



ISSN 1858 - 3385
VOLUME 3 NO. 2 AGUSTUS 2007

GASTER

JURNAL KESEHATAN

STIKES ' AISYIYAH SURAKARTA



GASTER

VOL. 3

NO. 2

HAL 74 - 153

STIKES ' AISYIYAH
SURAKARTA
AGUSTUS 2007

ISSN 1858 - 3385

GASTER

Jurnal Ilmu Kesehatan

Vol.3 No.2 Agustus 2007

DAFTAR ISI

Kata Pengantar i
Daftar Isi ii

Stimulasi Perkembangan dan Bermain (74 - 82)
Mulyaningsih (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Praktek Menyusui Dini di
Kabupaten Sukoharjo (83 - 90)**
Wahyuni (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

**Hubungan Tingkat Konsumsi Vitamin C, Magnesium, dan Asam Lemak
Omega 6 dengan Sindroma Premenstruasi pada Siswi SLTP 2 Grogol
Sukoharjo Tahun 2007 (91 - 95)**
Rina Sri Widayati (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

**Konseling Keluarga pada Anggota Keluarga dengan Penderita Diabetes
Miletus (96 - 107)**
Siswanto (Akademi Keperawatan PPNI Surakarta)

**Mendidik Kemandirian dan Mengatasi Prilaku Buruk pada Anak
(108 - 114)**
Niken Musriyati (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

Pap Smear (115 - 123)
Sri Kustiyati (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

Kolik pada Anak (124 - 129)
Mira Dewati (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta)

MENDIDIK KEMANDIRIAN DAN MENGATASI PRILAKU BURUK PADA ANAK

Niken Musriyati

Dosen Prodi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta

Abstrak : Merawat dan mendidik anak dengan cara yang benar merupakan tanggung jawab utama kepada para orang tua. Salah satu tugas kita mengajari anak belajar mandiri disertai perilaku anak, entah buruk atau baik, tak dapat dilepaskan dari pola asuh orang tua.

Kata Kunci : Mendidik, mandiri, perilaku.

PENDAHULUAN

Anak adalah sosok individu yang merupakan satu kesatuan yang utuh yang terdiri dari bio psiko sosio kultural. Dan anak adalah potensi serta penerus cita-cita bangsa yang dasar-dasarnya telah diletakkan oleh generasi sebelumnya. Anak tidak lagi dianggap sebagai miniatur dari orang dewasa tetapi merupakan individu unik, yang mempunyai kebutuhan khusus dan berbeda satu dengan yang lain sesuai tahap perkembangannya (Depkes, 1992:3-4).

Masalah tentang pertumbuhan dan perkembangan anak nyaris tak pernah lepas dari perhatian dan perbincangan, tidak saja oleh kaum profesional seperti para ahli kesehatan anak dan para peneliti, tetapi juga oleh kaum awam seperti para orang tua. Dengan ungkapan yang lebih rinci, orang tua sangat berperan terhadap masa depan anak dalam berbagai tingkatan umur mereka, dari masa kanak-kanak hingga remaja, sampai beranjak dewasa, baik dalam mewujudkan masa depan mereka yang berbahagia dan gemilang maupun masa depan yang sengsara dan menderita. Anak-anak sebagai aset bangsa dimasa depan tentu juga mendapat perhatian serius dari pemerintah bahkan badan-badan swadaya masyarakat (Husain Mazhahiri, 2002, 45 - 48).

MENDIDIK DAN MEMELIHARA ANAK

Merawat dan mendidik anak dengan cara yang benar, serta menumpahkan perhatian kepada mereka, untuk menjadikan anak dewasa dengan baik, sehat, kuat dan mandiri merupakan tanggung jawab utama kepada para orang tua. Adapun salah satu tugas kita sebagai orang tua adalah mengajari anak supaya mandiri. Dengan kata lain, apakah pendidikan melalui upaya dan pengaruh orang tua merupakan sebab yang lengkap terhadap perilaku dan masa depan anak yang bahagia atau sengsara? Ataukah faktor-faktor lain yang memiliki pengaruh lain dalam masa depan ini ?

Anak dilahirkan membawa serangkaian naluri dan kecenderungan yang pada gilirannya terbagi menjadi dua bagian. Salah satunya adalah naluri dan kecenderungan yang tampak secara aktual, dan yang lainnya adalah naluri yang dibawa oleh anak dalam bentuk kecenderungan – kecenderungan yang mungkin akan berubah dari potensi menuju kemampuan yang aktual pada waktu yang sesuai. Adapun kecenderungan – kecenderungan yang dibawa oleh anak secara aktual, dan kita dapat perjalanannya dan reaksinya secara langsung pada perilakunya sejak saat pertama kelahirannya, sehingga ketika lapar, fitrahnya secara naluri mendorongnya mencari payudara ibunya agar dapat memberikan kebutuhannya akan makanan (air susu).

Naluri yang dibawa oleh anak secara aktual adalah naluri belajar (rasa ingin tahu) kecenderungan menerima pengetahuan, dimana termasuk pula keimanan terhadap agama yang benar. Termasuk naluri yang terlahir bersama anak dan memberikan fenomena aktual serta tampak pada perilaku anak dan sikap – sikap mereka sejak hari pertama adalah naluri kecintaan, karena itu, anak yang tidak menyusu air susu ibunya dan tidak dipeluk dan disusui, jiwanya tetap mencari makanan spiritual berupa kasih sayang dan kecintaan, dan mungkin juga menyebabkan berbagai bentuk gangguan kejiwaan sejak hari pertama.

Kondisi ayah yang meninggalkan rumah menuju pekerjaannya, sementara anak – anaknya masih tidur, dan tidak kembali ke rumah melainkan ketika anak – anaknya telah pergi menuju tempat tidur juga, adalah kondisi yang sangat berbahaya terhadap kejiwaan anak dimana berbagai bentuk kesulitan akan tertanam padanya sebelum saatnya. Anjuran saya kepada para ayah pada tingkat dan kedudukan apa pun hendaknya menjadikan perhatian terhadap anak – anak mereka sebagai bagian dari pekerjaan mereka yang mendasar, dan meluangkan waktu setiap hari untuk mereka satu atau dua jam pada pagi dan sore hari. Anak – anak yang kehilangan belas kasih sayang orang tua dan tumbuh di taman kanak – kanak karena sebab apa pun, kita lihat potensi – potensi pertumbuhannya menurun dan kemampuan kejiwaannya rendah.

Hal yang sama ditujukan pula pada anak – anak yang kedua orang tua mereka tenggelam pada pekerjaan dan usaha mereka untuk memenuhi kebutuhan makanan, tanpa memperhatikan tuntutan – tuntutan rohani dan kejiwaan anak – anak mereka. Apabila pengaruh – pengaruhnya berhenti pada batas potensi – potensi pertumbuhan rohani dan kejiwaan, tanpa tumbuh di dalam batin mereka gangguan – gangguan, maka sampai batas itu masih merupakan kenikmatan.

Adapun tanggung jawab orang tua terhadap pemberian kasih sayang kepada anak :

- 1) Hendaknya orang tua memberikan kasih sayang dan kecintaan kepada anak mereka, dan tidak mengarahkan pukulan batin kepadanya. Misalnya, salah seorang dari mereka membentuk anak dihadapan umum, sementara anaknya itu masih berumur empat atau lima tahun, atau menyindirnya khususnya di depan orang lain kearah perendahan dan penghinaan. Kata – kata yang kasar dan melukai perasan serta menghina, akan berubah menjadi tikaman yang tertanam pada jiwa anak, sehingga menyakitinya dan menyebabkan kepedihan dan

- gangguan – gangguan padanya. Simpulannya kita harus menghormati anak dan tidak menghina, meski ia berumur dua atau tiga tahun;
- 2) Hendaknya anak diperlakukan dengan lembut dan dipelihara dengan kecintaan dan kasih sayang, khususnya pada periode awal kehidupannya dan pada awal kepergiannya menuju sekolah;
 - 3) Hendaknya orang tua menunjukkan penghormatan mereka terhadap kepribadiannya dan berbicara dengannya dengan dalil (argumen) serta bermusyawarah;
 - 4) Hendaknya orang tua tidak menentang dan menekan pribadi anaknya dengan perintah – perintah dan larangan – larangan, tetapi harus mengajaknya bicara dengan argumentasi, logika, dan dengan nasihat yang halus (Husain Mazhahiri,2002,136 – 150).

MELATIH ANAK AGAR MANDIRI

Ketika memenuhi kebutuhan anak atas makanan, kasih sayang, dan pakaian, terkadang kita melupakan tujuan utama membesarkan anak, yaitu menyiapkan mereka sampai tiba saatnya meninggalkan rumah. Salah satu tugas kita sebagai orang tua adalah mengajari anak untuk meninggalkan barang – barang yang tidak lagi mereka perlukan dan belajar mandiri. Walaupun kita sebaiknya dipupuk sejak dini. Berikan sedikit kebebasan percaya diri. Dengan memiliki kepercayaan diri, mereka dan tanggung jawab dalam melaksanakan tugas – tugasnya, sesuai dengan usia, situasi, dan keamanan, hal itu tidak akan menjadi masalah. Berikut ini uraian beberapa petunjuk dari para ibu, ayah, serta kakek dan nenek seperti kita. Petunjuk berikut berguna untuk memastikan agar kemandirian anak dapat tercapai dengan mudah, bagi anak, maupun orang tua.

Kita ketahui banyak benda – benda yang menjadi mainan kesayangan anak kita. Perlu kita ketahui juga benda – benda tersebut bisa menjadi penyelamat ketika si kecil rewel dalam segala situasi. Namun jangan khawatir, beberapa tips berikut dapat membantu anda untuk menanggulangi ketergantungan si kecil terhadap benda kesayangan dan membantunya agar perlahan lebih mandiri:

- 1) Botol susu jika memungkinkan, coba minta si kecil untuk berhenti minum susu dari botol sejak dini. Lebih baik lagi sejak usia satu tahun. Anak berusia satu tahun sudah dapat memegang gelas kecil bertutup, bahkan beberapa anak sudah mulai bisa minum dengan penyedot. Sebagai alternatif yang mengasyikkan, ajar si kecil untuk menggunakan sedotan. Saya tidak akan pernah lupa dengan ekspresi wajah anak saya saat berhasil menggunakan sedotan dan menyadari bahwa mulutnya sudah penuh dengan jus. Sejak saat itu, ia senang menggunakan sedotan hingga rasa – rasanya saya harus membeli saham sedotan itu. Salah satu cara terbaik untuk mengajak anak anda berhenti ngedot adalah dengan membuat perjanjian. Tentukan tanggal ketika ia harus berhenti menggunakan botol. Lalu mulailah menghitung mundur hingga hari tersebut. Buatlah perjanjian dengan si kecil mengenai hal itu. Ajaklah dia mengumpulkan semua botol susunya. Ketika hari yang ditunggu – tunggu tiba, biarkan dia menukar botol susunya dengan

mainan atau benda lain yang ia inginkan di toko mainan. Setelah itu, si kecil dapat membawa pulang, sepatu roda atau mainan apa saja. Sikecil akan merasa senang karena telah melakukan barter yang menguntungkan. Jika ia menanyakan botol susunya, ingatkan bahwa ia telah menukarkan dengan mainan baru. Jika si kecil ingin menukarnya kembali, katakan bahwa toko tersebut telah menjual botol susunya kepada para bayi karena ia sudah tidak membutuhkannya lagi (Kennedy,2004,20).

- 2) Empeng jika anda khawatir si bayi akan ketagihan menghisap empeng jangan memperkenalkan empeng kepadanya. Biasanya, saya memberikan jari saya (yang bersih) ketika ia terlihat sudah selesai menyusu, tetapi masih ingin menghisap. Anda juga dapat melakukan hal itu di mobil atau ketika sedang berjalan – jalan di mal. Akan tetapi, strategi ini lebih tepat dilakukan oleh para ibu yang sering menggendong bayinya sepanjang hari dan tidur bersamanya dimalan hari. Jika si kecil mulai mencari empengnya, ajaklah ia untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan sehingga iapun melupakan “sahabat karetnya”.Lalu sembunyikan empeng itu untuk selamanya. Berikanlah rasa lain, seperti sering – sering memeluknya dan memberikan mainan yang dapat dipeluk-peluk oleh sikecil (Kennedy,2004,36).
- 3) Menghisap jempol, menghisap jempol seharusnya dianggap normal jika si kecil masih berusia dibawah empat tahun. Biasanya orang tua membiarkan anaknya menghisap jempol, terutama saat si kecil sedang lelah atau sakit. Dalam enam bulan pertama, hal itu justru dapat diajarkan sebagai cara untuk menenangkan diri sendiri. Namun, jika si kecil menghisap jempolnya hanya ketika bosan dan usianya pun sudah diatas satu tahun, cobalah untuk mengalihkan perhatiannya. Berikan sesuatu yang dapat membuat tangannya sibuk, tanpa menghalangi kebiasaan menghisap jempolnya. Sesekali pujilah si kecil saat ia tidak menghisap jempol. Sebagian besar anak perempuan lebih menyukai cat kuku dari pada menghisap jempol. Buatlah si kecil memilih antara cat kuku atau menghisap jempol dapat menghapus cat kuku di jarinya. Jika anak berangkat ke sekolah dan melihat teman-teman perempuannya memiliki kuku- kuku cantik berwarna merah muda, ia akan terdorong untuk lebih memilih cat kuku. Orang tua selalu mengingatkan si kecil untuk menghentikan kebiasaannya, tetapi tetap saja gagal. Sebaliknya, dokter anak atau dokter gigi mungkin perlu mengatakan bahwa sudah waktunya si kecil berhenti menghisap jempol karena akan merusak gigi dan mulutnya (Kennedy,2004,52).
- 4) Selimut seorang anak yang kehilangan selimut akan merasa sangat sedih. Anda akan lebih abik membeli dua selimut yang sama. Seorang ibu mengatakan bahwa ia tidak berhasil menemukan selimut yang sama persis, lalu ia menjelaskan kepada anaknya bahwa semakinn bertambah usia, anak – anak akan mendapatkan selimut yang berbeda. Akhirnya, anaknyaapun mau memilih selimut yang baru. Akan tetapi si ibu mengatakan bahwa selimut kesayangannya akan tetap disimpan dan ia pun tidak perlu lagi bergantung kepada benda apa pun seperti dulu. Sementara ibu agak bersedih melihat si anak kurang menyukai

selimut barunya, banyak orang tua yang bangga dengan kemandirian yang baru dicapai anaknya (Kennedy,2004:11).

MENGATASI PERILAKU BURUK ANAK

Sering sekali kita menjumpai langsung marah begitu anak menunjukkan perilaku burk, semisal memukul,berbohong, tak menepati janji, omong kasar / kotor, dan masih banyak lagi. Bahkan , tak jarang pula disertai dengan tindakan fisik semisal memukul, mencubit , atau menjewer.

Padahal, kemarahan kita tak akan mengubah perilaku buruk itu menjadi baik. Mungkin sehari dua hari si anak memukul lagi, tapi belum tentu di hari ketiga, keempat, dan seterusnya. Sementara tindakan fisik yang kita lakukan pada anak hanya akan mengajarkan kepadanya, bahwa tindakan itu sah – sah saja. Alhasil, perilaku buruknya makin menetap. Intinya, bagaiman perilaku anak, entah buruk atau baik, tak dapat dilepaskan dari pola asuh orang tua.

Dibawah ini akan kami uraikan berbagai jenis perilaku buruk pada anak dan bagaimana mengatasinya :

- 1) Menghentikan kebiasaan ngempeng. Secara harafiah,ngempeng berarti mengisap dot kosong tanpa susu. Mengempeng juga bisa dianalogkan dengan kelekatan atau ketergantungan anak pada benda lain, seperti lekat dengan bantal / boneka dekilnya, selimut usang, pegang pusarnya sebelum tidur, mengisap jempol, mengisap ujung bantal atau pilihan selimut.

Penanganan :

- a) Berikan rasa aman. Ini utama , orang tua biasanya pelit mengungkapkan rasa sayangnya seperti belaian, pelukan dan ciuman,karena rasa aman seorang anak akan lebih terkait dengan perasaan dicintai dan disayangi. Dengan demikian, anak merasa dilindungi, dipenuhi kebutuhannya secara psikis, dan tak perlu ada yang ditakutkannya. Anak pun tak merasa perlu untuk mencari "pegangan" dari benda – benda lain;
- b) Tidak mendorong kebiasaan ini. Bila balita rewel, orang tua tak langsung menjejeli mulutnya dengan empeng, tetapi mencari tau penyebab kerewelannya dan kemudian berusaha mengatasinya;
- c) Kerja sama yang baik dengan seisi rumah;
- d) Bila usianya masih balita, maka kebiasaan ini masih berlangsung sampai umur balita, maka hendaknya kita bisa mengalihkan perhatiannya keaktifitas lain misalnya, bila ia hendak tidur biasa ngempeng maka kita bisa mendongengkan suatu buku cerita dan anak bisa diikutsertakan dengan memegang buku cerita tersebut atau bisa dengan menyediakan mainan kreatif, sehingga anak tak punya kesempatan untuk bengong atau mengempeng;
- e) Berikan pengertian. Jelaskan padanya, mengapa ia tak boleh melakukan kebiasaan buruknya itu. Misalnya pertumbuhan giginya akan terganggu, selimut dekilnya banyak kutunya dan sebagainya;

- f) Berikan reward bila anak berhasil menghilangkan kebiasaan mengempengnya, berikan reward, baik berupa pujian maupun dorongan semangat. Jangan terapkan hukuman karena anak yang insecure jika dimarahi atau dihukum malah akan semakin takut, dan bukan tak mungkin mengempengnya akan semakin menjadi-jadi. Lebih baik dorong terus agar ia bisa menghentikan kebiasaannya dan berilah pujian. (Nakita, 2004, 4-5)
- 2) Mengatasi Kebiasaan Mentil. Disebut mentil karena yang dijadikan empeng adalah putting susu. Seperti halnya mengempeng, kebiasaan mentil masih wajar bila terjadi di usia batita. Akan tetapi, tetap harus diupayakan agar usia 3 tahun sudah tidak mentil lagi karena anak jadi memiliki ketergantungan yang cukup besar pada ibunya.
- Penanganan:
- Cari tahu kenapa anak menangis dan rewel. Cobalah untuk memberikannya pengertian dengan kata-kata sederhana, sesuai perkembangan kognitif;
 - Hilangkan kebiasaan mentil secara bertahap dari hari ke hari. Yang tadinya mentil hampir setiap waktu, sekarang cukup sehari dua kali, pagi dan malam saja. Seiring bergulirnya waktu, kurangi lagi frekuensinya menjadi sehari lalu tidak sama sekali;
 - Dengan bertambahnya luas lingkup pergaulan anak yang berarti kian banyak pula temannya, anak akan malu sendiri kalau masih suka mentil. Ia akan diledek atau dijadikan bahan omongan. (Nakita, 2004, 6)
- 3) Kabur setiap dipakaikan baju. Bila ia senang mengajak main "kejar-kejaran" saat kita didesak waktu karena harus ke kantor, siasati dengan cara mengatur waktu hingga kita bisa meladeni si kecil. Bila kaburnya setiap kali dipakaikan baju, boleh jadi kesalahannya terletak pada cara kita mengenakan celana. Kita sering memintanya mengangkat satu kaki, bukan? Padahal keseimbangan batita belum bagus. Agar ia antusias, tawarkan cara yang lebih menarik. Misalnya dengan menggelar celananya ditempat tidur lalu minta ia duduk dengan kaki diselonjorkan:
- perhatikan nyaman tidaknya busana yang akan dikenakan anak;
 - ajarkan sopan santun bahwa alat kelamin harus ditutup dengan memakai celana dalam atau kaus singlet dulu atau sekedar dililit handuk;
 - beri contoh yang baik. Tinggalkan kebiasaan hanya mengenakan handuk sekeluar dari kamar mandi (Nakita, 2004, 7)

KESIMPULAN

Bagaimana perilaku anak entah buruk atau baik tak dapat dilepas dari pola asuh orang tua. Sekalipun si anak mendapatkan pengaruh buruk dari luar, tapi kalau ia sudah memiliki basic yang kuat dari dalam rumah, maka kecil sekali kemungkinan si anak akan terpengaruh.

DAFTAR PUSTAKA

- DEPKES RI,1992, *Asuhan Kebidanan Pada Anak dalam Konteks Keluarga*. Jakarta : PUSDIKNAKES DEPKES RI
- Michelle Kennedy ,2004, *Melatih anak agar mandiri*, Erlangga
- Husain Mazhahiri, 2002,*Pintar Mendidik Anak*, Jakarta,Lentera
- Nakita,2004,*Cara jitu atasi perilaku buruk anak*,Jakarta,Gramedia
-