

## **SENSITIVITY PARENTAL SELF-EFFICACY DALAM PEMBENTUKKAN KARAKTER ANAK MASA PANDEMI-COVID 19**

**Yenny Anneke Karundeng**  
**yennykarundeng044@gmail.com**  
**Sekolah Tinggi Teologi Johannes Calvin**

### **Abstrak**

Naluri *sensitivity parental* dapat membuat rasa aman bagi anak-anak. Di masa pandemi covid-19 perilaku orang tua terhadap pengasuhan anak semakin mengkhawatirkan. *Self-Efficacy* adalah keyakinan orang tua akan kemampuannya dalam mengasuh anak. Meningkatnya persentase pertemuan di rumah antara orang tua dan anak yang tinggi dapat menimbulkan pembentukan dari karakter yang manis menjadi karakter yang secara psikologis merusak kepribadian anak. Menyikapi permasalahan tersebut, maka penelitian ini akan membahas *sensitivity parental self-efficacy* dalam pembentukan karakter anak masa pandemi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian normatif (*Library Research*) atau pustaka, melalui pendekatan teologis, psikologis dan sosiologis. Sehingga dari artikel ini orang tua dalam mengasuh anak merasa yakin, serta sanggup mengambil suatu tindakan yang benar walau situasi yang sulit seperti di saat pandemi covid-19 dalam pembentukan karakter anak.

**Kata Kunci : *Self-Efficacy*, Karakter, Pandemi-Covid-19**

### **Abstract**

*The instinct for parental sensitivity can create a sense of security for children. During the Covid-19 pandemic, the behavior of parents towards childcare is increasingly worrying. The increasing percentage of meetings at home between parents and children can lead to the formation of a sweet character into a character that psychologically damages the child's personality. In response to this problem, this study will discuss sensitivity parental self-efficacy in shaping the character of children during the pandemic. The research method used is the normative research method (Library Research) or literature, through theological, psychological and sociological approaches. So that from this article, parents in parenting feel confident, and are able to take the right action even though a difficult situation such as during this pandemic in shaping the child's character.*

*Keywords: Self-Efficacy, Character, Pandemic-Covid-19*

## Pendahuluan

Pandemi Covid-19, seantero dunia menangis dan meratap. Kurang lebih setengah tahun sudah banyak orang secara serentak mau tidak mau, siap atau tidak, suka atau tidak harus menjalani kehidupannya dari dalam rumah. Ketidakpastian, kesepian, kekhawatiran, ketakutan, kepanikan khususnya bila ada anggota keluarga yang terinfeksi.<sup>1</sup> Hingga ada yang berasumsi peristiwa ini diakibatkan adanya krisis iman dari umat manusia pada Sang Pencipta. Keberdosaan manusia didegungkan. Untuk memahami lebih lanjut artikel ini menegaskan sesungguhnya dalam diri manusia tidak ada potensi untuk berdosa. Tetapi situasi yang terjadi disebabkan adanya bencana non alam yang terjadi secara serentak, meluas dan berproses sangat cepat, yang disebut pandemi.

Berdasarkan survei PDSKJI (Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia) mengenai survei kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring, menunjukkan sebanyak 63% responden mengalami cemas (merasa khawatir sesuatu yang buruk terjadi, mudah marah dan sulit rileks); 66% responden mengalami depresi (gangguan tidur, kurang percaya, lelah, tidak bertenaga, dan kehilangan minat).<sup>2</sup> Begitu pula data yang dinyatakan oleh hasil survei yang dirilis Offord Centre for Child Studies dari McMaster University. Survei ini melibatkan 7.434 orang tua dan pengasuh selama periode 5 Mei 2020 sampai 19 Juni 2020, menemukan bahwa hampir 60% orang tua menunjukkan beberapa gejala depresi klinis di masa pandemi covid-19, dikatakan kekurangan tidur dan merasa sangat kewalahan, dan sekitar 40% dari partisipan juga mengungkapkan bahwa perilaku atau suasana hati anak mereka memburuk. Lebih lanjut Gonzales dan tim memaparkan bahwa 21% orang tua terlibat argumen yang lebih panjang dengan anak-anak terkait masalah perilaku, sekitar 40% orang tua bersikap lebih keras kepada anak ketika merasa stress atau marah. Selain itu, 13% orang tua tidak memiliki cukup uang untuk membeli kebutuhan dan makanan, 15% orang tua juga tidak memiliki akses teknologi atau koneksi internet untuk membantu anak mereka belajar dari rumah selama pandemi covid-19.<sup>3</sup>

Berkaitan dengan situasi pandemi covid-19 yang berdampak pada keberadaan pola asuh orang tua, muncul masa transisi dengan dinamika perubahan. Sharma, mendeskripsikan masa

---

<sup>1</sup>Daniel L. Lukito, "Iman Kristen di Tengah Pandemi, Hidup Realitas Ketika Penderitaan dan Kematian Merebak." LP2M SAAT, Cetakan I, Juli 2020: 6.

<sup>2</sup> Sulis Winurini, 'Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19', *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI* (Jakarta, 2020).

<sup>3</sup> Republika.co.id, 'Depresi "Hantui" Banyak Orang Tua Di Masa Pandemi', <https://Republika.Co.Id/>, 2020.

transisi sebagai sebuah “*culture shock*” sebagai pembelajaran kembali terhadap masalah sosial dan psikologis dalam menghadapi hal baru, dengan berbagai keyakinan, kebebasan dan peluang baru serta tuntutan personal dan sosial yang baru.<sup>4</sup> Artinya, Orang tua dituntut untuk memiliki penguasaan terhadap lingkungan yang belum pernah mereka rasakan sebelumnya. Dalam hal keberhasilan pengasuhan anak, di masa transisi salah satunya tergantung dengan keyakinan diri dalam menghadapi tuntutan-tuntutan baru tersebut.<sup>5</sup> Menurut Trouillet, *self-efficacy* merupakan pertimbangan seseorang yang mempengaruhi bagaimana seseorang menghadapi situasi eksternal serta bagaimana seseorang mengontrol lingkungannya yang dapat membantu menghadapi tantangan dengan cara yang positif.

Penelitian menemukan bahwa orang tua yang memiliki *self-efficacy* yang rendah dapat mengakibatkan tingginya perilaku bermasalah pada anak. Sebaliknya, orang tua yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan berdampak pada perilaku yang lebih positif, salah satunya adalah kemampuan sosial anak lebih baik.<sup>6</sup> Menurut Jang, J Hessel, H dan Dworkin, menyatakan bahwa *Parental self-efficacy* merupakan bentuk keyakinan akan kemampuannya dalam proses pengasuhan anak, dan beberapa penelitian menemukan bahwa *Parental self-efficacy* memiliki dampak positif terhadap perkembangan anak dan fungsi keluarga.<sup>7</sup> Milkie dan Denny juga menegaskan bahwa ketika orang tua mempunyai keyakinan tentang kemampuan dalam perannya, maka orang tua cenderung memiliki perilaku pengasuhan yang lebih efektif dan berdampak pada perkembangan positif anak.<sup>8</sup>

Hingga saat ini belum ada orang yang berani berargumen memastikan berakhirnya pandemi covid-19. Kondisi yang dialami tidak bisa dihindari, kerusakan dalam lingkup kesehatan, ekonomi, perdagangan, finansial, agama, sosial, dan budaya tanpa terasa digerus dengan waktu pandemi yang terus berjalan. Aktivitas dan kegiatan dalam rumah pun menimbulkan hal-hal yang baru yang pastinya dirasakan oleh seisi anggota rumah tangga. Pergeseran aktivitas sebelum pandemi sangat terasa dialami. Mulai dari pagi hari yang biasanya rutinitas dilakukan anak-anak untuk belajar di sekolah, masa pandemi covid-19 mengharuskan

---

<sup>4</sup> B Sharma, ‘Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Students’, *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 9 (2012), 32–37.

<sup>5</sup> King C.A, ‘The Effects of Social Support and Self-Efficacy on Depression in College Students’ (Savannah State University).

<sup>6</sup> Naili Rofiqoh, Mimbar Oktaviana, and Wiwit Nuratih, ‘Urgensi Efikasi Diri Paternal Dalam Pengasuhan Anak: Sebuah Tinjauan Teoritis’.

<sup>7</sup> Juyoung Jang, Heather Hessel, and Jodi Dworkin, ‘Parent ICT Use, Social Capital, and Parenting Efficacy’, *Computers in Human Behavior*, 71 (2017), 395–401.

<sup>8</sup> Melissa A. Milkie and Kathleen E. Denny, ‘Changes in the Cultural Model of Father Involvement: Descriptions of Benefits to Fathers, Children, and Mothers in Parents’ Magazine, 1926-2006’, *Journal of Family Issues*, 35.2 (2014), 223–53.

dan meniadakan semua kegiatan belajar mengajar dialihkan di rumah.<sup>9</sup> Selama pandemi ini pendidikan karakter secara signifikan tumbuh subur di lingkungan keluarga, tidak saja belajar dari rumah, penerapan *work from home*, *pray from home* memberikan peluang yang baik bagi tumbuhnya nilai-nilai karakter di lingkungan keluarga.<sup>10</sup> Secara psikologis, orang tua terdampak pada mentalnya, seperti kinerja menurun, pemikiran kurang fokus, emosi cenderung marah, takut, bingung, dan fisikpun bisa terganggu. Padahal keluarga harus menjadi suatu pertahanan utama yang dapat menangkal berbagai pengaruh negatif dari semua dinamika perubahan yang muncul, atau diartikan keluarga merupakan tempat pendidikan yang pertama dan utama dalam pembentukan berbagai karakter anak. Anak-anak yang terlibat atau keterpurukan pada hal-hal yang menyimpang adalah karena kurang adanya perhatian orang tua. Konteks Alkitab menyatakan bahwa Allah memberikan tanggung jawab pada orang tua dalam keluarga. Daniel Nuhamara juga menyatakan bahwa kurangnya kasih sayang, perhatian dan persekutuan keluarga dapat mendukung kaum muda untuk memberontak.<sup>11</sup> Menurut ahli psikologi, karakter dasar manusia adalah cinta kepada Allah dan ciptaanNya, tanggung jawab, jujur, hormat dan santun, peduli, kerjasama, percaya diri, kreatif, kerja keras. Walau Orang tua dan anak memiliki perbedaan karakter, namun orang tua harus menjadi teladan bagi anak-anaknya.

*Sensitivity* orang tua terhadap pembentukan karakter anak tidak dapat diabaikan. Situasi dalam bentuk apapun yang dirasakan orang tua, saat adanya pergeseran masa pandemi walaupun sangat terpuruk harus diperlihatkan pada keluarga dengan penuh kedamaian. Dalam kehidupan keluarga Kristen, orang tua memiliki peranan penting dalam membimbing anaknya dan lebih dari itu orang tua adalah wakil Allah di dunia.<sup>12</sup> Setiap kebutuhan anak sebagaimana anak bertumbuh, orang tua bertanggung jawab memenuhi kebutuhan tersebut serta perhatian dan kasih sayang. Orang tua yang memiliki rasa *sensitivity* pada anak-anak menimbulkan unsur kebersamaan dan akan muncul adanya komunikasi yang terarah. Ketika anak membutuhkan kasih sayang, dan orang tua hanya memberi respon yang kurang tepat maka akan merusak *mood* dan perilaku pada diri anak. Konsep *Parental self-efficacy* yang mengacu pada keyakinan orang tua pada kemampuan untuk melakukan peran parenting harus dilaksanakan. Keyakinan *self-*

---

<sup>9</sup> I Ketut Sudarsana, *Peran Orang Tua Dalam Mencegah Perilaku Menyimpang Remaja Di Masa Pandemi Covid-19* (Medan: Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, 2020).

<sup>10</sup> I Ketut Sudarsana and others, *COVID-19: Perspektif Pendidikan* (Yayasan Kita Menulis, 2020).

<sup>11</sup> Daniel Nuhamara and Jaso Lase, *Pendidikan Agama Kristen Di Perguruan Tinggi Umum* (Bandung: Bima Media Informasi, 2005).

<sup>12</sup> Stephen Tong, *Buku Membesarkan Anak Dalam Tuhan* (Jakarta: Momentum, 1994).

*efficacy* merupakan faktor kunci sumber tindakan manusia, “apa yang dipikirkan, percaya, dan rasakan mempengaruhi bagaimana mereka bertindak.”<sup>13</sup>

Menyadari akan problema yang dialami di masa pandemi covid-19, maka penulisan artikel ini akan membahas mengenai situasi yang terjadi saat pandemi covid-19, fungsi *parental self-efficacy*, faktor-faktor *sensitivity parental self-efficacy* serta tindakan *parental self-efficacy* yang merupakan kunci sumber tindakan dan upaya untuk memberikan kekuatan pada orang tua dalam pembentukan karakter anak.

## **Metode Penelitian**

Metode penelitian akan memberikan gambaran rancangan penelitian yang meliputi prosedur dan langkah-langkah yang harus ditempuh, sumber data serta bagaimana data-data tersebut diperoleh dan selanjutnya diolah dan dianalisis.<sup>14</sup> Metode penelitian yang digunakan, yaitu: penelitian normatif atau studi kepustakaan, dengan menghimpun berbagai data-data dan literatur baik dari perpustakaan maupun dari tempat-tempat lainnya. Jenis pendekatan yang dipakai selain pendekatan teologis juga pendekatan psikologis-sosiologis. Ketiga jenis pendekatan dalam penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menggali permasalahan yang diteliti penulis secara langsung dari sumbernya. Pendekatan psikologis-sosiologis akan menguraikan kegiatan-kegiatan manusia dalam hubungan dengan situasi-situasi sosial, seperti situasi kelompok, situasi masa, termasuk interaksi antar orang lain misalnya.<sup>15</sup> Sebagai contoh dalam menjawab situasi masa pandemi, fungsi *parental self-efficacy*, faktor-faktor *sensitivity parental self-efficacy* serta tindakan-tindakan *parental self-efficacy* dalam pembentukan karakter anak. Pendekatan teologis diarahkan pada pendekatan iman Kristen dalam proses pengasuhan anak yang berdasarkan Firman Tuhan.

## **Pembahasan**

### ***Gangguan Mental Akibat Pandemi Covid-19***

Banyaknya orang yang mengalami permasalahan kesehatan mental akibat pandemi covid-19. Bisa dipahami mengingat pandemi covid-19 merupakan sumber stress baru bagi masyarakat dunia saat ini. Secara global, menurut Thakur dan Jain terdapat empat faktor resiko

---

<sup>13</sup> Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: W. H. Freeman, 1997).

<sup>14</sup> Anwar Hidayat, ‘Metode Penelitian: Pengertian, Tujuan, Jenis’, <https://www.statistikian.com/>, 2017.

<sup>15</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial* (Surabaya: Bina Ilmu, 1987).

utama depresi yang muncul akibat pandemi:<sup>16</sup> *Pertama*, Faktor jarak dan isolasi sosial. Ketakutan akan covid-19 menciptakan tekanan emosional yang serius. Rasa keterasingan akibat adanya perintah jaga jarak telah mengganggu kehidupan banyak orang dan mempengaruhi kondisi mental, seperti depresi dan bunuh diri. Mengacu pada kasus di India, Amerika Serikat, Saudi Arabia dan Inggris. *Kedua*, Resesi ekonomi akibat covid-19. Pandemi covid-19 telah memicu krisis ekonomi global yang kemungkinan akan mengakibatkan pengangguran dan tekanan ekonomi. Perasaan ketidakpastian, putus asa, dan tidak berharga meningkatkan angka bunuh diri. Di Jerman contohnya, Menteri Keuangan bunuh diri pada akhir Maret 2020 karena putus asa. Di Indonesia, hingga Juli 2020, Kementerian Ketenagakerjaan mencatat 2,14 juta tenaga kerja formal dan informal terdampak pandemi covid-19. Banyak pakar menilai kemungkinan Indonesia masuk ke jurang resesi pada Kuartal III 2020 (Juli–September 2020) dengan melihat pertumbuhan ekonomi Indonesia yang menurun drastis hingga minus 5,32% pada Kuartal II 2020. *Ketiga*. Stres dan trauma pada tenaga kesehatan. Penyedia layanan kesehatan berada pada resiko kesehatan mental yang makin tinggi selama pandemi covid-19. Sumber stres mencakup yang ekstrim, takut akan penyakit, perasaan tidak berdaya dan trauma karena menyaksikan pasien covid-19. *Keempat*. Stigma dan diskriminasi dapat memicu kasus bunuh diri di seluruh Indonesia. Bentuk stigma yang dialami antara lain berupa orang-orang sekitar menghindar dan menutup pintu saat melihat perawat, diusir dari tempat tinggal dan dilarang naik kendaraan umum, keluarga dikucilkan, dan ancaman diceraikan oleh suami atau istri.

### ***Pilar Pilar Pengembangan Karakter***

Secara etimologis, pengertian karakter adalah hakikat, sifat dan ekspresi kepribadian seseorang yang dinyatakan melalui pembicaraan serta perilaku dalam lingkungan atau konteks di mana ia hidup.<sup>17</sup> Membangun karakter memerlukan waktu dan sikap dasar yaitu kesediaan untuk belajar dan berubah. Banyak orang menginginkan untuk mampu secepatnya mengatasi masalah dalam memperbaiki karakter. Seseorang bisa saja mendapatkan teknik yang mudah dan cepat yang memberikan solusi sementara, seperti yang ditawarkan pada banyak buku-buku yang ditulis oleh para ahli saat ini. Tetapi itu tidak dapat membentuk karakter yang kokoh. Pada dasarnya karakter yang kokoh dibentuk di atas landasan pengalaman, disiplin diri dan dedikasi.

---

<sup>16</sup> Vikram Thakura and Anu Jain, 'Covid 2019-Suicides: A Global Psychological Pandemic', 2020.

<sup>17</sup> Yakob Tomatala, *Pemimpin Yang Handal: Pengembangan Sumber Daya Manusia Kristen Menjadi Pemimpin Kompeten*, 3rd edn (Jakarta: YT Leadership Foundation, 2000).

Dan lebih dalam lagi pengertian karakter adalah jumlah keseluruhan dari sisi positif dan negatif dalam kehidupan seseorang yang diwakili oleh pemikiran, nilai, motivasi, sikap, perasaan dan tindakan. Karakter gabungan dari pembawaan lahir yang didapat dari orang tua dan lingkungan, yang secara tidak sadar dapat mempengaruhi seluruh perbuatan, perasaan dan pikiran. Faktor-faktor yang menjadi proses pembentuk suatu karakter, antara lain: (1) Pembawaan dari lahir, seperti: karunia rohani dari sang pencipta, warisan gabungan gen (pembawa sifat) dan kromosom dari orang tua, jenis kelamin, ras, golongan darah dan faktor fisik lainnya. (2) Kebiasaan yang terbentuk dari orang tua, lingkungan, budaya, kepercayaan dan pendidikan. (3) Kebiasaan yang dilakukan berulang-ulang, seperti: seorang yang terbiasa berbohong akan membentuk karakter seorang pembohong, sebaliknya seorang yang terbiasa ulet dan bekerja keras akan terbentuk karakter yang disiplin, dan rajin. Karakter merupakan sebuah kekuatan yang tidak kelihatan. Jika seseorang hanya memiliki pencitraan atau rekayasa dan bukan keaslian karakter yang kokoh, maka tantangan-tantangan kehidupan akan segera menghancurkan solusi-solusi yang sementara itu. Karakter bertumbuh melalui proses dan ujian. Karakter yang baik menghasilkan buah-buah yang unggul dan berkualitas. Buah-buah karakter antara lain: Integritas menghasilkan kewibawaan; tanggung jawab menghasilkan kedewasaan; kejujuran menghasilkan kepercayaan; ketulusan menghasilkan persahabatan; iman menghasilkan kekuatan; ketekunan menghasilkan pengharapan; dan lain sebagainya.<sup>18</sup>

Dalam pembentuk karakter akan terbentuk kepribadian setiap orang untuk menjadi lebih baik. Pribadi atau oknum adalah karakter yang menunjuk kepada sesuatu yang hidup, yang mempunyai peta dan teladan Allah. Karakter berbicara mengenai sifat-sifat setiap pribadi manusia. Orang yang memiliki sifat atau moral yang baik dapat menghasilkan sifat yang baik juga atau yang bersifat positif serta dapat dipercaya oleh orang-orang. Karakter merupakan pembawaan setiap orang yang terbentuk dari usia anak sampai dewasa, tetapi karakter seseorang dapat juga dipengaruhi dari lingkungan keluarga atau lingkungan masyarakat.

Membentuk karakter tidaklah semudah membalikkan telapak tangan. Sebuah pepatah mengatakan, jika melakukan sesuatu hal tertentu yang sama selama 21 hari maka kamu akan menuai kebiasaan. Kebiasaan yang berkelanjutan akan membentuk sebuah karakter. Maka, pembentuk karakter adalah suatu proses yang dimulai dari adanya suatu pemahaman (membuka wawasan, dan memperbaharui) dilanjutkan dengan melakukan apa yang dipahami, dan dilakukannya secara berulang-ulang dengan konsisten. Hubungan cinta kasih memang

---

<sup>18</sup> Jakoep Ezra, *Success Through Character* (Yogyakarta: Andi, 2006).

merupakan pendidikan yang pertama dan utama dalam memberikan pengaruh kepada kepribadian anak. Menurut Larry J. Koenig ada tujuh kesalahan besar yang sering dilakukan orang tua, antara lain: (1) Tidak belajar dari kesalahan sendiri, (2) Berkata tidak dan kemudian berubah pikiran, (3) Meninggalkan anak sendirian di rumah, (4) Tidak menjadi pendengar yang baik, (5) Tidak mendorong anak untuk melibatkan dalam kegiatan sekolah, masyarakat atau keagamaan, (6) Tidak mengecek keberadaan anak, (7) Terjebak dalam perdebatan.<sup>19</sup> Semakin seriusnya perilaku tak bermoral pada anak memberi petunjuk, akan semakin beratnya tantangan bagi orang tua dalam mendidik anak.

### ***Pola Asuh Orang Tua Di Masa Pandemi***

Menurut Hendry Brandt, memaparkan bahwa untuk memahami peran dan tugas orang tua harus mempelajari kecepatan pertumbuhan anak dalam berbagai bidang dengan membimbingnya ke tahap perkembangan selanjutnya, dari masa balita hingga dewasa baik secara fisik maupun rohani.<sup>20</sup> Dalam kitab Amsal mengingatkan bahwa dalam mendidik anak harus memiliki tujuan yang baik dan benar dalam meningkatkan spritual dan perkembangan karakter mereka. Kasih sayang orang tua, merupakan kasih yang sejati dalam cerminan Allah kepada setiap manusia. Suatu sikap hati diarahkan bukan semata-mata dalam ucapan dengan kata-kata yang manis saja, tetapi bersedia memberikan berbagai nasehat dan siap meluangkan waktu untuk anak.

Di masa pandemi jumlah waktu yang dipakai orang tua untuk kebersamaan dengan anak-anak sangat tinggi. Pengenalan anak terhadap kehidupan orang tuanya sendiri pasti semakin banyak. Anak tentu banyak menyaksikan orang tuanya secara langsung untuk memperoleh contoh nyata hidup yang bermoral. Ketika perilaku buruk anak terbentuk menjadi pola kebiasaan semakin sulit untuk dibelokkan lagi. Berikut ini adalah beberapa prinsip mendidik anak, sebagai berikut:<sup>21</sup>

**Target dan Standar Moral.** Moral selalu bersangkutan paut dengan nilai-nilai mengenai perilaku baik, buruk atau jahat. Orang tua terlebih dahulu memahami apa tolok ukur perilaku yang baik atau yang buruk itu. Tolok ukur yang tidak pernah berubah dari zaman ke zaman adalah prinsip-prinsip hidup kudus sebagaimana yang diajarkan oleh Alkitab (Mazmur 119:9).

---

<sup>19</sup> Larry J. Koenig, *Menanamkan Disiplin Dan Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Pada Anak* (Jakarta: PT Gramedia, 2003).

<sup>20</sup> Henry Brandt and Kerry L. Skinner, *Berbahagia Bersama Anak-Anak Terkasih: Kunci Keberhasilan Orang Tua Dalam Membina Keluarga Sehati, Mantap, Dan Bahagia* (Jakarta: Bina Kasih, 2007).

<sup>21</sup> Heman Elia, 'Agar Anak Bermoral Baik', <https://www.telaga.org/>.

Pengenalan akan Firman Tuhan dan meneladani Yesus Kristus selalu dinyatakan setiap hari untuk mengasah pandangan moralnya. Perilaku moral lebih banyak bersangkut paut dengan sikap hati anak-anak. Tujuan pada akhirnya adalah tertanamnya sikap kasih, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan.

**Proses Pencapaian Moral.** Orang tua dapat membedakan tindakan yang disengaja dan tidak disengaja. Tindakan yang dilanggar atau tindakan dengan sengaja dilanggar, dapat diamati tiga hal berikut: pertama, anak telah sungguh-sungguh memahami apa yang harus dilakukan. Kedua, anak telah tercukupi kebutuhan fisik dan psikis utamanya. Ketiga, anak sudah mampu melakukan yang dituntut darinya dan dapat dimintai tanggung jawabnya. Bila orang tua sudah yakin anak-anaknya mampu bertanggung jawab, namun sengaja melanggar, maka orang tua menerapkan tindakan koreksi dalam bentuk hukuman serta memberikan penjelasan menyangkut kesengajaan pelanggaran yang dilakukan anak.

**Cara Mendidik.** Mendidik yang paling efektif adalah melalui kesaksian hidup dari orang tuanya sendiri. Orang tua mengusahakan agar hidupnya bersih, dimata anak-anak harus jauh dari ketidaksempurnaannya yang menjadi teladan bagi mereka. Memanfaatkan waktu di rumah orang tua berusaha memanfaatkan untuk memahami pergumulan moral bagi anak-anaknya. Sanksipun diperlukan untuk mengoreksi pelanggaran moral yang secara tidak sengaja dilakukan, begitu pula perilaku terpuji anak perlu memperoleh pujian. Mengingat besarnya peran lingkungan terhadap pembentukan moral anak, orang tua juga memberikan teladan spiritual dalam pertumbuhan iman mereka.

Prinsip orang tua dalam mendidik anak atau mengasuh anaknya akan memberikan kepekaan atau *sensitivity* bagi anak. Pola asuh seorang bapak mungkin berbeda dengan ibunya. Anak-anak akan mudah terpengaruh melihat kebiasaan dari kelakuan dan perbuatan orang tua. Dalam pengajaran yang diberikan orang tua, anak bisa bertumbuh dalam spiritual kerohaniannya, emosional dan dasar-dasar moral bagi anak. Berkaitan dengan hal itu, Dadang Sulaiman menyatakan, kaum muda yang tidak menerima kasih sayang atau ditolak oleh orang tuanya, akan menjadi berat baginya dan sangat berbahaya. Terlebih lagi jika tidak menemukan pengganti orang tuanya di luar rumah, maka kaum muda tersebut harus menerima pahit getirnya kehidupan.<sup>22</sup>

Dalam prinsip mendidik anak ada tiga sistem pola asuh orang tua, yaitu: (1) Pola asuh otoriter, yang mempunyai ciri: menuntut, tidak peduli, memegang kontrol dan komunikasi

---

<sup>22</sup> Dadang Sulaiman, *Psikologi Remaja: Dimensi-Dimensi Perkembangan*, ed. by Oemar Hamalik (Bandung: Mandar Maju, 1995).

hanya satu arah/tidak mau mendengar anak, memberlakukan sangsi dengan hukuman keras. Berpengaruh pada, perilakunya akan menjadi patuh pada orang yang ditakuti (dewasa), namun agresif terhadap orang yang lemah; sikapnya tidak suka dengan orang yang berkuasa dan merasa diperlakukan tidak adil; dan kepribadiannya akan menjadi keras kepala. (2) Pola asuh demokratis, mempunyai ciri: selalu ada dialog, anak diberikan kesempatan untuk berpendapat dan jika ada aturan akan disepakati bersama. Berpengaruh pada, perilakunya anak menjadi tidak egois atau mempertimbangkan hak orang lain, belajar mengendalikan perilaku yang salah; sikapnya anak dapat marah bila ada hal yang tidak sesuai, namun bukan suatu kebencian; dan kepribadiannya dapat menyesuaikan diri dalam bergaul atau sosial. (3) Pola Asuh Permisif/membiarkan, mempunyai ciri: lemah dalam aturan atau tidak konsisten, bebas atau membiarkan dan menuruti kemauan anak. Berpengaruh pada, perilakunya anak akan menjadi egois, sikapnya anak merasa orang tua tidak memberitahukan apa yang disukai dalam lingkungan, dan kepribadiannya anak menjadi sulit bergaul. Konsep ketiga pola asuh diatas, akan mencerminkan bagaimana orang tua memainkan perannya, dan sedapat mungkin dilakukan dengan berkesinambungan agar anak memiliki pendirian kepribadian yang kuat, mampu menghadapi masalah yang ada, tidak menjadi bingung arah tujuan bagi si anak. Dengan kemajuan teknologi komunikasi telah banyak juga mempengaruhi pandangan orang terhadap hal-hal dalam kehidupan sehari-hari, termasuk pandangan dalam menjadi orang tua. Dahulu, orang tua masih membiarkan anaknya untuk bermain di luar rumah dengan permainan tradisional bersama anak-anak lainnya. Akan tetapi, saat ini orang tua lebih mengandalkan teknologi digital sebagai media permainan bagi anak. Banyak orang tua yang kemudian berlomba memberikan akses teknologi digital pada anak-anaknya.

Berdasarkan karakteristik sikap, perilaku anak-anak di era milenial yang ditandai dengan semakin kuatnya penggunaan digital, maka orang tua harus mengembangkan pola asuh yang baik untuk menciptakan generasi yang tidak mendapat pengaruh negatif dari era digital, tetapi menggunakan semua media itu dengan bijak dan untuk kepentingan yang positif. Dibuktikan adanya interaksi manusia dengan manusia telah digantikan menjadi interaksi melalui teknologi digital dan seringkali tidak disadari dapat mengurangi interaksi seseorang secara langsung dengan orang-orang dekat disekitarnya, misalnya antara orang tua dan anak di rumah masing-masing sibuk dengan gadget-nya, padahal gadget sama sekali bukan kebutuhan primer anak.

Di masa pandemi ini pemahaman pola asuh akan menjadi suatu proteksi orang tua kepada anak. Perilaku anak sehari-hari dapat dikontrol dengan baik terutama saat menggunakan

media elektronik, seperti internet. Penggunaan internet dalam waktu lama secara terus menerus akan memberikan dampak bagi penggunaannya, baik positif maupun negatif. Sehingga di masa pandemi ini ada beberapa cara orang tua mengasuh anaknya, yaitu: sabar, manajemen waktu yang tepat, mengkomunikasikan dengan baik, tingkatkan kreatifitas dan selingi hiburan atau bermain. Sehubungan dengan hal tersebut, menugaskan orang tua untuk memperhatikan hal-hal berikut:<sup>23</sup>

1. Kesehatan mata anak. Paparan berlebihan terhadap penggunaan telepon pintar dapat memicu penglihatan anak yang buruk;
2. Masalah tidur. Masalah tidur anak disebabkan karena anak terlalu lama melihat layar digital dan dampak dari isi media digital;
3. Kesulitan konsentrasi. Penggunaan media digital memiliki efek pada keterampilan mengubah perhatian anak, sehingga bisa meningkatkan perilaku terlalu aktif dan kesulitan untuk berkonsentrasi;
4. Menurunnya prestasi belajar. Penggunaan media digital yang terlalu berlebihan dapat menurunkan prestasi belajar anak.
5. Perkembangan fisik. Membatasi aktivitas fisik yang diperlukan tubuh untuk tumbuh kembang yang optimal. Selain itu anak sering menahan lapar, haus dan keinginan buang air sehingga mengganggu sistem pencernaan, yang menyebabkan ketidakseimbangan bobot tubuh (terlalu gemuk atau terlalu kurus);
6. Perkembangan sosial. Seorang anak akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih mementingkan diri sendiri sehingga sulit bergaul secara langsung. Seorang anak memiliki kesulitan mengenali berbagai nuansa perasaan;
7. Perkembangan otak dan hubungannya dengan penggunaan media digital. Anak-anak perlu memperhatikan keseimbangan aktivitas antara bermain perangkat media digital dan bermain di dunia nyata;
8. Menunda perkembangan bahasa anak. Penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan media digital bisa menunda perkembangan bahasa anak. Anak terlambat bicara disebabkan karena kurangnya latihan, lebih banyak bermain sendiri, terlalu pasif, terlalu banyak nonton TV.

### ***Peran Tambahan Pendampingan Orang Tua di Masa Pandemi***

---

<sup>23</sup> Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 'Buku Saku Mendidik Anak Di Era Digital', 1 (2016).

Dan masa pandemi covid-19, orang tua banyak menitipkan anak pada pengasuhan dunia digital seperti *gadget*. Efek dalam penggunaan *gadget* yang berlebihan dan berkelanjutan pasti akan berdampak pada pembentukan karakter anak. *Gadget* diberikan atas dasar sebagai sarana pendidikan dalam menunjang pembelajaran, tetapi tanpa terkontrol dari orang tua *gadget* menjadi sarana hiburan dan justru menimbulkan dampak yang buruk bagi anak-anak.<sup>24</sup>

**Dampak Positif dari Gadget.** Pada awalnya handphone atau ponsel digunakan sebagai alat komunikasi jarak jauh tanpa perantara, dan menyajikan teknologi terbaru yang membuat hidup manusia menjadi lebih praktis. Namun dengan berbagai macam pengembangan *smartphone* dapat juga digunakan untuk keperluan internet, mendengarkan audio video, game, sebagai komponen media sosial, untuk memfoto dan masih banyak lagi. Adapun fungsi gadget antara lain:<sup>25</sup> (1) Media komunikasi. Bermanfaat bagi manusia, dimana setiap orang dapat terhubung dan saling berkomunikasi (*smartphone*, laptop, dll). (2) Akses berbagai informasi yang terdapat di internet. (3) Media hiburan, misalnya iPod untuk mendengarkan musik dan *smartphone* dapat membuka video.

**Dampak Negatif.**<sup>26</sup> (1) Menjadi pribadi tertutup, Gadget akan mengganggu kedekatan dengan orang tua, lingkungan bahkan teman sebayanya, jika dibiarkan akan membuat anak tertutup atau *introvert*. (2) Kesehatan otak terganggu. Otak bagian depan seorang anak sebenarnya belumlah sempurna seperti layaknya orang dewasa. Menurut para ahli kesehatan otak bagian depan seorang individu akan matang pada usia 25 tahun. Sementara fungsi otak bagian depan adalah pusat memerintahkan tubuh untuk melakukan pergerakan dan reseptornya yang mendukung otak depan adalah otak bagian belakang yang berfungsi menghasilkan hormon dopamin yakni hormon yang menghasilkan perasaan nyaman atau tenang. Bila anak telah bermain dengan gadget dan membuka materi pornografi atau kekerasan, maka informasi itu akan terekam dalam memori otak dan sulit untuk dihapus dari pikiran bahkan untuk waktu yang lama. (3) Kesehatan mata terganggu. Ketika anak membaca pesan teks atau *browsing* cenderung memegang gadget lebih dekat dengan mata, sehingga otot-otot mata cenderung bekerja lebih keras dan jika dibiarkan akan menyebabkan sakit kepala dan tegang di daerah kelopak mata. (4) Kesehatan tangan terganggu. Akan mengalami kelelahan di bagian tangan, terutama bagian jari dan pergelangan tangan, disebut “sindrom vibrasi” karena menggunakan lebih dari tujuh jam. (5) Gangguan tidur. (6) Suka menyendiri, ; (7) Perilaku kekerasan. Game kebanyakan mengandung materi unsur kekerasan, terlebih dilihatnya dengan

---

<sup>24</sup> DP3AKB, ‘Pengaruh Gadget Terhadap Anak Di Masa Pandemi’ (Jawa Tengah, 2012).

<sup>25</sup> Eka Anggraini, *Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak* (Serayu Publising, 2019).

<sup>26</sup> Derry Iswidharmanjaya, *Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan Bagi Orangtua Untuk Memahami Faktor-Faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget* (Beranda Agency, 2014).

berulang-ulang (7) Suka menyendiri. Ketika anak sudah merasa asyik bermain dengan gadgetnya maka akan merasa gadget adalah segalanya. Ia tidak peduli lagi dengan apapun yang ada disekitarnya, dan anak akan sulit berinteraksi ataupun berkomunikasi secara sehat. (8) Pudarnya kreatifitas. Anak menjadi kurang kreatif, solusi yang tercepat adalah dan *copy-paste* (9) Terpapar radiasi. Akibat bermain gadget terlalu lama biasanya menyebabkan mata berair karena kelelahan mata. Tetapi saat ini beberapa pakar mengatakan bahwa radiasi smartphone menimbulkan ancaman penyakit, seperti tumor otak, kanker, alzheimer dan parkinson. (10) Ancaman *cyberbullying*, adalah sebuah bentuk pelecehan atau *bullying* di dunia maya, biasanya hal ini terjadi melalui media jejaring sosial.

Memahami dan menyadari dampak gadget di atas, dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, orang tua di masa pandemi mempunyai peran tambahan, selain mendampingi anak belajar, dan mengerjakan pekerjaan yang harus diselesaikan baik dari kantor atau bekerja dari rumah, diantaranya:<sup>27</sup> (1) Orang tua menjadi sosok yang lebih kreatif. Adanya pandemi membuat semua aktivitas di rumah, tidak dapat pergi ke sekolah dan waktu bermainpun berkurang. Menghindari sosok anak yang gampang bosan, harus diberikan rangsangan dengan cara memberikan mainan atau cara bermain yang baru dan positif agar kebosanannya teratasi. (2) Mendampingi anak dalam belajar, sebagai guru pendamping. Dalam proses pembelajaran daring, orang tua (ayah atau ibu) sebisa mungkin untuk dapat mendampingi sang anak dalam pembelajaran jarak jauh. Pentingnya pendampingan orang tua dalam pembelajaran melalui daring untuk meningkatkan semangat belajar dan meningkatkan keharmonisan antara anak dan orang tua. (3) Keterbukaan terhadap teknologi. Pembelajaran jarak jauh melalui daring akan menggunakan berbagai aplikasi teknologi, *Whatsapp, Zoom, Google Meet, Google Form* dsb. Hal itu membuat orang tua mau tidak mau harus terbuka terhadap teknologi dalam menjembatani proses pembelajaran anak. (4) Kondisi akibat covid-19 memberikan kesempatan kepada orang tua untuk membangun kedekatan serta terlibat langsung dalam pembelajaran anak-anak di rumah. Orang tua dapat menjadi mentor sekaligus model belajar ketika mendampingi anak-anaknya. Sebagai mentor, orang tua dapat memandu, mengarahkan dan menentukan *goal setting* masa depan sang anak. Memperhatikan model gaya belajar anaknya, mengamati apa yang anaknya suka atau tidak suka dan memperhatikan apa yang membuat tertarik serta mempelajarinya lebih lama. Membangun rasa tanggung jawab, mengasah rasa empati, memancing kreativitas dengan menghadirkan berbagai project kegiatan

---

<sup>27</sup> Deni Fazri, 'Peran Orang Tua Siswa Di Masa Pandemi Covid-19', <https://Kuninganmass.Com/>, 2020.

dengan menghubungkan apa yang telah dipelajari di sekolah dengan sebuah pengalaman baru di rumah.

### ***Fungsi Parental Self-Efficacy dalam Pengasuhan Anak***

Keyakinan *self-efficacy* mempengaruhi pilihan orang dalam membuat dan menjalankan tindakan yang mereka kejar. Individu cenderung berkonsentrasi dalam tugas-tugas yang mereka rasakan mampu dan percaya, dan dapat menyelesaikannya serta menghindari tugas-tugas yang tidak dapat dikerjakan. Keyakinan *self-efficacy* juga membantu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan orang dalam suatu aktivitas, seberapa lama gigih dalam menghadapi rintangan, dan seberapa ulet menghadapi situasi yang tidak cocok.<sup>28</sup> Perasaan *efficacy* yang kuat dapat meningkatkan kecakapan seseorang dan kesejahteraan (*well being*) dengan cara yang tak terbayangkan. Individu yang *confident*, memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dikuasai daripada tantangan ancaman untuk dihindari. Selain itu juga memiliki minat yang lebih tinggi dan keseriusan yang mendalam pada kegiatan dalam menyusun tujuan yang menantang dan memelihara komitmen yang kuat serta mempertinggi dan mendukung usaha-usaha dalam menghadapi kegagalan. *Self-efficacy* yang tinggi membantu membuat perasaan tenang dalam menghadapi tugas dan kegiatan yang sulit, sebaliknya meragukan kemampuan dirinya, akan membuat sesuatu itu lebih sulit dari yang sesungguhnya.<sup>29</sup> Sejalan yang dijelaskan Alwisol, dalam bukunya Manuntung, bahwa efikasi diri adalah sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa baik dirinya dapat berfungsi dalam situasi tertentu, dan efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.<sup>30</sup> Jadi keyakinan *self-efficacy* ini dapat mempengaruhi seseorang untuk sukses pada tindakan yang dilakukan dalam mencapai tujuan serta mengatasi hambatan untuk mencapai suatu hasil dalam situasi tertentu.

Di bawah ini adalah fungsi *self-efficacy*, menurut Bandura<sup>31</sup>, yaitu: ***Fungsi Kognitif***, bahwa proses kognitif seseorang sangat bervariasi, semakin kuat efikasi diri, semakin tinggi tujuan yang ditetapkan oleh individu bagi dirinya sendiri dan yang memperkuat adalah komitmen terhadap tujuan tersebut. Individu dengan efikasi diri yang kuat akan mempunyai cita-cita yang tinggi, mengatur rencana dan berkomitmen pada dirinya untuk mencapai tujuan

---

<sup>28</sup> Dale H. Schunk, 'Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement: A Self-Efficacy Analysis', *Journal of Educational Psychology*, 73.1 (1981), 93–105.

<sup>29</sup> Abd. Mukhid, 'Self-Efficacy (Perspektif Teori Kognitif Sosial Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan)', 4 (2009), 16–23.

<sup>30</sup> Alfeus Manuntung, *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi* (Malang: Wineka Media, 2019).

<sup>31</sup> Bandura.

tersebut, dan akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut menyiapkan langkah-langkah antisipasi bila usahanya yang pertama gagal dilakukan. **Fungsi Motivasi**, efikasi diri memainkan peranan penting dalam pengaturan motivasi diri. Sebagian besar motivasi manusia dibangkitkan secara kognitif. Individu memotivasi dirinya sendiri dan menuntun tindakan-tindakannya dengan menggunakan pemikiran-pemikiran tentang masa depan sehingga individu akan membentuk kepercayaan mengenai apa yang dapat dirinya lakukan. Ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan, individu yang mempunyai keraguan diri terhadap kemampuan dirinya akan lebih cepat dalam mengurangi usaha-usaha yang dilakukan atau menyerah. **Fungsi Afeksi**, efikasi diri akan mempunyai kemampuan *coping* individu dalam mengatasi besarnya stress dan depresi yang individu alami pada situasi yang sulit dan menekan. Dan juga akan mempengaruhi tingkat motivasi individu tersebut. Efikasi diri memegang peranan penting dalam kecemasan, yaitu untuk mengontrol stress yang terjadi. Bagi individu yang tidak dapat mengatur situasi yang mengancam akan mengalami kecemasan yang tinggi. Individu yang memikirkan ketidakmampuan *coping* dalam dirinya dan memandang banyak aspek dari lingkungan sekeliling sebagai situasi ancaman yang penuh bahaya, akhirnya akan membuat individu membesar-besarkan ancaman yang mungkin terjadi. **Fungsi Selektif**, mempengaruhi pemilihan aktivitas atau tujuan yang akan diambil oleh individu. Individu menghindari aktivitas dan situasi yang individu percaya telah melampaui batas kemampuan *coping* dalam dirinya, namun individu tersebut telah siap melakukan aktivitas-aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang dinilai mampu untuk diatasi. Perilaku tersebut memperkuat kemampuan, minat, dan jaringan sosial yang mempengaruhi kehidupan dan akhirnya akan mempengaruhi arah perkembangan personal.

Beberapa fungsi *self efficacy* diatas dapat menegaskan bahwa orang tua yang memiliki *self efficacy* yang rendah dapat mengakibatkan tingginya perilaku bermasalah pada anak.<sup>32</sup> Sebaliknya, orang tua yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan berdampak pada perilaku anak yang lebih positif, salah satunya adalah kemampuan sosial anak lebih baik. Banyak penelitian menunjukkan bahwa ketiadaan peran ayah membuat anak menderita banyak kemurungan di kemudian hari, seperti identitas yang tidak lengkap, ketakutan yang tidak teratasi, kemarahan yang tidak terkendali, depresi yang tidak terdiagnosa, perjuangan melawan

---

<sup>32</sup> Nancy E. Hill and Kevin R. Bush, 'Relationships Between Parenting Environment and Children's Mental Health Among African American and European American Mothers and Children', *Journal of Marriage and Family*, 63.4 (2001), 954-66.

keseharian, kesalahpahaman seksualitas.<sup>33</sup> Dibawah ini akan dijabarkan pula beberapa manfaat pengasuhan anak saat peran *parental self-efficacy* berjalan dengan baik: (1) Kasih sayang. Orang tua dapat menjalankan pengasuhan anaknya dalam ikatan batin yang kuat, sesuai dengan status dan peranan sosial masing-masing. Ikatan batin harus dirasakan oleh kehidupan keluarga sebagai bentuk kasih sayang. Dalam suasana kerukunan, keakraban, kerjasama dalam menghadapi berbagai masalah dan persoalan hidup. Manfaat ini akan berlaku dalam model pengasuhan apapun. (2) Religius. Para orang tua dituntut untuk mengenalkan, membimbing, memberi teladan dan melibatkan seluruh anggota keluarga untuk mengenal ajaran agamanya. Kereligiusan seisi rumah harus dikembangkan dan ditingkatkan. Pembiasaan dan pemberian contoh terhadap anak dalam beribadah harus dilakukan sedini mungkin. (3) Perlindungan. Manfaat perlindungan adalah untuk menjaga dan memelihara anak dan anggota keluarga lainnya dari tindakan negatif yang mungkin akan timbul, misalnya melindungi anak untuk tidak terpengaruh negatif dari lingkungan maupun bila anak mengalami masalah. (4) Ekonomis. Aktivitas dalam manfaat ekonomis ini berkaitan dengan pencaharian nafkah ataupun perencanaan anggaran biaya dalam keluarga. Mau juga diajarkan agar anak tidak dimanjakan dengan kelebihan yang dimiliki oleh orang tua.

### ***Faktor-faktor Sensitivity Parental Self-Efficacy***

Pandangan Elaine Aron, menyatakan orang yang tingkat sensitivitas yang sangat tinggi mengalami peningkatan sensitivitas terhadap rangsangan dan kepelikan yang sangat halus dan memproses informasi secara lebih mendalam dengan cara yang lebih reflektif.<sup>34</sup> Mendeskripsikan sensitivity tersebut, orang tua harus memiliki hati nurani atau kepekaan terhadap sekitarnya, memiliki perasaan prihatin saat melihat sekelilingnya membutuhkan bantuan atau pertolongan dan juga memiliki rasa terharu. Kepekaan tersebut bisa diwujudkan dengan berbagai alasan, jarak, waktu dst. Sumber “Sahabat Keluarga” memaparkan teknik untuk mengembangkan *sensitivity* atau kepekaan atau kepedulian anak,<sup>35</sup> Sadar atau tidak sadar anak-anak sebenarnya jauh lebih merasa peka dan peduli. Gaya dan pola hidup yang kini telah bergeser. Teknologi dan komunikasi telah menggeser pola hidup kebersamaan menjadi individual. Teknik-teknik orang tua untuk mengembangkan kepekaan terhadap anak, antara lain: (1) Membiasakan anak-anak untuk mengenal lingkungan keluarga. Tidak semua anak

---

<sup>33</sup> Rofiqoh, Oktaviana, and Nuratih.

<sup>34</sup> Elaine N. Aron and Arthur Aron, ‘Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality’, *Journal of Personality and Social Psychology*, 73.2 (1997), 345–68.

<sup>35</sup> Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, ‘Cara Mudah Tumbuh Dan Kembangkan Kepekaan Anak’, <https://Sahabatkeluarga.Kemdikbud.Go.Id/Laman/Index.Php?R=tpost/Xview&id=249900411>, 2019.

memahami keluarganya sendiri. Hal ini bisa saja terjadi karena anak-anak tidak peka terhadap keluarganya dan lingkungannya. Orang tua bersikap masa bodoh tidak pernah memberitahukan berbagai hal tentang keluarga dan permasalahan yang ada di dalamnya. (2) Membiasakan anak-anak untuk mengenal lingkungan sekitarnya. Kehidupan anak-anak sekarang yang memiliki kecenderungan individual dan lebih sering berada di dalam rumah berefek negatif (*gadget*) terhadap perkembangan jiwa sosialnya, tidak memperdulikan kejadian atau fenomena di sekitarnya. Orang tua dapat mengenalkan kepada anak-anaknya dengan cara berjalan-jalan seperti mengenalkan tempat ibadah, tempat pertemuan, dan sebagainya. (3) Orang tua dapat mengajak anak-anak ke tempat-tempat kumuh. Selama ini anak-anak lebih cenderung mengunjungi supermarket, mall atau taman rekreasi yang suasananya indah, bersih dan mewah. Dapat juga mengunjungi tempat-tempat bagi orang-orang yang secara langsung memiliki keterbatasan, baik rumah, maupun keluarga.

Keberlangsungan sensitivity parental dalam keluarga sudah pasti dibarengi dengan adanya suatu self-efficacy atau keyakinan orang dalam pengasuhan anak-anaknya. Menurut penelitian dijelaskan bahwa *Parental Self-efficacy*, dapat mempengaruhi anak-anak dengan cara yang sehat dan dipahami sebagai faktor kunci hubungan yang baik antara orang tua dan anak-anak.<sup>36</sup> Orang tua harus mempunyai keyakinan bisa mendampingi anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh; mempunyai keyakinan bisa memberikan makanan yang layak bagi anak; mempunyai keyakinan membimbing anak dengan baik; mampu bersabar terhadap anak; yakin dapat mengasuh anak dengan istri; dan memiliki keyakinan untuk menjadi orang tua yang baik, dll. Sejalan juga pengertian yang sama dinyatakan oleh Lahar O, et al, mengungkapkan orang tua dengan level *self-efficacy* yang tinggi cenderung membuat keputusan positif mengenai keterlibatan aktif terhadap pendidikan anak, sementara orang tua dengan *self-efficacy* yang lemah seringkali diasosiasikan dengan keterlibatan orang tua yang lemah.<sup>37</sup> Keberhasilan tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktornya adalah tingkat stres pada ayah.<sup>38</sup> Menurut Lin, faktor berikutnya adalah keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak.<sup>39</sup> Lebih lanjut juga Lin, menegaskan bahwa selain keterlibatan, persepsi sebagai ayah, juga mendukung terlaksananya *self-efficacy*. Dalam penelitian Affiani dan Indrasari juga

---

<sup>36</sup> Ariana M. Albanese, Gabrielle R. Russo, and Pamela A. Geller, 'The Role of Parental Self-Efficacy in Parent and Child Well-Being: A Systematic Review of Associated Outcomes', *Child: Care, Health and Development*, 45.3 (2019), 333–63.

<sup>37</sup> Orla Lahart, Declan Kelly, and Brendan Tangney, 'Increasing Parental Self-Efficacy in a Home-Tutoring Environment', *IEEE Transactions on Learning Technologies*, 2.2 (2009), 121–34.

<sup>38</sup> Brent A. McBride, Sarah J Schoppe, and Ranethomas R, 'Child Characteristics Parenting Stress and Parental', *Journal of Marriage and Family*, 64.November (2002), 998–1011.

<sup>39</sup> Lin Yi Chuan, 'Parenting Self-Efficacy among First-Time Fathers', 2007.

menunjukkan *self-efficacy* dipengaruhi oleh keterlibatan orang tua.<sup>40</sup> Secara keseluruhan *parental self-efficacy* ditekankan dalam beberapa faktor, antara lain:<sup>41</sup>

1. *Adaptive parenting skills* (keterampilan pengasuhan yang adaptif),
2. Berkorelasi negative dengan parenting stress level dan depresi,
3. Berperan penting dalam proses adaptasi individu dalam menjalankan peran sebagai orang tua,
4. *Emotional well-being* yang lebih positif,
5. *Attachment* yang lebih dekat dengan anaknya,
6. Penyesuaian diri yang lebih baik terhadap peran sebagai orang tua,
7. Tidak terlalu banyak konflik dalam menjalankan peran sebagai orang tua,
8. Memiliki hubungan pernikahan yang naik.

### ***Tindakan Sensitivity Parental Self-Efficacy dalam Pembentukan Karakter***

Membicarakan betapa pentingnya menanamkan keyakinan positif dalam diri anak, sehingga setelah membahas beberapa hal di atas maka didapatkan beberapa tindakan *sensitivity parental self-efficacy* yang dilakukan di dalam pengasuhan anak dalam pembentukan karakter, antara lain:

**Sistem Smart Disiplin.** Kemampuan sistem dari orang tua untuk membangkitkan motivasi diri anak untuk mematuhi aturan di rumah dan di sekolah. Orang tua dan anak-anak dapat berdampingan dengan penuh kedamaian dan anak-anak dapat belajar rukun dengan seisi rumah tanpa terpaksa, serta hubungan akan semakin kokoh. Smart disiplin dapat memberi jalan yang efektif bagi orang tua untuk mendisiplinkan anak. Perilaku yang baik pada anak akan dapat lebih ditingkatkan. Penanaman harga diri pada anak juga merupakan salah satu sistem smart disiplin, misalnya bagaimana keyakinan perilaku baik positif maupun negatif terbentuk dan bagaimana mengubah keyakinan negatif menjadi keyakinan positif. Anak-anak yang berkembang diiringi dengan perasaan positif terhadap dirinya sendiri akan cenderung mencintai orang tuanya. Di bawah ini adalah langkah-langkah memulai sistem smart disiplin, antara lain:

1. Mengidentifikasi perilaku kurang baik yang harus segera diubah. Sebagai contoh: membantah, merengek, menentang, membolos, tidak tepat waktu, menyela, mengeluh, tidak

---

<sup>40</sup> Marlita Dewi and Stephanie Yuanita Indrasari, 'The Influence of Parental Involvement on Parenting Self-Efficacy among Parents with Middle Childhood Children', *UI Proceedings on Social Science and Humanities*, 2017.

<sup>41</sup> Evany Victoriana, 'Studi Kasus Mengenai Self-Efficacy Untuk Menguasai Mata Kuliah Psikodiagnostika Umum Pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Di Universitas " X"' (Bandung: Fakultas Psikologi UK. Maranatha, 2012).

menghiraikan, pelupa, sering menangis, mengamuk, malas, tidak menjaga komitmen, memaki kata-kata kotor, mencari-cari alasan, menggunakan bahasa tubuh yang tidak sopan, tidur tidak tepat waktu, meminjam barang tanpa izin, kecanduan gadget, banyak tingkah, suka mengejek, kasar, kasar, menunda-nunda pekerjaan, bertengkar, dsb.

2. Membuat peraturan. Salah satu alasan mengapa peraturan di rumah harus ditulis adalah karena masyarakat masih bergantung pada peraturan tertulis. Peraturan tertulis dapat dibuat orang tua dengan tujuan memberikan ketegasan bagi penghuni orang di rumah. Sebagai contoh peraturan tertulis untuk anak, sebagai berikut: Tidak boleh memukul, tidak boleh berteriak, tidur tepat waktu, dilarang menggunakan bahasa kotor, tidak boleh bertengkar, tidak boleh berbohong, tugas-tugas rumah dan tugas sekolah harus dikerjakan sebelum pergi bermain, tidak boleh merokok, penggunaan gadget yang tepat, dsb.

3. Memilih konsekuensi yang tepat. Membuat daftar hak istimewa yang dinikmati anak sehari-hari dan oleh anak-anak dianggap sesuatu yang menjadi haknya, dan kemudian memilih lima buah yang paling penting bagi anak. Berikut ini adalah contoh hak-hak istimewa yang bisa dijadikan pertimbangan, antara lain: menonton televisi, bermain game, bersepeda, belajar bersama, pergi ke mall, memakai computer/laptop, dsb.

**Menumbuhkan Sisi Positif Anak.** Menumbuhkan keyakinan pada anak mengenai dirinya sendiri, dengan menyatakan bahwa pribadi anak sangat berharga. Membawa anak-anak untuk berproses meyakinkan mengenai informasi tentang dirinya sendiri dan anak dapat menyimpulkan bahwa sikapnya selalu baik, pandai, juara di kelas, dan sebagainya, dengan memberikan bukti-bukti yang mendukung. Orang tua juga harus dapat menemukan kecerdasan utama pada anak. Ada tujuh kecerdasan pada anak, yaitu (1) Kecerdasan linguistik, (2) Kecerdasan jasmani, (3) Kecerdasan antar pribadi, (4) Kecerdasan emosi dan spiritual, (5) Kecerdasan musikal, (6) Kecerdasan visual dan spasial, (7) Kecerdasan logika. Orang tua membawa anak untuk menemukan dan mengembangkan kecerdasan utamanya agar anak mengetahui visi masa depannya.

**Memecahkan Masalah Pekerjaan Rumah dan Sekolah.** Orang tua akan sedih apabila mendengar anaknya di sekolah berperilaku buruk. Permasalahan yang terjadi hanya dapat dilakukan melalui pendekatan dan komunikasi antara kedua belah pihak yaitu orang tua dan anak. Beberapa tindakan diatas menyatakan peran potensial *parental self-efficacy* dalam penyesuaian pada anak dari sudut memahami perilaku dan emosi pada keluarga. Termasuk bagaimana kompetensi orang tua, fungsi psikologis serta perilaku anak, penyesuaian sosio-emosional, prestasi sekolah, dan sebagainya.

## Kesimpulan

Pada dasarnya orang tua mempunyai peran dan tanggung jawab yang besar, baik dalam kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani. Di masa pandemi covid – 19, muncul permasalahan baru, dimana semua aktivitas tersentral di rumah. Persinggungan dan kompleksitas masalah dirasakan secara mendadak. Setelah penulis menjabarkan latar belakang masalah dan pembahasan terhadap masalah maka diambil beberapa kesimpulan, *Pertama*, mengawalinya penulis melihat dari sisi pandemi covid-19 sebagai bencana non alam. Dalam sekejap pandemi mengubah semua gaya dan perilaku kehidupan. Konflik keluarga, tindak kekerasan, konflik sosial, persoalan dalam pengasuhan di keluarga sampai perilaku kesehatan, baik bagi individu, keluarga maupun masyarakat. Gangguan mental akibat stres individu berimbas baik individu maupun keluarga, apalagi ketahanan keluarganya mudah goyah atau lemah. Di masa pandemi kecenderungan aktivitas dilakukan dalam rumah, sisi positif semestinya kebahagiaan keluarga akan semakin meningkat. Tetapi sebaliknya justru beban psikologis mulai terganggu dengan perilaku anak yang mulai bosan di rumah dan memicu konflik dengan orang tua. Dalam hal ini peran orang tua dalam pengasuhan dan pendampingan anak harus dipahami dengan benar, misalnya saat anak berinteraksi dengan gadget, yang kemungkinan didapati melihat pornografi dan pornoaksi. Pengasuhan dan pendampingan diarahkan agar anak-anak dapat menilai perkembangan zaman yang positif dan bermanfaat bagi perkembangannya. *Kedua*, anak merupakan anugerah dari Allah yang tak ternilai harganya. Anak tidak bisa dibiarkan dengan sendirinya untuk bertumbuh menjadi anak yang cerdas dan memiliki karakter yang baik. Perasaan emosi (kasih sayang, perhatian, kepekaan dan kepedulian), kebutuhan fisik anak yang terpenuhi, serta stimulasi dan kesempatan anak untuk berinspirasi, berkarya, berkeaktifitas dalam mengembangkan keterampilan, intelektual sangat diperlukan bagi orang tua selama pengasuhan anak di rumah. *Ketiga*, *self-efficacy* dalam pengasuhan anak mempunyai beberapa fungsi yang mempengaruhi orang tua untuk merasa yakin, sejauh mana usaha yang akan dinyatakan, seberapa lama gigih dalam menghadapi rintangan, dan seberapa ulet menghadapi situasi yang tidak nyaman. *Keempat*, faktor utama yang mempengaruhi *parental self-efficacy* adalah tingkat stres pada ayah, selain faktor keterlibatannya dalam pengasuhan anak, dan ada juga faktor-faktor lainnya. *Kelima*, sistem *smart* disiplin, menumbuhkan sisi positif anak dan dapat memecahkan permasalahan anak baik di rumah maupun di sekolah, merupakan tindakan-tindakan *sensitivity parental self-efficacy* yang dilakukan dalam pembentukan karakter anak.

## Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu, *Psikologi Sosial* (Surabaya: Bina Ilmu, 1987)
- Albanese, Ariana M., Gabrielle R. Russo, and Pamela A. Geller, 'The Role of Parental Self-Efficacy in Parent and Child Well-Being: A Systematic Review of Associated Outcomes', *Child: Care, Health and Development*, 45.3 (2019), 333–63
- Anggraini, Eka, *Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak* (Serayu Publishing, 2019)
- Aron, Elaine N., and Arthur Aron, 'Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality', *Journal of Personality and Social Psychology*, 73.2 (1997), 345–68
- Bandura, Albert, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: W. H. Freeman, 1997)
- Brandt, Henry, and Kerry L. Skinner, *Berbahagia Bersama Anak-Anak Terkasih: Kunci Keberhasilan Orang Tua Dalam Membina Keluarga Sehat, Mantap, Dan Bahagia* (Jakarta: Bina Kasih, 2007)
- Chuan, Lin Yi, 'Parenting Self-Efficacy among First-Time Fathers', 2007
- Dewi, Marlita, and Stephanie Yuanita Indrasari, 'The Influence of Parental Involvement on Parenting Self-Efficacy among Parents with Middle Childhood Children', *UI Proceedings on Social Science and Humanities*, 2017
- DP3AKB, 'Pengaruh Gadget Terhadap Anak Di Masa Pandemi' (Jawa Tengah, 2012)
- Elia, Heman, 'Agar Anak Bermoral Baik', <https://www.telaga.org/>
- Ezra, Jakoep, *Success Through Character* (Yogyakarta: Andi, 2006)
- Fazri, Deni, 'Peran Orang Tua Siswa Di Masa Pandemi Covid-19', <https://kuninganmass.com/>, 2020
- Hidayat, Anwar, 'Metode Penelitian: Pengertian, Tujuan, Jenis', <https://www.statistikian.com/>, 2017
- Hill, Nancy E., and Kevin R. Bush, 'Relationships Between Parenting Environment and Children's Mental Health Among African American and European American Mothers and Children', *Journal of Marriage and Family*, 63.4 (2001), 954–66
- Iswidharmanjaya, Derry, *Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan Bagi Orangtua Untuk Memahami Faktor-Faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget* (Beranda Agency, 2014)
- Jang, Juyoung, Heather Hessel, and Jodi Dworkin, 'Parent ICT Use, Social Capital, and Parenting Efficacy', *Computers in Human Behavior*, 71 (2017), 395–401
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 'Buku Saku Mendidik Anak Di Era Digital', 1 (2016)

- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 'Cara Mudah Tumbuh Dan Kembangkan Kepekaan Anak',  
<https://Sahabatkeluarga.Kemdikbud.Go.Id/Laman/Index.Php?R=tpost/Xview&id=249900411>, 2019
- King C.A, 'The Effects of Social Support and Self-Efficacy on Depression in College Students' (Savannah State University)
- Koenig, Larry J., *Menanamkan Disiplin Dan Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Pada Anak* (Jakarta: PT Gramedia, 2003)
- Lahart, Orla, Declan Kelly, and Brendan Tangney, 'Increasing Parental Self-Efficacy in a Home-Tutoring Environment', *IEEE Transactions on Learning Technologies*, 2.2 (2009), 121–34
- Manuntung, Alfeus, *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi* (Malang: Wineka Media, 2019)
- Mcbride, Brent A., Sarah J Schoppe, and Ranethomas R, 'Child Characteristics Parenting Stress and Parental', *Journal of Marriage and Family*, 64.November (2002), 998–1011
- Milkie, Melissa A., and Kathleen E. Denny, 'Changes in the Cultural Model of Father Involvement: Descriptions of Benefits to Fathers, Children, and Mothers in Parents' Magazine, 1926-2006', *Journal of Family Issues*, 35.2 (2014), 223–53
- Mukhid, Abd., 'Self-Efficacy (Perspektif Teori Kognitif Sosial Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan)', 4 (2009), 16–23
- Nuhamara, Daniel, and Jaso Lase, *Pendidikan Agama Kristen Di Perguruan Tinggi Umum* (Bandung: Bima Media Informasi, 2005)
- Republika.co.id, 'Depresi "Hantui" Banyak Orang Tua Di Masa Pandemi',  
<https://Republika.Co.Id/>, 2020
- Rofiqoh, Naili, Mimbar Oktaviana, and Wiwit Nuratih, 'Urgensi Efikasi Diri Paternal Dalam Pengasuhan Anak: Sebuah Tinjauan Teoritis'
- Schunk, Dale H., 'Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement: A Self-Efficacy Analysis', *Journal of Educational Psychology*, 73.1 (1981), 93–105
- Sharma, B, 'Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Students', *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 9 (2012), 32–37
- Sudarsana, I Ketut, *Peran Orang Tua Dalam Mencegah Perilaku Menyimpang Remaja Di Masa Pandemi Covid-19* (Medan: Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, 2020)

- Sudarsana, I Ketut, Ni Gusti Ayu Made Yeni Lestari, I Komang Wisnu Budi Wijaya, Astrid Krisdayanthi, Komang Yuli Andayani, Komang Trisnadewi, and others, *COVID-19: Perspektif Pendidikan* (Yayasan Kita Menulis, 2020)
- Sulaiman, Dadang, *Psikologi Remaja: Dimensi-Dimensi Perkembangan*, ed. by Oemar Hamalik (Bandung: Mandar Maju, 1995)
- Thakura, Vikram, and Anu Jain, 'Covid 2019-Suicides: A Global Psychological Pandemic', 2020
- Tomatala, Yakob, *Pemimpin Yang Handal: Pengembangan Sumber Daya Manusia Kristen Menjadi Pemimpin Kompeten*, 3rd edn (Jakarta: YT Leadership Foundation, 2000)
- Tong, Stephen, *Buku Membesarkan Anak Dalam Tuhan* (Jakarta: Momentum, 1994)
- Victoriana, Evany, 'Studi Kasus Mengenai Self-Efficacy Untuk Menguasai Mata Kuliah Psikodiagnostika Umum Pada Mahasiswa Magister Profesi Psikologi Di Universitas "X"' (Bandung: Fakultas Psikologi UK. Maranatha, 2012)
- Winurini, Sulis, 'Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19', *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI* (Jakarta, 2020)