasih/kasih sayang pada anak sehingga pada anak muncul rasa sayang dan penuh keindahan (Suryomentaram, 1989, h.105-110).

Studi Empiris mengenai Sesrawungan dalam Keluarga Jawa

Riset-riset terkait keluarga Jawa telah cukup banyak dilakukan, namun sebagian besar lebih berfokus dalam mengungkap berbagai gambaran konstruk psikologis dalam relasi orangtua-anak, serta konsep-konsep budaya Jawa dalam keluarga. Contohnya mengenai gambaran kedekatan ayah-anak dalam budaya Jawa (Triani & Dewi, 2011); gambaran konflik ayah-anak remaja dalam keluarga Jawa (Prihantoro & Dewi, 2011); ekspresi emosi keluarga Jawa (Subandi, 2011); riset-riset *indigenous* mengenai *trust* anak pada orangtua (Hakim, Thontowi, Yuniarti, & Kim, 2011); dan kelekatan antara anak-orangtua (Hakim, *et al*, 2012). Masih sedikit studi empiris yang mencoba menggambarkan interaksi keluarga dan keterkaitan antara penerapan konsep budaya Jawa, serta implementasinya.

Merujuk berbagai permasalahan psikologis keluarga yang terkait dengan kualitas interaksi dalam keluarga di atas, disadari adanya suatu kesenjangan studi empirik mengenai fungsi interaksi keluarga secara konseptual dan budaya dengan dampak interaksi keluarga yang nyata dialami masyarakat Indonesia saat ini. Keluarga seharusnya merupakan tempat berkembang rasa sosial dan kepribadian setiap anggotanya. Keluarga dalam budaya Jawa diyakini sebagai tempat terbaik bagi pendidikan sosial dan moral anak sebelum memasuki lingkungan sosial yang lebih luas (Dewantara, dalam Endraswara, 2006). Nilai-nilai keluarga yang mengadopsi nilai-nilai Jawa berkembang dari dasar-dasar kehidupan di komunitas (Geertz, 1985). Tujuan utama nilai-nilai masyarakat Jawa adalah harmonisasi individu dengan lingkungan, baik dalam segi kehidupan manusia maupun kelestarian alam. Geertz (dalam Endraswara, 2006) menjelaskan bahwa sikap hidup tersebut terdiri atas nilai-nilai *riila*, *nrima*, and

sabar. Sikap-sikap hidup ini disebut masyarakat Jawa sebagai *dharma* dalam kehidupan sosial kemasyarakatan.

1. Studi Pertama: *Sesrawungan* sebagai Interaksi Sehat dalam Keluarga

Studi yang dilakukan di tahun 2014 dengan menggunakan pendekatan kualitatif ini bertujuan untuk memahami pengalaman *srawung* dalam konteks keluarga Jawa. Subjek penelitian adalah dua orang yang menerapkan *Kawruh Jiwa* dari Suryomataram di Jawa Tengah (Komunitas KAS), serta 10 responden orangtua (35-70 tahun) dan 10 responden anak remaja (15-18 tahun). Untuk kedua subjek dilakukan wawancara mendalam mengenai pengalaman *srawung* mereka dalam pergaulan sosial maupun dengan keluarga, sedangkan 20 responden lainnya diminta mendiskusikan pemahaman dan implementasi mengenai *sesrawungan* yang mereka pahami dan lakukan sehari-hari dalam bentuk FGD (*Focused Group Discussion*).

Hasil studi mengungkapkan gambaran *sesrawungan* yang dialami subjek. Menurut kedua subjek, *sesrawungan* merupakan proses hubungan antar manusia yang dimediasi oleh situasi yang disebut sebagai *jonggring saloka* (bertemunya seseorang dengan orang lain). Dalam keluarga, *sesrawungan* diungkap jauh lebih bersifat luas dan tak terbatas dibandingkan dengan situasi interaksi di masyarakat. Hal tersebut terjadi karena interaksi dalam keluarga, baik antara suami-istri, orangtua-anak, ataupun antara anak dengan anak, tidak pernah berhenti dan selalu saling mempengaruhi. Dalam keluarga, selalu saja ada permasalahan yang menuntut segera diselesaikan. Sehingga interaksi dalam keluarga membutuhkan upaya *kandha takon* (komunikasi) untuk *ngudhari reribet* (menyelesaikan masalah), dengan tujuan menciptakan harmonisasi dalam keluarga dan *begja* (kebahagiaan) bagi masing-masing anggota keluarga. Kedua subjek yakin bahwa hanya dengan *begja* inilah maka berkembang *raos sami* (rasa sejajar satu sama lain) dan *raos sih* (rasa welas asih/kasih sayang)

dalam keluarga. Sosok orangtua dapat memahami anak-anaknya apabila mereka setelah mampu mengenali dan memahami keinginan dan kebutuhan pribadinya terlebih dahulu. Dengan memahami keinginannya (dalam *karep*), seseorang mampu memandang sosok di luar dirinya secara objektif tanpa menghakimi atau merasa “sok tahu” (*rumangsa ngerti*). Hasil ini melengkapi penjelasan Suryomentaram (dalam Suryomentaram, 1989) bahwa untuk memperoleh kebahagiaan bersama dalam interaksi dengan sesama manusia dibutuhkan upaya melepaskan standar pribadi terlebih dahulu.

Studi ini juga menemukan tentang pemahaman *sesrawungan* dalam keluarga dan perbedaan interaksi keluarga yang mengadopsi konsep *sesrawungan* dan yang tidak. Penulis mengelompokkannya sebagai interaksi yang sehat dan yang tidak sehat, berdasarkan tema-tema yang diperoleh dalam studi. *Sesrawungan* dipahami sebagai interaksi dua individu atau lebih yang memiliki unsur komunikasi dua arah (*dyadic communication*) atau yang diistilahkan dengan adanya proses *kandha takon*, adanya proses saling belajar dan memahami, adanya tujuan untuk menyelesaikan masalah (*ngudhari reribet*), serta usaha-usaha memahami diri sendiri (*mikir rasa*) yang diistilahkan dengan *mawas diri*.

Tabel 1.

Thema *Sesrawungan* dalam Keluarga Jawa

Komunikasi dua arah (<i>kandha takon</i>)
Proses saling belajar & memahami satu sama lain
Ada tujuan yang dibahas untuk penyelesaian masalah (<i>ngudhari reribet</i>)
Memahami diri sendiri (<i>mikir rasa/ mawas diri</i>)

(Sumber: Dewi, Kartika S, 2014)

Manfaat yang dirasakan dengan menerapkan *sesrawungan* adalah terselesaikannya masalah, adanya harmoni dalam keluarga, tercapainya kebahagiaan dan dapat bertindak dengan baik sebagai makhluk Tuhan, warga

negara, anggota keluarga, dan masyarakat. Penjelasan tersebut dikelompokkan oleh penulis dalam interaksi sehat dalam keluarga, seperti di bawah ini.

Tabel 2.

Thema Interaksi Sehat dalam Keluarga

Terselesaikannya masalah
Harmoni dalam keluarga
Tercapainya kebahagiaan individu (<i>begja</i>)
Bertindak dengan baik sebagai makhluk Tuhan, anggota keluarga, warga negara dan masyarakat

(Sumber: Dewi, Kartika S, 2014)

Sebaliknya, apabila tidak menerapkan *sesrawungan* dapat memunculkan interaksi yang tidak sehat dalam keluarga. Thema interaksi tidak sehat yang muncul adalah *nganggit/ rumangsa* (perasaan mengetahui tapi ternyata tidak memahami), kesalahpahaman yang menjadi akar perselisihan dan ketidakrukunan, serta adanya pemaksaan kehendak.

Tabel 3.

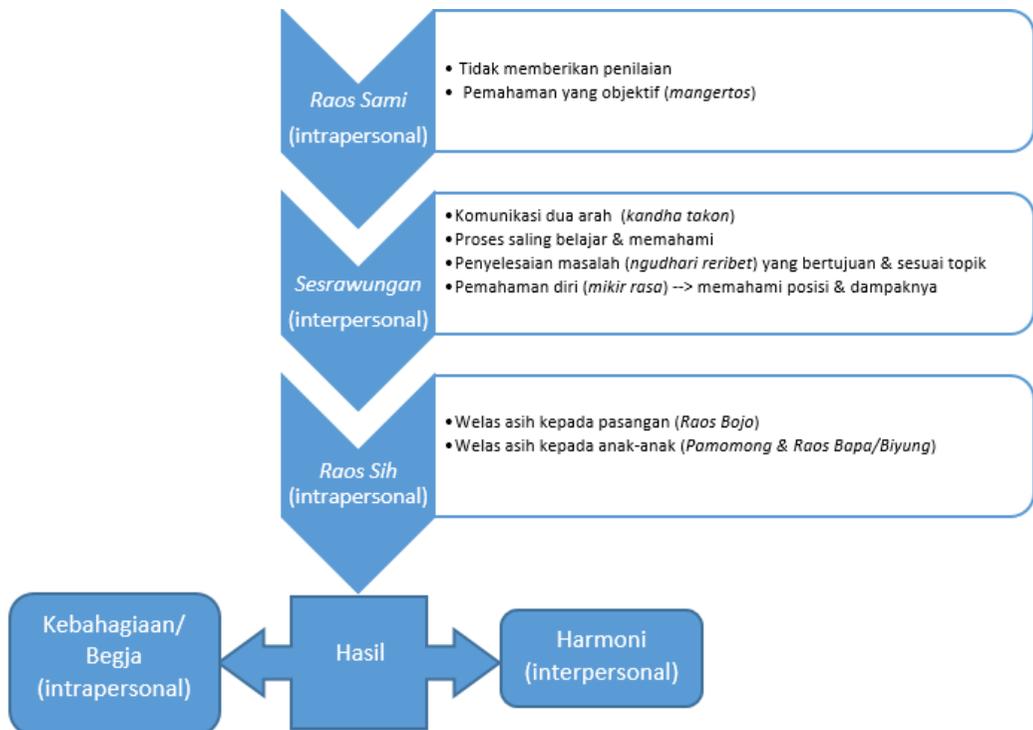
Thema Interaksi Tidak Sehat dalam Keluarga

Merasa tahu, namun tidak saling memahami (<i>nganggit/ rumangsa ngerti</i>)
Terjadi salah paham
Memaksakan kehendak

(Sumber: Dewi, Kartika S, 2014)

Sedangkan hasil yang kedua dari studi ini merupakan hasil *FGD* mengenai implementasi *sesrawungan* dalam interaksi keluarga mereka yang menunjukkan tahapan yang terjadi didalamnya, seperti Gambar 2. Interaksi dalam keluarga dengan konsep *sesrawungan* dijelaskan memiliki tiga tahapan utama, yang menghasilkan kebahagiaan individu dan harmoni dalam keluarga. Diungkapkan bahwa munculnya *sesrawungan* diawali dari masing-masing

individu dalam keluarga tersebut yang meyakini bahwa mereka adalah sejajar satu sama lain, sehingga berusaha untuk tidak menggunakan standar pribadinya dalam berinteraksi dengan anggota keluarga yang lain. Diakui sebagian besar responden bahwa munculnya *raos sami* diawali dari orangtua dan dikembangkan dalam pengasuhan pada anak sejak dini. Orangtua juga memberikan contoh dan penjelasan konkrit mengenai bagaimana memahami orang lain dan lingkungan di luar keluarga (*mangertos*). Pada tahap *sesrawungan*, sesuai dengan penjelasan dari kedua subjek dari komunitas KAS bahwa interaksi selalu dilakukan dengan adanya situasi saling ingin tahu dan ingin menyelesaikan masalah (*reribet*). Tidak hanya orangtua, namun anak juga proaktif melakukan komunikasi dengan orangtua. Komunikasi dan interaksi yang dilandasi dengan keinginan memahami anggota keluarga lain dan upaya menempatkan diri sebagai sesama anggota keluarga, menjadikan antar anggota keluarga memiliki rasa welas asih.



(Sumber: Dewi, 2014)

Gambar 2. Tahapan Interaksi dalam Keluarga dengan Konsep Sesrawungan

2. Studi Kedua: Pemahaman intergenerasi mengenai sesrawungan dalam keluarga Jawa

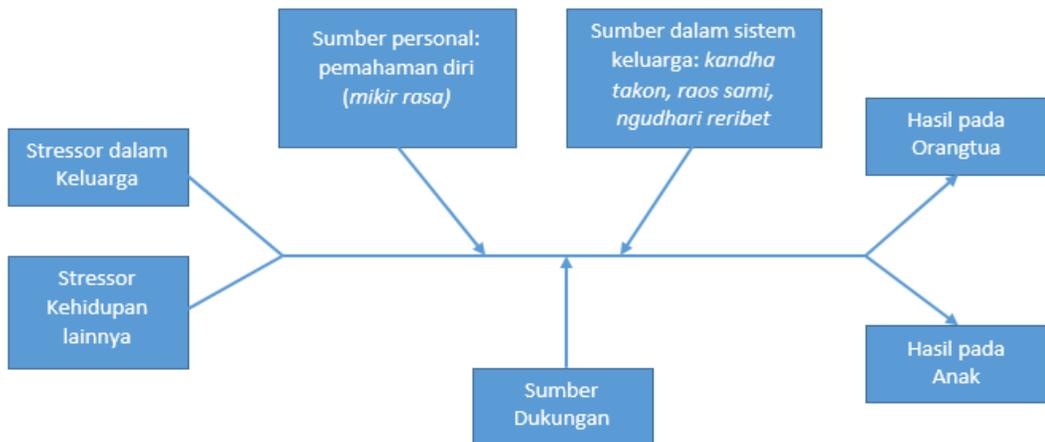
Studi ini dilakukan penulis (Dewi, 2015) untuk memahami gambaran interaksi dalam keluarga yang berlangsung pada keluarga Jawa. Responden berjumlah 112 orang, yaitu 20 orangtua (36-65 tahun) dan 92 remaja (16-23 tahun) di Jawa Tengah. Studi yang dilakukan bertujuan untuk mengungkap perbedaan pemahaman antara orangtua dan anak remaja mengenai *sesrawungan* sebagai strategi interaksi dalam keluarga Jawa dan implementasinya dalam menghadapi stres sehari-hari. Berdasarkan hasil studi ini, penulis juga mengungkap model konseptual pengembangan model stres orangtua dari Perry (2004) dan Blutch dkk (2013), yang dikaitkan dengan interaksi dalam keluarga.

Hasil studi ini mengungkap perbedaan pemahaman konsep interaksi dalam keluarga antara orangtua dan anak remaja mereka ($X^2=23.818$; $df=3$; $sig.00$; $p<.05$). Orangtua (85%) merasa memahami dan menerapkan konsep-konsep budaya Jawa mengenai interaksi dalam keluarga, namun anak remaja (12%) hanya sedikit yang merasa memahami, bahkan sebagian besar (55.4%) tidak mengetahui dan merasa tidak menerapkannya dalam kehidupan keluarga mereka. Dari sini tampak bahwa orangtua seharusnya tidak hanya memahami konsep-konsep interaksi keluarga yang berdasar kearifan lokal saja, namun harus menerapkannya dalam interaksi sehari-hari dalam keluarga dan juga mampu melakukan *transfer of learning* pada anak-anak.

Selanjutnya, dijelaskan bahwa orangtua memaknai *sesrawungan* sebagai interaksi dengan sesama dalam satu lingkungan, seperti keluarga. Selain itu, *srawung* dimaknai sebagai kebersamaan dan berkumpul bersama. Sedangkan anak remaja memahami *sesrawungan* sebagai interaksi dalam pergaulan, contohnya menyapa dan bersikap ramah pada sesama. Bagi mereka yang menerapkan konsep *sesrawungan* dalam keluarga, interaksi tersebut memberikan manfaat berupa rasa lebih akrab dan membuat relasi menjadi harmonis. Interaksi dalam keluarga dipahami baik oleh orangtua dan anak remaja sebagai sarana mendidik anak dalam bersosialisasi dan beretika.

Dalam respon terbuka responden, disampaikan juga bahwa anak-anak bukan satu-satunya yang memperoleh manfaat dari perawatan orangtua mereka tetapi juga orangtua dapat merasakan manfaatnya untuk pertumbuhan pribadi mereka, dalam bentuk peningkatan kualitas pemahaman diri dan rasa bahagia (*begja*). Berdasarkan hal tersebut, dapat ditarik suatu benang merah bahwa dengan adanya pola-pola interaksi yang sehat dalam keluarga, dapat diprediksi pula karakter relasi dalam keluarga tersebut selanjutnya. Seperti dijelaskan Lawrence, dkk (2008) bahwa kemampuan dalam berkomunikasi dan manajemen konflik dalam keluarga dan pasangan yang tampak dalam pola-pola interaksi

mereka, berkorelasi dengan kepuasan hubungan dalam keluarga tersebut. Mengembangkan studi mengenai model stres dan interaksi keluarga dari Perry (2004) dan Bluth, dkk (2013), penulis mencoba menggambarkan model interaksi keluarga yang di dalamnya menjelaskan bagaimana anggota-anggota keluarga, khususnya orangtua mencapai pemahaman diri dan memperoleh kebahagiaan dalam keluarga seperti Gambar 3. berikut ini. Model kontekstual mengenai stres dalam keluarga yang dikembangkan Bluth, dkk (2013) mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap interaksi dalam keluarga adalah persepsi orangtua terhadap karakteristik anak, stressor keluarga, dan dukungan sosial baik formal maupun informal, juga menjelaskan unsur *mindfulness* sebagai sumber individual, pasangan, dan anggota keluarga lain.



(Sumber: Dewi, 2015)

Gambar 3. Pengembangan Model Interaksi Keluarga Berdasarkan Model Stres Perry (2004) dan Bluth, dkk (2013)

Model yang dikembangkan penulis lebih menekankan pada gambaran proses pemahaman diri yang terjadi dalam *sesrawungan* tanpa menghilangkan peran faktor-faktor lain didalamnya. Pemahaman diri (*mikir rasa*) dalam studi ini dapat dipahami dari konsep pemahaman diri yang berakar dari tradisi kontemplatif timur. *Mikir rasa* diartikan sebagai kondisi kesadaran yang

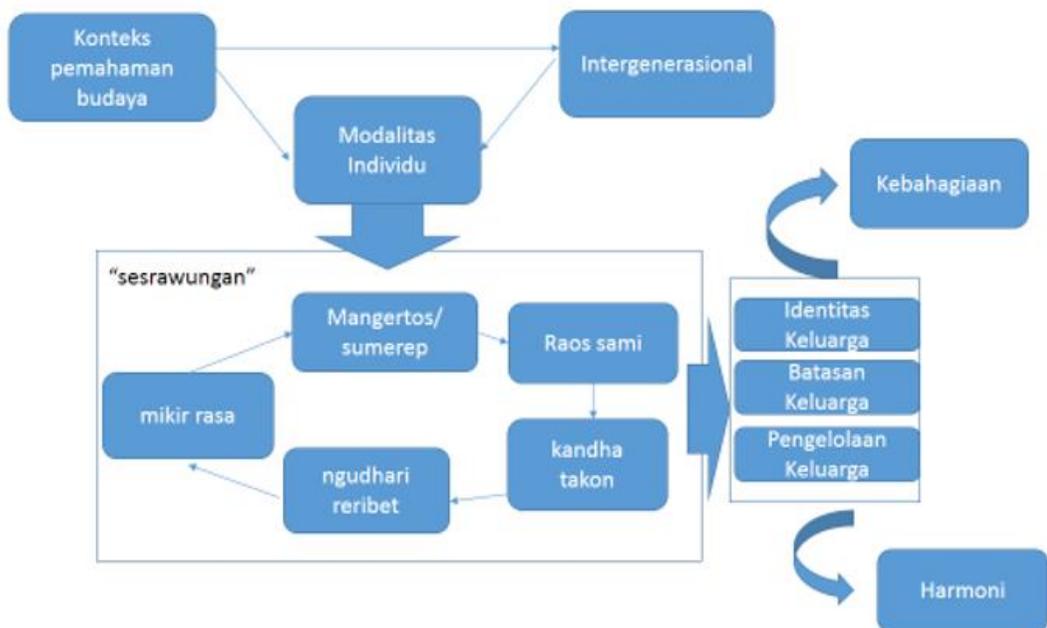
membawa pada perhatian dan pemahaman terhadap pengalaman langsung (Shapiro, dkk, 2006; Grossman, dkk, 2010). *Sesrawungan* yang diungkap dalam studi ini dapat dijelaskan memulai interaksi dengan pemahaman diri (*mikir rasa*), yang selanjutnya mengarah pada upaya belajar dan memahami hubungan dua arah, dengan tujuan dan topik yang jelas. Interaksi tersebut dilandasi dengan rasa setara dalam berkomunikasi dan tidak mudah menganggap diri lebih tahu tentang yang lain sebelum memahaminya dengan baik (*rumangsani*). Mekanisme dalam *sesrawungan* serupa dengan mekanisme kesadaran dan penerimaan terhadap pengalaman yang dijelaskan Shapiro, dkk (2006). Kesadaran dan penerimaan terhadap pengalaman diri yang terjadi kemudian kemudian direspon dengan cara yang tidak emosional dan selaras dengan situasi tertentu. Hasilnya adalah adanya harmoni dalam relasi orangtua-anak dan pasangan, serta rasa bahagia yang dirasakan masing-masing anggota keluarga.

D. Diskusi

Teori Sistem Keluarga (FST) berasumsi bahwa sistem, sub-sistem, dan komponen-komponen individual dalam keluarga bersifat saling mempengaruhi. Dinamika interaksi dalam keluarga sangat mempengaruhi sistem dalam keluarga tersebut dan dipengaruhi oleh relasi *dyadic* (sub-systems) dan anggota keluarga (elemen-elemen) didalamnya. Interaksi sebagai esensi dari suatu relasi sosial memiliki karakteristik mengarah pada kondisi saling mempengaruhi (*interdependency*), terikat kurun waktu tertentu, dan diawali dari adanya proses menjadi lebih menyadari adanya kehadiran orang lain (Berscheild & Regan, 2005). Secara lebih spesifik, interaksi dalam keluarga dijelaskan sebagai proses keterkaitan antar anggota keluarga yang terbangun atas aturan-aturan yang dikembangkan oleh keluarga tersebut, dengan tujuan akhir berupa bekerja bersamaan untuk melayani kebutuhan individu anggota keluarga dan kebutuhan kolektif keluarga tersebut (Allen, Cornelius & Lopez, 2007). Pola-pola

kebiasaan dalam interaksi keluarga memberikan identitas yang unik, batasan yang berlaku dalam keluarga, menentukan bagaimana keperluan rumah tangga dikelola, serta menentukan kualitas dari lingkungan emosional dalam keluarga tersebut (Anderson & Sabatelli, 2011). Dinamika Interaksi dalam keluarga memiliki strategi yang terepresentasikan dalam identitas, batasan, dan pengelolaan keluarga baik secara emosional maupun non-emosional. Strategi keluarga inilah yang menentukan keberhasilan keluarga mencapai tujuan dan keberfungsian keluarga yang optimal.

Berdasarkan telaah empiris yang telah diuraikan di atas, penulis mencoba menjelaskan pola-pola kebiasaan dalam interaksi yang berlandaskan nilai *sesrawungan* pada budaya Jawa dan bagaimana pengaruh budaya dan pemahamannya mempengaruhi dinamika interaksi dalam keluarga tersebut, yang dapat dilihat pada gambar 4. di bawah ini. Tiga faktor penting yang dianggap mempengaruhi interaksi dalam keluarga dalam hal ini adalah pemahaman budaya lokal mengenai interaksi, sejauhmana nilai-nilai *sesrawungan* tersebut diimplementasikan individu dalam keluarga dan juga diajarkan kepada generasi berikutnya (pemahaman intergenerasi). Tampak bahwa sisi spiritualitas individu dan perkembangannya dalam keluarga memegang peranan penting dalam berlangsungnya fungsi dan kesehatan mental keluarga. Proses *srawung* sendiri di dalamnya memiliki domain intrapersonal (*mikir rasa, raos sami* dan *raos sih*) yang memegang peranan sama pentingnya dengan domain interpersonal (proses *kandha takon* dan *ngudhari reribet*) dalam interaksi. Hal tersebut mendukung penjelasan Walsh (2013) bahwa dengan interaksi yang memiliki sisi spiritualitas, maka seseorang mengalami ekspansi kesadaran, meningkatkan rasa tanggung jawab, dan perhatian dari hal yang bersifat individual menuju pemahaman akan hal-hal di luar dirinya.



Gambar 4. Model Konseptual *Sesrawungan* dalam Keluarga

Sebagaimana dijelaskan dalam FST bahwa kualitas interaksi keluarga yang baik dapat mengoptimalkan fungsi keluarga melalui proses pembentukan identitas, batasan dan dinamika pengelolaan keluarga, seperti halnya dengan model *sesrawungan* di atas. Mengacu pada konsep interaksi keluarga sebagai “*hub*” dalam Sistem Keluarga (Allen, Cornelius & Lopez, 2007), interaksi yang berkualitas dapat mengoptimalkan fungsi keluarga dalam mengantisipasi dan menghadapi stres yang dihadapi keluarga maupun anggota keluarga tersebut. Keluarga yang berfungsi efektif dijelaskan sebagai keluarga yang mampu mengembangkan pola-pola interaksinya sehingga mampu menyelesaikan tugas-tugasnya dengan memelihara kesehatan fisik, sosial, dan psikologis, serta kesejahteraan anggota keluarganya. Sebaliknya, interaksi dalam keluarga yang buruk akan mengakibatkan keluarga tersebut berfungsi tidak efektif. Dalam pendekatan budaya Jawa, *sesrawungan* dalam keluarga diharapkan dapat memberikan kehidupan yang harmonis di dalam keluarga dan lingkungan

disekitarnya, serta membantu anggota keluarga untuk mengembangkan *personal growth* dan bahagia.

Interaksi dalam keluarga dalam perspektif sistem dipahami memiliki tiga dimensi pembentuk (Olson, 2000). Dimensi interaksi dalam keluarga tersebut adalah kohesivitas, adaptasi/fleksibilitas dan gaya komunikasi didalamnya. Dijelaskan kemudian bahwa gaya komunikasi merupakan mediator antara kohesivitas keluarga tersebut dengan level adaptasi/fleksibilitasnya. Apabila diamati, *sesrawungan* memiliki ketiga dimensi tersebut. Kohesivitas diimplementasikan dalam pengembangan *raos sami* dalam keluarga, yang menekankan pada rasa setara untuk memahami anggota keluarga yang lain. Sedangkan dimensi adaptasi dan fleksibilitas terdapat pada dimensi *mangertosi* dan *ngudhari reribet*. Kedua dimensi tersebut meskipun dipisahkan dalam proses *srawung*, namun memiliki tujuan yang sama yaitu adanya fleksibilitas dalam berinteraksi antar anggota keluarga dan tercapainya tujuan bersama sebagai upaya adaptasi. Dimensi komunikasi terdapat dalam *sesrawungan* dengan adanya *kandha takon* yang terjadi dalam setiap interaksi dan merupakan mediator antara *raos sami* dan *ngudhari reribet*. Menariknya, dalam *sesrawungan* diungkap adanya dimensi spiritual yang tidak ada dalam teori sebelumnya. *Mikir rasa* merupakan implementasi dari sisi spiritual yang harus diasah dan dimiliki individu Jawa, yang proses pembelajarannya pertama kali ada dalam keluarga. Menurut Beavers dan Hampson (2003), hanya sistem keluarga yang memiliki sistem nilai yang transendenlah yang dapat membuat masing-masing anggota keluarga dapat memahami kehidupan pribadinya dan interaksinya sebagai suatu yang berharga dan bermakna, sehingga individu dapat menemukan kebahagiaan.

Budaya yang melatarbelakangi keluarga diyakini penulis berperan dalam bagaimana suatu interaksi dalam keluarga berlangsung. Interaksi dalam keluarga merupakan refleksi kecenderungan dari budaya yang dominan sebagai referensi

dalam sebuah relasi. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan Parke dan Buriel (dalam Benokraitis, 2011) bahwa budaya, etnis, dan status minoritas berperan dalam membedakan struktur dan pemahaman mengenai pengalaman dalam pengasuhan. Secara lebih jelas, Mead (dalam Gielen & Roopnarine, 2004) menerangkan bahwa pengasuhan anak secara signifikan dipengaruhi oleh nilai budaya dan perilaku emosional kelompok. Pengasuhan merupakan akuisisi dasar dari karakter budaya dan gambaran umum mengenai konfigurasi komunikasi budaya pada individu (Klass, Kristianingsih, & Tjahjo, 2011).

E. Penutup

Memahami dinamika keluarga sebagai minat utama studi Psikologi Keluarga memerlukan sudut pandang yang dapat menjelaskan bahwa keluarga adalah kesatuan unit dan bukan semata-mata kumpulan individu. Setiap keluarga memiliki tujuan terarah dan berupaya untuk meraih tujuannya, sehingga dinamika interaksi didalamnya disadari atau tidak juga bergerak dan mengarah pada tujuan tersebut. Tujuan tersebut di *break down* dalam usaha-usaha strategis dalam pencapaiannya, yang secara umum mengacu pada upaya mencapai fungsi keluarga yang efektif/optimal. Setiap keluarga memiliki pola-pola interaksi yang berbeda yang diwarnai oleh strategi keluarga tersebut. Interaksi dalam keluarga merupakan inti sistem yang berperan sebagai mediator antara struktur keluarga dengan fungsi keluarga. Struktur keluarga tidak berpengaruh langsung pada pola interaksi dalam keluarga, tetapi perubahan struktur keluarga dapat direspon oleh strategi keluarga. Respon strategi keluarga tidak selalu tepat dan dapat berdampak pada pola interaksi yang tidak memfasilitasi fungsi keluarga yang efektif.

Interaksi dalam keluarga berperan penting menentukan keberfungsian keluarga tersebut dalam menyelesaikan tugas-tugasnya mensejahterakan anggotanya dan menyelesaikan tuntutan lingkungan. Interaksi dalam keluarga

memiliki definisi yang berbeda dengan relasi keluarga, yang mengacu pada penjelasan Hinde (dalam Berscheid & Regan, 2005) bahwa interaksi adalah esensi dari relasi, sehingga sebuah relasi seharusnya dipahami dari interaksi-interaksi yang membangunnya, selain sifat relasi yang tidak membutuhkan fakta, berbeda dengan interaksi yang mensyaratkan adanya fakta riil mengenai seberapa sering, seberapa berpengaruh, seberapa luas area pengaruh dan durasi interaksinya. Interaksi dalam keluarga didefinisikan sebagai pola-pola kebiasaan dalam keluarga yang memberikan identitas yang unik, batasan yang berlaku dalam keluarga, menentukan bagaimana keperluan rumah tangga dikelola, serta menentukan kualitas dari lingkungan emosional dalam keluarga tersebut.

Peran pemahaman terhadap nilai-nilai budaya memiliki pengaruh yang kuat pada pola interaksi dalam keluarga. Identitas, batasan dan cara pengelolaan keluarga sangat dipengaruhi oleh dinamika dan kualitas interaksi antar anggota keluarga. Ketidapkahaman dan perbedaan penerapan nilai-nilai kearifan lokal terkait interaksi dalam keluarga dapat meningkatkan stres keluarga dan keberfungsian keluarga menjadi tidak optimal. *Sesrawungan* sebagai nilai-nilai kearifan lokal yang mendasari interaksi dalam keluarga, dapat menjadi strategi interaksi dalam keluarga dalam mencapai harmoni dan kebahagiaan. Model *serawungan* sebagai strategi interaksi dalam keluarga selain memiliki dimensi-dimensi yang universal seperti yang dijelaskan dalam Teori Sistem Keluarga (FST), juga memiliki dimensi spiritual yang mengarahkan individu untuk memiliki pemahaman diri (*mikir rasa*) yang bersifat spiritual sehingga mengalami ekspansi kesadaran, meningkatkan rasa tanggung jawab, dan perhatian dari hal yang bersifat individual menuju lebih universal.

Referensi

Allen, Jo Ann, Cornelius, E., & Lopez, C. (2007) *Understanding families*. In Kitsu Swanson (Ed). The Children's Bureau, Administration for

- Children, Youth and Families, Office of Human Development Services,
United States Department of Health and Human Services.
- Ananta, A, Arifin, E.N, Hasbullah, M.S., Handayani, N.B., Pramono, A (2015)
Demography of Indonesia's Ethnicity. Singapore: Institute of Southeast
Asian Studies.
- Anderson, Stephen A; Sabatelli, Ronald M. (2011). *Family interaction: a
multigenerational developmental perspective*. 5th edition. Boston: Allyn
& Bacon.
- Badilag MA RI. (2016). *Data badan peradilan agama/badilag MA RI (2010 dan
2014)*. Diunduh 9 Mei 2016 dari <http://www.infoperkara.badilag.net/>
- Beavers, W. R., & Hampson, R. B. (2003). Measuring family competence: The
Beavers system model. Froma Walsh (ed). *Normal family processes:
Growing diversity and complexity*. Chapter 20, 549-580. New York,
NY, US: Guilford Press
- Benokraitis, Nijole V. (2011) *Marriage & families: Change, choices, and
constraints*. 7th edition. Upper Saddle River: Pearson.
- Belsky, Jay. (1984) The determinants of parenting: a process model. *Child
Development*. 55 (1) : 83-96.
- Berscheid, Ellen, & Regan, Pamela (2005) *The Psychology of interpersonal
relationship*. Upper Saddle River: Pearson Education.
- Blutch, Karen, Roberson, Patricia N.E, Billen, Rhett M., & Sams, Juli M. (2013)
A stress model for couple parenting children with autism spectrum
disorder and the introduction of mindfulness intervention. *Journal of
Family Theory & Review*. 5, 194-213. DOI: 10.1111/jftr.12.015.
- Demo, D. H., & Acock, A. C. (1996). Family structure, family process, and
adolescent well-being. *Journal of Research on Adolescence*, 6, 457-488.
Diunduh dari <http://www3.interscience.wiley.com>

- Dewi, K. S., & Widayanti, C. G. (2011). Gambaran makna keluarga ditinjau dari status dalam keluarga, usia, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan (Studi pendahuluan). *Jurnal Psikologi Undip*, 10 (2), 163-172.
- Dewi, Kartika S. (2014) “Sesrawungan”: the Javanese concept in parent-child interactions that reduce the negative effects of media exposure on children’s behavior. *Proceeding the 5th International Asian Association of Indigenous and Cultural Psychology Conference*, January 10th – 11th, 2014. ISBN: 978-602-14940-1-1. Surakarta: Psychology Department of Universitas Sebelas Maret
- Dewi, Kartika S., Prihatsanti, Unika, Setyawan, Imam, & Siswati. (2015) Children’s aggressive behavior tendency in Central Java coastal region: The role of parent-child interaction, father’s affection and media exposure. *Procedia Environmental Sciences*, 23: 192–198
- Dewi, Kartika S. (2015). Meaning of interaction: Using local wisdom to develop family intervention in Indonesia. *Paper presented in International Family Therapy Association Conference XXIII, 11-14 March 2015*. Kuala Lumpur, Malaysia.
- Endraswara, Suwardi (2006). *Budi pekerti Jawa: Tuntunan luhur budaya adiluhung*. Yogyakarta: Buana Pustaka.
- Endraswara, Suwardi (2013). *Memayu hayuning bawana: Laku menuju keselamatan dan kebahagiaan hidup orang Jawa*. Yogyakarta: Narasi.
- Fuller-Thomson, E., & Sawyer, J.L. (2014). Is the cluster risk model of parental adversities better than the cumulative risk model as an indicator of childhood psychical abuse?: Findings from two representative community suveys. *Child: Care, Health, and Development*, 40(1), 124-133. <http://dx.doi.org/10.1111/cch.12024>.

- Gielen, U.P, & Roopnarine, J. (2004). *Childhood and adolescence: Cross-cultural perspectives and applications*. Westport: Greenwood Publishing Group, Inc.
- Geertz, Hildred (1985). *Keluarga Jawa*. 3rd edition. Jakarta: PT. Temprint.
- Griffin, Em (2006) *A first look at communication theory*. Sixth edition. Boston: McGraw-Hill.
- Grote, Nancy K., Clark, Margaret S. (2011) Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 281-293.
- Grossman, P., Kappos, I., Gensincke, H., D'sousa, M., Mohr, D. C., Penner, I. K., & Steiner, C. (2010). Ms quality of life, depression, and fatigue improve after mindfulness Training: a randomized trial. *Neurology*, (75)13, 1141–1149.
- Hakim, M. A., Thontowi, H.B., Yuniarti, K. W., & Kim, Uichol (2011). The basis of children's trust towards their parents in Java, *ngemong: Indigenous psychological analysis*. *International Journal of Research Studies in Psychology*, (1) 2, 3-16.
- Hoffman, L.W, & Manis, J.D. (1982). The value of children in the United States. In F.I, Nye (Ed.), *Family relationship: Rewards and costs*. 143-170. Beverly Hills, C.A: Sage.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York: Delacorte Press.
- Klass, M. A. N., Kristianingsih, S. A., & Tjahjo, J. P. (2011). *Proceeding the second international conference of indigenous & cultural psychology*. Limited published. Denpasar: Universitas Udayana Press.
- Klein, David M, & White, James M. (1996). *Family theories*. Second edition. Singapore: Sage.

- Klein, David M, White, James M., Martin, Tood F. (2015). *Family theories: An introduction*. Fourth edition. London: Sage.
- Lawrence, Erika, Cobb, R. J, Rothman, A. D., Rothman, M. T., & Bradbury, T. N. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal Family Psychology*. 22 (1), 41-50.
- Lestari, Sri (2012) *Psikologi keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Nomaguchi, Kei M., & Milkie, Melissa A. (2003). Cost and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *Journal of Marriage and Family*, 65, 356-374.
- Olson, D.H (2000). Circumplex model and family therapy. *Journal of Family Therapy*, 22, 144-167.
- Olson, D.H & Olson, A.K (2000). *Empowering couples: building on your strengths*. Minneapolis, MN: Life Innovations, Inc.
- Perry, A. (2004) A model of stress in families of children with developmental disabilities: Clinical and research applications. *Journal on Developmental Disabilities*, 11, 1-16.
<http://www.oadd.org/publications/journal/issues/volno/download/perry.pdf>.
- Prihantoro, G. A., & Dewi, K. S. (2011). Respect To And Conflict With Father Among Adolescents: Indigenous Psychological Study In Semarang, Central Java. *Proceeding. The second international conference of indigenous & cultural psychology*. Limited published. Denpasar: Universitas Udayana Press.
- Pritchett, R., Kemp, J., Wilson P., Minnis, H., Bryce, G., & Gillberg, C. (2011) Quick, simple measures of family relationships for use in clinical practice and research: A systematic review. *Family Practice*, 28, 172-187.

- Ross, C.E., & Van Willigen, M. (1996) Gender, parenthood, and anger. *Journal of Marriage and The Family*. 58, 572-584.
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. New York: Guilford Press.
- Segrin, C., & Flora, J. (2011). *Family communication*. Second edition. Oxon: Taylor & Francis.
- Shapiro, S., Carlson, L.E., Astin, J., & Freedman, B. (2006). Mechanism of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*. 62, 373-386. DOI: 10.1002/jclp.20237.
- Stanton, Mark (2013) The systemic epistemology of the specialty of family psychology. In Bray, James H, & Stanton, Mark (ed.), *The wiley-blackwell handbook of family psychology*. West Sussex: Blackwell Publishing.
- Subandi, M.A (2011) Family expressed emotion in a Javanese cultural context. *Cultural Medical Psychiatry*, 35, 331–346. DOI 10.1007/s11013-011-9220-4.
- Sugiarto, Ryan (2015) *Psikologi raos: Saintifikasi kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Yogyakarta: Pustaka Ifada.
- Suryomentaram, Grangsang (1989). *Kawruh jiwa: Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram* (jilid 1). Jakarta: CV. Haji Masagung.
- Tausendfreund, Gisela (2003) Parent-child relations over the life span: A cross-cultural perspective. *Paper presented in Parental Belief, Parenting, and Child Development from Developmental Perspectives. KACS International Conference*, June 18-19. Seoul, South Korea.
- Triani, C. I., & Dewi, K. S. (2011). The differences of father-adolescent closeness based on father support among undergraduate students in Central Java: Indigenous psychological analysis. *Proceeding. The second*

- international conference of indigenous & cultural psychology*. Limited published. Denpasar: Universitas Udayana Press.
- Vangelisti, A.L. (2004). *Handbook of family communication*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Walsh, Froma (2013) Religion and spirituality in couple and family relations. In Bray, James H, & Stanton, Mark (ed.), *The wiley-blackwell handbook of family psychology*. West Sussex: Blackwell Publishing.
- Zeitlin, Marian F., Megawangi, Ratna, Kramer, Ellen M., Colletta, Nancy D., Babatunde, E.D., & Garman, David. (1995) *Strengthening the family - Implications for international development*. Tokyo: The United Nations University Press.

Deteksi Dini Pelaku Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

oleh Endang Sri Indrawati

A. Pengantar

Menjalani bahtera rumah tangga merupakan salah satu tugas perkembangan bagi individu yang telah memasuki masa dewasa awal. Individu menjalani relasi intim bersama pasangan yang telah menjadi penyempurna separuh agamanya. Namun selama menjalani fase berumah tangga, berbagai problematika dapat muncul.

“Saya ingin menceraikan istri saya. Apa menurut Ibu ini terlalu cepat? Saya sudah menikah 3 tahun tapi dia sangat mengganggu kondisi kejiwaan saya. Jadi, saya merasa stress setiap hari karena dia selalu mengintervensi saya setiap hal yang saya lakukan. Misal, dia sering mengintip rekening tabungan saya. Lalu dia menyampaikan ke saya bahwa saya baru saja menerima uang ini dan itu. Lalu dia bertanya ke mana saja uang-uang itu. Dia menuntut kenapa uangnya tidak diberikan pada dia. Dia pekerja bank dan dia memiliki banyak kolega di bank lain. Oleh karena itu, mudah bagi dia untuk mengecek kondisi keuangan saya. Saya merasa benar-benar tidak dihargai. Saya merasa seperti tidak memiliki privasi. Saya shock. Dia benar-benar sampai menghalangi saya membantu ibu saya. Saya terkekang oleh istri saya sendiri.” ungkap Bambang (bukan nama sebenarnya).

Kutipan di atas merupakan salah satu contoh permasalahan yang dapat terjadi pada pasangan yang telah menikah. Bambang merasa tidak memiliki privasi mengenai kondisi keuangannya. Ia juga merasa dikekang oleh istrinya.

“Saya sungguh tidak menyangka bahwa rumah tangga saya seperti neraka. Saya sudah pacaran selama 7 tahun, tapi selama itu saya kok tidak melihat dia akan berubah seperti sekarang ini. Dulu memang ada sikap-sikap dia yang kurang saya sukai seperti mengekang, membatasi saya dalam menjalin hubungan sosial, menutupi, menghalangi saya bergaul dengan teman-teman, membatasi saya berkomunikasi dengan orangtua, bahkan ngobrol dengan teman pria. Memang saya merasa dulu itu ada. Tapi dulu saya berpikir itu bukan hal-hal yang menghalangi pernikahan saya. Tapi ternyata sekarang saya mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Saya dipukul, ditendang, dibenturkan ditembok. Fisik saya jadi penuh lebam. Dia juga mengatakan saya istri yang bodoh dan membawa sial. Saya tidak berguna. Merepotkan. Menyusahkan. Padahal sebelum menikah saya bekerja, lalu dia suruh berhenti. Tapi sekarang saya dibilang selalu bergantung sama dia. Sekarang saya merasa hidup hanya berputar di sini-sini saja. Saya jadi tidak bisa membantu orangtua. Suami saya sangat perhitungan. Dulu sebelum menikah saya sangat mandiri. Secara seksual dia kasar, memperlakukan saya sangat kasar. Saya dipaksa melakukan hubungan bahkan pada saat saya sedang menstruasi. Kehidupan seksual saya tidak sehat dan saya tidak bisa menikmati bahkan tidak bisa orgasme, Bu. Dan yang paling menyakitkan sekali bahwa dia berselingkuh dengan orang lain. Saat ditegur, dia bukannya minta maaf, malah hilang berhari-hari, kabar. Padahal saya sudah punya anak hasil pernikahan dengan dia. Pernikahan saya sudah jalan 2 tahun. Lalu apa yang harus saya lakukan ya, Bu?” ungkap Wiwid (bukan nama sebenarnya) terhadap penulis di ruang konsultasi.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dilihat bahwa Wiwid merasa memiliki suami yang mengekang dan sering melakukan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). KDRT merupakan contoh kasus yang paling sering terjadi di masyarakat dan paling memerlukan perhatian khusus dari pihak-pihak yang berwenang. Salah satu penyebab KDRT ialah karena ketidakmampuan individu dalam mendeteksi bakat-bakat pasangan untuk melakukan kekerasan meski sudah menjalin kehidupan berumah tangga yang cukup lama. Ketidakmampuan individu dalam mendeteksi tersebut berakar dari pengetahuan individu yang kurang memadai mengenai arti dan makna kekerasan itu sendiri.

B. Mendefinisikan Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kekerasan berarti hal yang bersifat dan berciri keras, perbuatan seseorang yang menyebabkan cedera atau hilangnya nyawa orang lain, atau pun menyebabkan kerusakan fisik. Kekerasan merupakan wujud dari perbuatan yang lebih bersifat fisik, yang mengakibatkan luka, cedera, atau sakit. Menurut para kriminolog, kekerasan adalah kerusakan pada fisik, yang mana hal tersebut bertentangan dengan hukum, sehingga dapat disebut sebagai tindak kejahatan.

Menurut Handayani (dalam Syahrir, 2000), kekerasan adalah serangan yang tertuju pada fisik maupun integritas mental psikologis seseorang sehingga dapat merugikan salah satu pihak yang lemah. Sedangkan menurut Nurhadi dan Syahrir (2000), kekerasan merupakan suatu perbuatan menekan yang mempunyai unsur persuasif maupun fisik, serta adanya suatu pelecehan. Berbeda dengan pendapat sebelumnya, Johan Galburg (dalam Syahrir, 2000) menyatakan bahwa kekerasan adalah suatu penyalahgunaan sumber daya, wawasan, dan hasil kemajuan untuk tujuan lain, untuk sekelompok orang.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kekerasan adalah hal yang berhubungan dengan pelanggaran hukum, berupa

perlakuan kurang mengenakan seperti pemaksaan yang berakibat pada cedera fisik, yang mana memiliki imbas pula pada mental dan psikis individu. Dewasa ini, kasus kekerasan kian marak terjadi di Indonesia, khususnya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Berdasarkan Komisi Nasional Perempuan Indonesia, tercatat sudah terdapat 259.150 kasus yang terjadi di tahun 2016 (Yudiawan, 2017).

Undang-Undang (UU) Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1 mendefinisikan KDRT sebagai setiap bentuk perbuatan terhadap seseorang (terutama pada perempuan), yang mengakibatkan timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis dan penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan pemaksaan atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga. Undang-undang tersebut menyatakan bahwa kasus kekerasan dalam rumah tangga adalah semua jenis kekerasan (baik fisik maupun psikis) yang dilakukan oleh anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang lain (baik suami kepada istri, istri kepada suami, ayah terhadap anak, ibu terhadap anaknya dan kekerasan yang dilakukan oleh seorang anak terhadap ayah atau ibunya). Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa segala perbuatan tindakan kekerasan dalam rumah tangga merupakan perbuatan melanggar hak asasi manusia yang dapat dikenakan sanksi hukum pidana maupun hukum perdata.

C. Bentuk dan Penyebab KDRT

UU RI No. 23 tahun 2004 juga menjelaskan bahwa bentuk tindakan KDRT yang sering terjadi di masyarakat meliputi:

1. Kekerasan fisik, yaitu perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh, sakit, atau bahkan luka berat. Misal pemukulan, penamparan, dan penusukan.

2. Kekerasan psikis, yaitu perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya kepercayaan diri, kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat pada seseorang. Misal berupa ancaman pembunuhan atau ancaman bahwa hidup korban tidak akan tenang.
3. Kekerasan seksual, yang terbagi menjadi dua macam yaitu pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga dan pemaksaan hubungan seksual terhadap salah satu seseorang dalam lingkup rumah tangga dengan orang lain untuk tujuan komersial dan atau tujuan tertentu.
4. Penelantaran rumah tangga, yaitu meninggalkan atau membiarkan keluarga tanpa ada nafkah sedikitpun atau dengan tidak memberikan kabar apapun kepada pihak tersebut mengenai kepergiannya. Misal seorang suami yang meninggalkan istri dan anaknya karena terjadi pertengkaran dalam keluarga tersebut, namun setelah jangka waktu yang lama tidak ada kabar dan tidak ada pemenuhan kebutuhan pada keluarganya.

Bentuk kekerasan tersebut pada umumnya diakibatkan oleh beberapa faktor yang membuat ada pihak yang dirugikan. Faktor-faktor tersebut dijelaskan oleh beberapa ahli dengan pengamatan ataupun pengaplikasian teori tokoh psikologi. Menurut Ihromi (1995) ada beberapa penyebab timbulnya Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), antara lain:

1. Komunikasi. Komunikasi antar anggota keluarga merupakan faktor terpenting dalam menentukan keharmonisan suatu rumah tangga. Komunikasi menciptakan hubungan yang terbuka di antara anggota keluarga, seperti dalam menyampaikan keluhan ataupun hal-hal lain yang berkaitan dengan masalah keluarga. Bilamana komunikasi dalam suatu keluarga tidak baik, maka dapat dipastikan akan memperbesar kemungkinan timbulnya

konflik yang berujung pada kekerasan dalam rumah tangga dan hal ini sangat mungkin menimbulkan korban.

2. **Penyelewengan.** Keterlibatan orang lain atau pihak ketiga dalam hubungan suami istri merupakan masalah besar yang dihadapi oleh suatu pasangan. Tak jarang hal tersebut menimbulkan perceraian ataupun menimbulkan suatu tindakan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Misal, seorang suami yang memiliki wanita selingkuhan, dapat menimbulkan konflik apabila diketahui oleh sang istri. Pada kasus seperti ini, kekerasan biasanya dilakukan oleh sang suami sebagai bentuk pelampiasan dari konflik penyelewengan ini.
3. **Citra diri rendah rendah dan frustrasi.** Citra diri rendah dan frustrasi dapat muncul jika sang suami sedang merasa putus asa dengan masalah dalam dunia karir atau pekerjaannya. Di sisi lain sang istri terus menekan sang suami untuk melaksanakan tanggung jawabnya guna memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Dengan keadaan yang seperti ini, tingkat frustrasi sang suami dapat semakin meningkat yang kemudian membuat emosinya meledak. Pada akhirnya, frustrasi tersebut akan memicu munculnya tindakan KDRT.
4. **Perubahan status sosial.** Faktor penyebab timbulnya Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) pada keluarga khususnya masyarakat perkotaan dengan tingkat kehidupan ekonomi menengah ke atas adalah gaya hidup dan gengsi yang tinggi pada keluarga serta masyarakat sekitar. Masalah akan muncul jika sumber pendapatan berkurang atau berakhirnya masa jabatan. Munculnya kasus seperti itu dapat membuat masing-masing anggota keluarga merasa malu dengan orang sekitar dan kemudian memberikan tekanan yang berlebihan kepada pihak yang berperan sebagai pencari nafkah. Akibatnya, potensi KDRT bisa semakin tinggi.
5. **Kekerasan sebagai sumber penyelesaian masalah.** Budaya kekerasan dalam rumah tangga berkaitan erat dengan masalah pengalaman di masa lalu.

Kekerasan yang pernah dialami individu sejak lahir, didikan yang keras, didikan dengan nilai-nilai yang berhubungan dengan unsur kekerasan, sangat berpotensi menimbulkan perilaku agresif pula pada individu tersebut. Maka, saat individu tersebut berkeluarga juga akan menggunakan kekerasan sebagai sarana yang paling tepat dan cepat untuk menyelesaikan suatu masalah.

Pendapat lain juga diutarakan oleh Zastrow & Browker (dalam Wahab, 2010) yang mengatakan bahwa terdapat tiga teori yang mampu menjelaskan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, yaitu teori biologis, teori kontrol, dan teori frustrasi-agresi.

1. Teori Biologis. Teori biologis menjelaskan bahwa manusia merupakan makhluk yang dilahirkan dengan insting agresif untuk dapat bertahan dan melakukan adaptasi. Menurut Konrad Lorenz, kekerasan merupakan suatu bentuk individu agar dapat beradaptasi dan bertahan hidup. Tindakan ini pula membantu seseorang memperoleh dominasi dalam kelompok. Sedangkan Sigmund Freud menjelaskan bahwa manusia mempunyai insting kematian yang dimanifestasikan dengan melukai dan membunuh. Beberapa ahli biologi lainnya juga menjelaskan bahwa pria memiliki lebih banyak hormon yang menyebabkan perilaku agresif daripada wanita. Teori ini memberikan penjelasan mengapa KDRT lebih banyak dilakukan oleh pria.
2. Teori Kontrol. Teori kontrol menerangkan bahwa orang yang tidak terpuaskan dalam menjalin relasi dengan orang lain akan mudah untuk melakukan kekerasan. Travis Hirschi melalui temuannya mendukung teori ini. Menurut Travis Hirschi, remaja laki-laki yang berperilaku agresif cenderung tidak mempunyai relasi yang baik dengan orang lain. Hal serupa terjadi pula pada mantan narapidana di negara bagian Amerika yang ternyata juga terasingkan dengan teman dan keluarganya.
3. Teori Frustrasi-Agresi. Teori frustrasi-agresi menjelaskan kekerasan sebagai cara individu untuk mengurangi perasaan tegang yang diakibatkan oleh

situasi yang membuat individu tersebut frustrasi. Individu yang frustrasi akan melakukan sebuah agresi atau kekerasan kepada sumber atau penyebab individu tersebut frustrasi atau kepada orang lain yang bisa menjadi kambing hitam, seperti pada rumah tangga yang mana sang suami menyalahkan istri akibat pekerjaannya yang sulit.

D. Deteksi Dini dan Pencegahan KDRT

Faktor-faktor di atas dapat dijadikan sebagai acuan dalam menentukan atau melakukan deteksi dini pelaku kekerasan dalam rumah tangga. Penulis akan menjelaskan secara rinci bagaimana ciri-ciri, kondisi suasana rumah, dan perilaku pelaku yang memiliki kecenderungan melakukan kekerasan dalam rumah tangga. Penulis akan menggambarkan apabila sang suami sebagai pelaku kekerasan dalam rumah tangga karena merujuk pada teori dan data yang menjadi acuan penulis, bahwa laki-laki lebih dominan dalam menjadi pelaku kekerasan dalam rumah tangga.

Hal yang perlu disoroti dalam situasi rumah tangga adalah komunikasi antara pasangan suami dan istri dalam keluarga. Komunikasi yang baik membuat suasana tidak canggung dan dapat terjalin dengan harmonis. Komunikasi yang baik juga penting karena dapat menjadi media bagi pasangan untuk menyampaikan pendapat mengenai keluhan selama perjalanan berhubungan dengan pasangan, menyampaikan saran, ataupun masukan kepada pasangan guna terwujudnya hubungan yang harmonis antar pasangan.

Terlihat jelas apabila komunikasi cukup vital dalam membangun hubungan keluarga. Hal ini lah yang sejatinya patut untuk dijaga dan dipertahankan dalam berbagai situasi dan kondisi. Komunikasi yang baik adalah yang tidak memberikan nada keras pada saat terjadi masalah dan tidak memaki ataupun berkata-kata kasar. Sebaliknya, komunikasi yang tidak baik dapat memicu banyak hal yang tidak menyenangkan dalam hubungan pasangan suami

dan istri maupun dengan anak, seperti memicu terjadinya kekerasan yang berakibat pada penindasan serta pengucilan istri dan anak. Kondisi itu dapat dijelaskan oleh teori frustrasi-agresi. Agresi sering dilakukan untuk melampiaskan rasa frustrasi yang sedang dialami.

Berikut akan dijelaskan sebuah kasus. Seorang suami yang sedang meniti karir tentu akan mengalami sepaik terjang dalam perjalannya. Sangat mungkin terjadi pasang surut dan perjalanan karir tidak mulus. Tidak jarang istri atau anaknya dijadikan sebagai kambing hitam dan media pelampiasan frustrasi ketika ketika suami memiliki masalah dengan pekerjaan. Hal ini tentu akan mengakibatkan kecanggungan yang berpotensi membuat komunikasi antara suami-istri dan anak terganggu. Padahal idealnya keluarga lah yang menjadi tempat curahan untuk bercerita sang suami maupun satu sama lain.

Komunikasi yang baik antar pasangan diperlukan agar dapat terbentuk hubungan yang harmonis. Komunikasi ini pula lah yang dapat menjadi deteksi dini para pasangan untuk menghindari terjadinya kekerasan dalam rumah tangga. Pasangan yang tidak memiliki keinginan untuk berkomunikasi atau dalam berkomunikasi selalu ada yang disembunyikan bahkan mengelak suatu pertanyaan dan memberikan respon agresi seperti amarah, menunjukkan bahwa deteksi lebih mendalam perlu untuk dilakukan untuk menghindari potensi KDRT.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa menjaga dan membentuk hubungan yang harmonis antar anggota keluarga adalah hal yang sangat penting agar dapat mencegah terjadinya KDRT. Menurut Rasmun (2010), terdapat beberapa aspek yang perlu diperhatikan agar dalam sebuah keluarga (pernikahan) dapat terbentuk keluarga yang harmonis, diantaranya:

1. Memberikan rasa aman dalam suatu keluarga merupakan cara yang paling ampuh untuk dilakukan, karena sudah seharusnya pasangan suami istri saling memberi dan rasa aman secara lahir dan batin. Rasa aman dapat mengatasi

goncangan maupun godaan dan bahaya yang ada dalam keluarga. Rasa aman yang diberikan orangtua kepada anak juga penting untuk membuat anak merasa terlindungi. Apabila menilik teori *hierarchy of need*, Maslow yang menyatakan bahwa untuk memenuhi kebutuhan akan cinta, maka sudah seharusnya menciptakan rasa aman terlebih dahulu. Semakin aman hubungan antar anggota keluarga, maka semakin terpenuhi kebutuhan akan cinta dan kasih sayang tersebut.

2. Rasa saling memiliki dalam keluarga harus terwujud, karena dengan rasa saling memiliki, ikatan batin yang kuat pun akan tercipta dan terjalin dengan baik. Perasaan saling memiliki pada sebuah keluarga akan membuat anggota keluarga merasa kehilangan dan sedih jika anggota yang lain dalam keadaan susah atau tidak ada bersamanya.
3. Saling menghargai anggota keluarga merupakan hal yang sangat vital pula. Apabila antar anggota keluarga dapat menghargai pendapat masing-masing, maka dapat diprediksi bahwa kondisi keluarga tersebut harmonis dan kecil kemungkinan atau jarang terjadi konflik yang dapat menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga.
4. Rasa kasih sayang juga dibutuhkan dalam menjalin hubungan. Sebagai makhluk yang diciptakan dengan akal dan hati, manusia membutuhkan cinta dan kasih sayang dari orang-orang disekitarnya terutama keluarga. Oleh karena itu, setiap individu pasti membutuhkan kasih sayang baik berupa pujian, perhatian maupun perlakuan-perlakuan lain yang nampak sepele seperti senyuman. Setiap anggota keluarga perlu memberikan kasih sayang dalam bentuk apapun agar sebuah keluarga menjadi keluarga yang damai dan tentram.
5. Memberikan kepercayaan kepada suami, istri, ataupun anak tentu akan sangat membantu sebuah keluarga dalam menjadi rumah tangga yang harmonis. Saling percaya sesama anggota keluarga juga akan mendukung keharmonisan

hubungan keluarga. Selain itu, mempercayai anak dengan segala kemampuannya akan membantu anak dalam pencapaian jati diri yang positif sehingga anak tidak akan merasa jadi orang lain dan merasa tertekan di dalam keluarganya sendiri. Pencapaian jati diri dan mampu mengaktualisasikan diri tentu memiliki hubungan yang erat pula dengan teori *hierarchy of need* Maslow, di mana saling percaya yang memberikan rasa penghargaan dan keharmonisan dapat membuat anggota keluarga mencapai pengaktualisasian diri. Selain itu, saling percaya antara suami istri akan meringankan beban suami atau istri dalam menjalani kehidupan rumah tangganya karena mereka saling berpikir positif. Namun hendaklah setiap kepercayaan tersebut dapat di maknai dengan penuh tanggung jawab sehingga tidak akan ada rasa saling memanfaatkan satu sama lain.

Apabila hal-hal di atas tidak dapat tercapai, maka sangat mungkin ada potensi terjadi KDRT. KDRT dapat menimbulkan berbagai dampak yang merugikan, antara lain:

1. Dampak fisiologis, seperti cedera, pembengkakan pada organ tertentu hingga menyebabkan cedera yang berujung pada kematian
2. Dampak psikologis, seperti tekanan mental, menurunnya rasa percaya diri dan harga diri, mengalami rasa tidak berdaya, mengalami ketergantungan pada suami yang sudah menyiksa dirinya, mengalami stres pasca trauma, mengalami depresi, dan keinginan untuk bunuh diri. Tentu hal ini pun berkaitan erat pula dengan teori frustrasi-agresi yang mana korban mengarahkan agresi pada dirinya sendiri yaitu dengan mengakhiri hidupnya.
3. Dampak pada kinerja. Tekanan dari pelaku kekerasan membuat pikiran korban tidak fokus sehingga kinerja dan performa pekerjaan korban menjadi sangat buruk. Kemudian korban akan lebih banyak waktu dihabiskan untuk mencari bantuan pada saran teman sejawat satu pekerjaan atau bahkan psikolog dan psikiater, dan merasa takut kehilangan pekerjaan. Sehingga

kekerasan dalam rumah tangga ini mengganggu korban dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan pada dewasa madya, yang salah satunya adalah mempertahankan atau menjalankan pekerjaannya.

4. Anak sebagai korban KDRT. Anak-anak yang mengalami kekerasan akan merasakan bahwa peluang terjadinya perilaku yang kejam pada dirinya akan lebih tinggi dari hari ke hari. Selain itu anak dapat mengalami depresi, dan anak berpotensi untuk melakukan kekerasan pada pasangannya apabila telah menikah karena anak mengimitasi perilaku dan cara memperlakukan orang lain sebagaimana yang dilakukan oleh orangtuanya.

E. Penutup

Kekerasan dalam rumah tangga memiliki dampak negatif yang begitu besar pada seluruh anggota keluarga. Oleh karena itu, perlu adanya usaha untuk meningkatkan kesadaran dan memahami bagaimana KDRT bisa terjadi. Masing-masing individu perlu untuk mengetahui bagaimana cara mendeteksi kecenderungan perilaku KDRT dari anggota keluarga lainnya, agar pemicu yang dapat mengakibatkan kekerasan dalam rumah tangga dapat dikurangi atau bahkan dihilangkan.

Referensi

- Gerungan, W. A. 2004. *Psikologi sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Nasbianto, E. N. 1999. *Kekerasan dalam rumah tangga; Sebuah kejahatan yang tersembunyi (dalam Syafik Hasyim: Menakar Harga Perempuan)*. Bandung.
- Republik Indonesia. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004.
- Ihromi, T.O, 1999. *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Nurhadi & Syahrir. 2000. *Pengantar Psikologi Keluarga*. Jakarta: Bumi Aksara

- Lestari, Sri. 2013. *Psikologi Keluarga (Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga)*. Jakarta: Penanda Media Group.
- Yudiawan, D. 2017. *Miris, ada 259.150 kasus kekerasan terhadap perempuan setahun lalu*. Diakses dari <http://www.pikiran-rakyat.com/nasional/2017/03/08/miris-ada-259150-kasus-kekerasan-terhadap-perempuan-setahun-lalu-395556>

BAGIAN KEDUA: PROSES EDUKASI

Peran Orangtua dalam Perkembangan Identitas Vokasional Remaja

oleh Dian Ratna Sawitri

A. Pendahuluan

Pada abad ke-21 ini, perkembangan identitas vokasional yang sehat sangatlah penting bagi remaja (Creed, Kaya, & Hood, 2018). Identitas vokasional yang sehat menunjukkan bahwa remaja mampu memahami minat karirnya dan prioritas hidupnya, serta terlibat secara aktif dalam merencanakan arah karirnya (Holland, Daiger, & Power, 1980). Identitas vokasional merupakan gambaran yang jelas, stabil, dan koheren mengenai minat, cita-cita, dan kompetensi karir (Holland, 1985). Identitas vokasional mulai berkembang pada masa kanak-kanak, ketika anak-anak mulai mencari bimbingan dari orangtuanya dan menjadikan orangtuanya role model. Identitas vokasional semakin berkembang, stabil, dan jelas pada masa remaja ketika mereka mengeksplorasi beragam kemungkinan jalur karir dan mempersiapkan transisi dari suatu tahapan pendidikan ke tahapan pendidikan yang lebih tinggi atau ke dunia kerja (Kroger, 2007).

Identitas vokasional merupakan fondasi dalam mengambil keputusan karir dan memastikan hasil yang optimal dari proses perkembangan karir individu (Super, Savickas, & Super, 1996), yang akan menentukan kesuksesan dan kebahagiaan pada fase perkembangan individu selanjutnya (Porfeli, Lee, Vondracek, & Weigold, 2011). Pentingnya perkembangan identitas vokasional yang optimal pada remaja didukung pula oleh pendapat Erikson (1959, h. 92), yang mengemukakan bahwa *“in general, it is primarily the inability to settle on an occupational identity which disturbs young people”*. Artinya, problem-problem yang dialami remaja dan orang dewasa muda banyak yang berakar dari

belum terbentuknya identitas vokasional yang mantap. Perkembangan identitas vokasional yang terhambat dapat mengarah pada keraguan dalam mengambil keputusan karir, kebingungan peran, depresi, kecemasan, dan rendahnya harga diri (Strauser, Lustig, & Ciftci, 2008). Keterlibatan dalam tugas-tugas perkembangan karir dan pembentukan identitas vokasional merupakan aspek penting bagi perkembangan karir remaja dan merupakan indikator penting bagi perkembangan identitas secara keseluruhan (Flum & Blustein, 2006; Kroger, 2007). Menurut Skorikov dan Vondracek (1998), identitas vokasional berkembang lebih pesat dibandingkan dengan domain-domain identitas lainnya, dan memengaruhi perkembangan identitas individu secara keseluruhan (Sestito, Sica, Ragozini, Porfeli, Weisblast, & Di Palma, 2015).

Menurut Career Construction Theory (Savickas, 2002), pembentukan identitas vokasional mensyaratkan dilakukannya eksplorasi, perencanaan, pengambilan keputusan, dan keyakinan dalam mengambil keputusan karir. Sementara, tugas-tugas perkembangan karir yang penting pada masa remaja, yaitu mengenali minat, kapasitas, dan nilai-nilai karir, mencari dan mendapatkan pengetahuan tentang dunia kerja, dan pada akhirnya mengambil keputusan yang realistis mengenai jalur pendidikan dan karir yang akan ditempuh (Super, 1990).

B. Peran Orangtua

Literatur perkembangan karir menunjukkan bahwa perkembangan identitas vokasional dipengaruhi oleh faktor-faktor kontekstual, secara langsung maupun tidak langsung (Skorikov & Vondracek, 2011). Salah satu faktor kontekstual yang penting bagi perkembangan identitas vokasional adalah keluarga (Kerpelman, Pitman, & Lamke, 1997). Orangtua adalah sosok yang terlibat dalam kontak sehari-hari dengan anak, memiliki banyak kesempatan dalam mengamati perkembangan anak, dan mendiskusikan kemajuan-kemajuan yang mereka alami dalam bidang pendidikan maupun karir (Rogers, Creed, &

Praskova, 2018). Di sisi lain, remaja menjadikan orangtua sebagai rujukan utama untuk mendapatkan bantuan ketika akan mengambil keputusan-keputusan penting, seperti menetapkan cita-cita dan memilih jalur pendidikan (Witko, Barnes, Magnuson, & Bardick, 2005). Hal ini menunjukkan bahwa identitas vokasional berkembang sejalan dengan dilakukannya tugas-tugas perkembangan karir dan dibentuk oleh beragam faktor personal dan kontekstual (Creed & Hennessey, 2016; Skorikov & Vondracek, 2011).

Mengingat pentingnya orangtua sebagai referensi sekaligus sumber dukungan bagi remaja, untuk mengoptimalkan perkembangan identitas vokasional remaja, orangtua dapat berperan dalam beragam hal berikut ini. Pertama, memfasilitasi eksplorasi dan perencanaan karir. Penelitian-penelitian sebelumnya menguatkan bahwa eksplorasi dan perencanaan karir yang secara aktif dilakukan remaja dapat memfasilitasi pembentukan identitas vokasional pada remaja sampai dengan dewasa awal (Hirschi, Niles, & Akos, 2011). Eksplorasi karir merupakan suatu proses yang adaptif, meliputi bagaimana memperoleh informasi mengenai diri sendiri, beragam pekerjaan, dan kesesuaian antara diri dan pekerjaan melalui beragam sumber, yang pada akhirnya mengarah pada kristalisasi pilihan karir, dan pengambilan keputusan karir yang realistis (Porfeli, Lee, & Vondracek, 2013). Orangtua dapat memfasilitasi eksplorasi karir anak dengan cara langsung mengajak anak berhadapan dengan eksposur karir, seperti mengajak anak berkunjung ke *career expo*, memperkenalkan anak dengan rekan-rekan orangtua yang memiliki beragam profesi dan memfasilitasi komunikasi dengan orang-orang tersebut, serta memfasilitasi anak mendapat *career success story* dari beragam sumber.

Perencanaan karir merupakan proses strategis yang meliputi bagaimana individu melakukan sintesa informasi mengenai diri sendiri dan lingkungannya, serta menggunakan informasi tersebut sebagai dasar dalam menentukan keputusan-keputusan karir yang diambil, termasuk kapan keputusan tersebut

akan diambil (Phillips & Blustein, 1994). Orangtua dapat membantu anak melakukan perencanaan karir sebagai tindak lanjut dari proses eksplorasi karir, seperti membantu anak menentukan prioritas, menetapkan rencana jangka pendek dan panjang, memberikan *feedback* pada rencana yang dibuat anak, serta mempersiapkan *minimum requirements* untuk menapaki jalur pendidikan dan karir tertentu. Kondisi keluarga yang secara emosional kondusif merupakan situasi yang menguntungkan bagi anak dalam melakukan beragam eksplorasi dan perencanaan karir. Misalnya, kohesivitas yang tinggi dalam keluarga dan rendahnya konflik (Johnson, Buboltz, & Nichols, 1999) serta independensi emosional (Lopez, 1989) dapat mendukung terbentuknya identitas vokasional remaja.

Kedua, menjadi *role model*. Melalui cara dan kompetensi dalam menyelesaikan pekerjaan, orangtua dapat menjadi *role model* bagi anak dalam mempelajari sikap kerja, motivasi berprestasi, kepemimpinan, dan keyakinan dalam mengambil keputusan yang terkait dengan karir (Alliman-Brisset, Turner, & Skovhold, 2004). Nilai-nilai yang diyakini orangtua mengenai urgensi pendidikan dan aspirasi yang tinggi dapat merupakan contoh bagi anak dalam menentukan aspirasi dan mengambil keputusan dalam menempuh jalur pendidikan dan karir (Jodl, Michael, Malanchuk, Eccles, & Sameroff., 2001).

Ketiga, mengkomunikasikan ekspektasi terkait pendidikan dan karir kepada anak sejelas dan serealistis mungkin. Sikap remaja terhadap jalur pendidikan dan karir yang akan ditempuh dapat dipengaruhi oleh harapan-harapan yang dikomunikasikan oleh orangtua. Misalnya orangtua yang memiliki harapan bahwa anaknya dapat melanjutkan pendidikan ke universitas, akan mengarahkan anak untuk melakukan upaya-upaya terbaik, dan hal ini menjadikan anak menyadari pentingnya melanjutkan studi (Wettersten et al., 2005). Kejelasan ekspektasi dari orangtua memberi peluang kepada remaja untuk dapat mengukur seberapa jauh kapabilitas dan usaha yang dilakukannya

dapat memenuhi ekspektasi tersebut. Penelitian Wang dan Heppner (2002) menunjukkan bahwa dibandingkan dengan ekspektasi orangtua, seberapa jauh secara subjektif individu merasa dapat memenuhi harapan orangtua berkorelasi negatif lebih kuat dengan tekanan psikologis. Jika berlarut-larut, remaja akan terjebak dalam gambaran diri yang tidak nyata. Ketika individu merasa bahwa tidak dapat memenuhi ekspektasi orangtua, ia diharapkan untuk segera mengkomunikasikannya, karena kesenjangan antara kapasitas riil individu dengan ekspektasi karir orangtua mengarah pada munculnya tekanan psikologis. Di sisi lain, ketika orangtua mengetahui kesenjangan ini, orangtua sebaiknya segera menyesuaikan ekspektasi karirnya untuk anak dengan kompetensi dan kebutuhan anak (Sawitri, Creed, & Zimmer-Gembeck, 2014). Beberapa peneliti menguatkan hal ini, misalnya Bryant, Zvonkovic, dan Reynolds (2006) yang mengemukakan bahwa perilaku orangtua tidak dapat berkembang di ruang hampa dan searah. Misalnya ketika anak menunjukkan prestasi akademik yang tinggi, aspirasi akademik orangtua kepada anak bertambah, di sisi lain seberapa jauh orangtua memfasilitasi kompetensi anak akan mempengaruhi capaian akademik anak dan perkembangan karirnya (Feldman & Piirto, 2002).

Pentingnya perkembangan identitas vokasional pada remaja perlu diimbangi dengan peran orangtua dalam mendukung optimalitasnya. Dengan memfasilitasi eksplorasi dan perencanaan karir, menjadi *role model*, dan mengkomunikasikan ekspektasi terkait pendidikan dan karir kepada anak sejelas dan serealistis mungkin, orangtua dapat mendukung anak remajanya untuk menemukan identitas vokasional yang jelas dan stabil.

Referensi

Alliman-Brissett, A. E., Turner, S. L., & Skovholt, T. M. (2004). Parent support and African American adolescents' self-efficacy. *Professional School Counseling, 7*, 124 – 132.

- Bryant, B. K., Zvonkovic, A. M., & Reynolds, P. (2006). Parenting in relation to child and adolescent vocational development. *Journal of Vocational Behavior, 69*, 149-175.
- Creed, P. A., & Hennessey, D. A. (2016). Evaluation of a goal orientation model of vocational identity. *The Career Development Quarterly, 64*, 345-359.
- Creed, P. A., Kaya, M., & Hood, M. H. (2018). Vocational identity and career progress: The intervening variables of career calling and willingness to compromise. *Journal of Career Development*. Advanced online publications, 1-15.
- Flum, H., & Blustein, D. L. (2006). Reinvigorating the study of vocational exploration. *Journal of Vocational Behavior, 56*, 380-404.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle: Selected papers. *Psychological Issues, 1*, 1-171.
- Feldman, D. H., & Piiro, J. (2002). Parenting talented children. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting. Vol. 5. Practical issues in parenting* (2nd ed., pp. 195-219). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Holland, J. L. (1985). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. (2nd Ed). Englewoods Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Holland, J. L., Daiger, D. C., & Power, P. G. (1980). *My Vocational Situation. Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Hou, Z., & Leung, S. A. (2011). Vocational aspirations of Chinese high school students and their parents' expectations. *Journal of Vocational Behavior, 79*, 349-360.
- Jodl, K. M., Michael, A., Malanchuk, O., Eccles, J. S., & Sameroff, A. (2001). Parents' role in shaping early adolescents' occupational aspirations. *Child Development, 72*, 1274-1266.

- Johnson, P., Buboltz, W. C., & Nichols, C. N. (1999). Parental divorce, family functioning, and vocational identity. *Journal of Vocational Development*, 26, 137-146.
- Kerpelman, J. L., Pittman, J. F., & Lamke, L. K. (1997). Toward a microprocess perspective on adolescent identity development: An identity control theory approach. *Journal of Adolescent Research*, 12, 325-346.
- Kroger, J. (2007). *Identity development* (2nd ed). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Lopez, F. G. (1989). Current family dynamics, trait anxiety, and academic adjustment: Test of a family-based model of vocational identity. *Journal of Vocational Behavior*, 35, 76-87.
- Porfeli, E. J., Lee, B., & Vondracek, F. W. (2013). Identity development and careers in adolescents and emerging adults: Content, process and structure. In W. B. Walsh, M. L. Savickas, & P. J. Hartung (Eds.). *Handbook of vocational psychology. Theory, research, and practice*. 4th Ed. New York, NY: Routledge.
- Porfeli, E. J., Lee, B., Vondracek, F. W., & Weigold, I. K. (2011). A multi-dimensional measure of vocational identity status. *Journal of Adolescence*, 34, 853-817.
- Rogers, M. A., Creed, P. A., & Praskova, A. (2018). Parent and adolescent perceptions of adolescent career development tasks and vocational identity. *Journal of Career Development*, 45, 34-49.
- Savickas, M. L. (2002). Career construction. In D. Brown & Associates (Eds.). *Career choice and development* (4th ed, pp. 149 – 205). San Fransisco, CA: Jossey Bass.
- Sawitri, D. R., Creed, P. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). Parental influences and adolescent career behaviours in a collectivist cultural setting. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 14, 161-180.

- Sestito, L. A., Sica, L. S., Ragozini, S., Porfeli, E., Weisblast, G., & Di Palma, T. (2015). Vocational and overall identity: A person-centered approach in Italian university students. *Journal of Vocational Behavior, 91*, 157-169.
- Skorikov, V. B., & Vondracek, F. W. (1998). Vocational identity development: Its relationship to other identity domains and to overall identity development. *Journal of Career Assessment, 6*, 13-35.
- Skorikov, V. B., & Vondracek, F. W. (2011). Occupational identity. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.). *Handbook of identity theory and research* (pp. 693-714). New York, NY: Springer.
- Strauser, D. R., Lustig, D. C., & Ciftci, A. (2008). Psychological well-being: its relation to work personality, vocational identity, and career thoughts. *Journal of Psychology, 142*, 21-35.
- Super, D. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown, & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development* (2nd ed., pp. 197 – 261). San Francisco, CA: Jossey Bass.
- Wang, L.-F., & Heppner, P. P. (2002). Assessing the impact of parental expectations and psychological distress on Taiwanese college students. *The Counseling Psychologist, 30*, 582-608.
- Wettersten, K. B., Guilmino, A., Herrick, C. G., Hunter, P. J., Kim, G. Y.,...McCormick, J. (2005). Prediction educational and vocational attitudes among rural high school students. *Journal of Counseling Psychology, 52*, 658-663.
- Witko, K., Barnes, K. B., Magnusson, K., & Bardick, A. D. (2005). Senior high school career planning: What students want. *Journal of Educational Enquiry, 6*, 34-49.

Mediasi Orangtua Dalam Membentuk Resiliensi Generasi Digital

oleh Dian Veronika Sakti Kaloeti, Jati Ariati, Annastasia Ediati

A. Pendahuluan

Generasi yang lahir pada pergantian abad ke-21 adalah generasi yang telah mengenal teknologi digital sejak lahir dan dikenal sebagai pribumi digital (Prensky, 2009). Generasi ini juga telah disebut sebagai Generasi Net atau Millennials (Howe & Strauss, 2000). Kepopuleran dari media digital sekarang ini serta ragam aplikasi yang dimilikinya telah membawa beberapa perubahan yang signifikan, di mana memperkenalkan jalur interaksi dan perantara komunikasi baru. Kondisi ini memainkan peran yang semakin penting dalam hubungan di antara orangtua dan anak. Kompleksitas perkembangan teknologi dan keragaman konten dalam media digital seperti Internet, permainan daring merupakan tantangan tersendiri bagi orangtua. Mereka dituntut untuk memiliki literasi dan keahlian tentang penggunaan teknologi agar mampu mengimplementasikannya dalam pengasuhan pada anak. Media digital dalam artikel ini meliputi penggunaan Internet, media sosial dan aplikasi lain yang menyertai.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menyatakan bahwa penggunaan media digital telah meningkat tajam pada anak-anak selama beberapa dekade terakhir, hal ini ditandai dengan meningkatnya keanggotaan situs jejaring sosial dan peningkatan penggunaan teknologi seluler seperti ponsel pintar dan tablet. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa kehidupan digital menghasilkan bentuk-bentuk interaksi sosial yang baru. Dengan memperluas jaringan menggunakan platform media sosial, mereka dapat terhubung secara daring melalui komunitas yang diminati. Saat ini sudah menjadi hal umum ketika menemukan anak-anak dengan usia antara 6-11 tahun difasilitasi dengan ponsel pintar dan aktif terlibat

dalam penggunaan media sosial. Media sosial sendiri memiliki pengertian pada berbagai layanan berbasis internet dan seluler yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi dalam pertukaran daring serta berkontribusi pada konten yang dibuat pengguna atau bergabung dengan komunitas daring.

Penelitian yang dilakukan oleh UNICEF mengenai penggunaan media digital seperti internet di Indonesia menunjukkan bahwa di antara responden penelitian yang merupakan generasi muda, berusia 10 – 19 tahun, 98 persen dari mereka mengetahui mengenai internet dan 79.5 persen mengakui bahwa mereka merupakan pengguna internet (Kompas, 2014). Pada tahun 2016, survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan data yang mengejutkan, bahwa anak-anak usia 10 – 14 tahun merupakan salah satu kelompok usia yang aktif dalam menggunakan media digital, yang dalam kasus ini yaitu internet dan media sosial (APJII, November 2016).

B. Pengaruh Media Digital terhadap Kesehatan Mental

Beberapa penelitian yang sudah dilakukan telah mengidentifikasi mengenai dampak yang bersifat merusak dari penggunaan media digital pada kesehatan mental. Hal ini terkait dengan meningkatnya depresi, kecemasan, gangguan kepribadian anti sosial, perilaku kompulsif, dan rendah diri serta naiknya tingkat tekanan psikologis dan keinginan untuk bunuh diri (Chou & Edge, 2012; Kross dkk, 2013; Rosen, Cheever & Carrier, 2012; Sampasakanyinga & Lewis, 2015). *Cyberbully* pada masa kanak-kanak juga merupakan faktor resiko utama pada permasalahan kesehatan mental dan seringkali terbawa sampai masa dewasa (Scott, Dale, Russel & Wolke, 2016). Masalah kesehatan mental yang timbul pada masa remaja, jika tidak ditangani dengan baik juga akan berdampak pada perkembangan selanjutnya (Ediati, 2015) dan meningkatkan masalah emosional serta perilaku individu (Kaloeti, 2016).

C. Mediasi Orangtua dan Resiliensi Generasi Digital

Orangtua mengembangkan berbagai rutinitas untuk membimbing penggunaan media anak-anak, di mana hal ini digambarkan sebagai '*parental mediation*' (mediasi orangtua). Mediasi orangtua didefinisikan oleh Warren (2005) sebagai strategi apa pun yang digunakan orangtua untuk mengontrol, mengawasi, atau menafsirkan konten media untuk anak-anak. Penelitian mediasi orangtua juga secara meyakinkan menunjukkan bahwa orangtua memvariasikan strategi pengenalan digital yang mereka lakukan sesuai dengan pandangan mereka tentang efek positif dan negatif dari media terhadap anak-anak. Di satu sisi, orangtua dapat menganggap media digital sebagai media yang menyediakan kesempatan bagi anak untuk belajar (Vaala & Bleakley, 2015). Namun, pada saat yang sama, orangtua dapat khawatir, karena menganggap media sebagai penghalang untuk menikmati waktu keluarga atau sebagai ancaman terhadap kesehatan dan perkembangan anak.

Sebagian besar strategi mediasi orangtua yang diteliti dalam penelitian sebelumnya pada awalnya berasal dari penelitian yang dilakukan oleh Valkenburg, Krcmar, Peeters, dan Marseille (1999) mengenai strategi *parental mediation* untuk mengatur tayangan televisi anak-anak. Strategi tersebut termasuk mediasi instruktif (aktif), mediasi restriktif, dan mediasi *coviewing*.

Mediasi aktif diartikan sebagai kegiatan diskusi, keterlibatan orangtua dalam mengajak anak untuk mendiskusikan program maupun konten aktivitas digital anak pada saat anak melakukan aktivitas tersebut (menonton, membaca, mendengarkan). Mediasi restriktif didefinisikan sebagai pemberian aturan terhadap penggunaan media seperti konten yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan, durasi penggunaan media, misalnya boleh menonton YouTube hanya pada hari Sabtu dan maksimal 2 jam, melakukan filter terhadap situs-situs daring. Orangtua yang melakukan mediasi restriktif jarang melibatkan proses

diskusi dengan anak mengenai tujuan, alasan maupun dampak yang ditimbulkan ketika anak menonton atau mengakses konten yang dilarang (Nathason & Yang, 2005). Mediasi *coviewing* adalah kegiatan menonton bersama orangtua dan anak tanpa mendiskusikan mengenai konten atau cara penggunaan media tersebut. Pada mediasi ini, orangtua hadir menemani saat anak menggunakan media digital. Nikken dan Janz (2006) menamakan tipe mediasi ini mediasi *coplaying*, ketika anak menggunakan permainan di tablet, laptop atau komputer.

Penelitian Berson dan Berson (2005) menemukan orangtua yang menggunakan mediasi aktif, efektif dalam mengurangi risiko yang dimunculkan ketika anak mengakses Internet. Ketika orangtua melakukan *coviewing*, tampaknya tidak mendorong terjadinya refleksi kritis pada anak atas media yang digunakan karena tidak adanya proses diskusi atas media tersebut. Nathason (2001) menyatakan, mediasi *coviewing* meningkatkan efek negatif dari penggunaan media seperti agresivitas. Tidak tersedianya respon atau proses diskusi dipersepsikan anak sebagai “*silent positive endorsement*” terhadap konten yang diakses. Minimnya respon orangtua akan direpresentasikan anak sebagai tanda positif, bahwa kegiatan yang dilakukan bermanfaat dan konten yang diakses adalah baik.

Livingstone dan Palmer (2016) memaparkan terkait dengan interaksi daring, orangtua dapat melakukan mediasi aktif seperti interaksi orangtua dan anak tentang aktivitas daring yang dilakukan bersama-sama; mediasi restriktif dapat terjadi melalui aturan dan batasan yang ditempatkan orangtua pada aktivitas daring anak; dan pemantauan adalah pengawasan non-interaktif dari aktivitas daring anak, seperti memeriksa pesan teks atau riwayat browser web.

Lebih jauh, orangtua yang khawatir mengenai risiko dan bahaya media digital dapat membatasi jumlah barang elektronik di rumah. Orangtua yang merasa bahwa media menawarkan peluang pendidikan atau hiburan lebih sering menggunakan media bersama dengan anak mereka atau secara aktif

mendiskusikan konten (Nikken & Jansz, 2013; Warren 2005). Sebuah studi dari Amerika Serikat, mengidentifikasi bahwa orangtua dari anak yang usia 0-8 tahun cenderung untuk menggunakan teknologi atau media digital dalam mengajarkan sesuatu ke anak dibandingkan dengan aktivitas lain (Wartella, Rideout, Lauricella, & Connell, 2013). Wartella dkk (2013) juga memaparkan, sebanyak 60 persen orangtua mengandalkan teknologi untuk membantu anak belajar di luar lingkungan sekolah Penelitian terhadap anak usia 12-14 tahun juga menemukan bahwa orangtua bertindak sebagai model perilaku penggunaan Internet oleh anak-anak mereka (Vaala & Bleakley, 2015). Penelitian dari Singapura menemukan bahwa orangtua percaya bahwa Internet membuat anak-anak mereka lebih berpengetahuan karena Internet menyediakan informasi yang tidak terbatas dan memungkinkan anak-anak untuk menemukan informasi dengan mudah dan cepat (Shin, 2015). Manfaat Internet pada penelitian tersebut lebih dilihat sebagai akses yang memberikan banyak aspek positif ke anak seperti adanya sumberdaya dan kenyamanan, di mana hal tersebut melebihi aspek negatif yang bisa didapatkan anak dari penggunaan teknologi oleh anak-anak.

Terlepas dari risiko yang dihadapi anak-anak, dunia digital tetap menjadi salah satu sumber daya potensial yang pernah dimiliki manusia. Terlalu sering kita fokus pada bahaya dan risiko, mengabaikan semua hal positif dan peluang yang ditawarkan dunia Internet kepada anak-anak demi menjaga mereka tetap aman. Livingstone berpendapat bahwa para orangtua perlu lebih maju dalam memahami informasi keamanan daring dan masalah penggunaan Internet sebagai masalah yang tidak dapat dipisahkan dari anak-anak (Ólafsson dkk, 2013).

Banyak peneliti yang mempelajari mengenai apa yang membantu anak-anak bertahan dalam konteks kesulitan yang ekstrim, seperti kelaparan, perang atau pelecehan yang berkepanjangan. Era digital memang menimbulkan

tantangan bagi anak-anak, dan mengembangkan resiliensi akan membantu mereka untuk mengatasi tantangan tersebut. Namun, definisi resiliensi yang digunakan untuk mengatasi kesulitan atau bangkit dari trauma berat jelas tidak sesuai dengan resiliensi di dunia daring. Resiliensi digital yang sesungguhnya berarti berkembang, bukan hanya bertahan atau menghindari bahaya dan memulihkan diri dari peristiwa tidak menyenangkan ketika beraktivitas daring, tetapi juga memanfaatkan peluang yang diberikan oleh teknologi.

Hubungan orangtua-anak yang positif merupakan dasar dari proses pembentukan resiliensi (Lopez & Snyder, 2011). Mediasi orangtua merupakan salah satu bagian dari relasi orangtua-anak, di mana interaksi yang terjadi di dalamnya akan membuat anak memperoleh keterampilan dan pengalaman yang dapat digunakan untuk mencapai resiliensi digital.

Berpartisipasi aktif dalam kehidupan digital anak dengan menawarkan kesempatan serta mendampingi anak-anak untuk belajar tentang kehidupan sosial melalui penggunaan media terarah, akan menghasilkan pemikiran kreatif dan membantu mereka mengekspresikan identitas dirinya (Ólafsson, Livingstone & Haddon, L, 2013).

Media juga dapat menjadi sumber penting untuk memberikan dukungan psikologis bagi anak-anak. Mediasi orangtua merupakan salah satu pendekatan berbasis kekuatan (*protective-based approach*) yang berfokus pada pengembangan keterampilan dan kemampuan resiliensi digital anak. Sangat penting untuk memaksimalkan manfaat dan mengurangi potensi risiko di media digital dan platform yang mereka gunakan. Ketika seorang anak mampu mengembangkan pola pikir yang tangguh, ia akan dapat menghadapi stres dan tekanan secara lebih efektif, mengatasi tantangan sehari-hari, dan bangkit kembali dari kesulitan (Goldstein & Brooks, 2005).

Berdasarkan dari kondisi-kondisi diatas, penggunaan media pada anak-anak harus dapat ditangani secara bijak, salah satu yang sangat penting

dilakukan yaitu dengan menyediakan mediasi orangtua, di mana hal ini dapat memberikan perlindungan pada anak secara daring dan mengurangi faktor resiko yang akan mereka hadapi. Mediasi yang dilakukan oleh orangtua juga akan membantu menumbuhkan kompetensi interpersonal digital, menjadi pribadi yang resilien secara digital. Anak-anak yang memiliki resiliensi mempunyai kemampuan dalam menghadapi resiko fisiologis dan psikologis, responsif secara emosional, keterampilan sosial yang baik, dan regulasi diri (Kaloeti, 2016).

Referensi

- APJII. (November, 2016). Survei jumlah dan perilaku pengguna internet Indonesia tahun 2016. *Buletin APJII Edisi 5*. Jakarta: APJII
- Chou, H. G., and Edge, N. (2012). “They are happier and having better lives than I am”: The impact of using Facebook on perceptions of others’ lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15, 117-21
- Ediati. A. (2015). Profil problem emosi/perilaku pada remaja pelajar SMP-SMA di Kota Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*. 14(2). 190-198
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2005). *Handbook of resilience in children*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers
- Howe, N., & Strauss, W. (2000). *Millennials rising: The next great generation*. New York, NY: Vintage Books
- Kaloeti. D.V.S. (2016). Prison parenting rehabilitation programs as a way to reduce traumatic experience caused by parental incarceration. In E. Witruk. S. Novita. Y. Lee & D. S. Utami (Eds.). *Dyslexia and traumatic experiences* (pp. 151 – 156). Frankfurt am main: Peter Lang
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., & Lin, N. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS One*, 8(8), 1-6

- Ólafsson, K., Livingstone, S., & Haddon, L. (2013). *Children's use of online technologies in Europe: A review of the European evidence base*. LSE, London: EU Kids Online
- Lopez, S.J., & Snyder, C.R. (2011). *The oxford handbook of positive psychology (2nd Ed)*. New York: Oxford University Press
- Nathanson, A., & M. Yang. 2005. *Reconceptualizing coviewing as a kind of mediation*. Conference Paper, International Communication Association, New York, NY: 1-25.http://www.allacademic.com//meta/p_mla_apa_research_citation/0/1/3/1/1/pages13116/p13116-1.php
- Nikken, P., & J. Jansz. (2006). Parental mediation of children's videogame playing: a comparison of the reports by parents and children. *Learning, Media, & Technology* 31: 181-202
- Prensky, M. (2009). H.Sapiens Digital: From digital immigrants and digital natives to Dig. *Innovate: Journal of Online Education*, 5(3),1
- Roberts, D., Foehr, U., & Rideout, V. (2005). *Generation M: Media in the lives of 8–18-year olds*. Menlo Park, CA.: Kaiser Family Foundation
- Rosen, L. D., Cheever, N. A., & Carrier, L. M. (2012). *iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us*. New York, NY: Palgrave Macmillan
- Sampasa-Kanyinga, H., & Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7): 380-385. doi:10.1089/cyber.2015.0055
- Scott, E., Dale, J., & Russel, R. & Wolke, D. (2016). People who are being bullied—do they want general practice support?,*BMC Family Practice*,1-9. doi: <https://doi.org/10.1186/s12875-016-0517-9>

- Shin, W. (2015). Parental socialization of children's Internet use: A qualitative approach, *New Media and Society*, 17(5), 649-665. doi: <https://doi.org/10.1177%2F1461444813516833>
- Vaala, S.E., & Bleakley, A. (2015). Monitoring, mediating and modelling: Parental influence on adolescent computer and internet use in the United States. *Journal of Children and Media*, 9(1), 1-18
- Valkenburg, P. M., Krcmar, M., Peeters, A. L., & Marseille, N. M. (1999). Developing a scale to assess three different styles of television mediation: "instructive mediation," "restrictive mediation," and "social covieing." *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 43, 52-66.
- Warren, R. (2005). Parental mediation of children's television viewing in low-income families. *Journal of Communication*, 55, 847-863
- Wartella, E., Rideout, V., Lauricella, A., & Connell, S. (2013). *Parenting in the age of digital technology: A national survey*. Evanston, IL: Report of the Center on Media and Human Development, School of Communication, Northwestern University

Pola Pembelajaran Nilai-nilai Kehidupan dalam Keluarga

oleh Darosy Endah Hyoscyamina

A. Pengantar

Kemajuan suatu negara tidak tergantung pada umur negara tersebut. Kemajuan negara tergantung sikap hidup sumber daya manusianya yang memiliki ketaqwaan dan karakter positif, yakni integritas, tanggung jawab, kejujuran, hormat pada peraturan dan orang lain, bekerja sungguh-sungguh, empati, jujur, serta disiplin. Pendidikan karakter merupakan sesuatu yang penting dan menjadi kebutuhan bagi bangsa Indonesia guna menumbuhkan nilai-nilai kebajikan dan menghapus budaya negatif yang kian menjamur. Pendidikan karakter bisa dikatakan sebagai suatu penilaian subjektif seseorang terhadap orang lain pada kualitas mental dan moral atau yang berkaitan dengan atribut kepribadian yang diterima oleh masyarakat.

Begitu lahir, seorang bayi mulai mengenal lingkungan dari orang-orang terdekatnya terutama keluarga. Jiwa mereka yang masih bersih, lembut, akan sangat mudah dibentuk dan dicorakkan oleh lingkungan pertamanya. Anak adalah amanah Allah SWT kepada orangtua. Anak memiliki hati yang masih suci, bersih dari segala corak dan warna, serta siap dibentuk untuk dijadikan apa saja tergantung keinginan pembentuknya. Jika anak dibiasakan dan dibina untuk menjadi baik, maka ia akan menjadi baik. Kedua orangtua, para guru, serta pendidiknya pun akan menuai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Sebaliknya, jika anak dibiasakan terhadap keburukan dan diabaikan pembinaannya, maka buruklah jadinya dan ia pun merugi. Orangtua dan para pendidiknya akan turut menanggung dosanya. Senada dengan itu Abdul A'la menyatakan, "Para pemuda itu tumbuh menjadi dewasa tergantung bagaimana orangtuanya membiasakan mereka, pemuda tidak dapat ditaklukkan oleh akal semata

melainkan oleh pembiasaan beragama dari orang-orang terdekatnya.” (Ibnu Abdul, 2004).

Pola asuh sehari-hari dan kebiasaan dalam keluarga menjadi faktor penting yang tidak bisa lepas dalam perkembangan karakter seseorang anak karena akan terus terbawa sampai dewasa bahkan sampai mereka membentuk keluarga sendiri. Nilai-nilai kehidupan pertama kali dikenal anak berasal dari keluarga, terutama orangtua. Anak belajar kasih sayang melalui cara orangtua menunjukkan kasih sayang mereka pada anak-anaknya. Anak belajar disiplin melalui kebiasaan disiplin orangtua. Sehingga pola-pola perilaku dan kebiasaan yang diterapkan dalam keluarga akan menjadi acuan dalam bersikap dan berperilaku. Keluarga dibutuhkan manusia sebagai tempat berlindung; sarana dalam mengarahkan menuju keutamaan dalam hidup.

B. Keluarga

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang punya peranan penting dalam mengembangkan karakter dan kepribadian individu. Hidup berkeluarga adalah impian bagi kebanyakan orang karena merupakan salah satu sumber kebahagiaan. Namun berkeluarga dapat dianalogikan layaknya sebuah kapal yang sedang berlayar mengarungi perjalanan mengarungi lautan dengan banyak tantangan gelombang dan badai, oleh karena itu tercapainya ‘pulau’ kebahagiaan tergantung pada ‘kemudi’ kapal itu (orangtua).

Keluarga merupakan ruh bagi tiap orang. Namun tak sedikit keluarga yang tak mampu menciptakan ruh positif ini. Ketiadaan cinta di dalam keluarga merupakan salah satu penyebabnya. Di zaman sekarang ini, banyak kita temui keluarga-keluarga dengan banyak anak sekaligus sukses mendidik putra-putrinya. Sebaliknya, tidak sedikit kita temui keluarga dengan sedikit anak, namun merasa kesulitan saat mengasuhnya. Ada kisah nyata dari pasangan Muttammimul Ula dengan Wirianingsih, sosoknya dapat dijadikan teladan

dalam membangun keluarga dan mendidik ke sebelas putra putrinya yang semuanya mengukir prestasi menjadi penghafal Al-Quran di usia muda, di samping ada yang menjadi siswa teladan, ada yang kuliah di UI, juara lomba pidato bahasa Arab, juara olimpiade dan masih banyak prestasi lain.

Wirianingsih berbagi pengalaman menjadi ibu, “Kekayaan kami adalah anak-anak sholih-sholihah dan buku, setiap liburan selalu mengajak anak-anak ke toko buku. Tujuh tahun pertama tanpa televisi, setiap hari anak-anak diperdengarkan murotal Qur’an. Orangtua mengajari sendiri bacaan Quran, orangtua harus mampu membagi waktunya dengan baik untuk mendampingi perkembangan anak- anaknya, bukan hanya sibuk mencukupi materi dan habis waktu untuk mengejar karier. Sesibuk apapun menjelang tidur kami selalu menceritakan kisah – kisah teladan para nabi dan rasul; bakda subuh dan bakda maghrib adalah waktu interaksi dengan Al-Qur’an selalu menyemangati anak dengan ucapan yang lembut “Nak, kami bangga dengan kamu, meskipun sulit tapi kamu disiplin menyetorkan hafalan dua ayat setiap hari; anak- anak sejak usia 5 tahun sudah dibiasakan bangun sebelum subuh dan diajak sholat berjamaah di masjid.” Menurut Wiriaingsih, salah satu tantangan di masa pembentukan karakter anak adalah keistiqomahan. Orangtua harus konsisten mengontrol anak-anak dari pengaruh negatif yang melalaikan waktu (HP, internet, TV, Film, musik), ada *agreement* dalam keluarga dan yang sangat penting doa orangtua. Tidak ada kata terlambat untuk suatu kebaikan. Mau dibawa ke mana keluarga kita, itu pilihan kita.

C. Nilai – Nilai dalam Keluarga

Sebagai hamba Allah SWT, bukan hamba uang, bukan hamba karier, bukan hamba kedudukan, bukan hamba kecantikan, seharusnya manusia memahami bahwa berkeluarga adalah sumber kebahagiaan sekaligus sarana untuk beribadah kepada Allah SWT, menjaga kesucian diri dan merealisasikan

amal dengan visi ridha Allah SWT. Dengan visi itu, pasangan akan senantiasa berusaha membangun kompetensi (segala pengetahuan, ketrampilan dan sikap dasar) serta melakukan aktivitas-aktivitas yang sesuai dengan visi itu.

Banyak nilai-nilai dalam Al-Qur'an yang bisa menjadi panduan kehidupan berkeluarga, misalnya :

- a. Konsep saling menjaga, yaitu konsep setiap anggota keluarga harus saling menjaga diri dari api neraka (QS At-Tahrim : 6).
- b. Konsep saling nasihat-menasihati setiap anggota keluarga. Dalam QS Al-Asr ayat ke 3 Allah SWT berfirman, "Saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran". Perlu ada saling mengingatkan antara suami istri dan anak. Suami istri idealnya mengikuti komunitas tarbiyah atau majelis taklim yang bisa dijadikan sarana untuk mendapatkan ilmu dan nasihat.
- c. Konsep saling tolong menolong, yaitu dalam perencanaan dan pengelolaan keluarga suami-istri harus berbagi peran dan tanggung jawab, menerima segala kelebihan dan kekurangan pasangan hidup dan juga anak-anak kita.
- d. Konsep kepemimpinan, yaitu bahwa suami sebagai imam/pemimpin dalam keluarga menuju ridha Allah SWT sedangkan istri harus mampu berperan sebagai pendamping suami.
- e. Konsep *syuro'* (musyawarah) dalam keluarga, dan masih banyak lagi yang lainnya.

Nilai-nilai tersebut berguna untuk memaknai visi yang akan menjiwai setiap aktivitas dalam keluarga sehingga menjadi keluarga yang visioner. Keluarga visioner tersebut merancang langkah dan tahapan yang akan dilakukan untuk mewujudkan visi yang dibangun atas kesepakatan bersama. Pembagian peran, saling bekerjasama, dan saling membantu dalam menjalankan visi yang telah dibangun bersama.

Sudarminta (2006) mengatakan bahwa penghargaan dan penghayatan akan nilai – nilai kehidupan merupakan panduan dan pengarah bagi setiap orang untuk bersikap serta berperilaku. Selanjutnya dikatakan bahwa orang yang beradab adalah orang yang memiliki sopan santun, cita rasa seni dan keindahan, mampu menghargai diri sendiri dan orang lain, bersikap hormat terhadap keluhuran martabat manusia, memiliki cita rasa moral dan cita rasa rohani, diwujudkan secara konsisten dalam perilaku.

Disiplin ialah kesadaran untuk mentaati nilai, norma dan aturan yang berlaku dalam keluarga atau masyarakat. Tujuan disiplin adalah untuk mengupayakan pengembangan anak menjadi manusia yang baik yang dapat menjadi sahabat, tetangga, dan warga negara yang baik. Kedisiplinan anak jelas akan mempengaruhi perilakunya di lingkungan apapun termasuk didalamnya adalah lingkungan keluarga (rumah), sekolah, dan masyarakat. Kedisiplinan di rumah termanifestasi dalam perilaku melakukan kegiatan secara teratur, termasuk di dalamnya ibadah kepada Tuhan YME, melakukan tugas-tugas pekerjaan rumah tangga (membantu orangtua), menyiapkan dan membenahi keperluan belajarnya, serta mematuhi tata tertib yang berlaku di rumah. Kedisiplinan di lingkungan sekolah diwujudkan dalam kedisiplinan pelaksanaan tata tertib sekolah. Disiplin tidak bisa terbentuk secara otomatis melainkan melalui proses pembelajaran secara terus-menerus, sungguh-sungguh, dan menyempurnakan dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. Hal ini tercipta melalui proses pembelajaran terutama melalui keluarga, pendidikan, dan pengalaman atau pengenalan lingkungan dari keteladanan lingkungannya secara terus-menerus.

Sikap menghargai dan rasa hormat kepada diri sendiri dan orang lain, kepedulian serta rasa cinta kepada alam semesta sebagai rasa syukur atas anugerah yang diberikan oleh Tuhan YME, kemampuan mengatur emosi,

santun, toleransi, cinta damai, perilaku yang bertanggung jawab, serta perilaku disiplin sekarang ini sudah tidak lagi dipandang sebagai nilai-nilai kehidupan yang penting dalam memandu dan mengarahkan kehidupan manusia.

Nilai-nilai kehidupan dipelajari melalui pola-pola dan kebiasaan yang dilakukan oleh orang-orang yang ada di sekitar individu. Anak meniru orangtua, guru, teman-teman sekolah, dan lingkungan masyarakat. Lingkungan masyarakat menjadi acuan dalam bersikap dan berperilaku. Pendidikan penanaman nilai-nilai akan lebih efektif bila dijalankan melalui proses penyadaran dan pembiasaan. Proses pembiasaan ini terutama dilakukan sejak dini di keluarga karena pendidikan pertama dan penanaman nilai-nilai mulia bagi anak adalah keluarga.

Live skills education merupakan suatu kesatuan antara pengetahuan, penanaman nilai - nilai, sikap, dan ketrampilan (Ajikusuma, 2010). *Live skills education* tercakup di dalamnya empat komponen penting dan mendasar :

- a. Pemahaman siapa aku; menyadarkan individu bahwa setiap manusia diciptakan Allah SWT dengan dianugerahi kelebihan dan kekurangan masing-masing. Pemahaman “siapa aku” menjadikan manusia dapat lebih bersikap rendah hati, tidak sombong, percaya diri, berpikir positif, peduli akan lingkungan, disiplin, menahan emosi, mengontrol diri, dan bertanggung jawab.
- b. Pemahaman apa tujuan hidupku; menyadarkan dan membantu anak untuk merefleksikan dan meninjau kembali apa makna kehidupan bagi dirinya agar bisa bahagia dan bermakna bagi orang lain.
- c. Pemahaman akan orang-orang yang ada di sekitarku; manusia adalah makhluk individu yang bebas memilih di samping makhluk sosial yang ada dan hidup di antara manusia-manusia lain. Kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain menjadi komponen yang penting sebagai makhluk sosial.

- d. Ketrampilan untuk membuat suatu keputusan; membuat keputusan bukanlah suatu hal yang mudah karena membutuhkan suatu ketrampilan tersendiri. Diperlukan kemampuan berpikir, kreatif, kritis serta kemampuan memecahkan masalah yang sejatinya dapat dikembangkan melalui latihan. Faktor penting dalam membuat keputusan adalah informasi dan pengetahuan yang cukup serta terus berkembang yang didapat dari pengalaman, apa yang dilihat, didengar, dan dirasa sehingga keputusannya terarah, jelas, serta diperhitungkan.

D. Pengembangan Menuju Nilai – Nilai Kehidupan

Keluarga memiliki peran yang dominan dalam proses pengembangan nilai – nilai kehidupan anak. Di samping berfungsi sebagai *transmitte* budaya atau mediator sosial budaya anak, keluarga juga bertanggung jawab terhadap pendidikan karakter anak yang akan menjadi bekal dalam menjadi warga negara yang baik. Dengan kata lain, keluarga sebagai basis dalam pendidikan karakter, artinya bahwa upaya keluarga dalam meningkatkan disiplin anak di sini adalah cara-cara yang dipergunakan dalam menanamkan atau memasukkan nilai-nilai, norma ke dalam diri anak sehingga anak memiliki nilai- nilai mulia dalam kehidupannya. Upaya-upaya tersebut adalah :

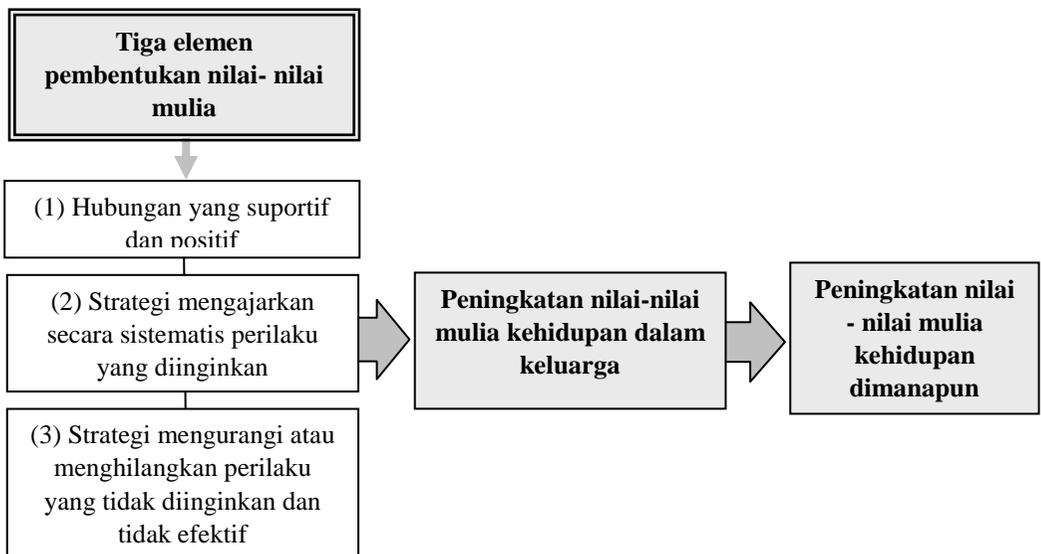
1. Keteladanan diri dari orangtua. Anak adalah pengamat perilaku terbaik, sehingga apapun yang dilakukan oleh orangtua akan dicontoh oleh anak. Orangtua, sebagai teladan, dituntut hal yang sama dalam mentaati nilai-nilai disiplin, sehingga akan menjadi bantuan secara utuh oleh anak yang memudahkan anak menangkap dan mengikuti.
2. Kebersamaan dalam merealisasikan nilai-nilai moral. Dalam pembuatan aturan dapat diciptakan bantuan diri, khususnya bagi anak maupun anggota lain. Tujuannya adalah tercipta aturan-aturan umum yang ditaati bersama dan aturan-aturan khusus yang dapat dijadikan pedoman diri bagi masing-

masing anggota keluarga. Dengan upaya tersebut, orangtua menciptakan situasi dan kondisi yang mendorong serta merangsang anak untuk senantiasa berperilaku yang sesuai dengan aturan.

3. Memberi tugas dan tanggung jawab. Pemberian tugas perlu untuk memperhatikan kesesuaian dengan kemampuan anak dan penjelasan sebelum anak melaksanakan tugas. Dalam hal ini, orangtua bertindak sebagai tutor, yaitu pembimbing perseorangan atau kelompok kecil dan akhirnya anak disuruh melaporkan hasilnya.
4. Kemampuan menghayati dunia anak. Anak memahami bahwa bantuan orangtua bermakna bagi dirinya untuk memiliki dan mengembangkan nilai-nilai moral sebagai dasar berperilaku jika orangtua berangkat dari dunianya. Artinya, orangtua perlu menyadari bahwa anak tidak bisa dipandang sama dengan dirinya. Ini merupakan syarat esensial pertemuan makna. Jika orangtua tidak dapat menghadirkan pertemuan makna dengan anak tentang nilai-nilai dan moral yang dikemas, maka bantuan orangtua dirasakan sebagai pendiktean oleh anak.
5. Konsekuensi logis. Konsekuensi logis, baik dalam kehidupan di rumah maupun di luar rumah, dibuat dan ditaati bersama oleh semua anggota keluarga. Aturan-aturan ini dibuat agar mereka sejak awal menyadari konsekuensi yang harus diterima jika melakukan pelanggaran-pelanggaran terhadap nilai-nilai moral. Konsekuensi ini berbeda dengan hukuman karena mereka sendirilah yang menetapkan sesuatu yang harus diterima jika melanggar aturan. Dengan perkataan lain, aturan-aturan yang dibuat dan ditetapkan disadari sebagai wahana untuk mempertahankan dan meningkatkan kepemilikan atas nilai-nilai moral.
6. Kontrol orangtua terhadap perilaku anak. Tujuan kontrol perlu dikomunikasikan kepada anak, sehingga dapat dirasakan sebagai bantuan. Kontrol pada anak yang masih kecil disertai dengan contoh-contoh konkret

untuk mengembalikan anak pada perilaku yang taat moral. Bentuk kontrol berbeda dengan anak yang menginjak masa remaja. Kontrol terhadap anak yang menginjak remaja dapat dimulai dengan jalan dialog terbuka.

7. Nilai moral disandarkan pada nilai-nilai agama. Sumber nilai-nilai moral diupayakan perlu disandarkan kepada sumber nilai yang memiliki kebenaran mutlak. Hal ini dapat memberikan kompas pada anak untuk mengarungi dunia dengan perubahan yang sangat cepat, sehingga tidak larut di dalamnya. Di samping itu, untuk memberikan kepastian pada anak agar berperilaku yang jelas arahnya untuk waktu yang tidak terhingga. Bagi anak yang telah memiliki nilai-nilai moral yang sandaran nilainya berasal dari agama, tanpa kehadiran orangtua pun nilai itu direalisasikan dengan merasa dipantau oleh Yang Maha Segalanya.



Gambar 1. Nilai – nilai Mulia

Referensi

Ajisukmo, C. (2010). *Pendidikan Karakter. Makalah disajikan dalam Konferensi Nasional dan Workshop Asosiasi Psikologi Pendidikan*

Indonesia “ Peran Pendidikan dalam Pembangunan Karakter Bangsa”
diselenggarakan Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Malang Oktober 2010

Al- Qur'an & Al-Hadist

Ibnu Abdul H.S (2004), *Cara Nabi Mendidik Anak, disertai dengan contoh-contoh dari kehidupan salafush shalih dan ulama amilin.* Penerjemah Hamin Thohari. Al I'tishom Cahaya Umat, Jakarta

Kurnia,MD,2012.Pendidikan Karakter sebuah kebutuhan,
<http://www.medanbisnisdaily.com/>

Rima Febian, 2009. Kekerasan Terhadap Perempuan dan Rekonstruksi Budaya,
Respon Jurnal Etika - Sosial, vol 14 no. 02 Desember.

Severe, S, 2004. *Bagaimana Bersikap Pada Anak Agar Anak Pra sekolah Anda Bersikap Baik*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Sudarminta, J, (2006) *Pendidikan Nilai- nilai Kehidupan. Makalah disajikan dalam seminar Nasional “ Pendidikan Nilai- nilai Kehidupan : Menuju Indonesia yang Bermartabat dan Berbudaya,”* diselenggarakan oleh Fakultas Psikologi UNIKA Atmajaya, Jakarta 18 Nopember 2006

**Analisis Kebutuhan pada Keluarga yang Memiliki
Anak Berkebutuhan Khusus**
oleh Dinie Ratri Desiningrum

A. Pendahuluan

Pengertian dari Anak Berkebutuhan Khusus, menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia 2013, adalah anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya”. Menurut World Health Organization (dalam Desiningrum, 2016), definisi masing-masing istilah ialah sebagai berikut: *Disability* yaitu keterbatasan atau kurangnya kemampuan (yang dihasilkan dari *impairment*) untuk menampilkan aktivitas sesuai dengan aturannya atau masih dalam batas normal, biasanya digunakan dalam level individu. *Impairment* yaitu kehilangan atau ketidaknormalan dalam hal psikologis, atau struktur anatomi atau fungsinya, biasanya digunakan pada level organ. *Handicap* yaitu ketidakberuntungan individu yang dihasilkan dari *impairment* atau *disability* yang membatasi atau menghambat pemenuhan peran yang normal pada individu (dalam Desiningrum, 2016).

Mengacu pada estimasi WHO di mana jumlah individu berkebutuhan khusus adalah 5% dari jumlah penduduk, maka dapat diperkirakan jumlah individu berkebutuhan khusus di Indonesia sekitar 12.000.000 orang. Menurut sensus penduduk tahun 2003, individu berkebutuhan khusus usia sekolah adalah 21 % atau sebanyak 2.520.000. Sementara itu, Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa melaporkan bahwa anak berkebutuhan khusus yang telah mendapat akses pendidikan (bersekolah) baru sekitar 10% atau sebanyak 252.000 anak dan

sisanya 90% atau 2.268.000 anak belum mendapat akses pendidikan (Uslu & Girgin, 2009).

Ada tiga layanan dan peluang dalam pendidikan khusus di Indonesia: (1) Sekolah Luar Biasa (SLB). SLB membuka peluang untuk pelayanan pendidikan anak-anak berkebutuhan khusus untuk semua jenis (fisik hingga mental). Di Indonesia, SLB sudah cukup berkembang. Namun, SLB ini sebagian besar berlokasi di kota, sehingga sebagian besar anak penyandang cacat di pedesaan belum mendapat akses pendidikan. Di samping itu, ada juga faktor sosiologis, ekonomis, dan psikologis yang menyebabkan anak-anak penyandang cacat di pedesaan tidak mendapat akses pendidikan (Widati, Sunanto, Sunaryo, Warnandi, dan Mulyadiprana, 2010). (2) Pendidikan inklusif. Konsep ini didasari bahwa pendidikan adalah untuk semua (*education for all*) dan adanya perbaikan sekolah (*schools improvement*). Inklusif berarti sekolah regular merekrut pula anak-anak berkebutuhan khusus untuk mendapatkan layanan pendidikan khusus. Indonesia, pada tahun 2004 menyelenggarakan konferensi nasional dengan menghasilkan Deklarasi Bandung dengan komitmen Indonesia menuju pendidikan inklusif. Di Semarang mulai tahun 2018, seluruh TK dan SD diwajibkan untuk inklusif terhadap anak-anak berkebutuhan khusus yang mendaftar (hasil wawancara awal dengan pihak kepala sekolah dua TK Swasta di Semarang). (3) *Home schooling*. Pengertian umum *home schooling* adalah model pendidikan sebuah keluarga, yaitu sebuah keluarga memilih untuk bertanggung jawab sendiri atas pendidikan anak dengan menggunakan rumah sebagai basis pendidikannya (Desiningrum, 2016).

Selain kebutuhan pendidikan, terdapat juga kebutuhan terapi. Suatu penelitian yang menerapkan metode terapi seni dan musik terbukti efektif menstimulasi aspek spiritual, fisik, emosional, mental, sosial, dan estetika, untuk membantu anak-anak cacat meningkatkan hasil pendidikan mereka (Maria, 2015). Penelitian lain di Portugis terhadap 139 anak TK yang diterapkan Speech

and Language Therapy, hasilnya 67% menunjukkan perbaikan signifikan dalam perkembangan mereka (Jesus, Martinez, Valente, & Costa, 2017). Hasil review sistematis menemukan bahwa anak-anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD) berisiko untuk mengembangkan gangguan kesehatan mental co-morbid, yang paling umum adalah kecemasan. Gejala kecemasan secara signifikan mengganggu kemampuan seorang anak untuk berpartisipasi di sekolah dan komunitas. Selama 17 tahun terakhir, telah terjadi peningkatan bukti empiris *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) sebagai pengobatan untuk kecemasan pada anak-anak dengan ASD (Kester, & Lucyshyn, 2018).

Keluarga memiliki tanggung jawab utama untuk mengelola kesehatan anak, perkembangan, sosial, dan kebutuhan emosional. Sistem perawatan kesehatan juga harus memungkinkan keluarga dapat berfungsi sebagai pengambil keputusan utama, pengasuh, guru, konselor psikologis, dan advokat untuk anak-anak mereka yang berkebutuhan khusus. Maka dari itu, orangtua harus siap untuk mengambil peran menyediakan manajemen keseluruhan untuk berkoordinasi dengan dokter spesialis, psikolog, atau penyedia kebutuhan anak dalam konteks keluarga (Anderson, dalam Uslu & Girgin, 2009).

Pendidikan keluarga dan bantuan psikologis yang telah diberikan kepada Keluarga dari Anak-anak dengan Kebutuhan Khusus di Indonesia masih belum mencukupi. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan dan mengevaluasi pengalaman dan pandangan guru pendidikan khusus, konselor psikologi, dan keluarga dari anak-anak berkebutuhan khusus, berapa banyak dukungan psikologis dan pendidikan yang harus diberikan, dan seperti apa kualitas yang dibutuhkan.

B. Metode

Model survei umum digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan kualitatif, melalui teknik analisis data IPA (*Interpretative Phenomenological*

Analysis). Untuk penjarangan data, penelitian menggunakan metode wawancara terhadap 4 guru yang bekerja di bidang pendidikan khusus, 4 konselor psikologis dan 6 keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Semarang.

Guru pendidikan khusus, terdiri dari: 2 orang sarjana, 2 orang D3 PLB, sudah bekerja selama 5-15 tahun. 1 dari mereka mendapat sertifikat terapis wicara dan bahasa, 1 orang sebagai terapis gangguan mental di salah satu pusat terapi, dan 2 orang guru pendidikan khusus di SLB.

Konselor Psikologi, terdiri dari: 1 orang sarjana, 2 orang gelar Master Profesi Psikologi, 1 orang gelar Doktor Psikologi, yang bekerja di rumah sakit dan perguruan tinggi. 1 di antaranya telah mendapat sertifikat pendidikan Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), 2 di antaranya telah mendapat sertifikat terapis perkembangan anak, dan 1 diantaranya banyak berkecimpung di psikologi konseling perkawinan dan psikologi keluarga.

Kelompok responden terakhir, adalah: 3 ibu dengan pendidikan sekolah menengah atas, 1 orang ibu dengan pendidikan sarjana, dan 2 ayah dengan pendidikan sarjana. Mereka memiliki anak dengan kriteria: 1 anak dengan hiperaktivitas, 2 down syndrome, 1 cerebral palsy, 1 tuna rungu dan 1 autisme.

C. Hasil

Temuan Tema:

1. Evaluasi Konselor mengenai Kualitas dan Kuantitas Dukungan Psikologis dan Pendidikan bagi Keluarga ABK.
 - a. Seluruh responden konselor psikologis penelitian ini menyatakan bahwa dukungan psikologis dan pendidikan yang diterima keluarga tidak mencukupi.
 - b. Konselor psikologis yang menemukan dukungan psikologis dan pendidikan tidak cukup bagi keluarga menyatakan bahwa:

- Program pendidikan dan seminar untuk orangtua ABK kurang tersedia hingga ke daerah-daerah.
 - Program pendidikan untuk orangtua ABK seharusnya dinaungi oleh ketetapan pemerintahan, sebagai wujud perhatian negara terhadap golongan masyarakat ini.
 - Konselor psikologis atau ahli terkait ABK dirasakan terbatas jumlah dan jangkauannya.
 - Kualitas dukungan psikologis dan pendidikan bagi keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus tergantung pada program atau penyelenggara pendidikan/seminar, kualitas pusat terapi, dan pendidikan orangtua.
2. Evaluasi Konselor mengenai Jenis Dukungan Psikologis bagi Keluarga ABK.
- a. Hampir seluruh responden konselor psikologis penelitian ini, yaitu 3 dari 4, berfokus pada dukungan psikologis yang seharusnya diberikan yaitu untuk membangun penerimaan diri orangtua terhadap keadaan anak mereka, orangtua seharusnya berusaha menanggapi positif respon lingkungan dan tidak perlu mengindahkan komentar negatif dari lingkungan sosial.
 - b. Salah satu hal yang paling sulit bagi orangtua ABK terwujud dalam penolakan diagnosis anak mereka yang menentukan status dalam keluarga dan teman. Orangtua cenderung khawatir menghadapi reaksi keluarga dan teman-teman, yang berdampak pada stres lebih lanjut bagi orangtua dari ABK.
 - c. Orangtua ABK membutuhkan dukungan psikologis utamanya dari sesama orangtua ABK lainnya, sehingga sebagian dari mereka bergabung dalam komunitas.

- d. Dukungan emosional dari orangtua ABK merupakan kebutuhan jenis dukungan sosial yang terbesar, dan mereka memperoleh utamanya dari *extended family* (kakek/nenek, dan saudara), dan teman. Orangtua lebih membutuhkan empati daripada simpati, agar lebih memahami perasaan mereka.
 - e. Perhatian orangtua terhadap ABK, memberikan dampak pula pada saudara kandung ABK, termasuk bagaimana orangtua lebih menghabiskan banyak waktu dengan anaknya yang berkebutuhan khusus. Sehingga biasanya timbul perasaan bersalah orangtua, pemberontakan sibling ABK dan *sibling rivalry*.
3. Pandangan Guru Pendidikan Khusus, mengenai Kualitas dan Kuantitas Dukungan Psikologis dan Pendidikan bagi Keluarga ABK.
- a. Semua responden guru pendidikan khusus menyatakan bahwa keluarga adalah bagian paling penting dari pendidikan khusus dan kesuksesan suatu pendidikan ABK ditentukan dalam keluarga.
 - b. Harus ada bantuan psikologis yang sistematis bagi terbentuknya penerimaan diri orangtua terhadap kecacatan anak.
 - c. Pusat-pusat pendidikan khusus bagi ABK, banyak berorientasi pada keuntungan finansial daripada pengembangan sistem pendidikannya.
 - d. Seluruh responden menyatakan bahwa guru dan karyawan yang bekerja di pendidikan khusus namun tidak berkualitas menjadi masalah besar bagi perkembangan pendidikan khusus di Indonesia.
4. Evaluasi Guru Pendidikan Khusus mengenai Jenis Dukungan Psikologis dan Pendidikan bagi Keluarga ABK.
- a. Sebagian besar responden guru pendidikan khusus menyatakan bahwa "diagnosis dini dalam pendidikan khusus" sangat penting. Para guru memahami perjalanan hidup yang panjang bagi keluarga ABK, mereka

- banyak belajar dari pengalaman, mengenai apa saja yang berhasil bagi anak dan keluarga ABK dari waktu ke waktu.
- b. Pendidikan bagi keluarga ABK harus berbeda antar individu, disesuaikan dengan kecacatan anak dan kemampuan keluarga dalam perawatan sehari-hari, kontrol perilaku anak, dan perbedaan gender.
 - c. Para guru setuju bahwa anak-anak berkebutuhan khusus harus diajarkan ketrampilan memenuhi kebutuhan diri sehari-hari dan mengendalikan perilaku, lalu orangtua membelajarkannya dalam periode-periode kritis.
 - d. Orangtua diajarkan mengenai pendidikan seksual ABK, informasi-informasi penting selama kehamilan dan pasca kelahiran.
5. Pandangan Orangtua ABK mengenai Kualitas dan Kuantitas Dukungan Psikologis dan Pendidikan yang Diterimanya.
- a. Membesarkan anak dengan kebutuhan khusus adalah pekerjaan yang rumit dan membuat stres. Orangtua memelihara kesehatan anak dan kebutuhan perkembangannya, sementara harus pula mengoptimalkan kebutuhan anggota keluarga lain dan diri sendiri.
 - b. Semua responden orangtua menyatakan bahwa mereka menerima sedikit informasi tentang cara merawat kesehatan yang berkelanjutan pada anak berkebutuhan khusus dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun mereka bisa mendapatkan informasi dari ensiklopedia, buku, internet, dokter, dan guru pendidikan khusus, orangtua mengatakan itu tidak cukup.
6. Pandangan Orangtua ABK mengenai Kebutuhan akan Pengetahuan, Pendidikan, dan Bantuan Psikologis
- Para responden menyatakan bahwa mereka membutuhkan informasi, pendidikan, dan bantuan psikologis sesuai dengan kondisi kecacatan anak, bisa dalam bentuk seminar. Secara umum, orangtua merasakan bahwa:
1. Ada harapan agar orang-orang di sekitar bisa menerima, ikut merawat, dan menghargai anaknya.

2. Meningkatnya tantangan menghadapi hubungan dengan pasangan, keadaan saudara kandung dari ABK, dan hubungan dengan anggota keluarga lainnya.
3. Timbulnya kesukaran dalam mengelola emosi. Adanya kebutuhan akan konseling psikologis individual terkait kebutuhan perawatan ABK dan kesehatan psikologis orangtua.
4. Perlunya melatih anak menangani kebutuhan khususnya.
5. Perlunya informasi dan contoh real mengenai cara mengasuh anak dengan kebutuhan khusus.
6. Ada kesulitan untuk menjaga hubungan yang sehat dengan orang lain.
7. Kebutuhan untuk belajar fokus pada hal positif dan menemukan makna dalam setiap situasi yang dihadapi.
8. Sulitnya menemukan cara efektif untuk bekerjasama dengan pihak sekolah pendidikan khusus atau pusat terapi.

D. Diskusi, Kesimpulan, Dan Saran

Para konselor menilai bahwa dukungan yang diterima masih kurang. Sudah ada seminar dan berbagai media untuk memperoleh informasi, dan sekolah-sekolah pendidikan khusus untuk berdiskusi dengan gurunya, namun konselor menilai masih kurang memadai terlebih untuk daerah-daerah pelosok. Konselor psikologis atau ahli terkait ABK dirasakan terbatas jumlah dan jangkauannya. Semua responden orangtua menyatakan bahwa menerima sedikit informasi tentang cara merawat kesehatan anak berkebutuhan khusus dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun mereka bisa mendapatkan informasi dari ensiklopedia, buku, internet, dokter, dan guru pendidikan khusus, hal ini tidak cukup. Dan para konselor menilai bahwa lebih baik lagi jika program pendidikan untuk orangtua ABK bisa dinaungi oleh ketetapan pemerintahan,

sebagai wujud perhatian negara terhadap golongan masyarakat dengan anak berkebutuhan khusus.

Bentuk dukungan atau bantuan yang diberikan kepada keluarga, para responden guru menekankan bahwa dukungan sebaiknya diberikan untuk mengkondisikan anak-anak, melatih keterampilan komunikasi dan keterampilan pemecahan masalah, serta memperkenalkan anak pada keadaan dirinya dan belajar beradaptasi terhadap hal ini. Para guru juga setuju bahwa pendidikan yang diberikan kepada anak-anak ini harus berbeda sesuai dengan kebutuhan khususnya, perlunya melatih anak tentang cara memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dan mengendalikan perilaku, serta peran keluarga untuk mengkomunikasikan pada anak dalam setiap periode kritis yang dialami anak. Pendidikan yang dibutuhkan orangtua ABK di antaranya mengenai cara memelihara kesehatan anak, memenuhi kebutuhan-kebutuhan anak, pentingnya pemahaman terhadap pendidikan seksual anak-anak berkebutuhan khusus, dan mengatasi situasi selama kehamilan hingga melahirkan. Hal yang tidak kalah penting adalah berusaha mengenal anak-anak berkebutuhan khusus mereka, dengan menekankan banyak toleransi dan kesabaran.

Hampir seluruh responden konselor psikologis penelitian ini, yaitu 3 dari 4, berfokus pada dukungan psikologis yang seharusnya diberikan yaitu untuk membangun penerimaan diri orangtua terhadap keadaan anak mereka, orangtua seharusnya berusaha menanggapi positif respon lingkungan, dan tidak perlu mengindahkan komentar negatif dari lingkungan sosial. Para responden guru menegaskan bahwa mereka memahami perjalanan hidup yang panjang bagi keluarga ABK, mereka banyak belajar dari pengalaman, mengenai apa saja yang berhasil bagi anak dan keluarga ABK dari waktu ke waktu, dan bukan sesuatu hal mudah bagi keluarga dalam menjalani hidup bersama anaknya yang berkebutuhan khusus. Dari temuan suatu penelitian, disebutkan bahwa keluarga akan sering menghadapi masalah internal, serta kesulitan yang melibatkan

lingkungan mereka. Bantuan pihak ahli dibutuhkan untuk menangani tidak hanya untuk anak berkebutuhan khususnya, tetapi juga mempengaruhi atmosfer dalam seluruh keluarga dengan cara yang positif (Vitoň, 2015).

Hasil wawancara selanjutnya terhadap para guru menyebutkan bahwa "diagnosis dini dalam pendidikan khusus" sangat penting, agar penanganan selanjutnya dapat berkesinambungan dan tepat sasaran. Salah satu hal yang paling sulit bagi orangtua ABK terwujud dalam penolakan terhadap diagnosis anak mereka, yang berpengaruh pula pada kondisi dalam keluarga dan teman. Orangtua cenderung khawatir menghadapi reaksi keluarga dan teman-teman, yang berdampak pada stres lebih lanjut bagi orangtua dari ABK. Dari hasil wawancara, para orangtua menyebutkan bahwa membesarkan anak dengan kebutuhan khusus adalah pekerjaan yang rumit dan membuat stres. Orangtua memelihara kesehatan anak dan kebutuhan perkembangannya, sementara harus pula mengoptimalkan kebutuhan anggota keluarga lainnya, dan dirinya sendiri. Jika orangtua stres, maka orangtua tidak akan optimal dalam merawat dan mendidik anak-anaknya, dan lebih lanjutnya lagi adalah dapat berdampak pada terhambatnya perkembangan anak, khususnya anak berkebutuhan khusus yang memerlukan perhatian khusus. Dalam suatu penelitian, ditemukan bahwa mengurangi stres orangtua dapat meningkatkan kualitas hidup seluruh keluarga dari anak-anak dengan autisme, dan sebaliknya, jika kualitas hidup keluarga meningkat, maka stres orangtua juga akan teratasi (JuHsiao, Higgins, Pierce, Whitby, & Tandy, 2017)

Wawancara terhadap para guru pun sepakat, bahwa sebaiknya disediakan bantuan psikologis yang sistematis bagi terbentuknya penerimaan diri orangtua terhadap kondisi kebutuhan khusus anak. Namun, terdapat problematika yang dinilai oleh para guru, bahwa pusat-pusat pendidikan khusus bagi ABK, banyak berorientasi pada keuntungan finansial daripada pengembangan sistem pendidikannya. Kurang memadainya bantuan finansial dari pemerintahan

maupun masyarakat, banyak menyulitkan pihak sekolah atau instansi pendidikan khusus ini untuk mengembangkan fasilitas dan program-program peningkatan softskill dari para pendidiknya. Hal ini sudah sepatutnya menjadi perhatian bagi pihak pemerintahan.

Menurut responden konselor, kualitas dukungan psikologis dan pendidikan bagi keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus tergantung pada program atau penyelenggara pendidikan/seminar, kualitas pusat terapi, dan pendidikan orangtua. Di satu sisi, hasil wawancara terhadap guru menyebutkan bahwa keluarga adalah bagian paling penting dari pendidikan khusus, maka kesuksesan suatu pendidikan ABK ditentukan dalam keluarga. Pendapat guru menekankan bahwa sebaik apapun kualitas program pendidikan dan terapi, namun jika orangtua tidak mau bekerjasama, tidak meneruskan program pendidikannya di rumah dan cenderung menyerahkan seluruhnya kepada pihak guru atau terapis, maka progres keberhasilan siswa ABK untuk mandiri dan proses perkembangannya secara umum akan kurang optimal.

Para guru berpendapat bahwa pendidikan bagi keluarga ABK harus berbeda-beda, disesuaikan dengan kecacatan anak dan kemampuan keluarga dalam perawatan sehari-hari, kontrol perilaku anak, dan perbedaan gender. Termasuk pola asuh yang diterapkan di keluarga sejak kecil, sistem disiplin keluarga, sikap, karakter dan kepribadian yang terbentuk dalam keluarga, semua itu menentukan keterbukaan keluarga dalam menerima saran, masukan dan pendidikan dari lingkungan pendidikan khusus dan konselor.

Para orangtua menyebutkan bahwa mereka mengharapkan bantuan tidak hanya untuk anak tetapi juga untuk seluruh keluarga. Perawatan yang berpusat pada keluarga dikaitkan dengan (1) keterampilan komunikasi orangtua/caregiver, (2) mudahnya akses ke lokasi pendidikan/terapi sebagai salah satu media belajar, (3) Adanya kesinambungan pendidikan/terapi, (3) tingkat keparahan kondisi anak (termasuk dampak pada keluarga) (Liptak, Et al,

2005). Orangtua memiliki banyak pertanyaan dan kekhawatiran dalam mengatasi kebutuhan anak mereka dan perasaan mereka sendiri. Dukungan pribadi dari orangtua lain, yang memiliki anak dengan kebutuhan yang sama, dapat membantu dalam menghadapi pengalaman dan perasaan tersebut. Hasil wawancara menemukan bahwa orangtua ABK membutuhkan dukungan psikologis utamanya dari sesama orangtua ABK lainnya, sehingga sebagian dari mereka bergabung dalam komunitas.

Orangtua diwawancarai mengenai tantangan-tantangan yang mereka hadapi terkait dengan anak berkebutuhan khusus. Hasil wawancara menemukan bahwa dukungan emosional dari orangtua ABK merupakan kebutuhan jenis dukungan sosial yang terbesar, dan mereka memperoleh utamanya dari extended family (kakek/nenek, dan saudara), serta teman. Maka pendidikan mengenai pengasuhan, merawat dan mendidik anak berkebutuhan khusus, dibutuhkan oleh seluruh anggota keluarga. Dalam hal ini, orangtua lebih membutuhkan empati daripada simpati, para orangtua berharap lingkungan sosial bisa memahami perasaan mereka.

Hasil wawancara terhadap responden konselor berdasarkan keluhan klien, juga menemukan bahwa permasalahan saudara kandung dari anak berkebutuhan khusus, bisa mempengaruhi relasi orangtua dan anak. Perhatian orangtua terhadap anaknya berkebutuhan khusus, memberikan dampak pula pada saudara kandung ABK, di mana orangtua lebih menghabiskan banyak waktu dengan anaknya yang berkebutuhan khusus. Sehingga biasanya timbul perasaan bersalah orangtua, bisa juga berdampak pada timbulnya pemberontakan saudara kandung ABK, dan *sibling rivalry*. Maka dukungan dari keluarga besar, seperti kakek/nenek dan saudara lainnya dibutuhkan, diantaranya selain ikut merawat, dan menghargai anak berkebutuhan khususnya, juga memberikan dukungan psikologis untuk saudara kandung dari anak berkebutuhan khusus, agar sibling ABK bisa tetap merasa mendapat perhatian

yang cukup. Kesejahteraan anak dipengaruhi oleh dukungan dari pihak keluarga besar (LaFave & Thomas, 2017).

Hasil wawancara terhadap orangtua juga mengungkapkan bahwa tantangan bukan hanya datang dari sibling ABK, tetapi juga hubungan dengan pasangan, bagaimana membangun kesepakatan, penerimaan diri dan keluarga, dan merancang bersama program pengasuhan dan pendidikan bagi anak berkebutuhan khususnya, tidak jarang menghadapi kendala dalam prosesnya. Selain itu, para orangtua juga mengemukakan bahwa mereka menemui kesukaran dalam mengelola emosi, orangtua merasa kesulitan untuk menjaga hubungan yang sehat dengan orang lain. Adanya kebutuhan akan konseling psikologis individual terkait kebutuhan perawatan ABK dan kesehatan psikologis orangtua, yang berdampak pada problematika hubungan suami-istri, adanya kebutuhan orangtua untuk belajar fokus pada hal positif dan menemukan makna dalam setiap situasi yang dihadapi, menyimpulkan bahwa dukungan konselor dan bantuan pihak pendidik khusus sangat dibutuhkan untuk menangani semua masalah terkait keluarga ABK ini. Hubungan dalam keluarga penting untuk pengembangan kesejahteraan anak-anak, serta untuk evaluasi mereka terhadap keluarga dan kepuasan hidup mereka secara keseluruhan (Dinisman, Andresen, Montserrat, Strózik, & Strózik, 2017).

Orangtua merasa perlunya melatih anak menangani kebutuhan khususnya, agar setidaknya anak bisa mandiri. Selain itu, orangtua merasa perlunya informasi dan contoh real mengenai cara mengasuh anak dengan kebutuhan khusus, maka mendatangi seminar dan pelatihan yang menyajikan simulasi pengasuhan anak, serta diskusi dengan para orangtua dari ABK, sangat dibutuhkan. Sementara di sisi lain, orangtua mengalami kesulitan dalam menemukan cara efektif untuk bekerjasama dengan pihak sekolah pendidikan khusus atau pusat terapi.

Atas dasar temuan penelitian, peneliti mencoba menganalisis beberapa saran, sebagai berikut:

- a. Orangtua memiliki minat yang baik dalam mengakses dan menggunakan data secara langsung untuk membantu meningkatkan kualitas hidup dan perawatan kesehatan bagi anak-anak dengan kebutuhan khusus. Sumber daya dan pelatihan diperlukan untuk mendukung keluarga ini.
- b. Orangtua sangat khawatir dalam mengatasi kebutuhan anak mereka dan diri mereka sendiri. Dukungan pribadi dari orangtua yang memiliki anak dengan kebutuhan yang sama, dapat membantu dalam menghadapi berbagai tantangan yang dialami. Maka dibutuhkan lebih banyak organisasi atau pihak konselor yang memfasilitasi proses komunikasi antar dan dalam keluarga.
- c. Pusat Pendidikan Khusus sangat dibutuhkan, dan diharapkan dapat menyediakan layanan yang baik. Maka perkembangannya harus diperhatikan oleh berbagai pihak, dan dilengkapi oleh semua sumber daya pendidikan khusus sehingga para SDM nya menjadi profesional di lapangan.
- d. Harus ada strategi pemerintah yang baik untuk model pendidikan keluarga ABK dan kerangka kerja kolaboratif antara pihak keluarga, konselor dan instansi pendidikan khusus.
- e. Sebaiknya dilaksanakan survei menetap untuk menjangkau secara periodik kebutuhan bantuan psikologis dan pendidikan dari keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Dan ditindaklanjuti dengan usaha pemenuhan kebutuhan tersebut secara maksimal.

Referensi

Desiningrum, D.R. 2016. Psikologi anak berkebutuhan khusus. Yogyakarta: Graha Ilmu – Psikosains.

- Dinisman, T, Andresen, S, Montserrat, C, Strózik, D, & Strózik, T, 2017. Family structure and family relationship from the child well-being perspective: Findings from comparative analysis. *Children and Youth Services Review*. 80: 105-115. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.06.064>
- Jesus, LMT, Martinez, J, Valente, AR, & Costa, MC. 2017. Speech and language therapy service delivery: overcoming limited provision for children. *Public Health*. 151: 39-50. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.06.013>
- JuHsiao, Y, Higgins, K, Pierce, T, Whitby, PJS, & Tandy, RD. 2017. Parental stress, family quality of life, and family-teacher partnerships: Families of children with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities*. 70: 152-162 <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2017.08.013>
- Kester, KR, & Lucyshyn, JM. 2018. Cognitive behavior therapy to treat anxiety among children with autism spectrum disorders: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*. 52: 37-50. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.05.002>
- LaFave, D & Thomas, D, 2017. Extended families and child well-being. *Journal of Development Economics*. 126: 52-65. <https://doi.org/10.1016/j.jdeveco.2016.11.006>
- Maria, C.P. 2015. The role of art and music therapy techniques in the educational system of children with special problems. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 187: 277-282. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.052>
- Uslu, M, & Girgin, C. 2009. Determining and evaluating the needed psychological support and education to families of children with special health care needs. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 1: 1366–1371. doi:10.1016/j.sbspro.2009.01.241

- Vitoň, Jan. 2015. Disabled children and their family surroundings. *Kontakt*. 17 (2): e123-e129. <https://doi.org/10.1016/j.kontakt.2015.04.002>
- Widati, S, Sunanto, Sunaryo, Warnandi, N, dan Mulyadiprana, A. 2010. Model pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus yang miskin di pedesaan melalui pemberdayaan masyarakat. PLB FIP UPI Bandung. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/195310141987032

BAGIAN KETIGA:
KELUARGA DAN LINGKUNGANNYA

Keterikatan Guru bagi Siswa Berkebutuhan Khusus
Sebuah Tinjauan Filsafat
oleh Ika Febrian Kristiana

A. Pendahuluan

Psikologi telah mengalami perjalanan panjang meskipun memiliki sejarah yang singkat sebagai sebuah ilmu (Klemm, 2017). Pemikiran mengenai masalah psikologis sesungguhnya mewarnai hampir pada semua sejarah ilmu pengetahuan, namun pengembangan psikologi yang benar-benar membuahkan hasil baru terjadi akhir-akhir ini. Psikologi sebagai ilmu penting untuk dipahami agar dalam penerapannya terlebih oleh akademisi dalam riset-riset psikologi tetap berakar kuat dengan menunjukkan karakteristiknya sebagai ilmu. Karakteristik ilmu dan psikologi sebagai ilmu harus dapat dijelaskan landasan filosofisnya. Pembahasan mengenai landasan filosofis dalam psikologi atau yang kemudian disebut dengan filsafat ilmu psikologi, tidak bisa meninggalkan pembahasan dan pemahaman mengenai filsafat ilmu dan sejarah psikologi itu sendiri. Psikologi sebagai ilmu tentu harus memenuhi dasar-dasar dari filsafat ilmu yang meliputi: dasar metafisika atau ontologi, dasar epistemologi, dan dasar aksiologi.

Dasar metafisika berarti bahwa suatu ilmu harus memiliki dasar eksistensi untuk dapat menetapkan realitas dirinya dalam dunia pengetahuan ilmiah secara khusus dan dunia pengetahuan pada umumnya. Dasar metafisika ini penting untuk menjelaskan apakah obyek utama yang menjadi kajian ilmu. Dasar epistemologis ilmu atau dasar filsafat pengetahuan ilmu berarti bahwa suatu ilmu harus memiliki kriteria dasar bagi penentuan suatu pengetahuan dapat disebut sebagai pengetahuan ilmiah. Kajian ketiga dalam filsafat ilmu tentang dasar aksiologi ilmu yang membahas kriteria hubungan ilmu dan nilai-

nilai kemanusiaan mencakup nilai etika dan nilai keindahan. Dasar aksiologi ilmu menjawab bahwa tidak ada ilmu yang bebas nilai baik dalam pemerolehannya maupun pemanfaatannya.

B. Dasar Ontologis

Dasar ontologis atau metafisika dalam ilmu dan penelitian menjelaskan realitas fenomena atau obyek kajian yang akan diteliti. Dasar ontologis dapat ditemukan dengan menelusuri sejarah lahir dan berkembangnya konsep atau konstruk yang menjadi fokus penelitian. Dengan demikian, peneliti benar-benar mendapatkan gambaran secara komprehensif realitas dari obyek kajiannya atau apa yang akan diteliti.

1. Sejarah dan Perkembangan Definisi Konsep Keterikatan

Definisi awal tentang keterikatan (engagement) dituliskan oleh Kahn (1990), yaitu:

“engagement as the harnessing of people’s selves to their work” (Kahn, 1990, dalam Albrecht, 2010).

Berdasarkan definisi Kahn, self menjadi bagian penting dalam definisi keterikatan di mana saat individu terikat maka individu tersebut akan mengekspresikan diri bukan diam atau menarik diri dari lingkungan. Individu yang mengekspresikan diri dalam setting kerja akan menggunakan seluruh *sensenya* dalam bekerja. Individu yang terikat akan bekerja sebaik yang mereka dapat lakukan. Mereka akan mengerahkan pikiran, perasaan, dan pengalaman dalam bekerja. Keterikatan bukan hal yang sederhana namun membutuhkan intensitas dan fokus yang bisa bersifat tidak konstan. Individu sebagai pekerja membutuhkan interval/ jeda/ istirahat dari satu kondisi terikat pada kondisi terikat berikutnya. Kondisi yang membuat seseorang akan dapat terikat antara lain: ketika mereka merasa pekerjaan yang mereka lakukan bermakna, aman

dilakukan, dan mereka mampu melakukannya. Ketiga kondisi tersebut bertemu dan membawa individu untuk menunjukkan kinerjanya.

Pada perkembangannya, konstruk keterikatan didefinisikan berbeda oleh kalangan praktisi dan akademisi dalam publikasinya. Terdapat tokoh yang mendefinisikan keterikatan sebagai *trait*, sebagai *state*, sebagai perilaku, karakteristik dari lingkungan kerja, atau kombinasi dari semuanya (Macey & Schneider, 2008). Perbedaan definisi ini menjadi hal yang negatif karena melahirkan ambiguitas baik dalam penelitian maupun praktis. Beberapa model keterikatan telah dikembangkan namun bukan sekedar mendefinisikan keterikatan itu sendiri melainkan mengikutsertakan keterikatan dalam hubungannya dengan *predictor*/ *anteseden* dan *konsekuensinya*. Dua prinsip utama dalam memahami logika model keterikatan yaitu: 1). Keterikatan didefinisikan sebagai *state* di mana individu dapat menjadi terikat ketika mereka menunjukkan kinerjanya. Prinsip ini berarti bahwa intensitas dari *state* keterikatan dapat berbeda sepanjang waktu. Pekerja dapat menunjukkan keterikatan yang tinggi hari ini dan menurun pada hari berikutnya dengan alasan *personal* maupun *situasional*; 2). Prinsip yang penting berikutnya adalah perlunya memisahkan tiga area yang sering membingungkan yaitu: *predictor* dari *state* keterikatan, *state* keterikatan itu sendiri, dan *konsekuensi* dari *state* keterikatan. Pemahaman terhadap prinsip ini akan membantu memahami perbedaan definisi konstruk yang berdekatan dengan keterikatan misalnya *extra role behavior*. Berikut gambar model keterikatan yang membedakan *predictor*, *state* keterikatan itu sendiri, dan *konsekuensi* keterikatan:

Gambar 1. Model komprehensif keterikatan

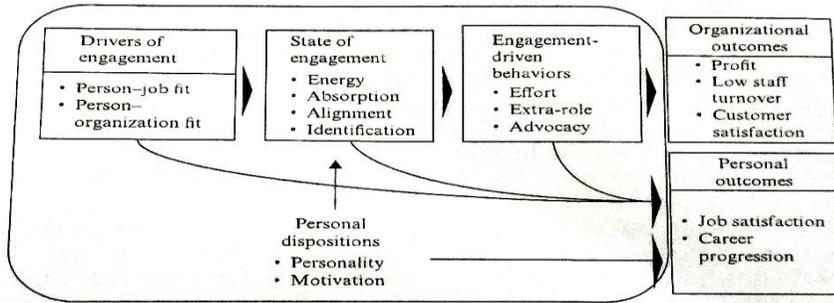


Figure 3.1 Model of engagement

Penjelasan dari gambar diatas terdapat 3 cluster yaitu: 1). *Drivers of engagement* merupakan anteseden atau predictor yang meliputi person job fit & person organization fit; 2). *State of engagement* merupakan konstruk keterikatan itu sendiri yang digambarkan dengan adanya energy, absorsi, *alignment*, dan identifikasi; 3). *Engagement drivers-behavior* merupakan konsekuensi atau hasil dari adanya keterikatan berupa perilaku kerja.

Tulisan ini akan memfokuskan pada konstruk keterikatan sebagai state. Keterikatan sebagai state merupakan kondisi psikologis di mana pekerja dapat terikat ketika mereka sedang melakukan peran dalam pekerjaan. Konseptualisasi keterikatan berdasarkan pendapat Kahn (1990) merupakan ekspresi diri dari pekerja baik secara fisik, kognitif, dan emosional selama menjalankan pekerjaannya. Schaufeli, Salanova, Gonzalez-Roma, & Bakker (2002) mendefinisikan keterikatan kerja sebagai sebagai keadaan pikiran yang ditandai dengan semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan penyerapan (*absorption*). Individu yang terikat akan menginvestasikan banyak energy personal dalam menjalankan peran di pekerjaan sebagaimana hal tersebut menjadi bagian penting dari identitas diri mereka. Sebaliknya, individu yang tidak terikat hanya ada secara fisik di pekerjaan namun tidak menunjukkan adanya pengerahan

emosi, energy, dan passion dalam menjalankan pekerjaan. Semangat dicirikan oleh tingkat energi dan ketahanan mental yang tinggi dalam bekerja, kemauan untuk menginvestasikan usaha dalam bekerja, dan ketekunan dalam menghadapi kesulitan. Dedikasi mengacu pada keterikatan yang sangat kuat dalam pekerjaan dan mengalami rasa penting, antusiasme, inspirasi, kebanggaan, dan tantangan. Penyerapan ditandai dengan sepenuhnya terkonsentrasi dan senang dalam bekerja, di mana waktu berlalu dengan cepat dan memiliki kesulitan dengan memisahkan diri dari pekerjaan. Keterikatan tidak hanya menunjukkan kapasitas untuk menjadi energik, namun dengan antusias mencurahkan energi tersebut untuk pekerjaan mereka. Keterikatan kerja adalah hal yang positif, memuaskan, sebagai keadaan afektif-motivasi kerja yang berhubungan dengan kesejahteraan yang bisa dilihat sebagai antipoda pekerjaan dari burnout. Pegawai yang terikat memiliki tingkat energi yang tinggi, dan antusias terlibat dalam pekerjaan mereka (Bakker, Hakanen, Demerouti & Xanthopoulou, 2007). Sebagian besar ilmuwan setuju bahwa keterikatan terdiri dari dimensi energi dan dimensi identifikasi. Dengan demikian, keterikatan ditandai oleh tingginya kekuatan dan identifikasi terhadap pekerjaan seseorang.

Keterikatan dapat berubah sepanjang waktu, khususnya dalam merespon perubahan situasi kerja, misalnya: saat pertama kali mendapatkan pekerjaan baru, memiliki tanggung jawab atau dipengaruhi oleh perubahan struktur dalam organisasi. Keterikatan juga bisa dipengaruhi oleh faktor-faktor diluar pekerjaan yang berhubungan dengan isu-isu personal. Terakhir, tingkat keterikatan dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu (Kahn, 1990). Keterikatan meskipun bersifat fluktuatif pada beberapa kondisi namun menurut Schaufeli dkk (2006), keterikatan bukan dipandang sebagai hal yang momentary dan state yang singkat, namun lebih dilihat sebagai state afektif-kognitif yang persisten dan pervasif dan tidak sekedar fokus pada obyek, peristiwa, individu, atau perilaku.

Konstruk keterikatan ini seringkali tumpang tindih dengan konstruk lain yang berdekatan. Berikut beberapa konstruk yang berdekatan dengan keterikatan kerja dan perbedaannya:

1). *Extra-role behavior*

Karyawan yang terikat akan menunjukkan sesuatu yang baru dalam bekerja (*e.g. creative problem solving*) dan tidak melakukan sesuatu yang lebih dan disebut dengan *extra-role behavior* (*e.g., work longer hours*).

2). *Personal initiative*

Personal initiative adalah tentang kualitas perilaku kerja karyawan. Dengan demikian, itu terkait dengan komponen perilaku (*vigor*) dari konsep keterikatan kerja yang lebih luas.

3). *Job involvement*

Dalam artikel klasik mereka Lodahl dan Kejner (1965 dalam Bakker & Leiter, 2010) mendefinisikan *Job involvement* sebagai: "sejauh mana seseorang berada diidentifikasi secara psikologis dengan karyanya, atau pentingnya bekerja dalam total self-image-nya"

4). *Organizational commitment*

Organizational commitment adalah keadaan psikologis keterikatan dan identifikasi, serta kekuatan mengikat antara individu dan organisasi.

5). *Job satisfaction*

Job satisfaction adalah hal yang menyenangkan atau keadaan emosional yang positif diakibatkan oleh penilaian pekerjaan seseorang.

6). *Flow*

Menurut Csikszentmihalyi (1990, dalam Bakker & Leiter, 2010), *Flow* adalah keadaan pengalaman yang optimal yaitu ditandai dengan fokus perhatian, jelas pikiran, pikiran dan tubuh serentak, tanpa usaha konsentrasi, kontrol penuh, kehilangan kesadaran diri, distorsi waktu, dan kenikmatan intrinsik.

7). Workaholism

Karyawan yang bekerja bekerja keras karena pekerjaannya menantang dan menyenangkan, dan tidak karena mereka didorong oleh batin yang kuat mendesak mereka tidak bisa menolak Perbedaan yang sama dibuat oleh Vallerand et al. (2003, dalam Bakker & Leiter, 2010) yang melakukan diskriminasi antara gairah yang harmonis (untuk keterikatan) dan gairah obsesif (untuk workaholisme).

2. Berbagai sudut pandang teoretis dari keterikatan

1). Self Determination Theory (SDT)

Self determination theory (SDT) dikembangkan oleh Edward L. Deci dan Richard M. Ryan pada tahun 1985. Berikut penjelasan mengenai dasar filosofis dan definisi konseptual dari SDT berdasarkan buku yang ditulis oleh Ryan & Deci (2017). Secara empiris, SDT ini menjadi mendasarkan pada teori organismic dari perilaku manusia dan perkembangan kepribadian. Hal yang paling mendasar dari paradigm organismic.

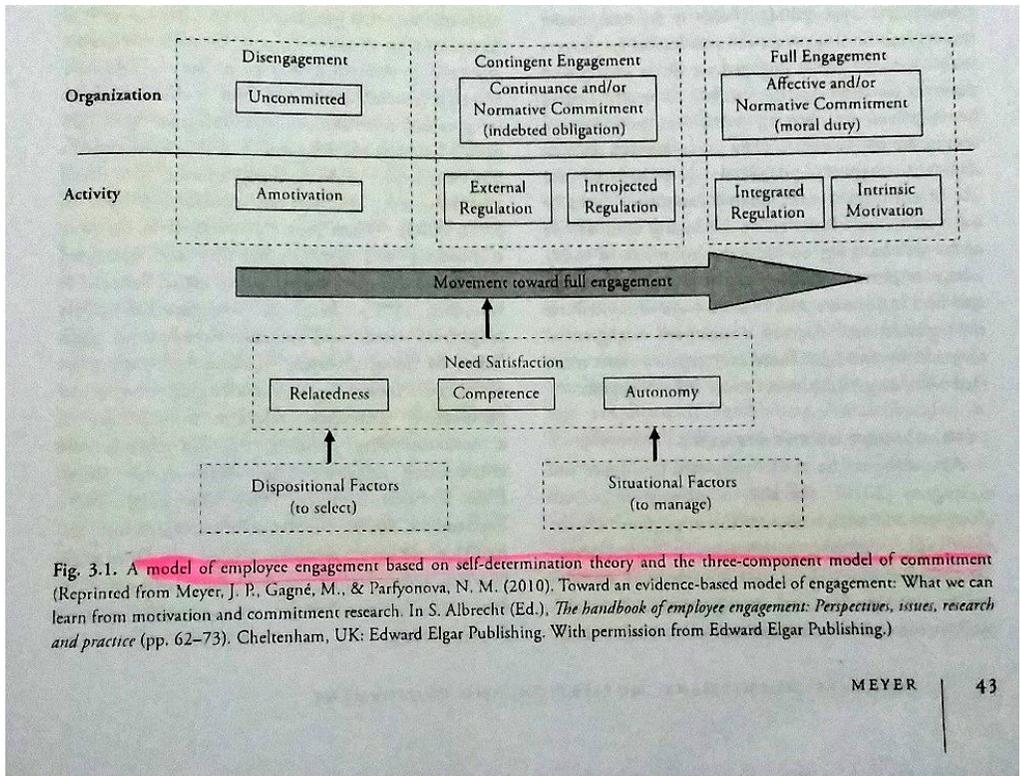
SDT menjelaskan teori psikologi of self dan bagaimana perkembangannya secara grounded fenomenologis. Analisa SDT difokuskan pada level psikologis dan tipe-tipe differensiasi dari motivasi sepanjang kontinum terhadap autonomous. SDT sebagai perspektif organismic mendasarkan pada pertumbuhan psikologis, integritas, dan wellness sebagai ilmu kehidupan. Secara khusus mengasumsikan bahwa manusia sebagai makhluk yang berkeinginan, aktif secara fisik, dan benar-benar “mengada” sebagai makhluk sosial. Perkembangan individu manusia dikarakteristikan sebagai keterikatan yang proaktif, mengasimilasi informasi, meregulasi perilaku, dan berintegrasi dalam kelompok sosial.

SDT merupakan studi komprehensif dan lebih luas tentang *dynamic theory of motivation* yang memandang bahwa kebutuhan psikologis pada

manusia secara universal didefinisikan sebagai nutrisi psikologis yang penting. Teori SDT menekankan pada 3 basic psychological needs yang harus dipenuhi untuk mencapai kesenangan psikologis, perkembangan, dan wellness, yaitu: autonomi, kompeten, dan keterhubungan. Autonomi merupakan kebutuhan untuk meregulasi pengalaman dan perilaku sendiri. Kompeten merupakan kebutuhan dasar untuk merasa dapat melakukan dan menguasai suatu ketrampilan. Keterhubungan adalah kebutuhan untuk diperhatikan oleh orang lain dan perasaan menjadi penting di antara orang lain.

Di dalam SDT mencakup berbagai perspektif antara lain: cognitive-developmental Perspectives (e.g., Werner, 1948; Piaget, 1971), humanistic psychology (e.g., Goldstein, 1939; Rogers, 1963), dan psychodynamic (e.g., Freud, 1923; Loevinger, 1976; White, 1963; Winnicott, 1965) dalam penjelasannya yang kemudian diturunkan pula dalam teori-teori kecil dari SDT. Terdapat 6 teori kecil dalam SDT: 1). Cognitive evaluation theory (CET) yang mendeskripsikan proses lingkungan sosial dalam mempengaruhi motivasi intrinsic yang mengarahkan pada kinerja terbaik dan well-being; 2). Organismic integration theory (OIT) yang konsisten terhadap perkembangan motivasi ekstrinsik melalui proses integrasi selanjutnya mendeskripsikan apa yang membuat perilaku yang termotivasi ekstrinsik menjadi autonomous; 3). *causality orientations theory* (COT) menjelaskan aspek personality dari SDT sebagai konsep yang bersifat individual differences; 4). basic psychological needs theory (BPNT) menjelaskan secara detail bagaimana dinamika kebutuhan dasar mempengaruhi well being dan vitalitas; 5). goal contents theory (GCT) menjelaskan tujuan individu dan relasinya terhadap kebutuhan need satisfaction dan wellness; 6). relationship motivation theory (RMT) menjelaskan bahwa high-quality relasi interpersonal maupun individu dalam kelompok tergantung pada kemampuan individu dalam berperilaku positif namun juga menghargai autonomi. Dalam menjelaskan tentang keterikatan,

SDT berkolaborasi dengan TCM (Three Component Model) yang digambarkan dalam gambar sebagai berikut:



Gagne' et al mencatat bahwa SDT tidak hanya membantu dalam menjelaskan keterikatan berdasarkan faktor psikologis dan reaksi perilaku dari tidak adanya keterikatan. Hal ini dikarenakan, seseorang seringkali kehilangan otonomi dalam berperilaku/ bereaksi dalam situasi tertentu. Lebih lanjut, Gagne' et al meyakini bahwa SDT dapat digunakan sebagai dasar mengukur variabel-variabel yang relevan dengan keterikatan (misal: need satisfaction, motivation states, hasil psikologis dan perilaku). *Need satisfaction* menjadi mediator yang penting dalam hubungan antara pengaruh lingkungan (misal: karakteristik pekerjaan, kepemimpinan) dengan regulasi otonom (Gagne' and Deci, 2005).

2). Social Exchange Theory (SET)

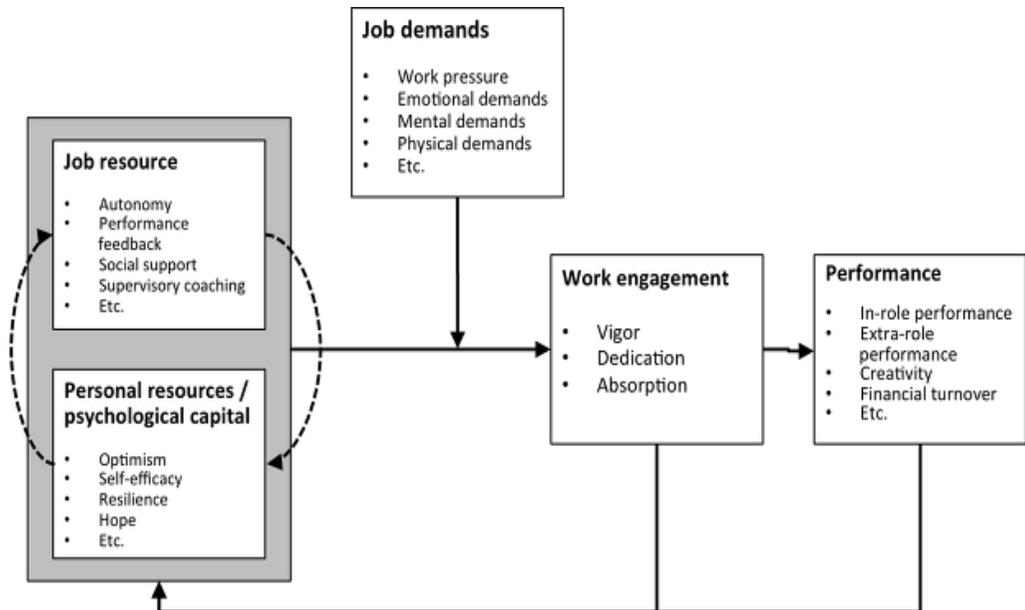
Social exchange theory menjelaskan bahwa pertukaran sosial terjadi antara dua pihak ketika masing-masing saling bertukar sesuatu yang bernilai sebagai dasar dari sebuah hubungan yang mutual dan resiprokal (Blau, 1964, dalam Mulkey, 1971). Blau menambahkan bahwa dalam konteks pertukaran sosial, relasi dibentuk tidak hanya oleh antar individu (*dyadic relationship*) namun juga antara individu dengan kelompok atau organisasi (*global relationship*). Dalam konteks pekerjaan, Robinson *et.al.* (2004) menemukan indikasi bahwa keterikatan karyawan merupakan relasi dua arah, di mana usaha-usaha perusahaan untuk mengikat pekerjaannya akan direspon yang setimpal oleh karyawan. Schaufeli (2013) menyatakan bahwa saat pekerja menerima berbagai resources dari perusahaan (misal: gaji dan kompensasi, reognisi, dan kesempatan berkembang) maka mereka akan memberikan respon yang baik/ memberikan “bayaran” pula pada perusahaan begitu pula sebaliknya apabila karyawan tidak mendapatkan resources dari perusahaan maka karyawan tidak akan terikat dan menunjukkan tingkat burnout yang tinggi.

3). The Job Demand Resources Model

Schaufeli (2013), mencatat banyaknya penelitian tentang keterikatan kerja yang menggunakan Job-Demand Resources Model (JD-R Model) sebagai framework dalam penjelasannya. JDR-model dibangun oleh Demerouti, Bakker & Schaufeli (2001, dalam Bekker & Leiter, 2010).

Terdapat dua asumsi dasar dalam model ini, yaitu: 1). Dalam JDR karakteristik psikososial dari pekerjaan yang dikategorisasikan dalam job resources dan job demand (demerouti dkk., 2001; Bakker & Demerouti, 2007). Job resources didefinisikan sebagai semua aspek dari pekerjaan yang mempengaruhi pencapaian tujuan kerja, mengurangi job demands, atau

menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan personal (misal: performance feedback, job control dan dukungan sosial dari rekan kerja, maupun personal resources misal: self efficacy, optimism, dan emotional stability). Sedangkan job demands diartikan sebagai aspek-aspek dari pekerjaan yang menuntut usaha dari individu baik secara fisik maupun psikologi yang kemudian diasosiasikan dengan biaya fisiologis dan psikologis; 2). Berdasarkan JD-R Model, resources memotivasi karyawan, meningkatkan persisten karyawan, dan membuat karyawan fokus pada usaha yang harus dilakukan. Oleh karena itu, resources mengarahkan pada keterikatan yang terdiri dari dimensi vigor (energy), dedikasi (persisten), dan absorbs (fokus). JD-R Model juga berasumsi bahwa keterikatan akan menghasilkan outcome positif misalnya tingginya job performance. JD-R Model juga mempostulatkan apabila resources buruk maka akan mengarahkan pada terjadinya burnout. Berikut gambar model JDR:



JD-R Model of Work Engagement (Bakker & Leiter, 2010, p. 187)

Berdasarkan uraian dan gambar JDR-model, di mana job demands diasosiasikan sebagai *cost* sedangkan job resources diasosiasikan sebagai *benefit* atau semua hal yang mendukung performa maksimal individu dan terjadi proses transaksional antara job demands dengan job resource, teori besar yang mendasari dari berkembangnya model ini adalah teori pertukaran sosial/ *social exchange theory*. Namun demikian apabila merunut pada pendapat Kahn di awal uraian tentang definisi keterikatan, JDR model adalah model yang menggabungkan anteseden (job demands dan job resources), *state* keterikatan itu sendiri (vigor, dedikasi, dan absorpsi), serta outcome/ konsekuensi dari keterikatan berupa perilaku kerja (behavior in organization). Penggabungan dari anteseden yang lebih banyak terdapat trait, state, dan konsekuensi yang lebih banyak menggambarkan behavior dari keterikatan tentu akan membuat ambigu bagi peneliti terlebih apabila ingin meneliti mekanisme atau proses terbentuknya keterikatan. Hal ini menjadi salah satu kekurangan yang peneliti temukan.

3. Perkembangan penelitian keterikatan kerja (work engagement) dan keterikatan guru

Shuck, Ghosh, Zigarmi, & Nimon (2013) menekankan langkah pertama yang penting dalam mengembangkan penelitian tentang keterikatan kerja adalah memperhatikan konteks yang spesifik, Eksplorasi kontekstual dari konstruk keterikatan karyawan selalu berelasi dengan lingkungan membantuk sikap kerja salah satunya keterikatan kerja. Pendapat Shuck dkk ini sesuai dengan apa yang dituliskan dan dilakukan dalam penelitian keterikatan kerja oleh tokoh-tokoh sebelumnya bahwa meskipun keterikatan kerja bersifat personal berdasarkan pengalaman masing-masing karyawan namun bukan berarti bahwa keterikatan kerja kemudian menjadi konstruk yang berdiri sendiri atau terisolasi. Dinamika sosial dan organisasi perlu dipertimbangkan karena potensi penularan sosial di

mana pengalaman keterikatan kerja seorang karyawan saling mempengaruhi karyawan yang lain (Bakker & Demerouti, 2008; Bakker & Demerouti, & Verbeke, 2004).

Schaufeli dkk telah mengoperasionalkan keterikatan kerja yang kemudian digunakan sebagai dasar menyusun the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) sebagai alat ukur keterikatan kerja dalam penelitian di bidang bisnis di mana keterikatan kerja didefinisikan sebagai kondisi afektif dan kognitif tanpa menekankan pada tugas atau pekerjaan tertentu (Schaufeli, Bakker, & Salanova, 2006). Saat skala diberikan pada guru sebagai subyek, UWES mengabaikan kondisi-kondisi spesifik yang berhubungan dengan pekerjaan guru (Bakker & Bal, 2010; Hakanen, Bakker, & Schaufeli, 2006), misalnya dimensi keterikatan sosial dengan siswa yang mana dimensi ini merupakan dimensi spesifik dan unik dalam definisi kegiatan teaching/ mengajar (Jennings & Greenberg, 2009).

Dalam dunia pendidikan, khususnya mengajar sangat membutuhkan adanya level keterikatan sosial yaitu energy yang disalurkan dalam menjalin relasional, yang jarang ditemukan pada profesi lain (Pianta, Hamre & Allen, 2012; Roorda, Koomen, Spilt, & Oort, 2011) di mana keterikatan sosial tidak dimasukkan dalam definisi konseptual keterikatan (termasuk dalam UWES). Meskipun pekerja-pekerja dalam berbagai setting/ konteks pekerjaan harus terikat secara sosial dengan rekan kerja misalnya, namun guru dalam mengajar dinilai cukup unik karena energy yang digunakan untuk mengembangkan keterikatan sosial bersifat long term, relasi yang dibentuk terutama dengan siswa harus bermakna dan ini menjadi karakteristik dari pekerjaan guru.

Penelitian keterikatan kerja dalam konteks pendidikan dan sekolah telah melahirkan konstruk teacher engagement. Teacher engagement dalam penelitian di bidang pendidikan lebih banyak ditinjau berdasarkan Job-Demands Resources model dengan pengujian berbagai tuntutan pekerjaan, pekerjaan dan sumber

daya pribadi yang membedakan guru yang mengalami kelelahan dari mereka yang tidak, serta guru yang mengalami keterikatan kerja dari mereka yang tidak. Teacher engagement atau teacher work engagement dikonseptualisasikan oleh (Klassen, Yerdelen, & Durksen, 2013) sebagai konstruk motivasional yang meliputi 4 dimensi antara lain: keterikatan kognitif (CE), keterikatan emosional (EE), keterikatan sosial dengan siswa (SES), dan keterikatan sosial dengan rekan kerja (SEC). Keterikatan kognitif (CE) ditunjukkan dengan adanya gairah, persistensi, dan mencurahkan seluruh perhatian dalam mengajar. Keterikatan emosional (EE) ditunjukkan dengan respon emosi yang positif dalam bekerja. Keterikatan sosial dengan siswa ditunjukkan dengan tingkat kehangatan yang diberikan pada siswa, komitmen dan keterhubungan dengan siswa. Sedangkan keterikatan sosial dengan rekan kerja ditunjukkan dengan tingkat kehangatan, komitmen, dan relasi yang bertanggung jawab pada rekan kerja. Dari penjelasan di atas, bahwa dalam memahami keterikatan harus pula melibatkan konteks di mana pekerjaan itu dilakukan (*workplace*). Konteks pendidikan sendiri meskipun secara umum memiliki kesamaan namun pada hal-hal tertentu misalnya: karakteristik siswa akan bagaimanapun akan mempengaruhi proses pendidikan termasuk kinerja guru. Kondisi ini dapat ditemukan pada guru yang mengajar siswa berkebutuhan khusus.

Siswa berkebutuhan khusus adalah siswa yang secara signifikan berbeda dalam beberapa dimensi yang penting dari fungsi kemanusiaannya. Mereka dari aspek fisik, psikologis, kognitif, atau sosial terhambat dalam mencapai tujuan-tujuan/ kebutuhan dan potensinya secara maksimal dan memerlukan penanganan yang terlatih dari tenaga profesional. Dalam latar belakang pendidikan, maka anak berkebutuhan khusus merupakan anak-anak (individu) dengan hambatan perkembangan yang perlu dan membutuhkan pelayanan pendidikan khusus yang berbeda dengan anak-anak lain dalam. Pelayanan pendidikan yang berbeda atau disebut dengan pelayanan pendidikan khusus membuat penerimanya disebut

dengan siswa berkebutuhan khusus (Hallahan & Kauffman, 2006). Pendidikan bagi siswa berkebutuhan khusus (Special Need educational/ SEN) merupakan pendidikan yang menggambarkan adanya interaksi antara karakteristik individual siswa dengan lingkungan di mana mereka belajar. Hal ini berarti bahwa pentingnya pemahaman bahwa sebagian anak memiliki pengalaman kesulitan belajar dibandingkan anak yang lain sehingga harus diciptakan kurikulum dan lingkungan belajar yang memfasilitasi mereka.

Mengajar anak berkebutuhan khusus harus dilihat sebagai interaksi multi-level dari system di mana melihat keterikatan siswa dengan kelompok kelas, sekolah, kebijakan lokal dan pemerintah, dan program pengajaran (Lewis and Norwich 2005). Hargreaves (1997) menjelaskan bahwa guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus membutuhkan upaya pengambilan keputusan yang cukup kompleks dengan mendasarkan pada penelitian dalam pendidikan. Guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus terikat secara aktif dalam upaya “investigasi/ asesmen” terhadap siswa maupun proses pendidikan yang dapat berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan belajar siswa (Frederickson & Cline, 2009).

Berdasarkan penelusuran sejarah konsep keterikatan guru yang lahir dari konsep keterikatan di mana oleh Kahn (1990) menekankan pada self di mana saat individu terikat maka individu tersebut akan mengekspresikan diri bukan diam atau menarik diri dari lingkungan. Individu yang mengekspresikan diri dalam setting kerja akan menggunakan seluruh *sense*-nya dalam bekerja. Individu yang terikat akan bekerja sebaik yang mereka dapat lakukan. Mereka akan mengerahkan sehingga pikiran, perasaan, dan pengalaman dalam bekerja. Selain self, kunci dalam memahami keterikatan yaitu dengan memperhatikan konteks atau *workplace*. Dasar metafisika atau ontologis pada mekanisme psikofisik atau proses keterikatan pada guru bagi siswa berkebutuhan khusus. Mekanisme psikofisik secara ontologis bersifat monism spiritualistik.

Mekanisme psikofisik keterikatan sebagai state pada guru belum ter jelaskan oleh model-model teoretik maupun penelitian-penelitian sebelumnya (berdasarkan hasil review penelitian) di mana hampir semua penelitian hanya menjelaskan anteseden atau predictor keterikatan.

Salah satu teori yang menjelaskan tentang keterikatan yaitu SDT (Ryan & Deci, 1985 dalam Ryan & Deci, 2017) sebagai teori yang banyak diwarnai oleh pendekatan humanistic. Dalam pendekatan humanistic, tiga asumsi dasar yang ditekankan yaitu: sudut pandang fenomenologis, keyakinan akan kapasitas untuk memilih, dan menekankan pada makna. Pendekatan humanistic menekankan bahwa untuk memahami perilaku haruslah memahami bagaimana pengalaman individu terhadap dunia. Kunci konsep keterikatan yaitu pada self dalam pendekatan humanistik merupakan konsep yang monism spiritual. Self direpresentasikan dalam pikiran terkait kesadaran, perasaan (emosi), dan pengalaman yang harus dipahami sebagai pengalaman subyektif (Glassman & Hadad, 2009; Klemm, 2017). Pada pendekatan humanistic banyak diwarnai oleh filsafat eksistensialis dan pemikiran konstruktivis yang mengakui keberadaan individu secara utuh dan aktif dalam berinteraksi dengan lingkungan, pentingnya pemahaman terhadap konteks sosial (misal: workplace dalam usulan penelitian adalah konteks pendidikan bagi siswa berkebutuhan khusus) dan cara subyek memberi makna terhadap konteks sosial tersebut.

C. Dasar Aksiologi

Dasar aksiologi yaitu dasar filsafat ilmu yang berkaitan dengan upaya menjawab permasalahan etika dan estetika dalam pemerolehan maupun pemanfaatan ilmu psikologi. Dasar aksiologis dari penelitian keterikatan guru bagi siswa berkebutuhan khusus dalam aspek etika dapat ditemukan pada:

1. Urgensi penelitian keterikatan guru bagi siswa berkebutuhan khusus

UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional tentang penyelenggaraan pendidikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), pada penjelasan Pasal 15 disebutkan, bahwa “pendidikan khusus merupakan pendidikan untuk peserta didik yang berkebutuhan khusus atau peserta didik yang memiliki kecerdasan yang luar biasa yang diselenggarakan secara inklusif atau berupa satu pendidikan khusus pada tingkat pendidikan dasar dan menengah”.

Data yang dihimpun oleh Direktorat Pembinaan Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus Pendidikan Dasar (Dit.PPK-LLK Dikdas) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sampai dengan tahun 2011 ada sebanyak 356.192 anak berkebutuhan khusus dengan disabilitas pada rentang 5-18 tahun. Namun, baru sekitar 85.465 ABK yang mendapatkan pelayanan pendidikan baik di SLB, sekolah terpadu, maupun sekolah penyelenggara pendidikan inklusi (www.pk-plk.com, diakses pada 9 September 2017). Data ini menunjukkan bahwa masih banyak anak berkebutuhan khusus di Indonesia yang belum mendapatkan akses pendidikan. Sistem pendidikan yang baik didukung oleh faktor-faktor antara lain: guru, murid, kurikulum, fasilitas, peran serta orangtua dan masyarakat. Guru menjadi kunci dalam pelaksanaan dan keberhasilan proses pendidikan.

Bekerja dengan anak-anak berkebutuhan khusus penuh dengan tantangan (Robertson, Chamberlain, & Kasari, 2003; Yell, Katsiyannis, Drasgow, & Herbst, 2003) dan tentu menuntut kesabaran, toleransi dan empati, penerimaan, dan sikap-sikap positif yang lain. Tugas membantu siswa yang memiliki kebutuhan khusus (tunarungu, tunanetra, autisme, retardasi mental, hambatan perilaku, dll) sering dihadapkan dengan situasi yang tidak bisa diprediksi misalnya dengan tiba-tiba siswa akan mengamuk, menentang, tantrum, atau bahkan berperilaku agresif dan menyerang guru sedangkan guru harus menahan emosi-emosi negatifnya (Hochschild, 2012; Johnson et al.,

2005; Stansfeld, Rasul, Head, & Singleton, 2011). Salah satu alasan mengapa pekerjaan guru bagi anak berkebutuhan khusus merupakan pekerjaan yang cenderung memiliki stres kerja cukup tinggi dan beresiko pada munculnya masalah bagi kesehatan mental guru karena tugas utama guru adalah membantu siswa baik secara fisik maupun psikologis (Dollard, Dormann, Boyd, Winefield, & Winefield, 2003; Ogi_nska-Bulik, 2005). Pekerjaan guru tidak hanya menjalankan tugas fungsional (berkaitan dengan mengajar siswa), namun juga administratif dan struktural dalam organisasi sekolah begitupula pada guru yang mengajar siswa berkebutuhan khusus. Kondisi ini yang membuat tekanan tersendiri bagi guru di sekolah khusus dibandingkan dengan guru yang tidak mengajar siswa berkebutuhan khusus (Billingsley, 1993; Brownell & Smith, 1993). Tingkat tekanan yang tinggi dalam pekerjaan mengarahkan terhadap tingkat burnout (Maslach & Jackson, 1981; Halbesleben 2010). Tekanan dan burnout merupakan seperangkat faktor yang secara langsung mempengaruhi rendahnya sikap dan motivasi kerja guru, pola interaksi dengan rekan kerja, dan kualitas layanan pendidikan yang mereka berikan pada siswa berkebutuhan khusus (Cooley & Yovanoff, 1996), sebagai dimensi dari keterikatan kerja pada guru.

Hasil wawancara dengan guru yang mengajar di siswa berkebutuhan khusus di SLB Swadaya, SLBC Widyabakti, SDN Gisikdrono 01, SDN Kalibanteng 03 Semarang diperoleh hasil bahwa sebagian besar guru menyatakan mereka seringkali mengalami kelelahan baik fisik maupun emosi dalam mengajar siswa berkebutuhan khusus yang kemudian membuat antusiasme mengajar mereka menjadi berkurang terlebih. Tidak jarang guru harus melakukan hal-hal yang membuat mereka jijik misalnya: membersihkan kotoran atau air kencing siswa berkebutuhan khusus karena mereka tidak bisa mengontrol diri, mengantarkan siswa pulang apabila orangtua lupa menjemput, atau menerima pukulan dari siswa berkebutuhan

khusus yang tiba-tiba mengamuk. Tidak hanya itu, adanya tugas administratif misalnya menyusun asesmen dan laporan perkembangan siswa sementara secara faktual siswa tidak mampu memenuhi standar capaian minimal kelulusan membuat guru mengambil keputusan yang mereka ketahui itu tidak seharusnya dilakukan dengan melakukan mark-up nilai bagi siswa berkebutuhan khusus. Data ini menggambarkan performa kerja guru yang kurang baik. Tingginya turnover atau burnout, kurangnya antusiasme, dan upaya yang kurang untuk dapat memenuhi tuntutan pekerjaan sebagai guru bagi siswa berkebutuhan khusus menggambarkan dimensi keterikatan dalam pekerjaan yaitu vigor, dedikasi, dan absorpsi yang rendah.

Keterikatan guru menjadi konstruk yang penting diteliti karena guru yang memiliki keterikatan akan mengarahkan pada pencapaian akademik siswa. Keterikatan yang dimiliki guru dapat memotivasi guru untuk membantu memecahkan krisis personal yang dialami siswa, menjadi lebih peka dan menyadari setiap perkembangan kondisi siswa-siswanya sebagai gambaran dari dimensi keterikatan terhadap siswa. Dengan demikian, keterikatan guru dapat menjadi hal yang penting dalam menurunkan tingkat siswa yang beresiko (Slavin, 2006; Frederickson & Cline, 2009).

Sebagaimana penelitian-penelitian mengenai dampak keterikatan kerja, maka keterikatan guru pun memiliki urgensi dalam kaitannya dengan outcome motivasi dan pekerjaan (Bakker, Demerouti, Vergel 2014). Urgensi keterikatan berkaitan dengan munculnya motivasi bahwa orang yang terikat akan menjadi lebih proaktif dan memiliki inisiatif (Sonnentag 2003; Hakanen et al. 2008; Salanova and Schaufeli 2008), memiliki perasaan berkompeten dan mau berjuang untuk mencapai kualitas hasil (Bakker 2011). Guru sebagai karyawan penting untuk memiliki keterikatan karena dengan keterikatan maka guru akan lebih mudah menunjukkan perilaku menolong, ramah, dan kooperatif (Babcock, Roberson & Strickland 2010; Bakker 2011). Sesuai

dengan deskripsi kerja seorang guru bahwa guru harus mengembangkan relasi yang mutual dengan siswa, rekan kerja, maupun orangtua siswa.

Keterikatan perlu dimiliki oleh guru yang mengajar siswa berkebutuhan khusus karena berdasarkan hasil penelitian, guru yang terikat akan lebih mudah menunjukkan emosi positif dan lebih baik dalam menerima informasi (Hakanen and Schaufeli, 2012), lebih sehat dan menunjukkan tingkat absensi yang rendah (Schaufeli et al. 2009). Guru yang memiliki keterikatan yang tinggi akan penuh dengan motivasi dan akan mempersepsikan bahwa ia akan memiliki keterikatan yang positif pula di masa mendatang dalam pekerjaan mereka. Temuan menarik tentang pentingnya keterikatan guru bahwa guru memiliki keterikatan tinggi selain akan menunjukkan performa yang terbaik dalam mengajar namun juga dalam riset yang mendukung pekerjaannya (Bakker & Bal, 2010) di mana kemampuan riset misalnya untuk menginvestigasi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan belajar siswa dan permasalahan siswa menjadi modal utama menjadi guru yang efektif bagi siswa berkebutuhan khusus.

D. Dasar Epistemologi

Berdasarkan realitas dari mekanisme psikofisik keterikatan yang bersifat monism spiritual maka pendekatan penelitian interpretatif yang selanjutnya melahirkan metode kualitatif merupakan pendekatan yang sesuai untuk mengungkap, memahami, dan mendeskripsikan mekanisme psikofisik/ proses keterikatan. Pendekatan penelitian interpretative sesuai untuk menggambarkan mekanisme atau pengalaman keterikatan pada guru bagi siswa berkebutuhan khusus. Model atau rancangan penelitian kualitatif yang lahir dari pendekatan humanistic dengan warna dari persepektif fenomenologi adalah penelitian dengan rancangan fenomenologis (Hanurawan, 2012). Definisi fenomenologi dari Smith yang dikembangkan dari pandangan fenomenologis interpretatif filsuf

fenomenologi Heidegger adalah pendekatan filosofis untuk penelitian pengalaman di mana prinsip dasar dari penelitian fenomenologis adalah bahwa pengalaman harus diteliti dengan memperhatikan bagaimana pengalaman itu terjadi (dalam kehidupan seseorang) dan dibicarakan dalam istilah-istilah yang tidak dilepaskan dari pengalamannya itu (Smith, Flowers, & Larkin, 2009). Penelitian fenomenologi adalah penelitian reflektif tentang esensi (inti) dari kesadaran yang dialami dari perspektif orang pertama (Packer, 2007). Metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif fenomenologi adalah wawancara mendalam.

Pada penelitian-penelitian sebelumnya, metode yang banyak digunakan dalam melakukan penelitian tentang keterikatan adalah metode kuantitatif positivistic, di mana peneliti mengambil jarak dari subyek penelitian dan penelitian bersifat eksplanatori. Eksplanatori terhadap keterikatan namun lebih pada anteseden atau predictor dari keterikatan melalui berbagai usulan dan pengujian model antesedennya. Pengukuran terhadap state keterikatan pun bersifat stimulus-respon menggunakan kuesioner (misalnya: UWES dan ETS dapat dilihat dari hal. 19-31) yang hanya mengungkapkan tingkat keterikatan namun tidak dapat mengungkapkan proses atau pengalaman psikologis keterikatan pada individu sebagai pekerja dalam konteks penelitian ini guru bagi siswa berkebutuhan khusus.

Referensi

- Adekola, B. (2010). Work engagement among secondary school teachers in Nigeria. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 7 (2), 51-55.
- Babcock-Roberson, M. E., Strickland O., J. (2010). The relationship between charismatic leadership, work engagement, and organizational citizenship behaviors. *Journal Psychology*. 144:313–326.
- Bakker, A., B., Leiter, M., P. (2010). *Work Engagement: A Handbook of Essential Theory and Research*. New York: Psychology Press.

- Bakker, A., & Bal, M. (2010). Weekly work engagement and performance: A study among starting teachers. *Journal Of Occupational And Organizational Psychology*, 83, 189-206. doi:10.1348/096317909X402596.
- Bakker, A. B., Demerouti, E. (2008). Towards a model of work engagement. *Career Development International*, 13, 3, 209-223. doi: 10.1108/13620430810870476
- Bakker, A. B., Hakanen, J. J., Demerouti, E., & Xanthopoulou, D. (2007). Job resources boost work engagement, particularly when job demands are high. *Journal of Educational Psychology*, 99, 274–284. doi: 10.1037/0022-0663.99.2.274.
- Bakker, A.B., Demerouti, E., Verbeke, W. (2004), “Using the job demands: resources model to predict burnout and performance”, *Human Resource Management*, Vol. 43, pp. 83-104.
- Bakker, A.B., Demerouti E., Sanz-Vergel A.,I. (2014). Burnout and work engagement: the JD–R approach. *Annu Rev Organ Psychol Organ Behav*.1:389–411.
- Billingsley, B. S. (1993). Teacher retention and attrition in special and general education: A critical review of the literature. *The Journal of Special Education*, 27, 137- 174.
- Brownell, M., Smith, S. (1993). Understanding special education teacher attrition: A conceptual model and implications for teacher educators. *Teacher Education and Special Education*, 16, 270- 282.
- Buric, I., Macuka, I. (2017). Self-efficacy, emotions and work engagement among teachers: A two wave cross-lagged analysis. *Journal of Happiness Study*. doi: 10.1007/s10902-017-9903-9.
- Chen, I., S. (2017). Work engagement and its antecedents and consequences: A case of lecturers teaching synchronous distance education courses. *Computers in Human Behavior*, 72, 655-663. doi: 10.1016/j.chb.2016.10.002.
- Cooley, E., Yovanoff, P. (1996). Supporting professionals-at-risk: Evaluating interventions to reduce burnout and improve retention of special educators. *Exceptional Children*, 62, 336-355.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper.
- Eldor, L., Shoshani, A. (2016). Caring relationships in school staff: Exploring the link between compassion and teacher work engagement. *Teaching and Teacher Education*, 59, 126-136. doi: org/10.1016/j.tate.2016.06.001.

- Eldor, L. Shoshani, A. (2017). Are you being served? The relationship between school climate for service and teachers' engagement, satisfaction, and intention to leave: A moderated mediation model. *The Journal of Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1080/00223980.2017.1291488>.
- Frederickson, N., Cline, T. (2009). *Special educational needs, inclusion and diversity*. New York: Open University Press.
- Giangreco, M., F., Broer, M., F., & Edelman, S., W. (2001). Teacher engagement with students with disabilities: Differences between paraprofessional service delivery models. *JASH*, Vol. 26, No.2, 75-86.
- Glassman, W., E., Hadad, M. (2009). *Approaches to psychology, 5th edition*. Berkshire: McGraw-Hill.
- Guglielmi, D., Bruni, I., Simbula, S., Fraccaroli, F., Depolo, M. (2016). What drives teacher engagement: a study of different age cohorts. *European Journal of Psychology and Educational*, 31:323–340, doi: 10.1007/s10212-015-0263-8.
- Gumbau, L., Salanova, M. (2014). Loss and gain cycles? A longitudinal study about burnout, engagement and self-efficacy. *Burnout Research* xxx (2014) xxx–xxx. <http://dx.doi.org/10.1016/j.burn.2014.02.001>.
- Hanurawan, F. (2012). *Filsafat ilmu psikologi*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review Of Educational Research*, 79, 491-525. doi:10.2307/40071173.
- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology*, 20(2), 178-187.
- Hakanen, J. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*, 43, 495-513. doi:10.1016/j.jsp.2005.11.001.
- Hakanen, J. J., Perhoniemi R., Toppinen-Tanner S. (2008). Positive gain spirals at work: From job resources to work engagement, personal initiative and work-unit innovativeness. *Journal Vocational Behavior*, 73:78–91.
- Hakanen, J. J., Schaufeli, W., B. (2012). Do burnout and work engagement predict depressive symptoms and life satisfaction? three-wave seven-year prospective study. *Journal of Affective Disorder*. 141:415–424.

- Hallahan, D. P & Kauffman, J. M. (2006). *Exceptional children: Introduction to special education (International edition, 10th ed)*. Boston: Allyn & Bacon.
- Halbesleben, J., R., B. (2010). A meta-analysis of work engagement: relationships with burnout, demands, resources, and consequences. In: Bakker AB, Leiter MP, editors. *Work engagement a handbook of essential theory and research*. 1st ed. Hove & New York: Psychology Press; p. 102–117.
- Hargreaves, D.H. (1997). In defense of research for evidence-based teaching: a rejoinder to Martyn Hammersley. *British Educational Research Journal*, 23(4): 405–19.
- Høigaard, R., Giske, R., Sundsli, K. (2012). Newly qualified teachers' work engagement and teacher efficacy influences on job satisfaction, burnout, and the intention to quit. *European Journal of Teacher Education*, 35, 3, 347–357. <http://dx.doi.org/10.1080/02619768.2011.633993>.
- Hochschild, A. R. (2012). *The managed heart: commercialization of human feeling*. Updated with a New Preface edition. (3rd ed.). Berkeley: University of California Press.
- Kahn, W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy Of Management Journal*, 33, 692-724. doi: 10.2307/256287
- Kahn, W. A. (1992). To be fully there: Psychological presence at work. *Human Relations*, 45, 321-349. doi: 10.1177/00187267920450040
- Kirkpatrick, C., L., Johnson, S., M. (2014). Ensuring the ongoing engagement of second-stage teachers. *Educational Change*, 15, 231–252. doi: 10.1007/s10833-014-9231-3.
- Klassen, R. M., Yerdelen, S., & Durksen, T. L. (2013). Measuring teacher engagement: Development of the engaged teachers scale (ETS). *Frontline Learning Research*, 1(2), 33–52.
- Lewis, A. and Norwich, B. (2005) Overview and discussion: overall conclusions. In A. Lewis and B. Norwich (eds) *Special Teaching for Special Children? Pedagogies for Inclusion* (pp. 206–21). Maidenhead: Open University Press.
- Li, M., Wang, Z., Gao, J., You, X. (2017). Proactive personality and job satisfaction: The mediating effects of self-efficacy and work engagement in teachers. *Curr Psychol*, 36, 48–55. doi: 10.1007/s12144-015-9383-1.
- Louis, K., S., & Smith, B., A. (1991). *Restructuring, Teacher Engagement and School Culture: Perspectives on School Reform and the Improvement of*

- Teacher's Work. *School Effectiveness and School Improvement* 0924-3453/91/0201-0034\$3.00 1991, Vol. 2, No. 1, pp. 34-52.
- Macey, W. H. & Schneider, B. (2008). The meaning of employee engagement. *Industrial and Organizational Psychology, 1*, 3–30.
- Mäkinen, M. (2013). Becoming engaged in inclusive practices: Narrative reflections on teaching as descriptors of teachers' work engagement. *Teaching and Teacher Education, 35*, 51-61. doi: org/10.1016/j.tate.2013.05.005.
- Marylene, G. (2014). *The Oxford Handbook of Work Engagement, Motivation, and Self-Determination Theory*. London: Oxford University Press.
- Maslach, C , & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior, 2*, 99-113
- Packer, M. (2011). *The science of qualitative research*. New York: Cambridge University Press.
- Pereraa, H., N., Granzierab, H., McIlveen, P. (2018). Profiles of teacher personality and relations with teacher self-efficacy, work engagement, and job satisfaction. *Personality and Individual Differences, 120* (2018) 171–178. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.034>.
- Pianta, R. C., Hamre, B. K., & Allen, J. P. (2012). Teacher-student relationships and engagement: Conceptualizing, measuring, and improving the capacity of classroom interactions (pp. 365-386). In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of research on student engagement*. Dordrecht, Netherlands: Springer. doi:10.1007/978-1-4614-2018-7.
- Roorda, D. L., Koomen, H. M. Y., Spilt, J. L., & Oort, F. J. (2011). The influence of affective teacher-student relationships on students' school engagement and achievement: A meta-analytic approach. *Review of Educational Research, 81*, 493-529. doi:10.3102/0034654311421793.
- Robertson, K., Chamberlain, B., & Kasari, C. (2003). General education teachers' relationships with included students with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 33*, 123–130.
- Saks, A. M. (2008). The meaning and bleeding of employee engagement: How muddy is the water? *Industrial and Organizational Psychology, 1*, 40-43. doi: 10.1111/j.1754-9434.2007.00005.x.
- Salanova M., Schaufeli W.,B. (2008). A cross-national study of work engagement as a mediator between job resources and proactive behaviour. *International Journal of Human Resource Management, 19*:116–131.

- Schaufeli, W.B., Salanova, M., Gonzalez-Roma, V., & Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two-sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71–92. doi: 10.1023/A:1015630930326.
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Salanova, M. (2006). The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study. *Educational and Psychological Measurement*, 66, 701-716. doi: 10.1177/0013164405282471.
- Schaufeli, W.,B., Bakker, A., B, van Rhenen W. (2009). How changes in jobdemands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal Organizational Behavior*. 30:893–917.
- Scheepers, R., A., Arah, O., R., Heineman, M., J., Lombarts, K., M., J., M., H. (2015). In the eyes of residents good supervisors need to be more than engaged physicians: the relevance of teacher work engagement in residency training. *Advance in Health Science and Education*, 20:441–455. doi: 10.1007/s10459-014-9538-0
- Shuck, B., Ghosh, R., Zigarmi, D., & Nimon, K. (2013). The jingle jangle of employee engagement: Further exploration of the emerging construct and implications for workplace learning and performance. *Human Resource Development Review*, 12, 11-35. doi:10.1177/1534484312463921.
- Simbulaa, S., Guglielmi, D. (2013). I am engaged, I feel good, and I go the extra-mile: Reciprocal relationships between work engagement and consequences. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 29, 117-125. doi: <http://dx.doi.org/10.5093/tr2013a17>.
- Skaalvik, E., M., Skaalvik, S. (2014). Teacher self-efficacy and perceived autonomy: Relations with teacher engagement, job satisfaction, and emotional exhaustion. *Psychological Reports: Employment Psychology & Marketing*. doi: 10.2466/14.02.PR0.114k14w0.
- Slavin, R., E. (2006). *Educational psychology: Theory and practices*. Boston: Pearson education.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis*. London: Sage.
- Sonnentag S. 2003. Recovery, work engagement, and proactive behavior: A new look at the interface between nonwork and work. *Journal Applied Psychology*. 88:518–528.
- Song, J., H., Bae, S., H., Park, S., Kim, H., K. (2014). Influential factors for knowledge creation practices of CTE teachers: mutual impact of perceived

- school support, transformational leadership, and work engagement. *Asia Pacific Educ. Rev.*, 14:467–482. doi: 10.1007/s12564-013-9283-8
- Stansfeld, S. A., Rasul, F. R., Head, J., & Singleton, N. (2011). Occupation and mental health in a national UK survey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 46(2), 101-110.
- Timms, C., Brough, P. (2013). “I like being a teacher” Career satisfaction, the work environment and work engagement. *Journal of Educational Administration*, 51, 6, 768-789. doi: 10.1108/JEA-06-2012-0072.
- Yell, M. L., Katsiyannis, A., Drasgow, E., & Herbst, M. (2003). Developing legally correct and educationally appropriate programs for students with autism spectrum disorders. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 18, 182–191
- Zhang, D., Wehmeyer, M., Juchen, A. (2005). Parent and teacher engagement in fostering the self-determination of students with disabilities. A comparison between the United States and the Republic of China. *Remedial and Special Education*, 26, 1, 55–64.
- <http://www.pk-plk.com>. *Data siswa berkebutuhan khusus di Indonesia*. Diakses pada 10 Oktober 2017.

Gamelan dan Pendidikan Karakter

oleh Diana Rusmawati

A. Pendahuluan

Kondisi yang acap tidak kita sadari ialah bahwa semua manusia dilahirkan dengan kapasitas untuk membuat musik. Bayi dilahirkan dengan susunan kemampuan musik, termasuk sensitivitas yang baik terhadap nada, kemampuan ritme yang luar biasa, serta kemampuan mengenali perbedaan suara yang sangat halus sekalipun. Insting dan kemampuan bermusik dimiliki oleh semua orang. Musik menggerakkan kita, bahkan tanpa contohpun kita bergerak mengikuti irama musik. Pesan-pesan yang sangat kompleks dan emosional bisa tersampaikan oleh musik. Musik juga berfungsi untuk menyemangati kita ketika menghadapi satu momen besar dan khusus. Musik memberi nuansa yang bersifat menghibur, sehingga menumbuhkan suasana yang menggembirakan dan menyenangkan bagi seorang anak. Terlebih jika lagu-lagu yang diperdengarkan sesuai dengan suasananya. Lagu gembira memberikan rangsangan aktivitas psikofisik pada anak (Satiadarma & Zahra, 2004).

Musik adalah produk pikiran, sehingga elemen vibrasi dalam bentuk frekuensi, amplitudo dan durasi belum menjadi musik bagi manusia sampai semua itu ditransformasi secara neurologis dan diinterpretasikan melalui otak menjadi: pitch (nada-harmoni), timbre (warna suara), dinamika (keras-lembut) dan tempo (cepat-lambat). Transformasi ke dalam musik dan respon manusia (perilaku) adalah unik untuk dikenali (kognisi) karena otak besar manusia berkembang dengan amat pesat sebagai akibat dari pengalaman musikal sebelumnya (Djohan, 2009). Tubuh manusia terutama jantung dan pernafasan bekerja dengan irama yang terpolo. Irama memiliki arti yang penting dalam kehidupan, karena ketidakraturan pada irama hidup seseorang, mengakibatkan

ketidaknyamanan dan membuat sakit. Integrasi ke dalam lingkungan ritmis telah dimulai sejak lahir diawali dengan pernafasan dan berjalan seiring dengan adaptasi bayi terhadap siklus irama lingkungan tempat kehidupannya.

Elemen dasar musik yang penting adalah irama (rythem), melodi, harmoni, dinamika, timbre dan bentuk. Irama adalah suatu organizer fisiologis, pemersatu sosial yang tidak memerlukan 'perhatian' khusus. Internalisasi irama merupakan kunci utama dalam terapi musik untuk sensori integrasi, yaitu suatu proses aplikasi rangsangan eksternal yang berirama persisten dapat membantu mempola kembali dan mengatur keselarasan berirama naluriah dalam lingkungan internal fisiologis (denyut nadi, otot, detak jantung, tekanan darah, serta pernafasan) (Berger,2002)

Musik potensial untuk meningkatkan kerja otak, minat, aktivitas, perilaku sosial, dan belajar, mengarahkan ketegangan, mengatur perilaku dan mengekspresikan emosi. Musik secara langsung diproses melalui sistem limbik (amigdala, talamus, cerebal hypothalamus, hippocampus) (Berger, 2002). Melalui sistem pendengaran, suara masuk ke dalam otak, memicu faktor emosional yang mendorong motivasi dan kemauan untuk membuat pilihan serta melakukan pola sensorik baru. Pada dasarnya musik adalah aktivitas whole brain, two brain, yang mendorong kognisi otak kiri dengan menggunakan otak kanan untuk merangsang belahan otak kiri sehingga bisa bekerjasama (Berger, 2002)

Bermain musik memberikan manfaat yang cukup besar antara lain: 1). Memberi kesempatan untuk relaksasi, berekspresi, dan eksplorasi, 2). Memperkenalkan stimulasi dasar pada anak yang mengalami gangguan perkembangan, 3). Berlatih dan belajar tentang kewaspadaan/kesadaran pada kenyataan dunia dengan cara melatih perhatiannya, 4). Membangun rasa saling percaya antara anak, guru, dan terapis yang pada gilirannya nanti bisa meluas serta mampu bersosialisasi dengan baik tanpa harus rendah diri. Orang

seringkali mendengarkan musik hanya sambil lalu, tanpa menyadari pengaruhnya. Padahal musik sangat (bisa) merangsang dan menghanyutkan jiwa atau biasa-biasa saja atau bahkan terlalu invasive. Musik sangat bisa mempengaruhi fisik maupun mental.

Musik dimiliki oleh setiap masyarakat atau budaya. Semua warga masyarakat adalah potret dari kehidupan musikal. Manusia dan musik adalah satu kesatuan, karena respon terhadap musik terjadi dari proses kognitif yang menyertakan emosi dalam wujud perilakunya. Ketika manusia saling berinteraksi, maka terjadi proses saling meningkatkan pemahaman sebagai suatu budaya yang secara signifikan turut mematangkan persepsi dan kognisi.

B. Musik dan Budaya

Kebudayaan Indonesia yang beraneka ragam juga memiliki beragam alat musik yang bisa dimainkan dan mampu menyedot perhatian orang-orang manca negara. Salah satu di antaranya adalah gamelan. Negara manca yang memberikan perhatian khusus pada gamelan adalah Inggris. Di Inggris murid kelas lima dan enam Sekolah Dasar Ivydale dengan semangat memainkan gamelan untuk mengiringi pertunjukan wayang. Sekolah dasar tersebut sangat tertarik dengan kebudayaan yang ada di Indonesia dan mengadakan program pelatihan selama lima hari bersama pegiat seni budaya Indonesia. Seperti yang disampaikan oleh Minister Counsellor KBRI di London, Inggris Thomas Siregar kepada Antara London, Jumat (11/11/2016). Anak-anak mengikuti latihan tersebut dengan penuh semangat. Sekolah Dasar Ivydale telah memasukkan gamelan dalam kurikulum belajarnya. Kegiatan bermain gamelan telah diprogramkan sebagai kegiatan tahunan. Tahun 2016 telah dilaksanakan sebanyak empat kali dan akan terus dikembangkan. Kegiatan bermain gamelan tidak hanya di tingkat sekolah dasar namun juga kelompok yang lebih tua. Mereka memberikan alasan ketertarikan pada musik gamelan karena

instrumennya indah dan dengan bermain gamelan membuat orang lebih dekat seperti keluarga.

Negara lain yang juga sangat mengandrungi gamelan adalah Rusia. Semangat untuk berlatih ditunjukkan oleh siswa siswi sekolah dasar melalui kesediaan mereka untuk mengikuti program latihan meskipun jarak antara rumah dan tempat berlatih cukup jauh. Jarak 45 km, waktu tempuh 2 jam, dan kondisi alam yang tidak bersahabat dengan hujan salju yang parah tidak mematahkan semangat untuk berlatih. Fakta lain yang menunjukkan minat dan semangat yang tinggi adalah mereka baru berlatih sebanyak tiga kali namun telah piawai dalam memainkan gamelan. Jonathan Roberts, seorang doktor di bidang karawitan mengatakan bahwa bermain gamelan membuatnya merasa santai, gembira atau sedih (sesuai dengan gendingnya). Sammy Bert, seorang guru di London mengatakan bahwa gamelan membuat senang, santai (tenang) dan lupa stress.

Popularitas gamelan di manca negara menunjukkan bahwa budaya tradisional Jawa tidak bisa dilihat sebelah mata. Kompleksitas alat yang dimainkan memunculkan harmonisasi yang bisa mempengaruhi emosi seseorang. Kompleksitas alat yang dimainkan menuntut kerjasama dan koordinasi sensori motorik yang baik dari orang yang memainkan. Indera mata, pendengaran, rasa, dan motorik berkoordinasi dari awal hingga berakhirnya permainan. Beberapa penelitian tentang penggunaan musik gamelan Jawa sebagai terapi menunjukkan hasil yaitu iramanya yang teratur membuat orang merasa tenang. Ketukan 60-90 per menit mirip dengan musik klasik Mozart (Oktavia, et all, 2013). Mulyawati dan Meira (2011) menyatakan bahwa musik gamelan Jawa dengan laras pelog dan slendro efektif untuk menurunkan tekanan darah sistolik.

Musik dan budaya adalah dua hal yang tidak bisa dipisahkan. Faktor sosiobudaya merupakan pengalaman dan pengetahuan baik dari sisi makna

musik maupun kehidupan sehari-hari. Musik dapat memberikan gambaran tentang perjalanan sejarah masyarakat tertentu, karena musik yang diciptakan pada masa tertentu dapat mencerminkan kondisi pada masa itu. Pengalaman dan pengetahuan musik dalam kehidupan sehari-hari dapat dikategorikan sebagai memori, hal spiritual, sensorial (untuk kesenangan), dan perubahan peningkatan *mood* serta aktivitas keseharian.

Gamelan Jawa memiliki beberapa keistimewaan yaitu pada aspek audio dan visual. Pada aspek video ditunjukkan melalui warna bunyi (*tone colour*), laras (*scale system*), embat (*interval*) dan pelayangan (*sound wave*). Pada aspek visual meliputi bentuk, konstruksi, keindahan material yang dipakai dan ornamen. Keistimewaan itulah yang mendorong masyarakat dunia untuk mengakui bahwa gamelan Jawa adalah musik yang istimewa.

C. Apa Sih Gamelan?

Alat musik gamelan adalah instrumen musik yang dimainkan dalam sebuah *ensemble music*. Sajian musik gamelan terdiri atas sejumlah alat musik yang dimainkan secara padu dan menghasilkan suara tetabuhan yang merdu. Irama musik yang dimainkan gamelan umumnya bertempo lambat dan lembut. Nama gamelan berasal dari dua kata, *gamel* dan *an*. “Gamel” berarti menabuh dan “an” adalah kata benda. Dengan demikian gamelan memiliki arti aktifitas menabuh. Musik gamelan merupakan salah satu jenis musik tradisional yang terdiri dari beberapa komponen yaitu bonang, kenong, saron, peking, kendhang, rebab dan gong. Semua komponen tersebut dimainkan secara klasikal dan bersamaan, namun cara memainkannya berbeda-beda. Bonang, kenong, saron dan peking dimainkan dengan cara dipukul dengan sebuah tongkat berlapis yang dinamakan tabuh. Kendhang dimainkan dengan cara dipukul menggunakan tangan tanpa alat apapun. Rebab dimainkan dengan cara menggesek sebilah alat penggesek ke benag-benang yang terkait di dalamnya. Gong dimainkan dengan

memukul bagian tonjolan menggunakan sebuah pemukul berlapis (Salim, 2005). Bunyi yang dihasilkan beragam dan secara harmonis akan menghasilkan sebuah musik yang unik. Bunyi tersebut tidak dapat dihasilkan oleh alat musik yang lain. Menurut Djohan (2005) gamelan Jawa ialah musik dengan nada *pentatonic*.

Gamelan tidak bisa dimainkan secara perorangan, namun harus dimainkan oleh kelompok orang, karena gamelan termasuk dalam jenis musik ansamble. Dengan demikian kebersamaan dan kerjasama sangat dibutuhkan ketika memainkan alat musik gamelan. Musik gamelan terdengar mengalun merdu, mendayu-dayu, enak di dengar bahkan terkadang terdengar menghentak dan bisa membangkitkan semangat untuk yang mendengar. Secara umum gamelan adalah sebagai salah satu media ekspresi bagi pemusiknya.

Makna filosofi gamelan

Secara folosofi, gamelan yang berasal dari kata “gamel” memiliki makna “melakukan”. Apabila kita mendengarkan dengan cermat suara musik gamelan maka akan terdengar bunyi *neng ning nung nang nong*. Bunyi tersebut juga memiliki makna filosofis, yaitu :

1. *Neng*, memiliki makna *meneng* atau diam secara ragawi. Oleh karena itu, *neng* identik dengan sembah raga yang dilakukan saat melakukan meditasi, semedi atau bersembahyang.
2. *Ning*, memiliki pengertian *ening* (tenang) atau *wening* (jernih) secara natiniah. Kata *ning* ini mengacu pada sembah rasa, di mana orang melakukan sembahyang bukan sekadar diam secara ragawi, namun harus tenang dan jernih batiniahnya.
3. *Nung*, memiliki pengertian *enung* (merenung) atau *dunung* (tahu tujuannya). Kata *nung*, mengajarkan bahwa orang yang melakukan sembah raga dan sembah rasa harus disertai perenungan dan tahu tujuannya, yaitu Tuhan itu

sendiri. Tanpa tahu tujuan, sembah raga dan sembah rasa seperti orang bepergian tanpa mengetahui tujuan yang akan dicapai.

4. *Nang*, memiliki pengertian menang (berhasil). Artinya, bila seseorang melakukan sembah raga dan sembah rasa dengan mengetahui tujuannya, berarti orang itu telah mencapai keberhasilan di dalam melakukan sembah kepada Tuhan.
5. *Nong*, memiliki pengertian Tuhan. Artinya Tuhan merupakan tujuan akhir dari sembah yang dilakukan oleh manusia (Achmad & Wintala, 2018)

Makna filosofi dari setiap macam instrument gamelan, antara lain :

1. Bonang burung dan bonang penerus

Instrumen bonang terdiri dari bonang burung dan bonang penerus. Bila dipukul, akan menimbulkan bunyi *nang* yang memiliki makna *wenang* (berhak) atau *menang* (jaya). Sehingga makna yang terkandung memberikan arti manusia memiliki hak untuk menentukan nasibnya sendiri dan tidak mudah terpengaruh oleh godaan orang lain. Dengan menjadi diri sendiri, manusia akan berpeluang besar mencapai suatu kemenangan (kejayaan)

2. Kethuk

Bila ditabuh, instrumen gamelan kethuk menimbulkan bunyi *thuk*. Bunyi *thuk* dimaknai dengan *mathuk* (setuju). Makna filosofisnya adalah manusia agar setuju atas semua perintah Tuhan dan menjauhi larangan-Nya.

3. Kendhang

Kendhang menentukan dinamika dan tempo irama gamelan. Bunyi yang dikeluarkan saat ditepak adalah dan yang memiliki arti *ndang* (segera). Arti filosofisnya agar manusia segera melaksanakan aktivitas sesudah bangun pagi atau melaksanakan salat ketika azan berkumandang.

4. Kempul

Kempul berarti *kumpul* (berkumpul). Manusia selalu memiliki kesadaran sosial. Jangan egois dan individual yang selalu mementingkan diri sendiri.

5. Saron

Alat musik saron dibuat dari besi, kayu, karet, dan paku dengan bentuk seperti lesung kecil. Dimaknai dengan *sero* (keras). Saron mengajarkan kepada manusia agar senantiasa lantang dalam menyuarakan kebenaran.

6. Gender

Gender menyimbolkan suatu permulaan atau awal mula kehidupan. Oleh karena itu, gender selalu ditabuh sebagai pembuka suatu gendhing.

7. Rebab

Makna filosofisnya adalah tujuan atau keinginan dari suatu tindakan.

8. Gambang

Gambang berasal dari kata *gambling* (jelas) atau *imbang* (seimbang). Makna filosofisnya adalah agar manusia senantiasa jelas apa yang dilakukan serta menyeimbangkan antara kebutuhan lahir dan bathin, juga kehidupan dunia dan akhirat.

9. Suling

Suling berasal dari kata *eling* (ingat). Manusia hendaklah tidak meninggalkan kewajiban dan selalu ingat kepada Tuhan yang menciptakan-Nya.

10. Siter

Siter berasal dari kata *ngeterke* (mengantarkan). Artinya manusia harus mampu mengantarkan (menolong) atau membimbing orang lain pada suatu tujuan (perbuatan) yang baik.

11. Gong:

Alat musik yang akan menimbulkan suara yang marem (mantap) bila dipukul. Gong selalu ditabuh diakhir suatu gendhing, maka makna filosofisnya adalah agar manusia mengakhiri hidupnya dalam kematian yang sempurna (Sri, WA, 2018)

Berdasarkan gambaran filosofi tersebut maka terlihat nilai yang sangat dalam dari instrumen gamelan. Dikatakan bahwa manusia adalah makhluk Tuhan

yang memiliki potensi untuk berkembang menjadi diri sendiri, memiliki keberanian untuk menyuarakan kebenaran, mampu menyeimbangkan kebutuhan lahir dan batin, kehidupan dunia dan akhirat, serta berpeluang besar untuk mencapai suatu kemenangan (kejayaan). Guna mencapai kemenangan tersebut semua aktivitas harus memiliki arah dan tujuan. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak boleh selalu mementingkan diri sendiri, bersedia bekerjasama, dan berempati.

D. Pendidikan Karakter

Perkembangan teknologi informasi yang cepat merupakan tanda iklim globalisasi yang menimbulkan gejala merosotnya moral kesusilaan. Tawuran antar pelajar, hubungan seks di luar nikah, perilaku *bullying* yang berakhir dengan kematian, dan narkoba semakin marak diberitakan. Situasi tersebut menunjukkan telah merosotnya nilai-nilai keluarga yang sesungguhnya dijunjung tinggi oleh budaya masyarakat kita.

Berns mengartikan nilai sebagai kualitas atau *belief* yang diinginkan atau dianggap penting (Lestari, 2012). Nilai dapat dikonseptualkan dalam level individu dan level kelompok. Dalam level individu nilai merupakan representasi sosial atau keyakinan moral yang diinternalisasi dan digunakan orang sebagai dasar rasional terakhir dari tindakan-tindakannya. Nilai bermakna bagi pengaturan diri terhadap dorongan-dorongan yang mungkin bertentangan dengan kebutuhan kelompok tempat individu berada. Sehingga nilai sangat berkaitan dengan kehidupan sosial. Dalam level kelompok, nilai adalah ideal budaya yang dipegang secara umum oleh anggota kelompok atau pikiran sosial kelompok.

Budaya adalah sistem nilai dan kepercayaan yang dipegang secara bersama oleh beberapa orang dan memberikan perasaan menjadi bagian dari kelompok atau rasa identitas. Keharmonisan sosial dalam budaya Jawa menjadi

nilai utama dalam kehidupan bermasyarakat. Hal tersebut terwujud dalam pola pergaulan dalam masyarakat Jawa yang dilandasi oleh kerukunan dan menghormati orang lain (Magnis-Siseno, 2003). Untuk menjaga agar kerukunan dapat terwujud, orang Jawa dituntut untuk dapat bersikap rendah hati dan tidak berlebihan, dituntut untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang dihadapi dan bertindak secara wajar. Bentuk perilaku yang dinilai ideal adalah patuh terhadap orang yang lebih superior, kedermawanan, menghindari konflik, memahami orang lain, dan berempati. Orang Jawa berusaha mengontrol impuls-impuls naturalnya dalam rangka mempertahankan harmoni sosial.

Memiliki karakter yang baik adalah hal yang harus diperjuangkan dan dilakukan oleh setiap orang. Kebutuhan tersebut merupakan tujuan utama yang ingin dicapai oleh keluarga, sekolah, dan masyarakat. Terbentuknya karakter yang baik tidak lepas dari dukungan lingkungan dan orang-orang terdekat di sekitar remaja. Pendidikan karakter penting dilakukan untuk anak usia berapapun. Anak yang memiliki karakter yang baik, akan lebih mudah untuk mendapatkan kesuksesan. Park dan Peterson (2006) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kekuatan karakter berkorelasi negatif dengan problem perilaku dan emosi pada remaja. Penelitian lain menunjukkan kekuatan karakter berkorelasi positif dengan luaran yang diharapkan seperti kesuksesan di sekolah, perilaku prososial, dan kompetensi. Kekuatan karakter juga mendukung pencapaian kesejahteraan (*well being*) dan kebahagiaan individu.

Park dan Peterson (2006) mendefinisikan karakter sebagai sekumpulan *trait* positif yang terefleksi dalam pikiran, perasaan, dan perilaku. Di dalam karakter manusia terdapat tiga komponen: a) pengetahuan moral, yaitu penalaran moral dan strategi kognitif yang digunakan untuk mengambil keputusan secara sistematis sehingga siap untuk menghadapi konsekuensi dari keputusan yang telah diambil, b) perasaan moral, yaitu ketertarikan terhadap kebaikan, komitmen, hati nurani, dan empati dan menjadi jembatan antara

pengetahuan moral dan tindakan moral, c) tindakan moral, yaitu kehendak, kompetensi, dan kebiasaan.

Pembentukan karakter akan dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang diperoleh di awal kehidupannya. Banyak cara bisa dilakukan untuk membantu berkembangnya karakter anak menjadi lebih baik. Beberapa karakter yang harus diajarkan adalah rasa syukur dan berterima kasih, saling memuji, empati, mengatasi konflik atau masalah, berhati-hati dalam bertutur kata, optimisme, keragaman dan perbedaan, pencarian karakter, komunikasi langsung dan etika.

Ciri-ciri Karakter

1. Memiliki kepedulian terhadap orang lain dan terbuka terhadap pengalaman dari luar.
2. Secara konsisten mampu mengelola emosi.
3. Memiliki kesadaran terhadap tanggung jawab sosial dan tanpa pamrih.
4. Melakukan tindakan yang benar meskipun tidak ada orang lain yang melihat.
5. Memiliki kekuatan dari dalam untuk mengupayakan keharmonisan dengan lingkungan sekitar.
6. Mengembangkan standar pribadi yang tepat dan berperilaku yang konsisten dengan standar tersebut.

Remaja yang memiliki karakter kuat mampu bersikap rasional dan tidak mudah terombang-ambing oleh keyakinan yang salah tentang nilai sesuatu yang ada di luar dirinya. Kepedulian tersebut harus terus diasah dan diregulasi oleh kebijakan. Nilai dasar yang menjadi landasan dalam membangun karakter adalah hormat. Hormat mencakup respek pada diri sendiri, orang lain, dan semua bentuk kehidupan maupun lingkungan yang mempertahankannya. Dengan memiliki hormat, maka individu memandang dirinya maupun orang lain sebagai sesuatu yang berharga dan memiliki hal yang sederajat.

E. Konformitas Kelompok Teman Sebaya

Teman sebaya merupakan aspek yang penting dalam kehidupan remaja. Banyak remaja yang rela melakukan apapun agar dapat dimasukkan sebagai anggota. Bagi para remaja penolakan merupakan situasi yang menyakitkan dan bisa berdampak pada munculnya stress, frustrasi dan kesedihan. Hubungan teman sebaya yang baik akan membantu perkembangan sosial remaja.

Konformitas dapat terjadi dalam beberapa bentuk dan memengaruhi aspek-aspek kehidupan remaja. Munculnya konformitas ketika remaja meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan adanya tekanan. Konformitas teman sebaya pada remaja bisa memberi arti positif ataupun negatif. Konformitas yang memberikan arti negatif antara lain ditunjukkan melalui kegiatan mencorat-coret, mencuri, menggunakan bahasa yang asal-asalan, dan mempermainkan orangtua serta guru. Konformitas yang memberikan arti positif antara lain ditunjukkan melalui kebersamaan melakukan aktivitas sosial misal dengan melakukan galang dana bersama. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa konformitas yang negatif menurun ketika siswa berada pada tingkat akhir masa sekolah menengah. Siswa kelas 11 dan 12 menunjukkan tanda-tanda berkembangnya gaya pengambilan keputusan yang lebih bebas dari pengaruh teman sebaya ataupun orangtua (Santrock, 2003).

Guna mengatasi konformitas yang negatif remaja membutuhkan bantuan dari orangtua dan orang dewasa di sekitarnya. Para remaja membutuhkan banyak kesempatan untuk berbicara dengan teman sebaya dan orang dewasa tentang dunia sosial mereka dan tekanan-tekanan yang ada. Perubahan perkembangan yang terjadi pada remaja kadang membawa rasa tidak aman. Untuk mengatasi tekanan ini, remaja perlu mendapat kesempatan untuk menunjukkan keberhasilan, baik di dalam maupun di luar sekolah. Keberhasilan tersebut meningkatkan kontrol atas dirinya sendiri.

Hubungan memainkan gamelan dan pembentukan karakter remaja

Manusia dan musik adalah satu kesatuan, karena respon terhadap musik terjadi dari proses kognitif yang menyertakan emosi dalam wujud perilakunya. Ketika manusia saling berinteraksi, maka terjadi proses saling meningkatkan pemahaman sebagai suatu budaya yang secara signifikan turut mematangkan persepsi dan kognisi. Manfaat bermain musik cukup besar antara lain memberikan kesempatan untuk relaksasi, berekspresi, dan eksplorasi serta membangun rasa saling percaya. Musik bisa merangsang fisik maupun mental.

Semua warga masyarakat adalah potret dari kehidupan musikl, karena musik adalah produk budaya. Gamelan adalah musik tradisonal Jawa dan termasuk jenis musik *ansamble*. Dengan demikian gamelan tidak bisa dimainkan secara perorangan, namun harus dimainkan oleh kelompok orang. Gamelan Jawa terdiri dari kurang lebih dua puluh jenis instrumen. Harmonisasi di antara pemusik sangat dibutuhkan dan dapat tercipta apabila ada kebersamaan dan kerjasama ketika memainkan alat musik gamelan. Penunjang keberhasilan bermain gamelan tergantung pula pada kemampuan kognitif, psikomotorik, dan afektif yang meliputi perilaku dan sikap, baik pada saat bermain gamelan maupun tidak.

Peran yang berbeda dari setiap instrumen menuntut para pemusiknya untuk bisa memusatkan perhatian terhadap instrumen yang menjadi tanggung jawabnya. Selain itu juga dituntut untuk bersedia mendengarkan dan memperhatikan orang lain. Dengan demikian, terlihat bahwa keberhasilan bermain gamelan merupakan tanggung jawab bersama. Kondisi tersebut berkaitan dengan makna filosofi dari gamelan yaitu bahwa manusia adalah makhluk Tuhan yang memiliki potensi untuk berkembang menjadi diri sendiri, memiliki keberanian untuk menyuarakan kebenaran, mampu menyeimbangkan kebutuhan lahir dan bathin, kehidupan dunia dan akhirat, dan berpeluang besar untuk mencapai suatu kemenangan (kejayaan). Untuk mencapai kemenangan

tersebut semua aktivitas harus memiliki arah dan tujuan, tidak boleh selalu mementingkan diri sendiri, bersedia bekerjasama, serta berempati.

Irama musik yang dimainkan umumnya bertempo lambat dan lembut serta memiliki irama yang teratur. Musik dan unsur-unsur gerak yang terjadi ketika memainkan instrumen gamelan memberikan dampak pada aktivitas hemisphere otak. Musik dan gerakan merupakan pasangan yang bisa meningkatkan kesadaran emosi atau meningkatkan sebagian kesadaran. Kemampuan musik meningkatkan fungsi memori dan persepsi pendengaran (*auditory*) untuk mengembangkan belajar dan kemampuan suara yang spesifik atau nada bisa mengembangkan perasaan (*affecy brain*).

Musik potensial untuk meningkatkan kerja otak, minat, aktivitas, perilaku sosial, dan belajar, mengarahkan ketegangan, mengatur perilaku, serta mengekspresikan emosi. Musik secara langsung diproses melalui sistem limbik (*amigdala, talamus, cerebal hypothalamus, hippocampus*) (Berger, 2002). Melalui sistem pendengaran suara masuk ke dalam otak, memicu faktor emosional yang mendorong motivasi dan kemauan untuk membuat pilihan dan melakukan pola sensorik baru. Individu yang telah menginternalisasi irama cenderung mengembangkan perilaku penuh perhatian, dengan gerakan tubuh lebih fungsional terorganisir, tubuh bagian atas dan bawah terkoordinasi, fokus visual dan pendengaran dan adaptasi perencanaan motorik. Ketika tubuh berirama terorganisir, tampak bahwa respon fisiologis lain menjadi lebih mudah dikelola.

F. Kesimpulan

Makna filosofi dari gamelan nampak sejalan dengan ciri karakter yang baik dari individu. Karakter berkembang ketika nilai-nilai diadaptasi menjadi keyakinan, dan digunakan untuk merespon suatu kejadian agar sesuai dengan nilai-nilai moral yang baik. Karakter yang dibentuk memiliki tiga bagian yang

saling berkaitan, yaitu pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan moral. Ciri karakter tersebut antara kepedulian terhadap lingkungan sehingga bisa menciptakan keharmonisan dengan lingkungan, kesediaan untuk bekerjasama, terarahnya suatu aktivitas, kemampuannya mengelola emosi, dan adanya tanggung jawab sosial. Individu yang memiliki karakter yang baik akan mampu menunjukkan kesuksesan dalam hidupnya. Memiliki karakter yang baik adalah sesuatu hal yang harus diperjuangkan dan diupayakan secara maksimal. Dengan bermain gamelan para remaja mendapatkan banyak kesempatan untuk belajar bekerjasama dengan orang lain, mendapat kesempatan untuk meningkatkan kontrol atas dirinya sendiri, mendapatkan kesenangan, mendapat kesempatan untuk relaksasi. Dengan demikian, diharapkan beramin gamelan bisa menjadi media untuk mendukung perkembangan karakter seseorang.

Referensi

- Achmad, S. W. (2018). *Etika jawa, pedoman luhur, dan prinsip hidup orang jawa*. Yogyakarta: Araska.
- Djohan. (2009). *Psikologi musik*. Yogyakarta : Galangpress.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga: penanaman nilai & penanganan konflik dalam Keluarga*. Jakarta :Kencana.
- Magnis-Suseno, F. (2003). *Etika jawa: Sebuah analisa falsafi tentang kebijaksanaan hidup jawa*. Jakarta: PT. Gramedia
- Mulyawati, Y. & Meira, M. (2013). Kombinasi musik gamelan serta senam lansia untuk lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas* Vol.1 No.2.
- Oktavia, N.S., Supriadi,G., & Ieva, B.A. (2013). Perbandingan efek musik klasik mozart dan musik tradisional gamelan jawa terhadap pengaruh nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada nulifara. *Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran, MKB* Vol.44 No.4.

- Park, N. & Peterson. (2006). Character strenght and happiness amomng young children: Content analysis of parental description. *Journal of Happiness Studies*, 7(3),323-341. DOI.10.1007/s10902-005-3648-6
- Salim, D. (2005). Respon emosi musikal dalam gamelan jawa. *Psikologia*.Vol 1.No.2. Hal 63- 75
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Satiadarma, M.P., & Zahra, R.P. (2004). *Cerdas dengan musik*. Jakarta : Puspa Swara.
- Satiadarma, M.P. (2002). *Terapi Musik*. Jakarta: Milenia Populer.
- Sriwilujeng, D. (2017). *Panduan implementasi penguatan pendidikan karakter*. Jakarta: Erlangga.

Employee Voice Behavior

oleh Unika Prihatsanti

A. Pengantar

Filsafat merupakan suatu ilmu pengetahuan yang bersifat eksistensial, di mana orang selalu mempertanyakan hal-hal penting baik terkait ilmu pengetahuan maupun kehidupan sehari-hari. Filsafat adalah suatu hal yang esensial dan sangat erat berkaitan dengan kehidupan manusia. Bahkan, dapat dikatakan bahwa filsafatlah yang menjadi motor penggerak kehidupan yang lebih baik sebagai manusia pribadi maupun sebagai manusia kolektif dalam suatu masyarakat atau bangsa. Semua ilmu, baik ilmu alam maupun ilmu-ilmu sosial, bertolak dari filsafat. Pada perkembangan filsafat menjadi ilmu maka terdapat taraf peralihan. Dalam taraf ini maka bidang penjelajahan filsafat menjadi lebih sempit, tidak lagi menyeluruh melainkan sektoral pada masing-masing bidang, seperti fisika, ekonomi, psikologi dan lainnya. Pembagian wilayah ini lebih merupakan pembatasan bidang yang ditelaah, yaitu ilmu sosial atau ilmu alam dan tidak mencirikan cabang filsafat yang otonom.

Filsafat ilmu merupakan istilah lain dari epistemologi. Berasal dari bahasa Yunani, *episteme* yang berarti pengetahuan, dan *logos* berarti kajian. Epistemologi adalah kajian tentang ilmu pengetahuan yang secara khusus membahas metodologi yang berkembang dalam ilmu pengetahuan. Filsafat ilmu merupakan telaah secara filsafat yang ingin menjawab pertanyaan mengenai hakikat ilmu.. Pada perkembangannya filsafat mendasari ilmu pengetahuan yang berkembang selanjutnya. Ilmu berasal dari kata *science* yang artinya *to know* dan berkaitan dengan objek empiris. Pengertian sempit memberikan arti bahwa *science* menunjukkan kuantitatif dan objektif. Ilmu juga rasional, karena

merupakan hasil proses berpikir dengan menggunakan akal atau hasil berpikir secara rasional. Filsafat ilmu merupakan bagian epistemologi yang sebara spesifik mengaji hakikat ilmu. Menurut Suriasumantri (2017) bahwa masalah dalam kajian filsafati tersebut adalah epistemologi, dan landasan epistemologi ilmu disebut sebagai metode ilmiah. Lebih lanjut dijelaskan bahwa persoalan utama yang dihadapi oleh tiap epistemologi pengetahuan pada dasarnya adalah bagaimana mendapatkan pengetahuan yang benar dengan memperhitungkan aspek ontologi dan aksiologi masing-masing. Demikian juga dengan masalah yang dihadapi epistemologi keilmuan yakni bagaimana menyusun pengetahuan yang benar untuk menjawab permasalahan mengenai dunia empiris yang akan digunakan sebagai alat untuk meramalkan dan mengontrol gejala. Gejala yang dimaksud dalam artikel ini adalah *voice behavior*.

Voice adalah komunikasi informal dan merupakan pilihan karyawan untuk menyampaikan ide, saran, perhatian, informasi tentang masalah atau pendapat tentang isu yang berkaitan dengan pekerjaan kepada orang yang dapat mengambil tindakan yang dianggap perlu dengan maksud membawa perubahan atau perbaikan (Morisson, 2014). Sejauh mana karyawan berkomunikasi pada atasan untuk memberikan saran, gagasan, informasi tentang masalah yang menjadi perhatian memiliki kontribusi terhadap organisasi. Sebagai upaya untuk bertahan dan menyikapi kondisi bisnis yang dinamis, membuat keputusan yang baik, dan memperbaiki masalah sebelum menjadi lebih besar dan tidak teratasi maka para pimpinan atau manajemen atas membutuhkan informasi dari karyawan pada tingkat dibawahnya. Demikian pula pekerjaan dalam tim, yang mengharuskan para anggotanya dapat saling berbicara secara efektif supaya dapat membuat keputusan yang efektif.

Perilaku informal dan kebebasan untuk memberikan ide, gagasan informasi dikenal dengan *voice behavior*. *Employee voice behavior* sangat penting bagi efektivitas fungsi organisasi. Berbagai penelitian membuktikan

bahwa *voice* dihubungkan dengan *outcome* organisasi positif, seperti pembelajaran, peningkatan proses kinerja, inovasi, kesalahan koreksi, pembatasan perilaku immoral, perlindungan terhadap krisis (Detert & Edmondson, 2011; Detert & Treviono, 2010; Grant, 2013; Le Pine & Van Dyne, 2001; Liang et al 2012; Morrison & Milliken, 2000; Tangirala & Ramanujam, 2008). *Voice* juga memiliki dampak positif bagi karyawan, yaitu perasaan bernilai (Morrison & Milliken, 2000), memiliki engagement (Rees, Alfes, Gatenby, 2013) dan komitmen terhadap organisasi (Farndale, Ruiten, Kelliher, Hailey, 2011).

Ashfor, Sutcliffe & Christianson (2009) menyatakan bahwa jika karyawan tidak berani untuk melakukan *voice* di tempat kerja, menimbulkan potensi merugikan bagi organisasi, seperti kinerja yang lemah, korupsi, moral karyawan rendah. Juga menimbulkan kerugian bagi diri sendiri, seperti perasaan ketidakpuasan, stress dan sinisme. Disisi lain temuan penelitian ini menunjukkan hubungan antara *voice* dan *job performance*. *Voice* memberikan kontribusi pada produktivitas karena *voice* memungkinkan karyawan mencapai sumberdaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan performansi kinerja. Isu mengenai *voice* ini menjadi menarik untuk dikaji, bagaimana proses, mekanisme, dan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk berani menyuarakan sesuatu dalam konteks individu maupun kelompok. Namun sebelum mengkaji *voice* jauh, perlu diketahui hakikat yang terkandung dalam *voice* yang meliputi aspek ontologi, epistemologi dan aksiologinya. Ontologi ilmu meliputi apa hakikat ilmu itu, apa hakikat kebenaran dan kenyataan yang inheren dengan pengetahuan ilmiah yang tidak terlepas dari persepsi filsafat tentang apa dan bagaimana (yang) “ada” itu. Epistemologi ilmu meliputi sumber, sarana dan tatacara menggunakan sarana tersebut untuk mencapai pengetahuan. Aksiologi meliputi nilai-nilai yang bersifat normatif dalam pemberian makna terhadap kebenaran atau kenyataan sebagaimana dijumpai

dalam kehidupan kita yang menjelajahi berbagai kawasan, seperti kawasan sosial, kawasan simbolik atau pun fisik material (Harsono, 2004). Artikel ini bertujuan memberikan deskripsi secara kritis tentang dasar-dasar filsafat ilmu penelitian tentang *voice behavior*. Dasar-dasar filsafat ilmu penelitian tentang *voice behavior* itu meliputi dasar ontologi, dasar epistemologi, dan dasar aksiologi.

B. Konsep *Empoyee Voice Behavior*

Konsep *voice behavior* merupakan konsep yang memenuhi syarat pengetahuan ilmiah. Agar pengetahuan dapat disebut sebagai pengetahuan ilmiah, menurut Haurawan (2012) harus memenuhi unsur: pertama, pengetahuan memiliki dasar pembenaran, yang dapat diuji dan diverifikasi kebenarannya, kedua sistematis yang artinya memiliki prosedur untuk jaminan tercapainya kebenaran ilmiah, ketiga memiliki sifat intersubjektif artinya dapat diteliti oleh peneliti lain dari disiplin ilmu yang lain pula, keempat bersifat kritis yang artinya terbuka untuk dipelajari lebih lanjut, kelima metodis berarti bahwa metode atau cara untuk mengumpulkan dan menganalisis data tersedia, keenam universal, yang bisa diterapkan secara umum pada konteks yang kurang lebih sama. Semua **syarat ilmiah ini terpenuhi oleh *voice behavior***. Berbagai penelitian tentang *voice behavior* yang bermula dari Hirschman (1970) yang kemudian mengalami perkembangan hingga sekarang. Jika Hirschman memandang *voice* sebagai bentuk ketidakpuasan, saat ini *voice* dipandang sebagai perilaku bebas untuk mengkomunikasikan sesuatu demi kemajuan organisasi. Artinya *voice behavior* telah dapat diuji dan diverifikasi kebenarannya oleh peneliti lain, dan memiliki prosedur ilmiah yang sistematis.

Apabila ditinjau dari sudut pandang filsafat, **dasar ontologi *voice behavior*** (perilaku berbicara) merupakan perilaku yang tampak, sehingga sifatnya adalah **monisme materialistik**. Hanurawan (2012) menyatakan hakekat

keberadaan variabel adalah satu, maka disebut bersifat monis dan apabila hakekat variabel itu merupakan perilaku tampak maka disebut memiliki sifat material. **Dasar epistemologi** perilaku berbicara dapat diukur menggunakan alat ukur skala psikologi. Salah satunya dikembangkan oleh Liang, Farh & Farh (2012) . Sehingga penelitian ini memiliki sifat empiris karena menggunakan pendekatan filsafat ilmu **positivistik kuantitatif**, yang nantinya akan menguji model menggunakan analisis statistik. **Dasar aksiologi** berhubungan dengan nilai. *Voice behavior* bernilai bagi organisasi, karena memiliki kegunaan diantaranya membuat karyawan lebih terikat dan berkomitmen, meningkatkan inovasi, pembatasan perilaku immoral.

Voice behavior didefinisikan sebagai perilaku bebas di mana seorang karyawan mengkomunikasikan gagasan, saran, keprihatinan, atau pendapatnya tentang masalah yang berkaitan dengan pekerjaan dengan maksud untuk memperbaiki fungsi organisasi atau unit. (Morrison, 2011, 2014). *Voice* sebagai tingkah laku yang ditujukan spesifik pada orang yang dapat mengubah situasi menjadi lebih baik. Perilaku bebas untuk mengkomunikasikan gagasan, saran, keprihatinan maupun pendapat bisa dipandang dari sudut pandang **eksistensialisme**. Filsafat Satre terkenal dengan motto “manusia dikutuk untuk bebas”. Sifat dasar manusia adalah bebas. Manusia menjadi sakit karena kebebasan dirusak oleh orang lain yang suka menilai dan mengomentari. Akibatnya, manusia tidak menjadi diri sendiri. Saat dia tidak menjadi diri sendiri, dia bakal mengalami banyak hambatan. Oleh karena itu perilaku bebas dalam *voice* memungkinkan individu memiliki kesadaran untuk bertindak secara aktif meskipun selalu berproses dan memiliki celah untuk dikritik (*etre pour soi*). Selain itu perilaku bebas berlaku pula aliran **postmodernisme**, tidak ada standari tunggal untuk semua hal. Ilmu pengetahuan berorientasi pada kebenaran yang tidak mungkin tunggal. Kebenaran tidak ada di luar, tetapi di dalam masing-masing orang. Postmoderisme mengajak untuk saling memahami

perspektif masing-masing pihak. *Voice behavior* terjadi di organisasi, yang mengkomunikasikan sesuatu berkaitan dengan fungsi organisasi. Hal ini berkaitan dengan filsafat yang membahas hubungan antar manusia yang ideal. Jika setiap orang tidak egois, dia akan melihat dirinya dalam orang lain. Selama orang hanya mikir diri yang terpisah dari orang lain, maka orang itu bukanlah orang yang sehat. Postmodernisme tidak setuju dengan adanya pemikiran yang mapan. Jika pemikiran dianggap mapan, maka pemikiran itu bisa mengklaim diri benar. Kalau sudah mengklaim diri benar, yang lain disingkirkan. Jika ada yang menganggap diri mapan, maka dilakukan dekonstruksi. Oleh karena itu, postmodernisme kadang dianggap antikemapanan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya penelitian *voice behavior* yang berkembang untuk memberikan perkembangan baru bagi konstruk *voice behavior*.

C. Dasar – dasar Filsafat Ilmu

1. Aspek Ontologis *Voice Behavior*

Ontologi berasal dari bahasa Yunani, yaitu *ontos* dan *logos*. *Ontos* berarti sesuatu yang berwujud dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi ontologi adalah ilmu atau teori tentang wujud hakikat yang ada pada ilmu dan keilmuan. Objek ilmu atau keilmuan adalah dunia empirik, yang dapat dijangkau pancaindera, sehingga objek ilmu merupakan pengalaman inderawi. Dengan kata lain, ontologi adalah ilmu yang mempelajari tentang hakikat sesuatu yang berwujud dengan berdasarkan penalaran logis. Berasal dari teori hakikat (ontologi) muncul beberapa aliran dalam filsafat seperti filsafat materialisme, filsafat idealism, filsafat moonisme, filsafat dualisme, filsafat skeptisme dan filsafat agnostisisme.

Pandangan ontologis pertama kali dikemukakan oleh Plato (428-348 SM) dengan teori idea. Menurut Plato, tiap-tiap hal yang ada di alam nyata ini tentu ada idenya. Ide yang dimaksud adalah definisi atau konsep universal dari

tiap sesuatu. Ide manusia menurut plato adalah “badan hidup” yang kita kenal dan dapat berpikir, berlaku universal baik manusia besar-kecil, tua-muda, lelaki-perempuan dan sebagainya. Pendapat kedua oleh St. Augustine (354-430 SM), yaitu manusia mengetahui dari pengalaman hidupnya bahwa dalam alam ini terdapat kebenaran. Namun akal manusia terkadang merasa bahwa ia mengetahui apa yang benar, tetapi kadang merasa ragu-ragu bahwa apa yang diketahuinya itu adalah suatu kebenaran. Akal manusia mengetahui bahwa di atasnya masih ada suatu kebenaran tetap (kebenaran yang tidak berubah-ubah), dan itulah yang menjadi sumber bagi akal dalam usahanya untuk mengetahui apa yang benar. Kebenaran tetap dan kekal disebut sebagai mutlak, yaitu Tuhan.

Menurut Christian Wolf, ontologi merupakan bagian metafisika umum yang membicarakan tentang hal yang ‘ada’ (*being*), atau eksistensi. Kedua metafisika khusus, yaitu psikologi membiarkan hakikat manusia, kosmologi membicarakan hakikat atau asal usul alam semesta, theologi membicarakan hakikat keberadaan Tuhan.

Aspek ontologi *voice behavior* dikaji melalui dua hal, yaitu hakikat *voice behavior* dan alasan yang memberikan membenaran bahwa *voice behavior* menjadi subjek bahasan pada penelitian perilaku organisasi. Pertanyaan **hakikat *voice behavior* merujuk pada definisi *voice behavior*** sedangkan **alasan membenaran *voice behavior* merujuk pada unsur historis yang membentuk istilah *voice behavior*.**

Voice behavior didefinisikan sebagai perilaku bebas di mana seorang karyawan mengkomunikasikan gagasan, saran, keprihatinan, atau pendapatnya tentang masalah yang berkaitan dengan pekerjaan dengan maksud untuk memperbaiki fungsi organisasi atau unit. (Morrison, 2011, 2014). *Voice* sebagai tingkah laku yang ditujukan spesifik pada orang yang dapat mengubah situasi menjadi lebih baik. *Voice* sebagai perilaku *extra-role behavior* yang dapat

menunjukkan letak permasalahan dan memberikan jalan keluar yang konstruktif kearah yang lebih baik (Van Dyne & LePine, 1998).

Istilah *voice* memiliki sejarah panjang pada penelitian organisasi. Riset *employee voice* pertama kali dimulai oleh Hirschman (1970), tentang *exit, voice and loyalty* yang mengusulkan bahwa *voice* merupakan respon yang muncul karena ketidakpuasan pelanggan yang kemudian beralih pada *pro social behavior* (Morison, 2011) dan menjadi salah satu bagian penting pada perilaku *extra role* (Morison, 2014). *Extra role* merupakan cara seseorang untuk melakukan pekerjaan melebihi kewajibannya.

Sebagai konstruk yang berkembang, para peneliti memiliki kepentingan untuk membedah lebih dalam tentang hakikat *voice behavior* dalam bentuk variabel yang lebih mendetail. Sebelum tahun 2000, mengidentifikasi empat tipe *voice*, yaitu *innovative voice, adaptive voice, redress and dissent* (Kowtha et al, 2000). Van Dyne, Ang & Botero (2003) mengidentifikasi tiga jenis *voice* yaitu *prosocial, aquiescent dan defensive*. *Prosocial voice* adalah secara aktif mengekspresikan ide yang berkaitan dengan pekerjaan, informasi dan pendapat untuk memberi keuntungan bagi organisasi. *Defensive voice* adalah mengekspresikan atau mengungkapkan ide dengan mengalihkan perhatian pada tempat atau lain karena ketakutan dan keinginan melindungi diri sendiri. *Aquiescent voice* didefinisikan sebagai mengekspresikan ide yang mendukung dan memberikan persetujuan pada kelompok karena munculnya perasaan tidak yakin orang lain tidak dapat membuat perubahan. Sedangkan dimensi *voice* dijelaskan sebagai *proactive behavior* (tantangan untuk merombak *status quo*) dan *confuse behavior* (berkaitan motivasi untuk berbicara). Liang, Farh & Farh (2012) membagi jenis *voice behavior* kedalam *promotive voice* dan *prohibitive voice*

2. Aspek Epistemologis *Voice Behavior*

Epistemologi berasal dari kata *episteme* yang berarti pengetahuan dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi epistemology adalah ilmu yang membahas tentang pengetahuan dan cara memperolehnya. Epistemologi disebut juga teori pengetahuan, yaitu cabang filsafat yang membicarakan tentang cara memperoleh pengetahuan, hakikat pengetahuan dan sumber pengetahuan yang menyoroti tentang tata cara, teknik atau prosedur mendapatkan ilmu pengetahuan. Epistemologi berhubungan dengan definisi dan konsep ilmu, ragam ilmu yang bersifat nisbi dan niscaya serta relasi keksak antara subjek dan objek. Epistemologi adalah bagian filsafat yang meneliti asal usul, asumsi dasar, sifat-sifat dan bagaimana memperoleh pengetahuan.

Pembahasan aspek epistemologis mengacu pada beberapa bahasan yang meliputi **sumber terjadinya fenomena *voice behavior*, sarana yang digunakan untuk mendeteksi eksistensi *voice behavior* serta tatacara untuk mengukur** keberadaan *voice behavior* pada karyawan. Pembahasan mengenai sumber fenomena *voice behavior* akan mengarah pada beberapa “antecedent” yang menyebabkan timbulnya *voice behavior*. Pembahasan mengenai sarana yang digunakan akan merujuk pada beberapa indikator yang dipakai untuk mendeteksi *voice behavior*, sedangkan tata cara untuk mengukur akan mengarahkan pada instrumen yang dipakai untuk melakukan pengukuran. Faktor-faktor yang mempengaruhi *voice behavior* oleh Morison (2011) dibagi dalam faktor kontekstual dan faktor individual. Faktor kontekstual meliputi struktur dan organisasi formal, budaya organisasi, ukuran dan struktur kelompok, keterbukaan supervisor dan gaya kepemimpinan. Sedangkan faktor individual terdiri dari sikap kerja, kepribadian, pengalaman dan masa kerja, pekerja tetap dan tidak tetap, posisi dan status karyawan, definisi peran kerja, sejarah performansi kerja. Chamberlin et al (2017) menambahkan bahwa variabel dominan yang mempengaruhi *voice behavior* adalah *personal initiative*,

felt responsibility, engagement, leader-member exchange, dan positive work climate. Filsafat ilmu merupakan istilah lain dari epistemologi, yang berasal dari kata Yunani episteme yang berarti pengetahuan dan logos yang artinya adalah kajian. Dengan kata lain epistemologi adalah kajian tentang ilmu pengetahuan yang secara khusus mengaki metodologi yang berkembang dalam pengetahuan. Psikologi mengenal dua jenis penelitian secara umum, yaitu penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif, yang masing-masing memiliki aliran filsafat tersendiri. Penelitian *voice behavior* merupakan **penelitian kuantitatif** yang berakar dari filsafat **positivisme**. Pendekatan positivistik menurut Hanurawan (2012) menjelaskan bahwa oleh para ahli pendekatan ini disebut sebagai empiris, di mana berusaha meniru prinsip penelitian di bidang ilmu alam sebagai model dalam prinsip dan proses penelitiannya. Data berupa fenomena yang diukur secara kuantitatif, dengan pengumpulan data melalui prosedur tertentu, yang mendukung tujuan penelitian untuk menetapkan suatu objektivitas berdasar bukti empiris dan hukum-hukum yang dapat digeneralisasikan. Adapun pengambilan data dalam penelitian *voice behavior* menggunakan beberapa dimensi untuk menjelaskan perilaku yang muncul sebagai *voice behavior*. Liang, Farh & Farh (2012) menggunakan dimensi promotive dan prohibitive dalam *voice*. Sedangkan Maynes & Podsakoff (2014) menggunakan dimensi *supportive voice, constructive voice, defensive voice* dan *destructive voice* dalam pengukurannya.

Adapun cara untuk mengukur keberadaan *voice behavior* menggunakan instrumen yang memuat indikator-indikator tersebut diatas dengan memakai skala pengukuran tertentu. Skala yang sering dipakai adalah skala Likert dengan kombinasi aitem *favorable* dan *unfavorable*.

Aspek epistemologis juga menjelaskan bagaimana cara mendapatkan informasi yang lebih mendekati kenyataan tentang fenomena *voice behavior* dan

aktivitas apa yang harus dilakukan peneliti untuk menjamin bahwa instrumen yang dipakai layak dipercaya?

Menjawab pertanyaan pertama bagaimana mendapatkan informasi, terdapat beberapa alternatif. Pertama, atasan langsung yang memberikan penilaian terhadap indikator-indikator *voice behavior* yang ditampilkan karyawan atau bawahannya. Cara ini dapat ditempuh dengan adanya pertimbangan (1) bahwa dalam konteks masyarakat tertentu, individu tidak siap menilai diri sendiri secara objektif sehingga memungkinkan adanya *social desirability*, (2) sesuai kaidah penilaian tradisional bahwa yang dapat menilai kinerja bawahan adalah atasan langsung, (3) efektif dan efisien. Kedua, penilaian dua sisi yaitu *supervisor rating* dan *self report*. Cara ini dapat dilakukan ketika atasandiragukan keobjektifannya dalam menilai. Ketiga dengan metode 360 derajat, di mana atasan, rekan kerja, bawahan, diri sendiri dilibatkan dalam penilaian. Cara kedua dan ketiga memberikan informasi yang lebih akurat namun proses pelaksanaannya lebih rumit.

Peneliti perlu memastikan bahwa instrumen yang dipakai layak dipercaya, maka peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Validitas merujuk pada seberapa tepat alat ukur mengukur apa yang hendak diukur, sedangkan reliabilitas merujuk pada seberapa handal atau konsisten atau ajeg suatu hasil pengukuran jika dilakukan pada objek, waktu dan tempat yang berbeda.

Berkembangnya penelitian dengan pendekatan kuantitatif pada penelitian ilmu sosial telah menghasilkan software komputer yang mampu meminimalkan *human error* dalam pengukuran.

3. Aspek Aksiologis *Voice Behavior*

Aksiologi adalah cabang filsafat yang membicarakan tentang orientasi atau nilai suatu kehidupan. Berasal dari kata *axios* (nilai atau sesuatu yang

berharga) dan *logos* (akal). Aksiologi disebut juga teori nilai karena dapat menjadi sarana orientasi manusia dalam usaha menjawab suatu pertanyaan yang fundamental, yaitu bagaimana manusia harus hidup dan bertindak. Teori nilai atau aksiologi selanjutnya melahirkan etika dan estetika. Artinya aksiologi menyoroti nilai dan kegunaan ilmu pengetahuan, apakah secara moral dapat dilihat kegunaan ilmu itu dapat meningkatkan kesejahteraan manusia

Faktor yang dipertimbangkan dalam aksiologis adalah **etika dan estetika**. Faktor ini penting, karena informasi yang dikumpulkan bersifat rahasia dan mempunyai kemungkinan untuk membahayakan sumber informasi jika tidak dikelola dengan tepat. Dengan demikian anonimitas dan kerahasiaan identitas pemberi informasi, termasuk institusi yang dilibatkan wajib ditaati oleh peneliti. Faktor estetika *voice behavior* dapat dikaji melalui tipe-tipe *voice*, di mana individu atau orang yang menyampaikan memiliki teknik tertentu dalam menyampaikan hal tersebut. Selain itu aksiologi merujuk pada asas kebermanfaatan konstruk yang dipelajari, artinya apakah *voice behavior* memiliki manfaat atau nilai bagi kepentingan organisasi. *Voice behavior* menjadi bernilai ketika anggota organisasi memiliki kesediaan untuk menyampaikan atau mengkomunikasikan gagasan, ide, masalah, usulan atau segala sesuatu yang berkaitan dengan organisasi. Pada akhirnya ketika karyawan bersedia untuk *voice* maka organisasi dan karyawan sendiri mendapat keuntungan. Artinya *voice behavior* memiliki fungsi atau manfaat untuk meningkatkan kesejahteraan manusia.

Referensi

- Adib,M, (2017). Filsafat ilmu: Ontologi, aksiologi, dan logika ilmu pengetahuan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Chamberlin, M., Newton, D.W., & Lepine, J.A. (2017). A meta-analysis of voice and its promotive and prohibitive forms: Identification of key

- associations, distinctions and future research direction. *Personnel Psychology*. 70, 11-71
- Detert JR, Burris ER, Harrison DA. (2010). Debunking four myths about employee silence. *Harv. Bus. Rev.* 8:26
- Detert JR, Edmondson AC. (2011). Implicit voice theories: taken-for-granted rules of self-censorship at work. *Acad. Manag. J.* 54:461–88
- Detert JR, Trevino LK. (2010). Speaking up to higher ups: how supervisor and skip-level leaders influence employee voice. *Organ. Sci.* 21:249–70
- Hanurawan, F. (2012). Filsafat ilmu psikologi. Diktat kuliah. Malang: Universitas Negeri Malang
- Hirschman AO. (1970). Exit, Voice, and Loyalty: Responses to Decline in Firms, Organizations, and States. Cambridge, MA: Harvard Univ. Press
- Kowtha, R., Landau J. & Chia, H. (2001). The culture of voice: Exploring the relation between employee voice and organizational culture. *Academy of Management Conference*, Washington, D.C, 2001
- LePine JA, Van Dyne LV. (2001). Voice and cooperative behavior as contrasting forms of contextual performance: evidence of differential relationships with Big Five personality characteristics and cognitive ability. *J. Appl. Psychol.* 86:326–36^[1]_{SEP}
- Liang J, Farh CIC, Farh JL. (2012). Psychological antecedents of promotive and prohibitive voice: a two-wave examination. *Acad. Manag. J.* 55:71–92^[1]_{SEP}
- Maynes, T.D., Podsakoff, P.M. (2014). Speaking more broadly: An examination of the nature, antecedents, and consequences of an expanded set of employee voice behaviors. *Journal of applied psychology*. Vol. 99, No. 1, 87-112. DOI: 10.1037/a0034284
- Milliken FJ, Morrison EW, Hewlin P. 2003. An exploratory study of employee silence: issues that employees don't communicate upward and why. *J. Manag. Stud.* 40:1453–76

- Morrison EW, Milliken FJ. 2000. Organizational silence: a barrier to change and development in a pluralistic world. *Acad. Manag. Rev.* 25:706–25
- Morrison, E. W. (2011). Employee voice behavior: Integration and Directions for Future Research, *The Academy of Management Annals*, 5:1, 373-412, DOI: [10.1080/19416520.2011.574506](https://doi.org/10.1080/19416520.2011.574506)
- Morrison, E. W. (2014). Employee voice and silence. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.* 1:173–97. DOI: 10.1146/annurev-orgpsych-031413-091328
- Near, J.P., Miceli, M.P. (1996) Whistle-Blowing: Myth and Reality , *Journal of Management*, Vol. 22, No. 3, 507-526, DOI:10.1016/S0149-2063(96)90034-3
- Rusbult CE, Farrell D, Rogers G, Mainous AG. (1988). Impact of exchange variables on exit, voice, loyalty, and neglect: an integrative model of responses to declining job satisfaction. *Acad. Manag. J.* 31:599–627^[1]_[SEP]
- Suriasumantri, J.S. 2017. Filsafat Ilmu Sebuah Pengantar Populer, Jakarta: Penerbit Pustaka Sinar Harapan
- Tangirala S, Ramanujam R. (2008). Exploring nonlinearity in employee voice: the effects of personal control and organizational identification. *Acad. Manag. J.* 51:1189–203
- Van Dyne, L.V., LePine, J.A. (1998). Helping and voice extra-role behavior: evidence of construct and predictive validity. *Acad. Manag. J.* 41:108–19
- Van Dyne, L.V., Ang, S, Botero, I.C. (2003). Conceptualizing employee silence and employee voice as multidimensional constructs. *J. Manag. Stud.* 40:1359–92

Adiyuswa

oleh Yeniari Indriana

A. Pengertian Adiyuswa

Adalah sebutan bagi orang Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas sebagaimana disebutkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Adiyuswa di Indonesia saat ini berjumlah 9% dari keseluruhan penduduk Indonesia. Menurut data Susenas 2010, dari seluruh jumlah adiyuswa tersebut, yang masih aktif sebesar 80%. Dari jumlah adiyuswa yang aktif, ternyata 89% nya menderita minimal satu penyakit dan 97 % mengalami disabilitas ringan. Selain hal tersebut, para adiyuswa sering mengalami kesepian yang disebabkan meninggalnya pasangan hidup, perginya anak-anak dari rumah atau sangkar kosong, juga berkurangnya jumlah teman karena pensiun, kematian, maupun pindah tempat tinggal (Indriana, 2014).

Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa para adiyuswa di Indonesia banyak yang mengalami keterbatasan fisik. Proses penuaan memang selalu ditandai dengan kemunduran fungsi-fungsi anggota tubuh yang dapat menimbulkan gangguan dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Beberapa gangguan yang terjadi antara lain kelambatan gerak, kurang cepat dalam bereaksi, berkurangnya tenaga, serta menurunnya daya tahan dan fungsi organ-organ tubuhnya baik bagian luar maupun dalam (Sunarto, 2009). Adiyuswa seharusnya masih tetap beraktivitas sesuai dengan kemampuan walaupun mengalami berbagai kemunduran terutama fisik. Untuk itulah program *active ageing* yang diselenggarakan di seluruh dunia menjadi penting untuk dilakukan oleh seluruh adiyuswa Indonesia. Dengan tetap aktif, seorang adiyuswa masih dapat menjalankan perannya baik di dalam keluarga maupun peran sosialnya di

masyarakat. Adiyuswa adalah juga aset bangsa, yang telah banyak berjasa bagi generasi berikutnya. Dengan tetap aktif diharapkan para adiyuswa masih tetap sehat dan bisa berkarya.

B. Active Ageing

Teori aktivitas atau *activity theory* mengatakan bahwa orang lanjut usia atau adiyuswa akan merasa bahagia apabila masih tetap beraktivitas. Program *active aging* merupakan proses optimalisasi peluang kesehatan, partisipasi, dan keamanan untuk meningkatkan kualitas hidup di masa usia lanjut. Aktif berarti tetap berpartisipasi dalam kegiatan sosial, ekonomi, budaya, spiritual dan kemasyarakatan. *Active ageing* bertujuan untuk memperpanjang usia harapan hidup secara sehat dan kualitas hidup seluruh penduduk adiyuswa termasuk mereka yang lemah, cacat, dan memerlukan perawatan (Abikusno dkk, 2010).

Adiyuswa dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu kelompok aktif dan kelompok pasif. Kelompok aktif adalah adiyuswa yang fisiknya masih mampu bergerak tanpa bantuan orang lain sehingga masih dapat melaksanakan sendiri aktivitas sehari-hari. Namun demikian, tetap perlu mendapat bimbingan, pengawasan dan bantuan untuk mencegah terjadinya faktor resiko tinggi. Kelompok pasif adalah adiyuswa yang selalu membutuhkan bantuan orang lain dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari karena sakit atau lumpuh (BKKBN, 2009).

Berdasarkan berbagai kajian yang menyimpulkan bahwa aktivitas sangat penting bagi kebahagiaan hidup para adiyuswa, maka sekarang mulai diusahakan agar kota juga nyaman sebagai tempat tinggalnya. Berbagai fasilitas kota seharusnya dapat diakses oleh semua anggota masyarakatnya termasuk para adiyuswa. Beberapa kota di Indonesia mulai mencanangkan program untuk dapat menjadi kota ramah lansia. Hal ini bertujuan agar penduduk kota yang

sudah adiyuswa tetap dapat beraktivitas sebagaimana sebelumnya dan kondisi lingkungan kota tidak menjadi hambatan untuk melaksanakan aktivitas mereka.

Kota Ramah Lansia Dunia sebuah pedoman yang diluncurkan oleh WHO pada Konggres Gerontology dan Geriatry (IAGG) ke XVIII yang dilaksanakan pada bulan Juni 2005 di Rio De Janerio Brazil. Kota Ramah Lansia ini pada dasarnya merupakan suatu bentuk pengakuan bahwa kota yang ramah untuk Lanjut Usia merupakan suatu kebutuhan sebagai satu dari tiga prioritas Rencana Aksi Internasional tentang Kelanjutusiaan di Madrid yang dikukuhkan oleh PBB pada tahun 2002. Kota Ramah Lansia sesuai Standar WHO harus dapat memenuhi 8 (delapan) standar kehidupan kota, yaitu:

1. Ruang terbuka dan bangunan yang bersih, menyenangkan, dan tidak bising. Taman kota yang menyenangkan, jalan yang cukup lebar dan aman, trotoar yang cukup lebar untuk pejalan kaki. Bangunan yang memiliki aksesibilitas cukup dan toilet umum yang bersih.
2. Transportasi, meliputi jadwal angkutan yang tepat, ada prioritas tempat duduk untuk adiyuswa. Kendaraan yang tangganya rendah, lantainya rendah dan tempat duduk yang nyaman. Supir yang sopan dan mau berhenti sabar menunggu penumpang, informasi yang jelas, tempat parkir yang mudah terjangkau, dekat dengan gedung dan lain-lain.
3. Perumahan, yang menyenangkan dan memiliki kemudahan untuk kebutuhan primer. Desain perumahan yang sesuai dengan kebutuhan adiyuswa (memiliki aksesibilitas yang dibutuhkan, misalnya ada pegangan tangan di kamar mandi, trap teras yang tidak tinggi, dan sarana lain yang mudah dijangkau) serta desain yang menarik untuk adiyuswa.
4. Partisipasi sosial, di antaranya adalah menyediakan tempat berkumpul para adiyuswa untuk melaksanakan aktivitas seperti senam lansia, konsultasi kesehatan maupun psikologi, berkomunikasi dengan sesama adiyuswa

sebagai tempat berbagi pengetahuan dan pengumuman tentang kegiatan adiyuswa lainnya.

5. Penghormatan dan penghargaan dari lingkungan sosialnya. Penghormatan terhadap adiyuswa diharapkan dari masyarakat juga para generasi mudanya. Para adiyuswa ini dimudahkan dalam berbagai kegiatan dan mendapat dukungan dari yang lebih muda. Sebagai contoh, bila mereka mengantri adiyuswa lebih didahulukan, mereka juga diperlakukan dengan sopan walaupun mereka tidak dikenal sebelumnya.
6. Partisipasi dan pekerjaan, pada dasarnya para adiyuswa ini tidak seluruhnya rapuh, kebanyakan malah masih cukup kuat dan potensial. Banyak adiyuswa yang membutuhkan kegiatan yang sesuai dengan kondisi mereka, sehingga legislasi dari pemerintah sangat mendukung agar para adiyuswa tetap dapat bekerja.
7. Komunikasi dan informasi, para adiyuswa diharapkan dapat bertemu dalam pertemuan publik di pusat komunitas sehingga mereka dapat menerima dan mengakses informasi yang diperlukan. Komunikasi ini diharapkan dapat disampaikan dengan bahasa yang sederhana dan bila perlu dicetak dalam bentuk leaflet ataupun brosur dengan huruf yang cukup jelas dibaca oleh para adiyuswa dan komunitasnya.
8. Layanan kesehatan, diharapkan yang mudah dijangkau oleh adiyuswa, ada transportasi publik yang mendukung mereka untuk menuju ke tempat fasilitas kesehatan tersebut. Sistem pelayanan yang terpadu akan sangat memudahkan para adiyuswa berobat, misalnya bila perlu pemeriksaan lanjutan tidak dirujuk ke tempat lain. Selain itu, sistem pelayanannya pun sangat menghargai adiyuswa, seperti mereka tidak perlu mengantri atau ada loket khusus untuk para adiyuswa (Indriana, 2013).

C. Waktu Luang

Adiyuswa memiliki banyak waktu luang terutama setelah memasuki masa pensiun. Waktu luang mempunyai banyak fungsi, seperti sebagai tempat meditasi, menikmati berbagai tontonan, dan olah raga yang dapat memberikan relaksasi, hiburan, pengalihan perhatian atau pelarian diri. Aktivitas yang dilakukan dapat memberikan kesempatan bagi pertumbuhan dan pengembangan pribadi yang biasanya berhubungan dengan minat atau hobi. Aktivitas hiburan ini mempengaruhi kebahagiaan para adiyuswa. Beberapa ahli bahkan berpendapat bahwa semakin banyak aktivitas yang dilakukan, maka seorang adiyuswa semakin bahagia (Indriana, 2012).

Banyak adiyuswa yang justru berprestasi ketika memanfaatkan dengan baik waktu luangnya, seperti menjadi ahli obat-obatan herbal, petani atau peternak yang berhasil, pemusik atau pelukis yang mengagumkan. Hobi yang dulu tidak sempat dikembangkan karena sibuk dengan pekerjaan untuk menafkahi keluarga, baru tersalurkan setelah pensiun. Banyak buku-buku baru yang terbit yang ternyata ditulis oleh seorang adiyuswa. Hobi menulis dan membaca yang dianggap menyita waktu di usia produktif sehingga banyak ditinggalkan, sangat bermanfaat ketika dilakukan di usia lanjut. Habibie yang dulu dikenal sebagai teknokrat dan politisi hingga menjadi menteri dan presiden negeri ini, ternyata mampu menjadi seorang penulis novel yang hebat. Berawal dari rasa kesepian dan kehilangan istri tercinta hingga mengalami gejala depresi, terapis menganjurkan untuk menulis sebagai aktivitas pengisi waktu luangnya. Karya yang dihasilkan tidak hanya membebaskannya dari depresi, tetapi juga menghasilkan kekaguman bahkan sangat populer saat diproduksi dalam bentuk film layar lebar.

D. Aktivitas Hiburan

Selain kelemahan fisik yang biasanya dialami, para adiyuswa juga mengalami masalah psikologis, seperti kecemasan, ketakutan, mudah tersinggung, merasa kesepian, menurunnya rasa percaya diri, keras kepala, dan merasa dirinya paling benar. Beberapa upaya agar adiyuswa dapat menjalani kehidupannya antara lain:

1. Menerima datangnya usia lanjut dan berbagai perubahan yang terjadi dengan lapang dada. Kenyataan bahwa dirinya telah menjadi tua, dapat diterima secara positif sehingga dengan senang hati memasuki fase kehidupan yang baru.
2. Berlatih melepaskan diri dan bijaksana dalam arti mengambil jarak dari rasa memiliki dan berkuasa. Dengan demikian, adiyuswa memperoleh perspektif baru yaitu hidup dengan arif, bijaksana, penuh cinta kasih, dan pengertian kepada generasi muda. Hal ini bisa tercapai bila adiyuswa memiliki kematangan jiwa dan kaya dengan pengalaman hidup.
3. Berupaya menghadapi “kesepian”, antara lain:
 - Berusaha membuat dirinya bermanfaat bagi orang lain.
 - Mengunjungi sesama adiyuswa yang hidup sendiri.
 - Memperhatikan dan menghibur orang yang kesusahan.
 - Bagi adiyuswa yang sudah tidak mampu bepergian, upaya ini dapat menghibur bagi adiyuswa yang bersangkutan.
 - Menemukan minat dan berprestasi. Saat kekuatan fisik mulai menurun, potensi dalam diri seseorang bisa saja mulai berkembang sehingga akhirnya menemukan minatnya. Dari sinilah seorang adiyuswa dapat berprestasi di berbagai bidang, misalnya seni musik, sastra, agama, perkebunan, pertanian, peternakan, dan lain-lain (Sunarto dkk, 2009).

Dengan melakukan berbagai aktivitas terutama yang sesuai minat dan hobinya, seorang adiyuswa akan mendapatkan hiburan yang bermanfaat bagi

kesehatannya, baik fisik maupun psikologis. Membaca adalah salah satu kegiatan yang sangat bermanfaat bagi adiyuswa. Selain tidak perlu pergi ke luar rumah, adiyuswa juga dapat menambah pengetahuan, keterampilan maupun pengalaman yang diceritakan orang lain. Membaca juga dapat digunakan sebagai cara pengalihan dari berbagai hal yang tidak menyenangkan. Adiyuswa tidak hanya mendapatkan hiburan dengan membaca, tetapi juga memperluas pemikirannya sehingga penyesuaian diri terhadap berbagai kemunduran yang dialami akan semakin baik. Dengan demikian, kesehatan psikologis adiyuswa akan terjaga dan jauh dari rasa kesepian dan depresi. Banyak bahan bacaan yang baik untuk para adiyuswa, antara lain tentang kesehatan, berbagai keterampilan yang produktif, atau buku cerita, novel, komik, dan sebagainya yang dapat meningkatkan semangat hidup para adiyuswa.

Referensi

- Abikusno, N., Yerly,A., & Hariani, S. (2010). *Pedoman active ageing (penuaan aktif) bagi pengelola dan masyarakat*. Jakarta : Komisi Nasional Lanjut Usia.
- Indriana, Y. (2012). *Gerontologi dan progeria*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Indriana, Y. (2013). Lansia sehat, lansia bahagia. *Makalah*. Disampaikan pada Seminar Hari Lanjut Usia Nasional Provinsi Jawa Tengah di Kota Semarang.
- Indriana, Y. (2014). Menjadi adiyuswa berkualitas. *Makalah*. Disampaikan pada Seminar Hari Lanjut Usia Nasional Provinsi Jawa Tengah di Kota Semarang.
- Sunarto, dkk. (2009). *Materi 2: Pembinaan fisik bagi lanjut usia (lansia)*. Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional.

Sunarto, dkk. (2009). *Materi 3 : Pembinaan psikologis bagi lanjut usia (lansia)*.

Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga Badan Koordinasi
Keluarga Berencana Nasional.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13. 1988. *Kesejahteraan Lanjut
Usia*. Jakarta : Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1988
Nomor 165.

Rekonstruksi Kebahagiaan Penyintas Bencana

Imam Setyawan

A. Pengantar

Mendatangkan kebahagiaan, tetap melekatkannya dalam kehidupan, dan memulihkannya saat terhempas, adalah dorongan tersembunyi yang bersemayam di diri setiap orang, sepanjang waktu. Bencana sendiri merupakan kondisi yang hampir dipahami oleh semua orang sebagai paradoks dari kebahagiaan. Kehadiran bencana menciptakan situasi yang *fightless*, karena di luar kemampuan manusia untuk menghadapinya, kecuali dengan menghindar atau menyelamatkan diri, jika sempat. Akibat dari bencana, menghadapkan manusia pada kehilangan, kepedihan, rasa sakit, dan ketidakberdayaan.

Bencana alam (*natural disaster*) seperti letusan Gunung Merapi atau tsunami di Mentawai, jelas telah memperlihatkan kebenaran faktual akan kehancuran fisik yang signifikan, hilangnya kehidupan dalam jumlah besar, dan perubahan drastis terhadap kondisi alam. Meskipun sudah lepas dari hitungan bulan (bahkan tahun) menghadapi dan bertahan terhadap bencana, namun masalah besar bagi para penyintas (*survivor*) bencana belum berhenti. Beratnya usaha untuk memulihkan luka dan memaknai yang terjadi, menjadi penentu bagi keberhasilan penyintas bencana untuk “hidup” kembali. Ketidakbahagiaan yang dirasakan, membuat penyintas mempertanyakan tentang kualitas kehidupannya, karena mereka tidak ingin terus-menerus berada dalam kondisi tersebut.

Para penyintas memang tidak selalu dapat memilih situasi, untuk terkena atau tidak terkena bencana. Sebagian besar dari mereka mengalami keterguncangan, perasaan tidak menerima, marah, takut, kecewa, dan emosi negatif lainnya. Tidak jarang, energi ketidakbahagiaan yang dirasakan membuat individu mempertanyakan mengenai kualitas kehidupannya, karena mereka

tidak ingin terus-menerus berada dalam ketidakbahagiaan (Schimoff, 2008). Namun demikian, sebenarnya mereka memiliki kebebasan untuk memilih sikap dan perasaannya terhadap situasi tersebut, menjadi putus asa, pesimis, atau optimis dan bahagia (Levine, 2006). Sehingga, sebagian dari mereka mengalami perasaan negatif dalam jangka waktu lama, sebagian lagi, ada mengalaminya dalam jangka waktu yang relatif singkat. Mereka mengambil alih kehidupannya dan berusaha untuk memperbaiki kehidupannya.

B. Makna dan Kebahagiaan

Mengambil pendekatan psikologi humanistik, manusia perlu menemukan makna terhadap apa yang dihadapi dan manfaat psikologis dari melakukannya. Oleh karena itu, menemukan makna bencana yang dialami, dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan dengan cara yang lebih efektif. Penemuan makna ini, berhubungan erat dengan kebahagiaan.

Eudaemonia, demikian Aristoteles menyebut gabungan antara kebahagiaan dan makna, kebahagiaan yang diikuti dengan adanya pemaknaan terhadap hidup individu itu sendiri. Dalam *eudaemonia*, individu harus memahami nilai dan implikasi sosial dari perilakunya sehari-hari. Oleh karena itu, menjalani kehidupan yang eudaemonik lebih dari sekadar mengalami "hal-hal yang menyenangkan", tetapi juga mencakup kemajuan dengan hal-hal baik (*flourishing*) sebagai tujuan dari semua kegiatan yang dilakukan. *Eudaemonia* bukanlah keadaan diri individu, melainkan aktivitas yang dilakukan individu yang sesuai dengan nilai dalam dirinya.

Melakukan rekonstruksi merupakan suatu bentuk dan tahap penyesuaian diri menuju kesejahteraan emosional. Melalui tahap rekonstruksi, penyintas menyadari bahwa mereka memiliki kontrol terhadap dirinya untuk membangun kembali kehidupan, termasuk kebahagiaannya, bahwa mereka dapat merasakan kebahagiaannya. Meskipun mereka telah mengalami kehidupan yang lebih sulit

daripada individu lain, mereka tetap berusaha untuk dapat merasakan kembali kebahagiaan yang sempat hilang ketika mereka mengetahui kondisi kehidupan mereka.

Kebahagiaan, sebenarnya lebih terkait dengan bagaimana penyintas memandang kehidupannya secara positif. Meskipun secara nyata kondisi sosial ekonomi mereka belum sepenuhnya pulih, bahkan masih tergantung dengan pihak lain, namun tidak menghalanginya pemaknaan positif terhadap apa yang dihadapi. Pemaknaan positif tersebut mengindikasikan adanya perubahan kognisi ketika mereka ingin memperbaiki kehidupannya, yang kemudian berdampak pada perubahan afeksi yang membuat mereka kembali bahagia. Maka, rekonstruksi kebahagiaan merupakan proses yang dialami penyintas dalam membangun kembali kebahagiaannya, yang mengindikasikan adanya perubahan kognisi berupa pengembangan penilaian mengenai kebahagiaan, juga perubahan afeksi berupa peningkatan emosi positif yang dirasakan.

C. Rekonstruksi Lintas Waktu

Hal penting yang dikembangkan dalam rekonstruksi kebahagiaan para penyintas bencana adalah peningkatan emosi positif yang berorientasi holistik; pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Seligman (2004) dalam karyanya *Authentic Happiness* mengemukakan bahwa kebahagiaan bergantung pada pemanfaatan emosi positif secara efektif, yang dilengkapi dengan kecakapan untuk memperbesar emosi ini. Dengan kata lain, untuk memperbesar emosi ini, diperlukan pemahaman dan pemberian makna pada ketiga orientasi emosi positif tersebut.

Bersyukur dan memaafkan terhadap bencana yang telah dilewati adalah usaha yang bisa membawa perasaan buruk di masa lalu, bergerak ke arah kelegaan, kebanggaan dan kepuasan. Karena, ketika bersyukur, penyintas dapat menemukan manfaat atau sisi positif dari bencana yang ada. Pemberian maaf

juga dapat mengurangi kemarahan terhadap peristiwa bencana, sehingga mereka tidak lagi menganggap dirinya sebagai korban, tapi individu yang berdaya guna.

Emosi positif yang bisa dikembangkan penyintas pada masa kini, bisa melalui gratifikasi, yang merupakan kegiatan menyenangkan untuk dilakukan, dan membuat penyintas merasakan keterserapan total serta merasakan aliran (*flow*). Gratifikasi membuat mereka akan merasakan waktu seolah berhenti, sehingga merasa benar-benar nyaman. Ketika mengalami gratifikasi, penyintas sebenarnya tidak dapat merasakan emosi positif apapun (atau kesadaran diri sama sekali), karena gratifikasi sepenuhnya menyerap dan melibatkan diri, sehingga menghalangi munculnya kesadaran diri dan emosi, kecuali sesudahnya. Tetapi, emosi positif dapat dirasakan setelah selesai melakukan kegiatan tersebut.

Sedangkan emosi positif pada masa depan tergantung pada bagaimana penyintas dalam memandang masa depannya. Optimisme akan dirasakan individu ketika mereka menyadari bahwa permasalahannya bersifat sementara, dapat dikontrol, dan berhubungan dengan situasi tertentu (Richard, 2006). Emosi tentang masa depan dapat ditingkatkan dengan belajar mengenali dan melawan pikiran pesimistis yang datang, dengan mengembangkan harapan bahwa hidup dapat menjadi lebih baik, yang disertai dengan motivasi dan usaha untuk mencapainya.

Optimisme membuat penyintas menjadi lebih aktif dalam merasakan kebahagiaan, karena membuat mereka mampu melihat pengalaman dengan cara pandang yang positif (Gentry, 2008). Optimisme juga berpengaruh pada cara individu dalam mengatasi kesedihan dan kehilangan. Mereka yang kehilangan namun tetap optimis cenderung mampu melakukan penilaian ulang (*reappraisal*) atas kehilangan yang dirasakan dengan cara pandang yang positif, dan menghadapi masalah dengan mencari dukungan sosial.

Akhirnya, kebahagiaan akan segera kembali pada para penyintas, saat menyadari bahwa hidup tidak berarti saat manusia menghitung apa yang hilang, tapi mensyukuri apa yang masih dimiliki dan apa yang masih bisa diusahakan, untuk diraih.

Referensi

Gentry, W. D. (2008). *Happiness for dummies*. Indiana: Wiley Publishing

Levine, B.H. (2006). *Sehat berawal dari pikiran*. Jakarta: PT. Gramedia

Richard, M. (2006). *Happiness: A guide to developing life's most important skill*. New York: Little, Brown Company

Schimoff, M. (2008). *7 langkah bahagia lahir batin*. Jakarta: PT. Gramedia

Seligman, M. (2004). *Authentic happiness*. Bandung: Mizan Media Utama

BIODATA PENULIS

Achmad Mujab Masykur, S.Psi., M.A. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang memiliki nama pena Achmad M. Akung. Perguruan tinggi Starta 1 diselesaikannya dengan menyabet gelar wisudawan terbaik di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Sedangkan Strata 2 ditempuh di Program Pascasarjana Psikologi UGM, juga dengan predikat wisudawan terbaik dengan Indeks Prestasi Kumulatif 4.00. Energi menulis mulai bertumbuh semenjak menjadi mahasiswa. Quantum energi menulisnya semakin mendapatkan ruang bertumbuh semenjak ia menjadi dosen muda di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dengan berkonsentrasi di Bagian Psikologi Sosial. Korespondensi: akungpsiundip@yahoo.com

Annastasia Ediati, S.Psi., M.Sc., Ph.D, Psikolog adalah dosen di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro sejak tahun 1999 hingga saat ini. Ia menyelesaikan studi Sarjana Psikologi (tahun 1991-1997) dan Program Profesi Psikologi (1997-1999) di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Ia meraih gelar Master of Science (M.Sc) di bidang *Human Resources Development* dari *Faculty of Educational Science and Technology* dari *Universiteit Twente, the Netherlands* dengan beasiswa STUNED (2001-2002). Pada bulan Januari 2014 menyelesaikan studi doctoral di bidang *Medical Psychology* dari *Erasmus University Rotterdam, the Netherlands*. Area riset yang ditekuni saat ini adalah psikologi medis, psikologi kesehatan, kesehatan mental pada anak dan remaja, dan relasi perkawinan. Aktif dalam kegiatan pendampingan psikologis bagi anak, remaja, dan keluarga. Korespondensi: ediati.psi@gmail.com

Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si., Ph.D, Psikolog adalah *associate professor* di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia. Ia memperoleh gelar sarjana psikologi dari Universitas Diponegoro pada tahun 2000, menyelesaikan pendidikan profesi psikolog pada tahun 2002, meraih magister sains dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia pada tahun 2008, dan Ph.D dari School of Applied Psychology, Griffith University,

Australia pada tahun 2013. Area riset yang ditekuni adalah psikologi karir sepanjang rentang kehidupan, psikologi pendidikan, dan psikologi lintas budaya. Diwaktu luang, ia suka menyanyi serta bermain dan mendengarkan musik. Korespondensi: dian.r.sawitri@gmail.com

Dinie Ratri Desiningrum, S.Psi., M.Si. adalah seorang dosen di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro sejak tahun 2006. Bidang ilmu yang ditekuni penulis selama ini adalah Psikologi Perkembangan, khususnya mengenai Psikogerontologi. Beberapa tahun terakhir, penulis tertarik mendalami ilmu mengenai psikologi anak berkebutuhan khusus dan psikologi positif. Penulis lahir di Cimahi, pada 25 Desember 1978. Penulis menjalani pendidikan SD-SMP-SMU di Cimahi dan Bandung. Lalu penulis menyelesaikan studi S-1 di Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran dan S-2 di Program Magister Sains Bidang Psikologi Perkembangan, Universitas Padjadjaran Bandung. Saat ini penulis sedang studi lanjut di Program Doktorat Psikologi Universitas Airlangga, sejak Agustus 2018. Korespondensi: dn.psiundip@gmail.com.

Dr. phil. Dian Veronika Sakti Kaloeti, M.Psi. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berkonsentrasi di bidang klinis. Penulis menyelesaikan S1 Psikologi dan S2 Magister Profesi Psikologi di Universitas Gadjah Mada, serta S3 di Leipzig Universitat. Penulis memiliki ketertarikan pada resiliensi, rehabilitasi klinis, forensik kesehatan mental, dan keluarga berisiko. Korespondensi: veronikasakti@gmail.com

Dr. Yeniar Indriana, M.S. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penulis menekuni psikologi bidang perkembangan. Penulis menyelesaikan studi S1 (1985), S2 (1992), dan S3 (2003) di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Publikasi penulis kelahiran 14 Januari 1960 ini antara lain Gerontologi & Progeria, Self-Esteem Rehabilitation in Panti Wreda, Remarriage in Elderly : A Qualitative Research, Post-Power Syndrome Tendency in Civil Servant's Retirees in Central of Java, Indonesia. Korespondensi: yenifarhani60@gmail.com

Dra. Darosy Endah Hyoscyamina, M.Pd. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, sekaligus penggiat dan pengasuh komunitas Rumahku Surgaku. Penulis rutin menjadi narasumber di acara Rumahku Surgaku (TVRI Jawa Tengah), Klinik Sakinah (TVKU Udinus), Keluarga Samara (Radio Dais), serta Muda Bertaqwa dan Zona Religi (Pro 2 FM). Sejumlah penghargaan diraih oleh penulis di antaranya Keluarga Berprestasi Nasional (2005), Keluarga Pendakwah Nasional (2007), dan Undip Awards Bidang Kemasyarakatan (2012). Penulis kelahiran 6 November 1964 ini produktif menulis buku, di antaranya berjudul Cahaya Hati Ibunda dan Permata Hati Ibunda. Korespondensi: bundarosyendah@gmail.com

Dra. Diana Rusmawati, M.Psi. adalah seorang dosen di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang menekuni bidang Psikologi Pendidikan. Penulis kelahiran Malang, pada 29 Desember 1959 ini memperoleh gelar sarjana dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada dan magister profesi psikologi dari Pasca Sarjana Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Beberapa penelitian terakhir penulis antara lain Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Bersekolah Siswa Sekolah Dasar (2018), Studi Gambar Proyektif Siswa SD Ditinjau Dari Analisis Hasil Tes Inteligensi (2017), dan Profil Kesiapan Sekolah Anak Usia Dini di TK Tarbiyatul Athfal XVIII di kota Semarang (2016). Korespondensi: dianarusmawati.psikolog@gmail.com.

Dra. Endang Sri Indrawati, M.Si. adalah lektor kepala di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penulis menyelesaikan pendidikan S1 dan S2 di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Penulis yang mempunyai kepakaran di bidang patologi dan rehabilitasi sosial ini cukup dikenal dalam mengkaji regulasi emosi pada narapidana Lapas Wanita Semarang dan kepuasan pernikahan di Desa Kramas. Salah satu kontribusi dalam bidang akademik adalah mengidentifikasi disfungsi keluarga sebagai faktor penyebab terjadinya masalah – masalah sosial. Korespondensi: esi_iin@yahoo.com

Ika Febrian Kristiana, S.Psi., M.Psi. adalah dosen Bagian Psikologi Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Menyelesaikan studi Sarjana dan Magister Profesi Psikologi dari Universitas Airlangga Surabaya.

Selain aktif mengajar, penulis juga menjadi konselor dalam penanganan problem-problem perkembangan anak berkebutuhan khusus di beberapa sekolah yang menerima anak berkebutuhan khusus (SLB dan Sekolah inklusi) di Semarang, pernah menjadi trainer bagi guru-guru anak berkebutuhan khusus di Badan Pengembangan Pendidikan Khusus (BP-Dikus) Propinsi Jawa Tengah, sebagai sekretaris pada Pusat Penelitian Kesehatan LPPM-UNDIP dari tahun 2014-2017 (diperpanjang sampai 2018), dan anggota Pusat Pemberdayaan Keluarga dan Center of Experimental and Psychometric Study Fakultas Psikologi Undip. Aktif melakukan riset-riset dan publikasi karya ilmiah, serta melakukan pengabdian masyarakat pada area Psikologi Perkembangan dan Pendidikan. Korespondensi: ika.f.kristiana@live.undip.ac.id

Imam Setyawan, S.Psi., M.A. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penulis kelahiran Grobogan ini berkecimpung di ranah terapan Psikologi Positif di lingkungan sekolah/akademik (*school-wellbeing*, *forgiveness*, resiliensi dan empati), dan relasi dalam keluarga. Peminatan dalam bidang tersebut didukung oleh pendidikannya di S1 Psikologi UNDIP dan S2 Psikologi UGM dengan Sertifikat Profesional Dosen bidang Psikologi Pendidikan, serta pernah menjadi Ketua Pusat Pemberdayaan Keluarga F. Psikologi Undip. Beberapa tahun terakhir, penulis setiap tahun berbagi tentang penanganan kekerasan di sekolah dan pendidikan keluarga di beberapa kabupaten, dengan fasilitasi Dinas Pendidikan setempat. Perhatian pada pendidikan juga diejawantahkan penulis sebagai trainer dan Koordinator Wilayah Kegiatan Bakti Pada Guru di berbagai kota/kabupaten se-Indonesia, sebagai penguatan pendidikan karakter di sekolah. Korespondensi: imamsetyawan.psiundip@gmail.com

Jati Ariati, S.Psi., M.Psi. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro di bidang psikologi pendidikan. Penulis menyelesaikan studi sarjana dari Psikologi Universitas Diponegoro dan Magister Profesi Psikologi Universitas Airlangga. Penulis memiliki minat riset emosi, kognisi, regulasi diri, dan motivasi terutama pada lingkungan belajar formal, baik dari sisi pembelajar maupun guru atau fasilitator. Saat ini penulis sedang mengambil studi S3 Psikologi Pendidikan, Oklahoma State University. Kegiatan sehari-hari adalah

belajar dan berolahraga. Aktivitas di waktu senggang sebelum berangkat studi adalah menghabiskan waktu bersama keluarga dan mengerjakan riset tentunya. Korespondensi: ariati.jati@gmail.com

Kartika Sari Dewi, S.Psi., M.Psi. lahir di Semarang, 20 November 1977. Pendidikan sarjananya ditempuh di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dan diselesaikannya pada Tahun 2000, sebagai lulusan pertama. Pada Tahun 2003 meraih gelar Magister Profesi Psikolog Klinis Dewasa di Universitas Indonesia. Sejak Tahun 2001, menjadi pengajar tetap di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, turut menginisiasi Pusat Pemberdayaan Keluarga Fakultas Psikologi Undip, dan terlibat aktif di Bagian Psikologi Klinis. Sejak Tahun 2015, Kartika terdaftar di Program Pascasarjana Fakultas Psikologi Universitas Indonesia melanjutkan studi Doktoralnya di bidang Psikologi Keluarga. Kartika menaruh minat pribadi pada ranah Kesehatan Mental, Psikologi Keluarga, dan Psikologi Transpersonal. Kartika menulis *Buku Ajar Kesehatan Mental* (2012), publikasi jurnal internasional di *Procedia Environmental Science* (2015), menjadi pemakalah dalam *International Family Therapy Association (IFTA) Conference 23th*, di Kuala Lumpur (2015), serta menjadi pemakalah dalam *The 6th ARUPS Congress* (2018) di Denpasar. Korespondensi: ksdewi.pklinis@gmail.com

Muhammad Zulfa Alfaruqy, S.Psi., M.A. adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro (2014) dan Magister Psikologi peminatan Psikologi Sosial dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada (2016), yang seluruhnya berhasil memperoleh predikat *Cumlaude Terbaik*. Setelah menyelesaikan pendidikan tersebut, penulis bekerja sebagai dosen IAIN Surakarta (2017) sebelum mendedikasikan diri di almamater tercintanya, Universitas Diponegoro (2018–sekarang). Penulis kelahiran 23 Februari 1992 ini gemar mempublikasikan kajian-kajiannya dalam berbagai artikel opini publik, buku, jurnal, dan prosiding. Tema riset yang menjadi fokus penulis ialah relasi kelompok, relasi antarkelompok, dan perilaku politik. Korespondensi: zulfa.alfaruqy@gmail.com.

Unika Prihatsanti, S.Psi., M.A. adalah dosen tetap Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang memiliki pengalaman di bidang sumber daya manusia yang berkaitan dengan perilaku karyawan di tempat kerja. Hingga saat ini berminat menekuni bidang Psikologi Industri dan Organisasi khususnya perilaku positif di tempat kerja dan berkaitan dengan modal psikologis karyawan. Beberapa artikel jurnal telah terbit pada jurnal nasional maupun internasional. Sebelumnya telah menerbitkan dua buku ajar, yaitu Psikologi Kepemimpinan dan Interview. Menyelesaikan pendidikan sarjana psikologi dan profesi psikolog di Universitas Soegijapranata Semarang. Sains Psikologi di Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Saat ini sedang menempuh pendidikan doktor di Universitas Airlangga Surabaya dan aktif melakukan riset perilaku karyawan. Korespondensi: unik0206@gmail.com