20872 - Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Bagi Anak Perempuan

Pertanyaan

Ibu saya memperlakukan saya dengan keras, sehingga membuat saya tidak tidak percaya diri dan menjadi minder dan tidak bisa melakukan sesuatu dengan baik, saya juga tidak bisa memutuskan keputusan. Saya sudah menikah dan dikaruniai satu anak perempuan dan saya tidak ingin hal itu terjadi pada anak saya, hingga tidak berulang pengalaman buruk yang saya alami pada anak saya. Nasehat apakah yang anda berikan kepada saya ?

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Seorang anak perempuan pada usia dua tahun mulai bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, sebagian psikolog meyakini bahwa perasaan percaya diri adalah merupakan awal bentuk sosialisasi dirinya, perasaan tersebut bertumpu pada usia dua tahun ini dengan bantuan model pendidikan orang tuanya, dan sikap mereka untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Tanda-tandanya mulai akan nampak perkembangan anak tersebut pada periode ini dengan kecenderungan tertentu. Ia butuh kebebasan berbicara, jalan dan bermain, semua itu berkaitan dengan penguatan diri yang tidak akan terealisasi dengan baik kecuali diberi kebebasan yang dibutuhkan. Inilah yang menguatkan teori tumbuh kembang anak. Untuk mencapai kematangannya, tidak hanya bertumpu kepada mereka saja baik sedikit ataupun banyak, dan jarang ia melakukannya sendiri, ia selalu melihat siapa yang berbicara kepadanya: kerjakan ini dan itu, dan jika ia tidak pernah menghadapi masalah, maka ia akan berhenti dan tidak bisa mengambil keputusan, dan akan berlari atau bisa jadi ia akan menangis, ini bagian dari kesalahan orang tua. Hal itu dikarenakan beberapa sebab, di antaranya adalah:

1.Terlalu banyak perintah dan larangan dari mulai perkara kecil sampai besar, meskipun terkadang dalam masalah yang sepele. Hal ini yang akan menghambat kreatifitas anak, dan

menjadikannya tidak percaya diri dengan pekerjaannya, dan terus menunggu seseorang yang membenarkannya, dan memberinya keyakinan bahwa pekerjaannya sudah benar.

2.Kritik dan celaan pada setiap aktifitasnya, mengikuti setiap kesalahannya, mengecamnya ketika melakukan kesalahan padahal sudah berusaha, namun ia mendapatkan celaan lebih dari yang seharusnya, padahal ia menunggu reward dari usahanya yang dengannya akan membantu perkembangan aktifitas anak, bersaing dalam menyelesaikan dan memperindah hasil karyanya.

3.Tidak memberi kesempatan bagi anak untuk berkomunikasi dengan banyak orang, khawatir salah ucap atau akan berbicara pada sesuatu yang tidak menyenangkan, atau diizinkan bicara tapi dengan menirukan ibunya.

4.Terlalu banyak mengingatkannya dari bahaya, inilah yang menjadikannya berperasangka buruk terus menerus, dan merasa bahwa bahaya selalu mengelilinginya dari semua sisi.

5.merendahkan dan membandingkannya dengan yang lain yang akan merendahkan derajatnya.

6.Mencemooh dan mengejeknya

7.Tidak memperhatikan beberapa pertanyaan yang ditertuju kepadanya

8.Over protect (terlalu merasa hawatir) yang berlebihan, misalnya: sangat menghawatirkan kesehatannya atau masa depannya.

Akan nampak pada anak-anak yang kehilangan kepercayaan dirinya beberapa efek negatif di antaranya:

1.Ia tidak bisa melakukan aktifitasnya secara mandiri, jika ia diminta untuk membawakan sesuatu sedangkan ia mendapatinya berbeda dengan yang diajarkan sebelumnya, maka ia akan berhenti tidak bergerak. Dan jika ia mendapatkan masalah, maka ia tidak bisa memutuskan.

2.Mengalami keterbelakangan (mental) dan tidak kreatif

3.Dia akan bosan dan merasa sempit pada setiap pekerjaan yang diamanahkan kepadanya,

karena ia terbayang dengan celaan yang pernah dialaminya, ia beranggapan tidak akan bisa menyelesaikan sesuai dengan apa yang diharapkan.

4.Ia akan mengalami lemah keinginan dan tidak punya daya saing, lesu, merasa lemah tidak pada tempatnya, meremehkan dan teledor.

5.Ia akan merasa gelisah, gagal, memiliki kecedenderungan memusuhi, cenderung tidak peka terhadap keadaan dan menyendiri.

Untuk menjauhkan anak anda dari efek negatif di atas, maka orang tua harus mengikuti beberapa tahapan untuk menumbuhkan rasa percaya dirinya, di antaranya beberapa hal berikut ini:

1.Diberikan gambaran secara umum dan harus diikuti alurnya, kedua orang tuanya hendaknya memberitahukan apa saja yang dihalalkan Allah dan memperingatkan dari apa saja yang diharamkan Allah hingga ia waspada, keduanya juga hendaknya mengajarkan akhlak yang mulia, etika yang baik, dan menjauhkannya dari akhlak yang tercela, perkataan dan perbuatan yang buruk, menjauhi perkara yang sia-sia dan tidak berarti. Kemudian keduanya membiarkannya bebas berkreasi.

2.Ibunya hendaknya memberikan kepadanya kepercayaan untuk mengerjakan sesuatu yang diperkirakan ia mampu melakukakannya, dan jika ia bersalah sang ibu terus memotifasinya untuk segera membenarkannya, dengan menjelaskan bagaimana seharusnya dalam mengerjakannya. Terkadang cukup memotifasinya saja, membiarkannya mengerjakan sendiri dengan memantau dari kejauhan. Dan jika kepercayaan tersebut tidak dalam jangkaun anak tersebut, maka ia akan meminta bantuan ibunya, dan memintanya untuk memberikan pendapatnya pada hal-hal tertentu, mana yang baik dan mana yang buruk, sehingga sang anak tadi mengetahui bahwa segala sesuatu bisa benar juga bisa salah, dan akan menguatkan tekadnya.

3.Kedua orang tuanya hendaknya bersungguh-sungguh untuk memotifasinya di hadapan kerabatnya, teman-temannya, dan memberinya hadiah yang sesuai dengan hasil yang dicapai, menguatkan apa yang telah dicapainya dari mulai masalah ibadah, seperti; menjaga shalat lima waktu, hafalan al Qur’an, mendapatkan peringkat kelas, dan tinggi budi pekertinya dan lain-lain.

4.Memberinya julukan istimewa yang berbeda dengan yang lainnya, melarangnya menggunakan julukan yang memalukan, dan jika ia membuat kedua orang tuanya jengkel, baru dipanggil dengan namanya, hingga ia mengetahui bahwa dirinya tidak memenuhi hak-hak keduanya atau salah satunya, atau ia akan mengetahui bahwa dirinya telah melakukan kesalahan.

5.Menguatkan keinginannya, dengan membiasakannya untuk mengerjakan dua perkara:

a.Menjaga rahasia, ketika ia belajar untuk menyembunyikan rahasianya, maka keinginannya akan tumbuh dan berkembang, kemudian akan tumbuh juga rasa percaya dirinya.

b.Membiasakannya berpuasa, ketika ia bertahan dari rasa lapar dan haus pada saat berpuasa, ia akan merasakan kemenangan atas diri dan hawa nafsunya, maka setelah itu keinginannya akan menguat untuk menghadapi kehidupan nyata yang akan menambah rasa percaya dirinya.

6.Menguatkan rasa percaya dirinya bersosialisasi, yaitu; dengan menyelesaikan kebutuhan rumah, perintah kedua orang tua, cara bergaul dengan orang-orang tua, dan bagaiamana berkumpul dengan sesama anak-anak.

7.Menguatkan rasa percaya dirinya dalam hal ilmu dan belajar, yaitu dengan cara mengajarkan al Qur’an, hadits Rasulullah –shallallahu ‘alaihi wa sallam-, sejarahnya yang agung, maka ia akan tumbuh dengan bekal ilmu yang banyak sejak kecil, maka rasa percaya dirinya akan menguat, karena ia memahami sesuatu secara ilmiyah yang jauh dari khurafat dan dongeng.

Disamping beberapa poin di atas, kedua orang tuanya harus mengambil tindakan pencegahan, dan sarana terapi untuk membebaskan anak dari merasa bahwa dirinya memiliki kekurangan, beberapa hal penyebab dirinya merasa kurang adalah: penghinaan, merendahkannya, mengolok-olok, memanggilnya dengan kata-kata kasar dan ungkapan buruk di depan saudara dan kerabatnya, dan mungkin di depan teman-temannya, atau di hadapan orang lain yang belum pernah dilihat dan bertemu dengannya, yang demikian itu akan menjadikannya merasa hina dan tidak berguna, yang akan menjadi karakter pribadinya yang selalu melihat orang lain dengan perasaan hasad dan dengki, dan membenci kehidupan yang mengitarinya.

Jika kata-kata tajam yang terlanjur diucapkan oleh kedua orang tuanya, akan tetapi dengan tujuan perbaikan dan mengingatkan dari kesalahannya karena melakukan dosa besar atau kecil, maka sebenarnya terapi atau cara mengingatkan anak dari perbuatan dosa tidak sesuai jika dengan metode seperti itu yang justru akan memberikan dampak negatif pada kejiwaan anak dan perilaku pribadinya, dan akan menjadikannya seseorang yang terbiasa hidup dengan bahasa umpatan, celaan yang akan menurunkan mental dan akhlaknya.

Sebaik-baik terapi dalam masalah ini adalah mengingatkan anak dengan baik dan lembut lalu menjelaskan alasan yang bisa diterima agar ia menjauhi kesalahan tersebut. Kedua orang tua tidak boleh membentaknya dan menjelek-jelekkannya di hadapan banyak orang. Keduanya sejak awal hendaknya menggunakan metode yang baik untuk memperbaiki dan menilainya sesuai dengan qudwah kita Rasulullah –shallallahu ‘alaihi wa sallam- dalam memperbaiki, mendidik dan meluruskan dari hal-hal negatif. Dunia anak adalah sangat perasa, cepat terpengaruh, mudah terpancing, kurang memahami, sedikit kreasi. Maka membangun kepercayaan diri pada anak sejak dini adalah modal utama untuk membangun kepribadiannya pada setiap tahapan kehidupannya.