

Strategi Mendisiplinkan Anak dalam Perspektif Praktisi dan Psikologi Anak

Zulfikar Ali Buto^{1*}, Hafifuddin

Institut Agama Islam Negeri, Lhokseumawe, Indonesia

Email: zulfikar@iainlhokseumawe.ac.id ; hafifuddin@iainlhokseumawe.ac.id

Abstract: *The development and growth of children are much influenced by intrinsic and extrinsic factors, the impact on children's habits which are often even difficult to control. When bad habits are always seen and felt, their response tends to be very fast and has a tremendous effect. This means that their good and bad habits are severed from habits through the visions and feelings that are present in their lives. This article describes strategies for disciplining children from a practical perspective and child psychology. Writing is done by using a library approach and analyzed descriptively so that readers can do it practically based on the psychology of their respective children. The result is that considering the different characteristics of the child according to the child's age, among them are trying to ignore the child when feeling bad, giving a good time guard, trying to get rid of favorite items by heart, trying to let the child face the consequences of their own actions, trying to express your feelings, try to give choices to children, try to give assignments to children, try to give understanding, try to reflect their behavior and try to reward children's good behavior. In addition to some of the things above, to practice discipline, the principles that must be carried out include setting long-term goals of caring for or educating children, thinking of ways to provide warmth (emotional security, unconditional love, verbal and physical affection) to children, guiding behavior and helping support children's expectations and encouraging children to think independently and understand children's thoughts and feelings.*

Article History

Received: 16 April 2021

Revised: 26 Mei 2021

Published: 31 Juni 2021

Key Words:

Career Women, Womens Role, Implications

Copyright

© Saree, Zulfikar Ali Buto & Hafifuddin

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



 <https://doi.org/10.47766/saree.v3i1.552>

Abstrak: Perkembangan dan pertumbuhan anak banyak dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik, dampaknya terhadap kebiasaan anak yang sering bahkan sulit untuk dikendalikan. Ketika kebiasaan buruk selalu dilihat dan dirasakan maka respon mereka cenderung sangat cepat memberikan pengaruh yang luar biasa. Artinya kebiasaan mereka baik dan buruknya dipengaruhi dari kebiasaan melalui penglihatan dan perasaan yang hadir dalam kehidupan mereka. Kita contohkan pada sikap kedisiplinan seorang anak akan dapat dilakukan dengan baik apabila diawali dari sebuah kebiasaan. Artikel ini menulis strategi mendisiplinkan anak dalam perspektif praktis dan psikologi anak. Penulisan dilakukan dengan pendekatan perpustakaan dan dianalisis secara deskriptif sehingga para pembaca dapat melakukan secara praktis berdasarkan psikologi anak masing-masing. Hasilnya bahwa mengingat karakteristik anak yang berbeda-beda sesuai dengan usia anak di antaranya adalah mencoba mengabaikan anak saat merasa buruk, memberikan pengawasan waktu yang baik, mencoba menyingkirkan barang kesukaan dengan hati, mencoba biarkan anak menghadapi konsekuensi tindakan mereka sendiri, mencoba ungkapkan perasaanmu, mencoba berikan pilihan pada anak, mencoba berikan tugas untuk anak, mencoba memberi pengertian, mencoba cerminkan perilaku mereka dan mencoba menghadihi perilaku baik anak. Selain beberapa hal di atas, untuk mempraktikkan disiplin, maka prinsip-prinsip yang harus dilakukan diantaranya Menetapkan tujuan jangka panjang mengasuh atau mendidik anak, Memikirkan cara untuk memberikan kehangatan (rasa aman secara emosional, cinta tanpa syarat, kasih sayang secara verbal dan fisis) pada anak, Membimbing perilaku serta membantu mendukung harapan anak dan mendorong anak berpikir mandiri dan Memahami pikiran dan perasaan anak.

Key Words:

*Kedisiplinan,
Pendidikan dan Anak,
Psikologi Anak
Strategi.*

PENDAHULUAN

Perkembangan anak di usia dini merupakan dasar bagi perkembangan selanjutnya. Untuk itu, usia tersebut menentukan bagaimana perkembangan diri anak tersebut. Banyak orang tua terkesan kurang respons kondisi demikian, padahal orang tua memiliki peran penting di masa anak tersebut. Perilaku orang tua terhadap anak di usia dini, harus berhati-hati.

Berbagai teori yang dituliskan oleh Darosy Endah Hyoseyamina dan Kartika Sari Dewi (2012:32) menjelaskan bahwa perawatan anak usia dini dalam keluarga mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan karakter di kemudian hari, sehingga orang tua harus berperilaku edukatif, menciptakan kondisi yang menyenangkan, berperilaku sabar, tawakal, ikhlas, tenang, syukur, bahagia, dan tenteram, yang akhirnya memberikan kesempatan bagi anak untuk berkembang dengan optimal dan menemukan kesejahteraan psikologisnya (*psychological well being*). Hal ini menunjukkan bahwa orang tua sebagai penentu bagaimana karakter hidup seorang anak di kemudian hari, baik buruknya, disiplin tidaknya, penyabar tidaknya, bahagia tidaknya seorang anak kelak ditentukan di masa anak kira-kira usia 6 sampai 12 tahun.

Menurut Darosy Endah Hyoseyamina dan Kartika Sari Dewi (2012:32) kesejahteraan psikologis sebagai bagian dari kesejahteraan (*well-being*) secara umum, merupakan syarat mutlak bagi kesehatan mental individu. Kesejahteraan psikologis yang merupakan mediator bagi terwujudnya kebahagiaan individu adalah bagian dari pengembangan Psikologi Positif di khazanah barat.

Tidak dipungkiri, bahwa Psikologi Islami yang memiliki nilai-nilai tinggi dan mengajarkan karakter-karakter mulia, kurang dibahas dalam pengembangan Psikologi Positif. Meskipun dari berbagai telaah yang kami lakukan kali ini, Psikologi Islami ternyata juga memiliki banyak kesamaan dan mengembangkan hal yang serupa. Ada passion yang luar biasa untuk mengedepankan Psikologi Islami dalam pendidikan anak usia dini yang juga dapat dijelaskan dalam kerangka Psikologi Positif, sehingga besar harapan kami dapat mewujudkan suatu pengembangan program parenting Islami yang dapat disejajarkan dengan program-program intervensi dalam pendekatan Psikologi Positif.

Menurut sebuah penelitian tentang anak-anak yang kurang disiplin, membangkang, sulit diatur, dan umumnya sering melontarkan perkataan pada klasifikasi usia misalnya pada usia anak 3-7 tahun “papa jelek”, “aku benci”, “diam”, “awas ya”. Lain halnya pada anak usia 8-11 tahun sering menyatakan “oh, sudahlah”, “aku sudah ngerti”, “jangan banyak omong” dan lain-lain. Demikian halnya dengan perkataan-perkataan yang sering kita dengar dari anak usia 12-17 tahun misalnya “mama tahu apa tentang musik”, “masak kayak gini dibilang bagus, yang benar aja”. Kajadian ini juga terjadi pada usia muda 17 tahun ke atas perkataan yang sering kita dengar misalnya “jangan ributlah, aku capek, ngerti ngakasih?”.

Sikap dan perkataan mereka terkadang membuat orang tua jengkel, tersinggung, malu, terganggu dan merasa tidak berdaya. Celaknya sikap tersebut semakin mendapat pembenaran melalui contoh-contoh buruk dari film dan televisi. Kini sikap kasar dan indisipliner menjadi suatu yang biasa bagi anak-anak, membuat mereka bukan lagi anak-anak yang lucu, lincah dan menyenangkan orang tua.

Anak adalah amanat yang dibebankan oleh Allah kepada orang tuanya, oleh karena itu orang tua harus menjaga dan memelihara amanah. Oleh karena itu tak ada alasan bagi orang tua untuk mengabaikan pendidikan anak dalam keluarga. Bahkan Semua ahli pendidikan sepakat bahwa Keluarga merupakan pranata pendidikan yang pertama dan utama dalam memberikan bekal pendidikan bagi pengembang sumber daya manusia yang berkualitas. Karena memang bahwa Anak-anak sejak masa bayi hingga usia prasekolah memiliki lingkungan tunggal, yaitu keluarga.

Oleh sebab itu tidak mengherankan jika dikatakan bahwa kebiasaan yang dimiliki anak-anak sebagian besar terbentuk oleh pendidikan dalam keluarga, sejak dari bangun tidur hingga saat tidur kembali, anak-anak menerima pengaruh dan pendidikan dari lingkungan terutama keluarga. Sehingga pendidikan dalam keluarga merupakan inti dan fondasi dari upaya pendidikan secara keseluruhan. Maka tidak heran bahwa keluarga adalah pendidikan informal pertama bagi seorang anak. Pendidikan keluarga sebagai pendidikan pertama yang diperoleh seorang anak tentu cukup memberikan pengalaman pertama sehingga menjadi fondasi atau gerbang pembuka pendidikan anak di periode berikutnya.

Menurut Zalia Puspita, dkk. (2020:13) pendidikan dalam keluarga yang baik akan menjadi fondasi yang kokoh bagi upaya-upaya pendidikan selanjutnya baik di sekolah maupun di luar sekolah. Setiap orang tua yang memiliki seorang anak pasti mendambakan anaknya menjadi orang yang berhasil. Berhasil dalam hal apa pun, dalam akhlak, pendidikan, karier, dan lain sebagainya. Karena seorang anak digadang-gadang menjadi penerus dan pengganti mereka (orang tua) dalam kehidupan ini.

Berdasarkan kondisi dan narasi di atas menjadi sangat menarik untuk kita analisis melalui artikel ilmiah sehingga menjadi landasan kita untuk memperbaiki berbagai permasalahan anak khususnya langkah strategis dalam mendisiplinkan anak. Penulis merumuskan judul artikel ini menjadi Strategi Mendisiplinkan Anak Dalam Perspektif Praktisi Dan Psikologi Anak. Artikel ini dideskripsikan melalui pendekatan keperpustakaan dan dianalisis dengan pendekatan kualitatif deskriptif.

PEMBAHASAN

Kedisiplinan Anak

Disiplin Menurut Ihsan Mz (2018:3) Secara bahasa, kata “disiplin” berasal dari bahasa latin, yaitu *Discere* yang berarti belajar. Dari kata tersebut timbul kata *Disciplina* yang memiliki arti pengajaran atau pelatihan. Saat ini kata disiplin mengalami perkembangan makna dalam beberapa pengertian. Pertama, disiplin berarti kepatuhan terhadap peraturan atau tunduk pada pengawasan, dan pengendalian. Kedua, disiplin sebagai latihan yang bertujuan untuk mengembangkan diri agar dapat berperilaku tertib.

Disiplin adalah ketaatan dan ketaatan pada sesuatu yang telah disepakati bersama, sehingga disiplin diajarkan kepada anak usia dini agar mereka dapat belajar berperilaku dengan cara yang dapat diterima oleh masyarakat dan anggota kelompok sosialnya. Beberapa pendapat juga menyatakan bahwa disiplin merupakan bagian dari nilai pendidikan karakter yang sangat penting.

Tujuan disiplin anak usia dini dibagi menjadi tujuan jangka pendek dan jangka panjang, sedangkan tujuan jangka pendek adalah agar anak usia dini dilatih dan dikendalikan, dengan mengajarkan bentuk perilaku yang sesuai

dan tidak tepat sedangkan tujuan jangka panjangnya adalah untuk membentuk perkembangan pengendalian diri.

Menurut Rinie Martsiswati dan Yoyon Suryono (2014:12) pokok utama disiplin adalah peraturan. Peraturan adalah pola tertentu yang ditetapkan untuk mengatur perilaku seseorang. Peraturan yang efektif untuk anak usia dini adalah peraturan yang dimengerti, diingat dan diterima. Pola tertentu yang ditetapkan untuk mengatur perilaku anak usia dini dalam proses pembelajaran dilakukan pembiasaan perilaku. Perilaku pada saat berdoa memulai belajar, sebelum makan, mengucapkan salam pada guru dan teman, mencuci tangan sebelum makan, merapikan mainan setelah bermain, berbaris sebelum masuk ruangan kelas dan sebagainya, perilaku ini hendaknya dilakukan secara konsisten.

Senada apa yang disampaikan oleh Wahyuni Nadar, dkk (2019:3) berarti menolak kesenangan diri sendiri dalam rangka mencapai tujuan penting jangka panjang. Kedisiplinan sendiri harus diterapkan dalam semua bidang kehidupan sesuai dengan tujuan hidup yang ingin dicapainya, baik bidang pendidikan, olahraga, musik, bisnis, atau hubungan antar pribadi. Seseorang yang disiplin akan dapat mengatasi kelemahannya dan akan berkembang menjadi sebuah kekuatan dalam dirinya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terciptanya disiplin sekolah adalah *pertama*, Faktor Internal. Faktor ini merupakan elemen yang berasal dari dalam sekolah itu sendiri, baik dari kepala sekolah, guru, karyawan dan siswa. Kedisiplinan yang dipengaruhi faktor internal ini meliputi: (1) Minat, adalah kesediaan jiwa yang sifatnya aktif untuk menerima sesuatu dari luar. (2) Emosi, adalah suatu keadaan yang mempengaruhi dan menyertai penyesuaian di dalam diri secara umum, keadaan yang merupakan penggerak mental dan fisik bagi individu dan dapat dilihat melalui tingkah laku luar.

Kedua, faktor eksternal. Faktor ini memiliki ruang lingkup yang lebih luas dalam mempengaruhi kedisiplinan di sekolah. Faktor ini meliputi: (1) Sanksi dan hukuman. Menurut Kartono, bahwa "hukuman adalah perbuatan yang secara intensional diberikan sehingga menyebabkan penderitaan lahir batin diarahkan untuk membuka hati nurani dan

penyadaran si penderita akan kesalahannya” (2) Situasi dan kondisi sekolah. Faktor situasional sangat berpengaruh pada pembentukan perilaku manusia seperti faktor ekologis, faktor rancangan dan arsitektural, faktor temporal, suasana perilaku dan faktor sosial. Tetapi manusia memberikan reaksi yang berbeda-beda terhadap situasi yang dihadapinya sesuai dengan karakteristik personal yang dimilikinya. Perilaku manusia memang merupakan hasil interaksi yang menarik antara keunikan individu dengan keunikan situasional (Ihsan Mz (2018:4-5).

Berdasarkan ruang lingkupnya, jenis disiplin dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

a) *Disiplin Diri Pribadi*

Disiplin pribadi itu mengangut beberapa unsur seperti adanya sesuatu yang harus ditaati atau juga ditinggalkan dan adanya proses sikap seseorang terhadap hal tersebut. Artinya bahwa disiplin pribadi merupakan proses diri seseorang untuk tetap mentaati perturan yang telah ditetapkan oleh dalam dirinya atau dari luar misalnya dari dalam dirinya bahwa ia telah memiliki pendirian untuk melakukan kebaikan, maka ia tetap pada pendiriannya tersebut. Sedangkan mentaati peraturan dari luar dirinya misalnya peraturan dari orang tua, sekolah atau lembaga apapun, ia selalu mengedepankan dan menjaga sikap taat atas peraturan tersebut. Atau sikap sebaliknya yaitu dirinya tetap sitiqomah untuk meninggalkan hal-hal yang dilarang dari orang tua, agama, nusa dan bangsa. Larangan tersebut tentu karena memiliki dampak negatif untuk dirinya atau lingkungannya.

b) *Disiplin Sosial*

Disiplin sosial ini merupakan disiplin yang berhubungan dengan masyarakat atau juga dalam hubungannya dengan lingkungan. Disiplin sosial dimaknai sebagai sikap taat dan menjaga dirinya dari hal-hal yang telah menjadi kesepakatan bersama antara masyarakat sosial dan yang berhubungan antara dirinya dan orang lain. Disiplin sosial yang dimaksud merupakan sikap saling menjaga, saling hormat, saling kasih, saling membutuhkan, saling menghargai, saling cinta, saling setia, saling memberi, saling hidup rukun dan lain-lain. Sikap

tersebut akan membawa sebuah kebiasaan positif yang akhirnya melahirkan sikap disiplin antar satu dengan yang lainnya.

c) *Disiplin Nasional*

Disiplin nasional ini bisa diartikan ialah sebagai status mental bangsa yang tercermin dalam suatu perbuatan yang didalam bentuk keputusan serta juga ketaatan. Dilakukan dengan secara sadar ataupun juga dengan melalui pembinaan terhadap norma-norma kehidupan yang berlaku (<https://pendidikan.co.id>: 2020). Bedahalnya dengan disiplin nasional yang dimaknai sebagai status mental seseorang terhadap kehidupan berbangsa dan bernegara. Disiplin nasional lebih mendekakati pada ketaatan diri seseorang terhadap norma-norma yang telah ditetapkan oleh negara sebagaimana yang telah ditetapkan dalam undang-undang bernegara. Ketetapan undang-undang tersebut bertujuan untuk melahirkan sikap nasionalisme dan patriotisme terhadap bangsa dan negara kesatuan republik indonesia (NKRI) yang berlandaskan Pancasila dan undang-undang dasar 1945.

Kedisiplinan akan memberikan dampak positif terhadap pertumbuhan perilaku anak, Manfaat dari sikap disiplin ini diantaranya sebagai berikut:

a) *Tumbuhnya Kepekaan*

Kepekaan diartikan sebagai mudah merasakan atau mudah terangsang, dalam perspektif sosial tumbuh kepekaan artinya kemampuan seseorang untuk mengemati reaksi-reaksi atau perubahan orang lain yang ditunjukkan baik secara verbal maupun nonverbal. Seseorang baik anak-anak, remaja maupun orang tua yang tumbuh menjadi pribadi yang selalu peka atau berperasaan halus serta percaya kepada orang lain untuk mudah melakukan respon terhadap yang dirasakan dan yang dilihat. Dengan adanya sikap tersebut pada diri seseorang maka dapat memudahkan dirinya untuk menyatakan perasaanya kepada orang lain, termasuk kepada orang tuanya. Sehingga anak tersebut akan mudah memahami perasaan orang lain juga sebab itu anak tersebut tidak semau-mau kepada orang lain.

b) Mengajarkan Keteraturan

Peraturan merupakan kesepakatan bersama atau satu pihak secara tertulis atau lisan untuk menghasilkan tujuan yang bermanfaat. Dengan adanya peraturan maka pola hidup seseorang akan menjadi terarah sesuai dengan apa yang diinginkan. Seorang juga akan memiliki pola hidup yang teratur serta dapat mengelola waktu yang dimilikinya dengan sebaik-baiknya. Pola hidup yang teratur akan dapat melahirkan kebiasaan baik, waktu yang efisien dan kedisiplinan baik berdasarkan kebiasaan pola hidup yang teratur. Sebaliknya jika sejak awal usia kanak-kanak sampai tua hidupnya kurang beraturan, maka dipastikan kehidupannya akan terbiasa dalam kondisi indisipliner.

c) Tumbuhnya Kepedulian

Kepedulian merupakan sikap keperpihakan kita untuk melibatkan diri dalam persoalan, keadaan atau kondisi yang terjadi di sekitar kita. Artinya seseorang yang peduli adalah mereka yang terpenggil untuk melakukan sesuatu dalam rangka memberi inspirasi, perubahan, kebaikan kepada lingkungan sekitar baik kepada teman, orang tua, guru, dan bahkan kepada dirinya sendiri. Dengan adanya sikap disiplin akan membuat anak memiliki integritas, Serta bisa memikul ata memiliki rasa tanggung jawab, dan dapat memecahkan masalah dengan cara yang baik. Lahirnya sikap peduli terhadap lingkungan sekitarnya tentunya berdampak positif terhadap sikap seseorang untuk melakukan hal-hal yang baik salah satunya adalah menjalankan pola hidup disiplin.

d) Tumbuhnya Rasa Percaya Diri

Percaya diri merupakan pengakuan kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu. Hal ini berkaitan dengan hasil penilaian seseorang terhadap dirinya. Orang yang memiliki sikap percaya diri yang tinggi biasanya memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya. Rasa percaya diri, Sikap ini berkembang apabila anak diberi kepercayaan untuk melakukan suatu pekerjaan yang mana pekerjaan tersebut sudah kita

perkirakan dapat ia selesaikan. Sikap percaya diri ini sangat penting agar anak dilatih untuk bertanggung jawab terhadap dirinya dan pekerjaannya sehari-hari sehingga kebiasaan tersebut melahirkan sikap disiplin yang baik dari dirinya sendiri.

e) *Menumbuhkan Ketenangan*

Ketenangan diartikan sebagai berlapang dada, tidak gusar dan suasana jiwa yang berada dalam keseimbangan sehingga menyebabkan seseorang tidak terburu-buru atau gelisah. Berdasarkan penelitian menunjukkan bayi yang tenang atau jarang sekali menangis ternyata bisa memperhatikan lingkungan dengan baik. Bayi tersebut juga nantinya akan lebih cepat dalam berinteraksi dengan orang lain. Melatih sikap seorang anak untuk tenang dalam melakukan aktivitas sehari-hari tentunya akan melahirkan sikap positif, pola hidup tentang melahirkan sikap sabar dalam menjalankan kewajiban agama, nusa dan bangsa.

f) *Tumbuhnya Kemandirian*

Sikap kemandirian adalah kesiapan dan kemampuan seseorang untuk berdiri sendiri yang ditandai dengan mengambil inisiatif, mencoba mengatasi masalah tanpa harus meminta bantuan orang lain, berusaha dan mengarahkan tingkah laku menuju kebaikan. Dengan belajar mandiri seseorang bisa diandalkan agar bisa memenuhi kebutuhannya sendiri. Selain itu, Seseorang juga bisa mengeksplorasi lingkungan dengan baik. Disiplin yang semacam ini merupakan bimbingan yang tepat kepada anak agar dia sanggup atau juga mampu menentukan pilihan yang bijak.

g) *Membantu Perkembangan Otak*

Pada saat anak berusia tiga tahun, pertumbuhan otak anak tersebut sangat pesat, Pada masa-masa ini dia menjadi peniru perilaku yang piawai. Ia bisa meniru tingkah laku orang tua yang disiplin, Dengan begitu secara otomatis akan membentuk kebiasaan serta juga sikap yang positif pada anak tersebut.

h) Tumbuhkan Keakraban

Sikap keakraban merupakan kebiasaan hubungan yang dilakukan seseorang dengan orang lain untuk mendapatkan sebuah kedekatan yang bermanfaat di antara mereka. Sikap keakraban dipercayai dapat melahirkan sikap disiplin yang baik, karena keakraban tersebut menjadi pengikat bagi mereka untuk saling menjaga dan menghormati. Dengan adanya kemampuan beradaptasi, seseorang akan menjadi lebih cepat akrab dan juga ramah terhadap orang lain.

i) Membantu Anak Yang “Sulit”

Khususnya pada anak yang berkebutuhan khusus kita lupa mereka pun membutuhkan penanganan khusus. Disiplin untuk dapat menekankan keteraturan anak yang berkebutuhan khusus bisa hidup lebih baik.

j) Menumbuhkan Sikap Patuh

Sikap patuh diartikan sebagai tunduk, taat, dan turut, mematuhi peraturan baik dari orang tua, peraturan dari agama, nusa dan bangsa. Dengan adanya sikap disiplin, Seseorang akan mematuhi aturan yang telah ditetapkan orang tua atas kemauan sendiri (<https://materibelajar.co.id>: 2020).

Langkah-langkah Strategis Mendisiplinkan Anak dalam Perspektif Praktis

Ketika Al-Qur`an mengingatkan demi waktu sore, kata yang dipakai adalah “*al-‘ashr*” yang memiliki kesamaan dengan kata “*al-‘ashîr*” yang artinya “perasan sari buah”. Seolah-olah Allah mengingatkan segala potensi yang kita miliki sudahkah diperas untuk kebaikan? Ataukah potensi itu kita sia-siakan dari pagi hingga sore? Jika demikian, pasti kita akan merugi. “Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian”.

Nikmah Rahmawati (2016:274) menyimpulkan disimpulkan bahwa Al-Qur`an mengajarkan umatnya untuk pandai-pandai menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya dengan mempertimbangkan kebahagiaan dunia dan akhirat. Umat Islam tidak diperbolehkan hanya menggunakan waktu untuk kepentingan akhirat saja dengan mengorbankan kepentingan duniawi, atau

sebaliknya. Menggunakan waktu dalam usaha mencari karunia dan rida Allah hendaknya seimbang dan proporsional untuk kehidupan dunia dan akhirat.

Kedisiplinan berkembang dan terbentuk dari hasil belajar. Kedisiplinan anak tidak akan terbentuk dengan sendirinya tanpa ada campur tangan dari orang tua dan lingkungan, akan tetapi kedisiplinan itu terbentuk dari hasil internalisasi terhadap seluruh aturan-aturan yang diberikan oleh orang tua, masyarakat, dan dari hasil kemampuan atau potensi dari dalam dirinya sendiri. Orang tua dan lingkungan secara umum memiliki andil yang sangat penting dalam pembentukan kedisiplinan anak melalui pembelajaran, bimbingan dan latihan.

Pembentukan kedisiplinan anak dari usia 0-6 tahun lebih besar dari bimbingan kedua orang tuanya melalui pemberian kasih sayang yang cukup, dengan memberikan sikap tegas, jelas, dan sikap lemah lembut. Seperti disiplin pola makan, pola tidur, pola buang air besar dan kecil.

Menurut Tahir (2019:47) seorang anak memperoleh pola kedisiplinan ini berasal dari pelatihan dan bimbingan dari orang tua mereka selama berada dalam pangkuannya. Sedangkan peran guru dalam pembentukan kedisiplinan anak di samping sebagai pembimbing dan pelatih juga sebagai pengontrol sosial terhadap perilaku kedisiplinan anak di lingkungannya apakah kedisiplinan mereka sudah sesuai dengan harapan-harapan lingkungan sosialnya sebab kedisiplinan adalah bukan hanya untuk dirinya sendiri tapi juga untuk orang lain.

Kondisi psikologis dan mental anak berbeda sesuai dengan usia. Oleh karena itu, untuk mendisiplinkan anak perlu seni dan cara berbeda-beda, sesuai dengan tahapan usianya.

(a) Usia 0-2 tahun,

Pada usia ini, anak melakukan semua hal yang membuatnya penasaran, seperti: memegang berbagai benda, melempar barang ke lantai, mencubit, menendang untuk memuaskan rasa ingin tahunya. Memberikan hukuman tidak akan membuatnya mengerti bahwa tindakan yang dilakukannya salah. Bahkan hanya akan menyakitinya. Cara yang efektif adalah dengan mengatakan “Tidak” saat ia melakukan hal yang tidak benar dan menjauhkannya dari situasi tersebut. Sebagai

contoh, saat anak memegang benda yang berbahaya, orangtua dapat mengatakan “Ini tidak boleh kamu pegang” dan menyingkirkan benda tersebut. Oleh karena itu, pastikan orangtua tidak memberikan hukuman fisik karena ia akan dapat mencontohnya di kemudian hari.

(b) Usia 3-5 tahun,

Masa ini anak sudah bisa berkomunikasi dengan orangtua dan mulai mengerti konsekuensi dari tindakan yang dilakukannya. Oleh karena itu, cara yang tepat untuk mendisiplinkannya adalah dengan memberi aturan yang jelas dan memberi konsekuensi bila aturan tersebut dilanggar.

(c) Usia 6-8 tahun,

Hampir sama dengan tahapan usia sebelumnya, terapkan aturan yang jelas dan konsekuensi bila aturan tersebut tidak dipatuhi. Bedanya dengan balita, di tahap usia ini anak lebih sering menentang. Seringkali ia melanggar aturan dan tidak mau mengikuti konsekuensi yang ditetapkan. Bila hal tersebut terjadi, orangtua harus tetap konsisten dengan aturan yang dibuat dan jangan memberikan hukuman fisik, melainkan alihkan energi anak kepada hal lain yang positif. Salah satu contoh adalah ketika si sulung memukuli adiknya sekalipun sudah diperingatkan. Daripada menghukumnya, lebih baik orangtua mengajak si sulung membantu menyiram tanaman atau membersihkan mainannya. Tidak perlu khawatir anak akan menjadi *bandel* bila orangtua tidak menghukumnya karena sebenarnya anak sudah mengerti aturan yang dibuat orangtua, namun terkadang ia senang menentang di tahap usia ini.

(d) Usia 9-12 tahun,

Saat ini anak sudah lebih dewasa dan sudah mulai mengerti aturan dan disiplin yang baik bagi dirinya. Orangtua mulai tidak perlu membuat sanksi bila anak tidak disiplin, melainkan bisa membiarkan anak mengalami ‘konsekuensi alami’. Misalnya, saat anak yang berusia kelas 6 SD tidak mau mengerjakan tugas dari sekolah sekalipun

orangtua sudah mengingatkannya. Orangtua tidak perlu memberinya sanksi, melainkan mengizinkan anak mendapat 'konsekuensi alami', yaitu ditegur gurunya di sekolah <https://www.klikdokter.com> (2020).

Berikut Langkah-langkah Strategis Mendisiplinkan Anak dalam Perspektif Praktis yang dapat dipraktikkan oleh orang tua atau guru.

a) *Mencoba Mengabaikan Anak Saat Merasa Buruk*

Mungkin awalnya sulit bagi kamu untuk mengabaikan anak terutama saat anak mengalami kesulitan. Tapi jika kesulitan itu dibuat dari ulahnya sendiri kamu harus berusaha mengabaikan agar dia sadar dengan apa yang dia lakukan. Jika anak menuntut sesuatu, jangan mudah memberikan. Jika mereka membuat keributan biarkan mereka menyelesaikannya sendiri. Manfaat untuk jangka panjang adalah anak akan lebih sadar dan peka terhadap dampak yang mereka lakukan.

b) *Metode Waktu*

Jika anak membuat masalah dan tidak disiplin kamu cukup dengan berbicara tegas dan mengawasi mereka. Seberapa besar anak akan mematuhi perkataan orang tua yang menyampaikan dengan tegas bukan marah. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak pada akhirnya akan belajar untuk tenang dan berperilaku lebih baik. Memberi mereka waktu istirahat juga akan membuat mereka tahu bahwa perilaku buruk mereka membawa dampak bagi diri mereka maupun orang lain.

c) *Menyingkirkan Barang Kesukaan*

Jika anakmu memiliki mainan atau barang mainan favorit yang sangat mereka sukai, kamu dapat menggunakannya sebagai umpan untuk membuatnya berperilaku baik. Jika anak menuntut mainan baru? Beri tahu bahwa mainan favorit mereka akan diambil jika mereka membeli yang baru. Ini akan berdampak mereka berperilaku lebih baik di masa depan. Manfaat dalam jangka panjang adalah strategi ini dikatakan sangat efektif dalam mengelola masalah perilaku pada anak-anak dari segala usia.

d) Biarkan Anak Menghadapi Konsekuensi Tindakan Mereka Sendiri

Seringkali, cara ini dikatakan sebagai cara yang sangat logis untuk memperbaiki perilaku anak. Biasanya ketika orang tua menyangkal tentang sesuatu, mereka mungkin tidak mendengarkan. Sebaliknya, membiarkan mereka melakukan apa pun yang mereka inginkan dan kemudian menghadapi konsekuensi dari tindakan mereka sendiri, seringkali merupakan cara terbaik bagi mereka untuk belajar dari kesalahan mereka. Misalnya, jika anak kamu tidak mau makan, dia akan tahu dampaknya jika dia akan lapar nanti. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak belajar untuk mengambil tanggung jawab atas tindakan mereka sendiri dalam jangka panjang yang akan membantu mereka membuat pilihan yang lebih baik di masa depan.

e) Ungkapkan Perasaanmu

Cara ini dipercaya efektif untuk membantu mengatasi perilaku buruk anak. Ketika anak berperilaku buruk, beri tahu mereka bahwa kamu kecewa dan kesal dengan perilaku mereka. Membiarkan anak tahu bagaimana perasaan kamu akan membuat mereka lebih sadar akan tindakan mereka. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak-anak belajar untuk peka terhadap perasaan orang lain dan belajar mengendalikan tindakan mereka sebagai hasilnya.

f) Berikan Pilihan Pada Anak

Memberikan anak pilihan dan melibatkan mereka dalam pengambilan keputusan akan membantu mereka untuk berpikir secara logis. Misalnya, jika anak meminta mainan baru, tanyakan apakah mereka ingin mainan baru sekarang atau di hari ulang tahun mereka. Beri tahu mereka bahwa jika mereka memilih untuk membeli mainan sekarang, mereka mungkin tidak mendapatkan hadiah pada hari ulang tahun mereka. Dengan cara ini, mereka akan dipaksa untuk membuat keputusan. Manfaat dalam jangka panjang adalah penting bagi anak untuk memahami bahwa tuntutan mereka tidak akan terpenuhi setiap saat. Mereka belajar membuat kompromi yang akan sangat membantu bagi mereka di masa depan.

g) *Berikan Tugas untuk Anak*

Anak sering mencari cara untuk mengalirkan energi mereka. Ada kemungkinan besar anak mengamuk ketika mereka bosan dan membuat kegaduhan. Alihkan perhatian mereka dan biarkan mereka menggunakan energi mereka dengan cara yang lebih produktif seperti membantu kamu membereskan mainannya. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak-anak belajar lebih baik menggunakan energi kreatif mereka dan belajar menyalurkannya untuk keuntungan mereka sendiri.

h) *Memberi Pengertian*

Ketika kamu keluar dengan anak, beri tahu mereka bagaimana orang lain berpikir tentang anak yang berperilaku buruk ketika keluar dengan orang tua mereka. Cobalah untuk membuat mereka mengerti bahwa itu sangat memalukan bagi orang tua jika anak-anak mereka membuat ulah di tempat umum dan bahwa orang lain tidak menganggap anak-anak seperti itu baik. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak sadar akan orang lain ketika berada di tempat umum yang dapat mencegah perilaku buruk.

i) *Cerminkan Perilaku Mereka*

Jika anak mengamuk dan menolak untuk melakukan sesuatu yang kamu minta, kamu juga bisa menolak untuk melakukan sesuatu untuk mereka. Contoh jika anak meminta jus favorit mereka, beri tahu mereka bahwa kamu tidak akan membuat apa pun untuk mereka sampai dan kecuali mereka mengubah perilaku mereka. Meskipun metode ini cukup aneh, tidak ada salahnya untuk mencobanya.

j) *Hadiahi Perilaku Baik Anak*

Membiarkan anak tahu bahwa kamu menghargai perilaku baik mereka secara tidak sadar akan mengurangi perilaku buruk mereka. Jadi, penting untuk memberi perhatian pada anak dan memuji tindakan baik mereka. Manfaat dalam jangka panjang adalah anak pada akhirnya akan belajar perbedaan antara perilaku baik dan buruk dan mungkin belajar berperilaku baik <https://www.liputan6.com> : (2020).

KESIMPULAN

Analisis terhadap deskripsi di atas tentang strategi mendisiplinkan anak dalam perspektif praktisi dan psikologi anak, maka dapat disimpulkan bahwa mengingat karakteristik anak yang berbeda-beda sesuai dengan usia anak di antaranya adalah mencoba mengabaikan anak saat merasa buruk, memberikan pengawasan waktu yang baik, mencoba menyingkirkan barang kesukaan dengan hati, mencoba membiarkan anak menghadapi konsekuensi tindakan mereka sendiri, mencoba ungkapkan perasaanmu, mencoba berikan pilihan pada anak, mencoba memberikan tugas untuk anak, mencoba memberi pengertian, mencoba cerminkan perilaku mereka dan mencoba menghadiahi perilaku baik anak.

Selain beberapa hal di atas, untuk mempraktikkan disiplin, maka prinsip-prinsip yang harus dilakukan di antaranya Menetapkan tujuan jangka panjang mengasuh atau mendidik anak, Memikirkan cara untuk memberikan kehangatan (rasa aman secara emosional, cinta tanpa syarat, kasih sayang secara verbal dan fisi) pada anak, membimbing perilaku serta membantu mendukung harapan anak dan mendorong anak berpikir mandiri dan Memahami pikiran dan perasaan anak

DAFTAR PUSTAKA

- Endah Hyoseyamina, Darosy dan Kartika Sari Dewi, 2012, *Pengembangan Proram Parenting Bagi Anak Usia Dini dengan Pendekatan Psikologi Positif dan Karakter Islami*, Proseding Seminar nasional
<https://materibelajar.co.id/pengertian-disiplin>, diakses pada 20 Nopember 2020
<https://pendidikan.co.id/disiplin-pengertian-tujuan-manfaat-macam-dan-contohnya>, diakses pada 20 Nopember 2020
<https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/2698296/cara-efektif-untuk-mendisiplinkan-anak-sesuai-usia>, diakses pada 20 Nopemver 2020
<https://www.liputan6.com/citizen6/read/3884194/10-cara-melatih-kedisiplinan-anak-tanpa-harus-memberi-hukuman>, diakses pada 20 Nopember 2020

- Kurniasari, Alit 2015, *kekerasan versus disiplin dalam mengasuh anak Violence versus discipline in parenting*, Jurnal Puslitbang Kesejahteraan Sosial, Kementerian Sosial RI
- Martsiswati, Rrnie dan Yoyon Suryono, 2014, *Peran Orang Tua dan Pendidik dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini*, Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat
- Mz, Ihsan, 2018, *Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa*, Jurnal Nalar, Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam
- Nadar, Wahyuni dkk., 2019, *Peningkatan Kedisiplinan Anak Usia Dini Melalui Metode Pembiasaan Token Economy*, Jurnal Elementerls: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar Islam
- Puspita, Zalia dkk., 2020, *Program Parenting Menumbuhkan Berbagai Kebiasaan Positif pada Anak*
- Rahmawati, Nikmah, 2016, *Kenakalan Remaja dan Kedisiplinan Dalam Perspektif Psikologi dan Islam*, Jurnal Sawwa.
- Tahrir, 2019, *Pola Bimbingan Keberbakatan dan Pembentukan Kedisiplinan Anak*, Jurnal Pysmpathic, Jurnal Ilmiah Psikologi Pendidikan dan Perkembangan