

MENANAMKAN DISIPLIN PADA ANAK

Oleh: Sri Maslihah, Psi.

"Hai orang-orang yang beriman! Bertaqwalah kamu kepada Allah dengan sebenar-benar taqwa kepada-Nya. dan janganlah kamu mati kecuali dalam keadaan muslim" (QS. Ali Imron :102)

Bila kita simak ayat diatas, bertaqwa` kepada Allah SWT harus dilakukan dengan kesungguhan, dalam artinya ada upaya terus-menerus dari diri manusia untuk menjaga ketaqwaan kepada-Nya. Artinya, ada konsistensi dalam perilaku taqwa tersebut atau yang kita kenal dengan istilah *istiqomah*. Taqwa seringkali diartikan sebagai menjalankan perilaku/hal-hal yang diperintahkan Allah dan menjauhi perilaku/hal-hal yang dilarang oleh-Nya. Dengan kata lain taqwa adalah melakukan perilaku yang diharapkan yang pemilik otoritas di bumi ini, dan menjauhi perilaku yang tidak diharapkan-Nya. Terminologi ini menunjukkan kepada terminologi lain yang memiliki arti yang sama, yaitu disiplin.

Seringkali kata disiplin disiplin disalah artikan sebagai bentuk perilaku yang menunjuk kepada hukuman dan kekerasan/kekakuan. Padahal hukuman hanya salah satu metode dalam upaya mengembangkan perilaku disiplin, terutama pada anak. Pada dasarnya disiplin adalah mengajar pada dua hal, yaitu melakukan perbuatan yang baik dan menghindari perbuatan yang tidak baik (Dodson, 1996). Disiplin merupakan proses mengajar sepanjang waktu dan dalam pelaksanaannya tidak ada satu metode/pendekatan disiplin yang dapat diterapkan sama pada semua anak. Hal ini disebabkan adanya keunikan pada setiap anak. Oleh karena itu efektivitas pendekatan disiplin pada anak harus disesuaikan dengan keunikan yang dimilikinya.

Pembicaraan tentang disiplin tidak terlepas dari penerapan aturan. Bahkan Hurlock menegaskan bahwa peraturan dan hukum merupakan salah satu unsur disiplin, disamping hukuman dan hadiah.(Hurlock, 1986). Namun yang terpenting dalam penerapan peraturan ini adalah membangun sistem atau lingkungan yang kondusif untuk tercapainya konsistensi dari penerapan aturan yang melibatkan pemberi aturan dan subyek pelaksana aturan. Jika anak menjadi subyek untuk perilaku disiplin, maka konsisten harus dapat dilakukan baik oleh anak maupun orang tua. Dengan demikian tercipta atmosfir dan lingkungan yang mendukung terwujudnya perilaku yang diharapkan.

Bagaimana menanamkan disiplin pada anak?

Hal yang terpenting dalam upaya orang tua untuk melatih disiplin anak adalah kasih sayang dan kesabaran. Jauhkan dalam pikiran kita sebagai orang tua bahwa melatih anak disiplin identik dengan memarahi anak dan bersikap keras pada anak. Lihatlah contoh yang Allah berikan dalam Al Qur'an tatkala Luqmanul Hakim mengajarkan sebuah perilaku yang diharapkan muncul pada sang anak.

"Dan ingatlah ketika Lukman berkata kepada anaknya ketika dia memberi pelajaran kepadanya ,” Wahai anakkul! Janganlah engkau mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan Allah adalah benar-benar kezaliman yang besar." (QS. Lukman : 13)

Mengajak anak pada perilaku yang diharapkan, apabila disampaikan dengan penuh kasih sayang akan lebih memudahkan anak untuk menerima apa yang disampaikan orang tua. Sesuatu yang disampaikan dari hati yang tulus, insya Allah akan diterima dengan hati pula. Tentunya sangat berlainan apabila kita menyampaikan dengan

penuh kemarahan, tentunya yang akan pertama kali ditangkap anak adalah ekspresi marah orang tua pada sang anak, bukan pesan atau informasi apa yang menyebabkan orang tua marah. Padahal yang penting dalam menerapkan disiplin pada anak adalah anak mengetahui perilaku mana yang disetujui atau diharapkan orang tua dan perilaku mana yang tidak disetujui orang tua, terutama jika perilaku yang tidak disetujui tersebut sampai menimbulkan kemarahan dari orang tua.

Adapun kesabaran yang diperlukan dari para orang tua terutama dalam 'menanti' perilaku disiplin anak, ketika proses melatih disiplin anak berjalan. Tidak jarang, para orang tua memandang sesuatu berdasarkan sudut pandang atau parameter dirinya untuk diterapkan pada diri sang anak. Padahal perlu kita ingat bagaimanapun anak tidak sama dengan orang dewasa. Rapinya pekerjaan anak tidak sama dengan rapinya pekerjaan seorang dewasa, kecepatan anak melakukan sesuatu tentunya berbeda dengan kecepatan yang dimiliki oleh orang dewasa, bersihnya suatu benda yang dicuci anak tidak akan sebersih ketika dicuci oleh seorang dewasa, dan sebagainya.

Selain kasih sayang dan kesabaran, hal lain yang selayaknya ada dalam upaya melatih disiplin anak adalah Tujuan yang jelas. Tujuan mengapa perilaku tertentu diharapkan muncul pada diri anak dan perilaku lain tidak diharapkan muncul pada anak. Tujuan ini harus dikomunikasikan dan dapat dipahami bersama, baik oleh orang tua maupun anak terutama ketika anak sudah mampu diajak berdialog.

Selain ketiga hal pokok di atas yang perlu diperhatikan orang tua dalam menanamkan disiplin pada anak, berikut ini beberapa tips yang perlu diperhatikan dalam upaya menanamkan disiplin pada anak :

- Bersifat membangun
Gunakan kata-kata yang sederhana dan mudah dipahami anak dengan tetap menunjukkan otoritas orang tua, tetapi tidak sebagai "bos". Perbanyak kata-kata yang menunjukkan dorongan bagi anak untuk melakukan sesuatu daripada memberikan larangan-larangan. Contoh: "Ayo...bunda yakin kamu mampu membereskan mainan-mainan ini!"
- Disiplin harus konsisten
Upayakan aturan yang diterapkan berlaku sama untuk sepanjang waktu yang disepakati. Karena inkonsistensi peraturan cenderung menunjukkan kelemahan orang tua. Yang terpenting, kedua orang tua (ibu dan bapak) harus menunjukkan konsistensi dihadapan anak.
- Jangan sekali-kali kita merendahkan dan mempermalukan anak. Artinya, dalam penerapan disiplin ini orang tua harus tetap menghargai anak dan privacy yang dimilikinya.
- Tidak membanding satu anak dengan anak lain.
Tidak jarang tanpa disadari orang tua membanding satu anak dengan anak lainnya. Tidak menutup kemungkinan hal ini pun diungkapkan langsung pada anak tatkala anak tidak berhasil menunjukkan perilaku yang diharapkan. Hal ini justru akan menjadi sebuah tekanan bagi anak. Kalau pun orang tua membandingkan, hal itu dilakukan pada saat-saat tertentu ketika kita memberikan dorongan dan membesarkan hati anak.
- Ada sistem hadiah yang positif
Upayakan ada hadiah untuk satu perilaku yang diharapkan dan tidak ada hadiah untuk perilaku yang tidak diharapkan. Meskipun demikian sebaiknya orang tua tidak memberikan hadiah dalam jumlah besar, tetapi sedikit demi sedikit. Hal ini diharapkan akan lebih mendorong anak untuk berperilaku lebih baik.
Pada dasarnya apabila suatu tindakan disusul dengan suatu hadiah atau upah, tindakan tersebut cenderung untuk diulang dikemudian hari.

Meniadakan hadiah cenderung berhasil diterapkan pada setiap perilaku, kecuali pada perilaku yang dapat melukai atau membahayakan anak dan orang lain ataupun perilaku yang dapat merusak benda-benda (terutama benda-benda berharga). Pada saat anak menunjukkan perilaku seperti ini orang tua dapat memberikan hukuman pada anak. Tetapi perlu diingat bagaimanapun bentuk hukuman untuk anak sebaiknya tidak berupa hukuman fisik, kecuali untuk hal prinsip seperti mendidik shalat sebagaimana sabda Rasulullah SAW :

"Suruhlah anak-anakmu shalat apabila mereka telah berumur tujuh tahun, dan pukullah mereka bila telah berumur 10 tahun," (HR Abu Dawud dan Hakim).

Selain itu ketika hukuman diberikan pada anak, bukan 'diri anak' anak yang dihukum tetapi 'perilakunya'. Pesan yang harus sampai pada anak adalah yang salah adalah perilakunya bukan pribadi anak. Sehingga jangan sampai keluar kata-kata seperti 'dasar anak bodoh!', 'anak nakal!', 'anak tidak bisa diatur' dan sebagainya.

Menanamkan disiplin pada anak memang tidak semudah membalikkan telapak tangan. Perlu proses dan komitmen yang kuat terutama dari orang tua. Diharapkan disiplin ini menjadi bagian dari pribadi anak, sehingga perlu kiranya para orang tua menanamkan disiplin pada semua aspek kehidupan anak, seperti disiplin dalam belajar, disiplin dalam beribadah atau dalam amalan/perilaku sehari-hari, juga disiplin dalam upaya meraih cita-cita. Namun di atas segala upaya yang dilakukan orang tua untuk menanamkan disiplin pada anak, yang terpenting permohonan (do'a) kepada Allah SWT yang harus senantiasa menyertai langkah mendidik anak.

"Dan orang-orang yang berkata,"Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati kami dan jadikanlah kami pemimpin bagi orang-orang yang bertaqwa." QS. Al Furqan:74

WaLLaahu'alam bishshawab.

Referensi:

Al Qur'an dan Terjemahan. Bandung; Asy Syamil

Dodson, Fitzhugh.(1978). *Mendisiplinkan Anak dengan Kasih Sayang*, Jakarta: Penerbit

PT. BPK Gunung Mulia.

Hurlock, Elizabeth. (1980). *Developmental Psychology : A Life Span Approach*. New Delhi: Tata McGraw Hill Ltd.

Virginia, Alexandria.(1987). *Teaching Good Behavior*. Virginia: Time Life

[Http://WWW.Taujih](http://WWW.Taujih) Online Kharisma. *Membiasakan Anak Disiplin dan Mandiri Sejak Kecil*. Diakses tanggal 20 April 2006.