



POLA ASUH ORANG TUA PADA ANAK DI MASA PANDEMI COVID-19

Putu Audina Suksma Cintya Dewi¹, Husnul Khotimah²

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

email:husnul.khotimah@unmer.ac.id, audinasuksma@gmail.com

ABSTRAK

Untuk mencegah penyebaran Covid-19, Pemerintah Indonesia mengeluarkan berbagai kebijakan. Salah satunya kebijakan untuk bekerja dari rumah dan belajar dari rumah atau disebut online learning. Kebijakan online learning berlaku dari satuan pendidikan PAUD hingga Perguruan Tinggi, dengan demikian anak nyaris berada di rumah selama 24 jam. Selama pandemic, orang tua memiliki peran ekstra untuk mendampingi anak belajar secara online. Dalam hal ini tentunya, orang tua dituntut memiliki pola asuh yang tepat dalam mendampingi anak selama di rumah. Perilaku yang baik muncul dari pola asuh yang baik, begitu juga sebaliknya. Tulisan ini bertujuan untuk menjabarkan bagaimana pola asuh orang tua di saat pandemi Covid-19, sehingga tercipta perilaku sehat pada anak baik secara fisik maupun mental walaupun dalam masa bencana Covid-19.

Kata kunci: Pola asuh, Covid-19

ABSTRACT

To prevent the spread of Covid-19, the Indonesian Government issued various policies. One of the policies is to work from home and study from home or is called online learning. The online learning policy applies from PAUD to tertiary education units, thus children are almost at home for 24 hours. During a pandemic, parents have an extra role to play with their children to learn online. In this case, of course, parents are required to have proper parenting in accompanying their children while at home. Good behavior comes from good parenting, and vice versa. This paper aims to describe how the parenting styles of parents during the Covid-19 pandemic, so as to create healthy behavior in children both physically and mentally even during the Covid-19 disaster

Keyword: Parenting, COVID-19



PENDAHULUAN

Sejak akhir tahun 2019, dunia telah dihebohkan dengan kemunculan *Corona Virus Disease 19* atau sering dikenal dengan COVID-19, di Kota Wuhan, China. Covid-19 membuat kehidupan manusia lumpuh di berbagai sector, mulai dari sektor perekonomian sampai dengan sektor pendidikan. Virus ini mulai masuk ke Indonesia sejak awal tahun 2020 dan menyebar secara masif pada Maret 2020. Dari kasus-kasus yang muncul pemerintah Indonesia banyak mengambil kebijakan-kebijakan sebagai upaya memutuskan rantai penyebaran COVID-19. Pemerintah memutuskan untuk melakukan *lockdown* wilayah, penghentian segala aktivitas di luar rumah termasuk proses belajar di sekolah.

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, melalui Surat Edaran nomor 4 tahun 2020, memerintahkan pelaksanaan pembelajaran di masa darurat Covid-19 dilakukan secara jarak jauh atau pembelajaran secara daring (Kemendikbud. go.id, 2020). Kebijakan tersebut membuat guru dan murid terpaksa bekerja dan belajar dari rumah baik jenjang PAUD hingga Perguruan Tinggi. Tentunya, perubahan pembelajaran ini mempengaruhi pola interaksi antar siswa dengan siswa, siswa dengan guru dan anak dengan orang tua. Sejak kebijakan belajar dari rumah diberlakukan, peran orang tua semakin bertambah. Orang tua dituntut untuk menerapkan pola asuh yang baik dalam mendampingi anak selama waktu nyaris 24 jam.

Disadari maupun tidak disadari, pengasuhan orang tua selama ini cenderung terfokus pada perawatan, pembimbingan dan keterampilan yang mendasar, seperti sikap mematuhi perintah agama dan tuntutan berperilaku baik sesuai norma kebiasaan. Sedangkan tanggung jawab pendidikan secara akademik dialihkan kepada lembaga pendidikan (Rosdiana, 2006). Kebanyakan orang tua cenderung hanya berfokus pada kelengkapan fasilitas dan merasa saat anak masuk ke lembaga pendidikan, maka orang tua sudah tidak memiliki tanggungjawab dalam mendidik anak. Padahal, sejatinya pelaksanaan pendidikan bukan hanya tanggung jawab lembaga saja. Namun, tanggung jawab orang tua dan masyarakat sekitar juga.

Situasi pandemic Covid-19, telah mengubah segalanya. Saat ini, peran orang tua benar-benar menjadi hal utama dalam menciptakan kebahagiaan dan kesuksesan seorang anak. Beragam bentuk pola asuh tentu akan berimplikasi terhadap pembentukan karakter anak. Orang tua yang notabennya sebagai lingkungan terdekat anak, segala perilakunya akan diamati bahkan diimitasi oleh anak itu sendiri. Sebagaimana pendapat yang disampaikan oleh Hurlock (2000), perlakuan orang tua ke anak akan mempengaruhi sikap dan perilaku anak. Kondisi pengasuhan dan komunikasi dalam keluarga memiliki dampak negatif maupun positif terhadap perkembangan anak. Jika anak sering mendapatkan kritikan, anak akan belajar mudahnya menyalahkan orang lain; jika anak sering mendapat penghinaan, anak akan tumbuh menjadi pribadi pemalu; jika anak mendapatkan toleransi, anak belajar menjadi pribadi sabar;



begitu juga jika anak hidup dengan pujian, anak akan mengembangkan penghargaan pada diri sendiri maupun orang lain (Kuswanti, Munadhil, Zainal & Oktarina, 2020).

Kebijakan belajar dari rumah, secara positif memberikan banyak waktu antara anak dan orang tua untuk saling interaksi dan lebih mengenal anggota keluarga. Dimana secara tidak langsung, kebijakan belajar dan bekerja dari rumah telah mengembalikan fungsi keluarga sebagai pusat segala kegiatan dan tempat utama terjadinya pendidikan bagi anak. Namun, di sisi lain, dalam mendampingi anak belajar secara daring, sebagian orang tua mengalami kesulitan dalam mengarahkan anak untuk belajar (Sabiq, 2020), sehingga orang tua cenderung mengalami stress, khususnya seorang Ibu rumah tangga yang mendadak harus mendampingi anak-anaknya belajar dengan segala kesulitannya. Selain itu, seorang anak juga dapat mengalami stress akademik, akibat banyaknya tekanan terkait berbagai tuntutan tugas sekolah (Muslim, 2020). Jika situasi penuh tekanan baik dari orang tua maupun dari anak terus terjadi, maka rentan sekali terjadinya stress pengasuhan, yang akhirnya menyebabkan kemerosotan kualitas dan efektivitas perilaku pengasuhan, seperti menurunnya kehangatan perilaku pengasuhan dan meningkatnya pendisiplinan yang keras (Lestari, 2013). Tentunya hal ini akan berpengaruh terhadap peningkatan problem emosi dan perilaku pada anak (Sarwar, 2016)

Berdasar uraian di atas, kesuksesan seorang anak sangat berhubungan dengan peran orang tua dalam mendampingi dan membimbing anak selama di rumah. Melalui studi literature ini, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada orang tua tentang bagaimana pola asuh pada anak di masa pandemic Covid-19.

METODE

Metode yang digunakan adalah metode literatur review dalam mengumpulkan informasi data dengan tehnik dokumentasi dari berbagai referensi hasil penelitian, jurnal maupun buku yang relevan, sebagai upaya pemberian pemahaman berbagai ragam pola asuh pada anak di masa pandemic Covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam situasi pandemic Covid-19, peran orang tua dan pola asuh yang digunakan orang tua dalam pengasuhan, perawatan dan pendampingan pendidikan kepada anak menjadi hal yang sangat penting. Keluarga merupakan unit terkecil dan tempat utama bagi kehidupan anak. Menurut Dai dan Wang (2015) fungsi keluarga terdiri dari 2 dimensi, yakni *soft index* meliputi pemberian dukungan afeksi, adanya keterlibatan, kontrol perilaku, penanaman nilai-nilai serta aturan; dan *regid index* meliputi bantuan *problem solving*, komunikasi dan pembagian tugas pada masing-masing peran anggota keluarga. Hal ini, senada dengan Zahrok dan Suarmini (2018), menyatakan bahwa di dalam keluarga,



anak dapat memahami dan mengimitasi segala bentuk kebiasaan, tingkah laku, nilai-nilai moral dan agama yang telah menjadi kebiasaan keluarga.

Secara luas, Diana Baumrind (Sarwar, 2016) memperkenalkan pola pengasuhan dalam 3 bentuk yaitu *authoritarian*, *authoritative* dan *permissive*.

a. *Authoritarian*

Orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter memiliki ciri membatasi anak. Berorientasi pada hukuman, sangat jarang memberikan pujian. Dalam pengasuhan otoriter, orang tua berusaha membentuk, mengendalikan serta mengevaluasi tindakan anak sesuai dengan kehendak orang tua. Dampak dari pola asuh otoriter, menjadikan anak yang tidak stabil emosinya, cenderung pasif, tidak mandiri, penuh dengan konflik, kurang percaya diri, dipenuhi rasa khawatir jika tidak sesuai dengan kehendak orang tua, sehingga kurang mengeksplorasi diri dan menghindari tugas-tugas menantang (Bee & Boyd, 2004).

b. *Permissive*

Orang tua dengan pengasuhan *permissive* cenderung sedikit memberikan perintah, jarang menggunakan kekuasaan dalam mencapai tujuan. Dalam pola asuh ini, orang tua memberikan kebebasan kepada anak, memanjakan anak, membiarkan anak melakukan apapun tanpa bimbingan. Akibat dari pengasuhan *permissive*, anak cenderung menjadi pribadi agresif dan impulsif karena memiliki kebebasan berlebihan (Bee & Boyd, 2004). Selain itu, anak menjadi pencemas, karena bingung apa yang harus dilakukan dan apakah dia sudah melakukan sesuatu yang benar.

c. *Authoritative*

Orang tua dengan pengasuhan *authoritative* disebut dengan orang tua yang demokratis. Dalam pengasuhan orang tua tetap memiliki standar perilaku dan juga tetap responsif terhadap kebutuhan anak. Ciri pengasuhan demokratis, orang tua mendengarkan pendapat anak, mengarahkan, menghargai, menerapkan standar perilaku dengan jelas dan konsisten serta tetap mengenali kebutuhan penting bagi anak. Di masa depan, anak yang mendapatkan pengasuhan demokratis, cenderung menjadi pribadi yang hangat, merasa dihargai, percaya diri, memiliki kematangan emosi dan sosial yang baik.

Baumrind (dalam Sarwar, 2016) juga menjelaskan dua dimensi dasar dari jenis pengasuhan orang tua, yaitu *responsiveness* (tanggapan) dan *demandingness* (tuntutan). Untuk memahami pola asuh yang dijelaskan oleh Baumrind, maka dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Tipologi pola asuh dari Baumrind

	Low Demandingness	High Demandingness
Low Responsiveness	Neglecting Parenting Style	Authoritarian Parenting Style



High Responsiveness	Permissive Parenting Style	Authoritative Parenting Style
----------------------------	----------------------------	-------------------------------

Sumber : Simons, Simons, & Wallace (2004)

Perubahan yang luar biasa dalam kehidupan sehari-hari telah terjadi. Dengan adanya Covid-19, kebijakan belajar dari rumah memang ditujukan untuk mengurangi penyebaran Covid-19. Namun, kebijakan ini ternyata berdampak pada kehidupan anak. Menurut penelitian yang dilakukan Kumar dan Nayer (2020), selama masa karantina di rumah anak-anak mengalami ketakutan (20%), kecemasan ringan (21,3%), kecemasan sedang (2,7 %), kecemasan berat (0,9%), *Post Traumatic Stress Symptoms* (PTSS) (2,17%) dan kehilangan hak untuk keluar rumah serta bersosialisasi dengan teman sebaya (65,26%).

Selain itu, memindahkan urusan pendidikan ke rumah membuat para orang tua harus meningkatkan kesadaran akan pengaruh negatif yang mungkin muncul akibat interaksi antar anggota keluarga terhadap perkembangan anak. Semakin meningkatnya kuantitas waktu yang dihabiskan bersama antara orang tua dan anak, bukan hanya dapat mengembalikan fungsi keluarga sebagai tempat utama bagi anak untuk mendapatkan perlindungan, kenyamanan dan kehangatan. Namun juga, jika orang tua kurang mampu mengontrol emosi ketika bersama anak, sangat memungkinkan terjadinya *mirror of effect* yang negatif terhadap perkembangan perilaku anak (Ismaniar & Utoyo, 2020). *Mirror of effect* merupakan fenomena perilaku anak yang dihasilkan dari cerminan perilaku lingkungannya. Jika perilaku lingkungan baik, maka anak akan berperilaku baik pula, begitu juga sebaliknya. Oleh karena itu, maka orang tua perlu menerapkan pola asuh yang tepat selama masa pandemic Covid-19.

Pola asuh *authoritative* dapat dijadikan acuan untuk pengasuhan anak selama pandemi. Baumrind (dalam Santrok, 2003) menjelaskan pola asuh *authoritative* memberikan dampak positif bagi anak. Karena selama pengasuhan orang tua cenderung bersikap responsif, bersahabat dan mampu mengontrol diri. Pola asuh *authoritative*, akan membesarkan anak yang memiliki tanggung jawab, mampu mengatur diri sendiri (Darling dalam Sarwar, 2013). Selain itu, orang tua yang *authoritative* cenderung memberikan bimbingan secara rasional dan cukup sabar dalam memberikan konsekuensi tindakan kepada anak (Larzelere, Morris & Harrist, 2013). Walaupun dalam pengasuhan *authoritative*, tingkatan tuntutan sangat tinggi namun orang tua tetap menerapkan komunikasi yang efektif antara orang tua dengan anak, sehingga anak dengan aturan tertentu tetap dapat meregulasi diri untuk menjamin kemandiriannya (Sarwar, 2013).

Selama pandemi, pola asuh *authoritative* orang tua bagi anak dapat diwujudkan dalam bentuk:
Menjaga Kesehatan Anak.

Di pandemic COVID 19, para orang tua harus tetap menjaga kebersihan, menerapkan hidup sehat untuk memastikan kesehatan anak. Menurut Kurniati, Alfaeni dan Andriani (2020), orang tua cenderung merasa khawatir dengan kesehatan anaknya. Agar orang tua dapat menjaga kesehatan



anaknya, maka orang tua mengajarkan kepada anak untuk mengikuti protocol kesehatan. Saat mengajarkan penerapan hidup sehat, orang tua perlu memberikan contoh hidup sehat, rapi dan selalu menjaga protokol sebagai bentuk dari mendidik anak (Graha, 2007). Anak cenderung lebih cepat belajar dengan cara meniru lingkungannya, sehingga penting untuk menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Edukasi tentang hidup sehat, dapat disampaikan dengan memberikan contoh untuk selalu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dan menggunakan masker jika harus ke luar rumah. Selain itu, orang tua juga perlu memastikan asupan makanan yang bergizi dan teratur. Hal ini sejalan dengan *Positive Parenting Program* (Triple P) yaitu membangun pengaturan diri. Program pengaturan diri bertujuan mengajarkan keterampilan kepada individu untuk mampu mengubah perilaku dan membuat solusi dalam lingkungan sosial terkait dengan pengasuhan dan keluarga (Karoly dalam Sanders, 2008).

Mendampingi Anak Belajar Daring

Kebijakan Belajar Daring atau Belajar dari rumah, secara tidak langsung mengisyaratkan bahwa orang tua juga sementara waktu berperan sebagai guru untuk mendampingi anak belajar. Dalam pendampingan belajar dari rumah, diharapkan guru dan orang tua bukan hanya berfokus pada peningkatan kognitif anak saja. Namun, perlu juga diimbangi dengan peningkatan afeksi dan psikomotor agar perkembangan anak tetap dapat terstimulasi selama masa pandemic (Kurniati, Alfaeni & Andriani, 2020).

Kegiatan mendampingi anak belajar, akan dimaknai lebih bagi si anak itu sendiri. Anak akan merasa diperhatikan dan disayangi. Sedangkan, bagi orang tua kegiatan mendampingi dapat dijadikan sebagai sarana membimbing anak jika anak mengalami kesulitan.

Untuk terciptanya kegiatan belajar yang menyenangkan di rumah, perlu kerjasama dengan berbagai pihak tentunya. Pemerintah dan pihak sekolah, perlu merancang kurikulum pembelajaran daring dan kurikulum yang sesuai dengan kondisi pandemi.

Meluangkan Waktu untuk Melakukan Kegiatan Bersama

Mengingat panjangnya waktu yang dihabiskan bersama dalam masa pandemic. Orang tua perlu membuat waktu berkualitas dengan anak, untuk melakukan kegiatan bersama, seperti bermain, menanam, memasak, membersihkan rumah, beribadah maupun kegiatan lainnya (UNICEF, 2020). Kebersamaan antara orang tua dan anak sangat diperlukan untuk sarana interaksi, komunikasi, dan saling mengenal diri (Harmani, 2013).

Dengan kegiatan beribadah bersama, orang tua dapat menanamkan nilai-nilai keagamaan agar kelak anak selalu memegang nilai-nilai agama dalam bertindak. Selain itu, kegiatan bersama juga dapat digunakan untuk mengajarkan nilai budi pekerti dan aturan sosial.



Melakukan kegiatan bersama baik dalam bentuk permainan maupun kegiatan lain, dapat membantu anak untuk mengeksplorasi diri dan lingkungan sosialnya. Karena selama pandemic, anak telah kehilangan interaksi anak dengan teman sebayanya (Kumar d& Nayer, 2020). Kebersamaan dan keakraban dalam melakukan kegiatan bersama dapat membangun suasana keluarga yang positif (Bluth & Wahler, 2011), terciptanya pengasuhan positif (Lazarus & Lazarus, dalam Kurniati, Alfaeni & Andriani, 2020) sebagai wujud ungkapan kasih sayang, pemberian kenyamanan dan keamanan pada anak.

Menciptakan Lingkungan Aman dan Nyaman

Agar suasana keluarga tidak membosankan selama pandemic, orang tua perlu menciptakan suasana yang nyaman baik secara fisik maupun psikologis. Untuk mewujudkan lingkungan aman dan nyaman, orang tua perlu menjalin kelekatan dengan anak (Kurniati, Alfaeni & Andriani, 2020), membangun suasana belajar yang menyenangkan, tanpa adanya pemaksaan dan memahami karakter anak sebagai pribadi yang unik, agar dapat memberikan dorongan kepada anak untuk lebih percaya diri dan bertanggung jawab akan tugasnya.

Menjalin Komunikasi yang Intens dengan Anak

Komunikasi antara anak dan orang tua merupakan hal yang penting, karena dapat mempererat hubungan keduanya (Murtiningsih, 2013). Melalui komunikasi, orang tua mampu memahami keinginan dan kebutuhan anak, dan orang tua dapat menyampaikan harapannya kepada anak tanpa memaksa. Untuk mewujudkan lingkungan rumah nyaman, aman dan menyenangkan, maka perlu adanya kehangatan dalam komunikasi antar anggota keluarga.

Melakukan Variasi dan Inovasi Kegiatan di Rumah

Dalam masa pandemic, orang tua perlu menjadi pribadi yang aktif dan kreatif dalam menciptakan peluang-peluang kegiatan sebagai sarana pembelajaran. Karena selama pandemic, anak-anak bisa saja memunculkan kejenuhan di dalam rumah. Kegiatan yang bervariasi dan inovasi dapat mengembangkan minat, bakat dan potensi yang dimiliki anak sehingga menghasilkan *soft skill* anak (Kurniati, Alfaeni & Andriani, 2020).

SIMPULAN

Dari kajian literature yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dalam masa pandemic Covid-19. Orang tua perlu menciptakan pola asuh yang baik dan tepat agar anak tidak mengimitasi perilaku yang salah. Mengingat waktu kebersamaan antara orang tua dan anak dalam masa pandemic sangatlah panjang, sehingga anak mungkin sekali menunjukkan *mirror of effect* dalam berperilaku. Pola asuh yang dimungkinkan untuk tetap menjaga keharmonisan, kasih sayang dan ketegasan orang tua kepada anak adalah pengasuhan *authoritative*. Bentuk pengasuhan *authoritative* ini perlu disesuaikan untuk



masa pandemic, seperti menjaga kesehatan anak, mendampingi anak belajar daring, meluangkan waktu untuk kegiatan bersama, menciptakan lingkungan aman dan nyaman, menjalin komunikasi yang intens dengan anak, dan melakukan variasi serta inovasi kegiatan di rumah.

DAFTAR RUJUKAN

- Bee, H., & Denise, B. (2004). *The developing child, 10th ed.* Pearson Education.
- Dai, L., & Wang, L. (2015). Review of family functioning. *Open Journal of Social Sciences*, 3, 134-141.
- Graha, C. (2007). *Kebersihan Anak di Tangan Orang Tua Panduan Bagi Orang Tua Untuk Memahami Perannya dalam Membantu Keberhasilan.* PT Elex Media
- Harmaini. (2013). Keberadaan Orang Tua Bersama Anak. *Jurnal Psikologi*, 9(2). 80-93.
- Hurlock, E. B. *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.
- Ismaniar., & Utoyo, S. (2020). “Mirror of effect” dalam perkembangan perilaku anak selama *work from home (WFH)* pada masa pandemic Covid-19. *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 2 (4), 147-157
- Kurniati, E., Alfaeni, D. K. N., & Andriani, F. (2020). Analisis peran orang tua dalam mendampingi anak di masa pandemic covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 5(1), 241-256
- Kuswanti, A., Munadhil, M. A., Zainal, A. G., & Oktarina, S. (2020). Manajemen komunikasi keluarga saat pandemic Covid-19. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7(8), 707-722
- Larzelere, R.E., Morris, A.S.E., & Harrist. A.W. (2013). *Authoritative parenting: Synthesizing nurturance and discipline for optimal child development* (pp. 61–88). Washington DC: American Psychological Association
- Lestari, S. (2013). Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Murtiningsih, D. (2013). Peran orangtua dalam kegiatan bermain anak usia dini (4-6 tahun) di rumah. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 9(2), 1–21.
- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemic Covid-19. *ESENSI, Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-202
- Rosdiana, A. (2006). Partisipasi orangtua terhadap pendidikan anak usia dini: survei pada kelompok bermain di kota Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah VISI*, 1(2), 62–72.
- Sabiq, A. F. (2020). Persepsi orang tua siswa tentang kegiatan belajar di rumah sebagai dampak penyebaran Covid-19. *Civic-Culture: Jurnal Ilmu Pendidikan PKn dan Sosial Budaya*, 4(1), 01-07



- Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive parenting program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 506-517.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Sarwar, S. (2016). Influence of parenting style on children's behavior. *Journal of Educational Development*, 3(2), 222-249.
- Simons, R. L., Simons, L. G., & Wallace, L. E. (2004). *Families, delinquency, and crime: Linking society's most basic institution to antisocial behavior*. Los Angeles: Roxbury Publishing Company.
- UNICEF. (2020). *Kiat Pengasuhan di Tengah Wabah Virus Corona (COVID-19)*. Unicef.Org.
<https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus/kiat-pengasuhan-COVID19#top>
- Zahrok, S., & Suarmini, N. W. (2018). Peran perempuan dalam keluarga. *IPTEK Journal of Proceedings Series*. <https://doi.org/10.12962/j23546026.y2018i5.4422>