

Melatih Asertivitas Pada Anak Usia Dini

Muthmainnah

diwan_nafil@yahoo.co.id

PGPAUD Universitas Negeri Yogyakarta

Abstrak

Sikap asertif ditunjukkan dengan berani mengungkapkan pikiran dan perasaan, mempertahankan hak atau kepentingannya, tanpa menyakiti atau merugikan orang lain. Asertif tidak hanya berlaku ketika seseorang menyatakan ketidaksukaan atau perbedaan pendapat, tapi juga mengungkapkan pendapat yang sama atau yang menjadi kesukaannya. Meskipun pada umumnya masalah yang muncul terkait dengan asertivitas adalah tentang kemampuan seseorang untuk menyatakan ketidaksukaan atau perbedaan pendapat. Asertivitas tidak hanya perlu dimiliki orang dewasa, tapi juga perlu dimiliki anak-anak. Agar anak mampu memiliki sikap asertif, maka anak perlu dibekali dengan kemampuan berkomunikasi yang baik. Anak-anak usia prasekolah perlu dikenalkan dengan sikap asertif seiring dengan kemampuan bahasanya yang sudah berkembang dengan baik dan agar anak-anak mampu bersikap tegas, mampu memilah saat yang tepat untuk bersikap asertif dan non asertif, tidak menjadi orang yang tertekan, dirugikan serta menjadi anak yang mandiri dan percaya diri.

Kata kunci: latihan, asertivitas, anak usia dini

Abstract

Indicated assertiveness are express thoughts and feelings, to defend the rights or interests, without hurting or harming others. Assertive does not only apply when a person expresses displeasure or dissent, but also expressed the same opinion or that became his favorite. Although in general issues that arise related to assertiveness is about one's ability to express displeasure or dissent. Assertiveness not only need as adults, but it also needs to have the kids. So that children are able to have the assertiveness, the children need to be equipped with good communication skills. Preschool children need to be introduced with assertiveness along with her language skills are already well developed and so the children are able to be assertive, able to sort out the right time to be assertive and non-assertive, not a depressed person, and a child injured independent and confident.

Keywords: exercise, assertiveness, early childhood

Pendahuluan

Anak usia dini berkembang melalui pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan nyata, termasuk ketika bergaul dengan teman sebaya. Dalam menjalin pertemanan, tak jarang anak mengalami peristiwa dan kejadian yang membuat anak perlu berpikir tentang bagaimana cara menyikapinya. Anak merasa kecewa ketika mainannya direbut, anak merasa

sedih ketika mainannya dirusakkan temannya, anak merasa takut ketika temannya mencubit atau memukulnya, anak menangis ketika teman mengejeknya, dan anak tidak berani mengatakan sesuatu untuk mengutarakan keinginannya. Anak cenderung memilih untuk diam, menangis atau mengadukan pada orang tua dan gurunya. Kejadian tersebut menunjukkan bahwa anak belum memiliki sikap asertif

dalam menyikapi masalah. Akibatnya ada perasaan kecewa yang dipendam, merasa ditekan, tidak berdaya dan dirugikan. Apabila anak-anak mengalami terlalu banyak emosi yang tidak menyenangkan dan terlalu sedikit emosi yang menyenangkan, maka dapat berdampak pada kehidupan yang menyimpang dan dikhawatirkan selanjutnya anak akan mengembangkan "watak yang tidak menyenangkan" (Hurlock, 1978: 231). Oleh karena itu, anak perlu dibekali dengan keterampilan sosial (*social skill*) agar mampu menempatkan diri sesuai kondisi, mampu membedakan saat yang tepat untuk bersikap asertif dan saat yang bijak untuk bersikap non asertif (mengalah).

Sikap mengalah tak sepenuhnya bernilai negatif. Ada sisi positif yang bisa dimaknai dari sikap mengalah, tapi tidak sepenuhnya seseorang harus "selalu" mengalah. Asertivitas diperlukan agar anak mampu bersikap tegas dan tidak menjadi pribadi yang dirugikan. Tentunya sikap asertif ini perlu dilatih pada anak agar anak dapat menempatkan sikap asertif dengan tepat. Artinya tepat dalam pemilihan kata-kata agar tidak menyinggung perasaan orang lain. Sikap asertif tidak muncul secara tiba-tiba, memerlukan proses dan pembiasaan. Perlu arahan, bimbingan dan dukungan dari orang dewasa di sekitar anak. Dalam hal ini, orang tua perlu menjadi *role model* dalam penanaman sikap asertif pada anak. Apabila orang tua mampu menunjukkan dan memberikan contoh cara bersikap asertif, maka akan berdampak pula pada sikap anak yang mampu bersikap asertif.

Asertivitas

Asertif adalah kemampuan untuk menyampaikan pendapat dan menyatakan perasaan terhadap suatu hal tanpa menyinggung orang lain. Pendapat lain menyatakan bahwa asertif adalah kemampuan untuk mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran kepada orang lain dengan tetap menjaga dan

menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Ketika anak bersikap asertif, maka anak dituntut untuk mampu jujur terhadap diri dalam menyatakan keinginan, perasaan, dan pikiran secara proporsional, dengan kata-kata yang sopan dan tanpa ada maksud untuk memanfaatkan atau merugikan orang lain. Asertif tidak hanya berlaku ketika seseorang menyatakan ketidaksukaan atau perbedaan pendapat, tapi juga mengungkapkan pendapat yang sama atau yang menjadi kesukaannya.

Hamzah B Uno (2006: 77) juga berpendapat bahwa sikap asertif merupakan kemampuan menyampaikan pikiran dan perasaan secara jelas, membela diri, dan mempertahankan pendapat. Sikap asertif (ketegasan, keberanian mengungkapkan pendapat) meliputi tiga komponen, yaitu kemampuan mengungkapkan perasaan (menerima dan mengungkapkan rasa marah); kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka (mampu menyuarakan pendapat, menyatakan ketidaksetujuan); kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi (tidak membiarkan orang lain mengganggu dan memanfaatkan dirinya). Orang asertif bukanlah orang yang suka terlalu menahan diri dan juga bukan pemalu, mereka mampu mengungkapkan perasaan secara langsung tanpa bertindak agresif atau melecehkan orang lain.

Sikap asertif mengajak anak untuk bersikap tegas ketika dihadapkan pada situasi yang tidak diinginkan dengan cara yang diterima secara sosial. Sikap asertif terletak di antara dua sisi, yaitu pasif dan agresif. Pasif artinya anak lebih memilih untuk diam dan membiarkan apa yang terjadi pada dirinya. Anak merasa tidak berani melawan saat orang lain memperdayainya. Sedangkan agresif artinya anak ingin melawan orang lain yang memperdayainya. Sikap asertif terletak di tengah-tengah kedua sikap ini. Sebaiknya anak tidak hanya berdiam diri saat ditekan atau dirugikan, tapi menyatakan sesuatu kepada orang lain dengan cara yang baik, yaitu dengan kata-

kata dan sikap yang tidak menyakiti dan menyinggung perasaan orang lain. Sikap asertif memiliki dampak positif, yaitu adanya perasaan bebas, tidak tertekan, memiliki *power* dalam hubungan, sehingga tidak dipandang remeh oleh orang lain (bisa diperdayai) dan menjadi pribadi yang percaya diri dan mandiri. Dampak tersebut tentunya akan bermanfaat dalam proses pendewasaan diri anak kelak. Asertivitas merupakan keterampilan sosial (*social skill*) yang dapat mendorong perkembangan sosial anak. Perkembangan sosial merupakan perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial (Hurlock, 1978: 250). Anak yang mampu menyesuaikan diri diharapkan mampu menjadi pribadi yang bahagia.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Sikap asertif yang dimiliki oleh anak tidak terlepas dari faktor-faktor yang berasal dari lingkungan sekitar anak. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi sikap asertif, antara lain:

a. Budaya

Nilai-nilai budaya yang dianut suatu daerah misalnya budaya Jawa, memiliki pandangan bahwa sikap mengalah dan lebih mementingkan kepentingan orang lain adalah sikap yang mulia. Hal ini diperkuat dengan falsafah "*wong ngalah dhuwur wekasane*" yang artinya orang yang mengalah tinggi kemuliaannya. Nilai dan pandangan ini tampaknya bertolak belakang dengan sikap asertif. Pepatah yang mengatakan bahwa "diam itu emas" tampaknya juga berseberangan dengan sikap asertif. Dalam pernyataan tersebut, diam dapat dimaknai "lebih baik mengalah agar tidak menambah rumit masalah".

b. Keluarga

Keluarga khususnya orang tua memberikan banyak kontribusi terhadap sikap asertif anak. Asertivitas tidak tumbuh dengan baik karena gaya pengasuhan yang bisa jadi jauh dari

sikap asertif. Pada saat anak sedang asyik bermain dengan teman-temannya, tiba-tiba anak mendatangi orang tua dan mengadu kalau ada temannya yang mengganggu. Sebagian orang tua merespon kejadian ini dengan mengatakan "Ya sudah, di sini saja, bermain dengan ibu". Bahkan beberapa orang tua berpesan pada anaknya apabila di sekolah anak diganggu oleh temannya, maka anak diminta untuk mengadu ke guru dan meminta guru berperan sebagai hakim.

Kejadian lainnya adalah anak melihat kejadian yang kontradiktif. Di satu sisi anak melihat bahwa ayah atau ibunya dengan tersenyum dan mengatakan "tidak apa-apa" ketika dimintai tolong tetangga, tetapi di sisi lain anak mendengar keluhan atau *grundelan* orang tua yang mengisyaratkan bahwa ia sebenarnya keberatan jika dimintai tolong. Fenomena yang dilihat anak menunjukkan adanya ketidak konsistenan antara perkataan dan perbuatan. Hal ini juga bisa menggambarkan betapa lemahnya dak mudahnya seseorang untuk memiliki sikap asertif.

Mengapa Sulit Untuk Bersikap Asertif ?

Sebagian orang berpendapat bahwa dengan bersikap asertif justru dapat memunculkan perasaan bersalah (*guilt*), takut mengecewakan orang lain, membuat orang lain sakit hati, dan merasa sedih apabila temannya tak lagi menerima atau menyukainya. Pendapat ini diperkuat oleh falsafah budaya, khususnya budaya Jawa yang lebih memilih untuk menyenangkan orang lain, sehingga jarang menyikapi suatu hal dengan sikap asertif. Namun perlu dipertimbangkan tentang dampak non asertif, yaitu ketika seorang anak lebih memilih diam atau pasif, maka justru dapat merugikan hubungan yalah, maka ng ada karena salah satu anak merasa dimanfaatkan oleh anak lain. Selain itu, sikap non asertif yang tidak dikelola dapat

memunculkan perasaan tertekan, merugikan diri dan menyalahkan diri. Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman pada anak tentang pemilahan saat yang tepat untuk bersikap asertif dan saat yang tepat untuk mempertahankan diri.

Asertivitas, Bagian Dari Bentuk Komunikasi

Komunikasi merupakan jembatan atau isyarat yang mewakili pendapat atau perasaan seseorang. Secara teoritis, terdapat tiga bentuk komunikasi yang diimplementasikan dalam kehidupan nyata, yaitu agresif, pasif atau submisif dan asertif.

a. Agresif

Sikap agresif ditandai dengan sikap yang lebih suka menyalahkan atau mencari kesalahan, menuntut, tidak mempertimbangkan perasaan orang lain, berkata *pedas*, membuat alasan yang aneh cenderung sembarangan asal beda, dan sikapnya cenderung memancing emosi orang lain (membuat orang sebal).

b. Pasif atau submisif.

Sikap pasif atau submisif ditandai dengan sikap yang lebih memilih diam, lebih suka memendam perasaan, cenderung menjadi pengikut, sering merasa dirugikan atau tidak berdaya, dan tidak berani melawan.

c. Asertif

Sikap asertif ditandai dengan sikap tegas dalam menyatakan keinginan, perasaan, pikiran dan pandangan, disertai alasan yang kuat, disampaikan dengan sopan, dan tetap mempertimbangkan perasaan orang lain. Sikap asertif tumbuh dan berjalan melalui proses.

Permasalahan yang muncul diharapkan dapat diselesaikan dengan baik melalui komunikasi positif, baik secara lisan maupun non lisan. Komunikasi positif secara lisan dapat diungkapkan melalui kata-kata, sedangkan komunikasi non lisan dapat diungkapkan melalui ekspresi wajah seperti tersenyum, acungan jempol,

gelengan kepala, gerakan tangan yang mengisyaratkan “tidak” dan sebagainya. Asertif merupakan salah satu bagian dari komunikasi yang perlu ditanamkan sejak dini. Penanaman sikap asertif sejak dini dapat melatih keberanian berkomunikasi positif. Seringkali terjadi anak hanya memilih diam, atau mengadu pada orang tua dan gurunya atau menangis ketika disakiti teman. Dampak yang terjadi adalah anak akan terus menjadi objek atau sasaran empuk untuk disakiti. Tidak adanya komunikasi positif seperti asertif menyebabkan pelaku (teman yang menyakiti) berani untuk mengulangi perbuatannya karena objek atau sasaran yang disakiti tidak melawan meskipun dengan lisan atau kata-kata. Oleh karena itu, orang dewasa (orang tua, pendidik) perlu membiasakan anak memiliki sikap asertif.

Asertif, Solusi Alternatif Dalam Menghadapi Tantangan Sosial Pada Anak Usia Dini

Dalam kehidupan sosial, anak belajar berinteraksi, berkomunikasi dan menyelesaikan masalah. Pada umumnya orang tua akan khawatir apabila anaknya menghadapi tantangan sosial. Namun, orang tua dan pendidik perlu memahami bahwa pengalaman sosial yang diperoleh anak dapat mempengaruhi *self esteem* (harga diri). Dalam Santrock (2007: 68) dijelaskan bahwa *self esteem* akan meningkat ketika anak mengalami masalah dan mencoba mengatasinya ketimbang menghindarinya (Compas, 2004; Folkman & Moskowitz, 2004). Saat anak mempunyai masalah dengan temannya seperti berselisih pendapat, bertengkar, tidak mempunyai teman, menjadi korban *bully* dan masalah lainnya, maka anak akan merasa tertantang dan memacu agar belajar menyesuaikan diri, belajar untuk menyelesaikan masalah agar dapat mengatasi perselisihan dan akhirnya bisa diterima secara sosial. Apabila anak berhasil mengatasinya, maka hal ini dapat memunculkan “rasa berhasil”, kepuasan,

dan dapat meningkatkan *self esteem*. Sebaliknya, apabila anak hanya diam, tidak berani melawan dan akhirnya tertekan ketika disakiti dapat menyebabkan anak merasa rendah diri atau *minder*, merasa bersalah, merasa tidak berguna dan tidak berdaya. Pada dasarnya masalah yang dihadapi anak dapat menjembatani anak mencapai kematangan pribadi dan sosial. Salah satu keterampilan yang perlu dilatih pada anak untuk menunjang hubungan personalnya adalah keterampilan asertif.

Asertif dan Kemandirian

Sikap asertif berkaitan erat dengan kemandirian. Anak yang asertif akan lebih mandiri untuk mengambil keputusan tanpa harus bergantung dengan orang lain, baik orang tuanya maupun temannya. Anak mampu menentukan sesuatu yang menjadi pilihannya tanpa tergantung orang lain. Ketika anak ditanya “mau pake baju *angry bird* atau *batman*?”, maka anak yang memiliki sikap asertif akan bisa menentukan pilihan sesuai keinginan dan kesukaannya. Gambaran lain dapat diamati pada sebuah lembaga PAUD yang menanamkan sikap asertif pada anak didiknya dengan membuat suatu aturan “tidak akan membantu apabila anak tidak menyatakan minta tolong”. Dengan asumsi bahwa selama anak mencoba melakukannya sendiri dan belum menyatakan minta tolong, maka orang dewasa (guru di PAUD tersebut) menganggap bahwa anak tersebut mampu.

Yang Perlu Diperhatikan

Dalam memberikan pemahaman dan pembiasaan agar anak mampu bersikap asertif, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, yaitu:

a. Karakteristik anak

Ketika anak sudah siap, bisa bersabar dan tidak menjadikan “mengalah” sebagai masalah, maka anak tersebut dinilai telah mampu mengelola pikiran dan perasaan serta memiliki kematangan sikap. Anak mau

mengalah bahkan adakalanya mengorbankan diri, tetapi anak tidak merasa terbebani. Maka hal ini tidak menyebabkan suatu masalah, justru anak sejak dini anak telah memiliki *altruisme*. Sikap ini terbentuk karena beberapa faktor, diantaranya model dan pembiasaan orang tua. Selain itu, pada dasarnya, seorang anak akan dapat mengontrol rangsangan emosi (*emotional arousal*) seiring kedewasaannya (Santrock, 2007: 9). Oleh karena itu, orang dewasa perlu mengamati dengan cermat tentang ragam karakteristik anak yang memiliki keunikan masing-masing.

b. Menanamkan kepercayaan diri (*self confidence*)

Salah satu alasan anak lebih memilih untuk selalu mengalah terhadap anak lain karena anak tidak memiliki keberanian menampilkan dirinya sendiri, apalagi ‘melawan’ orang lain. Anak-anak perlu ditunjukkan dan diberikan keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan (*self efficacy*), sehingga tidak perlu merasa kurang dari teman-temannya. Keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan dapat mendorong munculnya kepercayaan diri (*self confidence*), sehingga tidak ada rasa *minder* dan takut ketika berhadapan dengan orang lain, termasuk orang yang memperdayai atau menindasnya. Anak diyakinkan bahwa ia juga kuat, berani, bisa berteman baik, pandai, punya hak yang sama dengan teman lainnya dan sebagainya.

c. Memperluas jalinan pertemanan

Mengajak anak untuk memperluas jaringan sosialnya dengan semakin banyak mengenal teman dapat menjadi salah satu alternatif agar anak semakin terasah perkembangan sosial. Anak tidak hanyasekedar memiliki teman-teman yang “baik”, tapi juga perlu dihadapkan pada teman-teman yang “kurang baik”, sehingga anak dapat belajar menyikapi

d. Memberikan pemahaman

Orang tua juga perlu mengenalkan anak agar mampu memilah dan memilih saat yang tepat anak harus mengalah (non asertif) dan saat yang tepat untuk bersikap asertif (mempertahankan diri). Anak yang merasa tertekan ketika harus mengalah terus dan dimanfaatkan temannya, akan berdampak negatif bagi perkembangannya, maka anak perlu dilatih untuk bersikap asertif. Anak-anak yang mengatakan dirinya sebagai korban *bullying* mengaku lebih sering merasa kesepian dan mengalami kesulitan dalam berteman. Sedangkan anak-anak yang melakukan *bullying* (pelaku) lebih cenderung memiliki nilai rendah. Peneliti telah menemukan bahwa anak-anak yang cemas, menarik diri secara sosial dan agresif seringkali menjadi korban *bullying* (Hanish & Guera, 2004 dalam Santrock, 2007: 213)

e. Menghindari pengasuhan yang sarat dengan ancaman, kritik berlebihan, sikap mendikte, dan tertutup

Agar anak berani mengungkapkan pikiran dan perasaannya, maka orang tua perlu menghindari ancaman atau intimidasi terhadap anak. Ancaman atau intimidasi dapat menyebabkan anak menjadi takut untuk menyampaikan pendapat, dan bahkan dapat memicu agresivitas anak. Untuk mengembangkan keterampilan sikap asertif pada anak, orang tua juga perlu menciptakan komunikasi yang hangat dan terbuka. Anak akan memahami dan mampu mengaplikasikan sikap asertif apabila memperoleh dukungan positif dari orang tua. Melalui komunikasi yang hangat dan terbuka, anak akan memiliki kemampuan untuk menyatakan apa yang diinginkan pada orang lain, namun tetap menjaga dan menghargai perasaan orang lain. Sebaliknya, bentuk komunikasi yang tidak hangat (mendominasi, suka mengkritik, tanpa kompromi,

menyalahkan) dapat menumbuhkan rasa takut, cemas, ragu, dan akan selalu menuruti kemauan orang lain tanpa berani menyatakan pendapatnya. Berbuat kesalahan adalah hal yang wajar terjadi pada anak. Apabila orang dewasa tidak memberikan toleransi pada kesalahan anak, maka anak akan lebih memilih bersikap tertutup daripada terbuka misalnya dengan bercerita atau menyuarkan pendapatnya.

f. *Role model* dari orang tua

Orangtua perlu menjadi *role model* bagi anaknya dengan memberikan contoh. Orang tua dapat menyampaikan pendapatnya dengan cara yang baik, sehingga anak secara tidak langsung belajar tentang bagaimana bersikap asertif dengan tepat. Orang tua dapat berkata "Pendapatmu bagus, tapi bagaimana kalau besok liburannya di tempat yang dekat saja dulu, karena bulan ini kita harus berhemat" atau "Nak, ibu tahu kamu masih ingin bermain, tapi sepertinya kita harus segera pulang. Bagaimana menurutmu?" atau "Gambarmu sudah bagus, tapi bisakah dibuat lebih rapi mewarnainya?". Berkaitan dengan peran orang tua, Santrock (2007: 214), berpendapat bahwa orang tua perlu mendorong anak untuk menguatkan perilaku positif dan meneladkan interaksi interpersonal yang semestinya.

Mengenalkan Asertivitas Pada Anak

Ada beberapa alternatif cara yang dapat dilakukan untuk mengenalkan sikap asertif pada anak, yaitu:

a. Mengenalkan makna asertif

Anak perlu diberikan pemahaman tentang makna asertivitas atau bersikap asertif, sehingga anak dapat mengetahui saat yang tepat untuk bersikap asertif atau mempertahankan diri dan saat yang tepat untuk bersikap non asertif atau mengalah dalam rangka menjaga perasaan orang lain.

Orang dewasa (orang tua, pendidik, pengasuh) memberikan pemahaman pada anak bahwa sikap asertif dilakukan tanpa harus menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain. Misalnya pada saat anak menerima pemberian atau hadiah dari orang lain, tapi ternyata anak kurang menyukai, maka anak diajarkan untuk tetap menghargai pemberian orang lain. Kata-kata seperti, "Aku tidak suka hadiah ini" sebaiknya tidak diucapkan anak. Kata-kata asertif sebaiknya disampaikan dengan kata-kata yang sopan, dan tidak memperlihatkan kekecewaan atau ketidaksukaan anak. Kata-kata yang kasar dapat menyebabkan pemberi hadiah merasa kecewa karena ternyata pemberiannya tidak disukai anak. Anak dilatih untuk diam (non asertif) daripada mengucapkan kata-kata yang menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain. Apabila anak menerima sesuatu dari orang tuanya dan ternyata anak kurang menyukai pemberian tersebut, maka latih anak untuk mengatakan "Terimakasih bajunya, warna kuning itu bagus, tapi bolehkah lain waktu aku minta warana merah?". Dengan kata-kata yang sopan, orang yang memberikan tidak begitu kecewa dan merasa bersalah dan akhirnya bisa mengetahui selera atau kesukaan anak.

Nilai-nilai dan pandangan dalam masyarakat khususnya budaya Jawa, menganggap bahwa sikap mengalah dan lebih mementingkan kepentingan orang lain adalah sikap mulia dan utama. Nilai dan pandangan ini tentunya sangat tidak mendukung munculnya sikap asertif pada anak. Nilai-nilai tersebut memiliki sisi positif, namun juga negatif. Sisi positifnya adalah suatu kemuliaan ketika anak bisa berpikir agar lebih banyak memberi daripada menerima. Bisa jadi orang tua menanamkan nilai pada anak agar anak bisa mengasahi dan memberikan manfaat pada orang

lain yang berdampak pada kepuasan diri. Sedangkan sisi negatifnya adalah anak akan merasa tertekan dan tidak berdaya karena merasa dirugikan. Suka mengalah dan lebih mementingkan orang lain bukanlah masalah apabila dihadapi oleh anak-nak yang telah mencapai kematangan pribadi dan sosial. Sebagai orang tua sebaiknya cermat dalam mendampingi anak-anaknya, sehingga anak-anaknya dapat memilah dan memilih sikap dan menyesuaikan dengan budaya yang ada.

b. Membiasakan berkomunikasi

Saat orang dewasa mengajak anak berkomunikasi, maka secara tidak langsung anak diarahkan untuk menyampaikan pendapatnya, memberikan respon tentang ketidaksetujuan atau kesamaan pendapat dengan cara yang mempertimbangkan perasaan orang lain dan diterima secara sosial. Anak usia dini umumnya bersikap *polos* dan spontan dalam menyatakan pendapat. Hal ini dilakukan karena anak belum mampu mempertimbangkan tentang dampak perilakunya. Oleh karena itu, orang dewasa dapat memberikan pengarahan agar sikap asertif yang dilakukan tidak menyinggung perasaan orang lain.

Salah satu yang perlu dipertimbangkan adalah perlu adanya kesepakatan bahwa orang dewasa memperbolehkan anak untuk menyatakan ketidaksetujuan atau ketidaksukaan asalkan dengan kata-kata dan sikap yang sopan. Contoh anak yang menyatakan pendapat pada ibunya, "Ibu jangan masak kayak gini, nggak enak, aku nggak suka." Orang tua bisa menanggapi kejadian ini dengan menanyakan alasannya pada anak, "Memangnya kenapa, terlalu asin atau kurang apa?". Dengan jawaban anak, maka orang tua bisa mengetahui alasan anak dan berterimakasih atas masukan yang diberikan. Orang tua sebaiknya tetap harus mengajarkan

anak-anak untuk menunjukkan sikap asertif, tapi dengan kata-kata yang sopan. Misalnya dengan berbisik dan tersenyum, anak mengatakan pada ibu, "Ibu, aku suka sayurannya, tapi terlalu asin, besok jangan kebanyakan garam ya". Pemilihan kata dapat mempengaruhi nilai rasa kata dan meminimalisir perasaan tersinggung orang lain. Melalui percakapan antara orang tua dan anak, sebenarnya dapat menstimulasi dan mengajak anak untuk berpendapat, mengungkapkan perasaan, menyatakan pikirannya, sehingga anak tidak diam saja.

- c. Latih anak untuk mengatakan "tidak" dengan kalimat yang tepat

Pada saat anak melihat temannya melakukan tindakan negatif, maka doronglah anak untuk berani memberikan teguran atau mengingatkan teman. Ketika anak mendengar temannya mengucapkan kata-kata kasar atau jorok, maka doronglah anak untuk mengatakan "Itu perkataan yang tidak baik, sebaiknya kalau bicara yang sopan", atau "Kalau kamu mau pinjam, bilang dong, jangan asal *ngrebut*". Dengan melatih anak bersikap asertif, diharapkan anak tidak terpengaruh dengan hal-hal negatif sekaligus sebagai kontrol dalam pertemanannya.

- d. Memberikan penguatan

Meminta anak untuk bersikap asertif dengan baik bukanlah perkara mudah. Pada anak-anak tertentu, orang dewasa merasa kesulitan ketika meminta anak untuk bercerita atau bahkan menyatakan pendapat. Dibutuhkan pemahaman dan pembiasaan dari orang dewasa di sekitarnya. Ketika anak mampu menunjukkan sikap asertif, maka orang dewasa (orang tua, guru, pengasuh) perlu memberikan penguatan, paling tidak secara verbal misalnya "Ibu senang kamu mau mengingatkan temanmu yang merusak tanaman ibu" atau "Ayah bangga karena kamu berani

menegur teman yang mengganggu" atau "Ibu senang kamu bisa menyatakan ketidaksukaan kepada temanmu yang merebut mainanmu".

Adakalanya pada anak-anak tertentu sulit untuk menyatakan pendapat atau jarang bercerita. Apabila orangtua meminta anak bercerita, atau berpendapat dan anak mau melakukannya, maka orangtua bisa memberikan penguatan. Contohnya: ketika ibu membelikan kue. Selama ini anak hanya diam, tapi suatu waktu anak mengatakan pada ibu, "Ibu, aku bosan dengan kue seperti ini, aku mau kue yang lain". Dengan keberanian naknya menyatakan pendapat, ibu dapat memberikan penguatan. Contoh, "Ibu senang kalau kamu terus terang. Nah, begitu dong. Kalau kakak bilang, ibu jadi tahu maunya kakak. Besok ibu belika kue yang lain ya".

- e. Meminta anak untuk memilih

Memilih dan mengambil keputusan berkaitan dengan kemandirian. Mintalah anak untuk memilih sendiri sesuai keinginan dan kesukaannya, tidak harus bergantung pada orang tua atau temannya. Dengan melatih anak untuk tidak terus menerus menjadi "pengikut", maka orang tua telah melakukan suatu upaya untuk menumbuhkan sikap asertif pada anak. Minta pendapat anak dalam setiap kesempatan. Ketika orangtua ingin membelikan sesuatu untuk anak, misalnya membelikan baju, sebaiknya minta anak untuk memilih. Cara ini dapat digunakan untuk melatih sikap asertif anak. Alangkah bijak apabila kita menanyakan dan meminta pendapat anak. Anak akan merasa senang ketika diikutsertakan dalam memutuskan sesuatu.

- f. Mendorong anak untuk menyatakan pendapat

Orang tua dapat melatih asertif anak untuk menyatakan pendapat. Contohnya ketika ibu membeli baju, ibu dapat menanyakan pendapat anak

tentang baju yang dipakai. Selain itu, anak juga bisa diminta untuk menyatakan pendapatnya melalui cerita atau dongeng. Orang dewasa dapat bercerita dan meminta pendapat anak dari cerita tersebut, "Kalau kamu lihat kejadian seperti itu, apa yang akan kamu lakukan?", atau menanyakan "Menurut pendapatmu bagaimana?". Apapun jawaban yang diberikan oleh anak tetap harus dihargai.

- g. Mengajarkan pada anak untuk memilih bertahan daripada menyerang

Pertengkaran dan perselisihan bukanlah hal asing bagi anak-anak. Apabila anak-anak mengalami perselisihan atau pertengkaran, maka latihlah anak untuk lebih baik bertahan daripada menyerang.

Contoh perselisihan verbal:

A : "E...bajunya jelek".

B : "Daripada nggak pake baju".

A : "Kayak orang gila".

B : "Yang penting nggak gila".

- Apabila anak mengalami pertengkaran fisik, maka orang tua perlu menghindari kata-kata "balas saja" sebagai jurus ampuh yang pertama. Latih anak untuk melawannya dengan kata-kata (verbal), contohnya "Kakiku sakit kalau kau injak". Apabila tidak mempan, maka mintalah anak untuk memberikan peringatan, contohnya "Kalau kau ulang lagi kan kubalas lo". Ketika peringatan anak tidak direspon oleh temannya dan temannya tetap mengganggu, maka anak diminta untuk mengalihkan kegiatan di tempat yang lain. al pelaku *bully*, namun hal ini perlu diwaspadai. Anak perlu diberikan pemahaman bahwa membalas atau menyerang bukanlah untuk ajang balas dendam, tapi pembelaan diri setelah perlawanan dengan kata-kata (asertif) tidak mendapat respon.

Penutup

Sikap asertif merupakan bagian dari keterampilan hidup yang diperlukan anak dalam rangka mencapai kematangan sosial. Asertivitas berkaitan erat dengan budaya dan kemandirian. Anak akan belajar asertif melalui suatu proses yang melibatkan peran orang dewasa di sekitarnya. Apabila anak mampu menunjukkan sikap mengalah tanpa merasa bermasalah (merasa tertekan), maka anak tersebut dianggap telah memiliki kematangan sikap. Orang tua perlu mengenalkan anak agar dapat memilah dan memilih saat yang tepat anak harus mengalah (non asertif) dan saat yang tepat untuk bersikap asertif (mempertahankan diri). Apabila anak memilih bersikap asertif, maka sebaiknya dilakukan dengan kata-kata dan cara yang sopan.

Daftar Rujukan

Hamzah B Uno. (2006). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara

Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama

<http://www.ayahbunda.co.id/Artikel/keluarga/Tips/6.kiat.tumbuhkansikap.asertif.anak/001/005/709/1/1>. diakses tanggal 10 Juni 2013

<http://www.tabloid-nakita.com/read/1242/3-langkah-bersikap-asertif>. diakses tanggal 10 Juni 2013

<http://salsabila83.blogspot.com> . diakses tanggal 10 Juni 2013

Santrock, John W. (2007). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga .