

BAB III

***PARENTING* REMAJA MENURUT PERSPEKTIF JANE BROOKS DAN ABDULLAH NASHIH ULWAN**

A. Konsep Remaja Secara Umum

Sebelum memasuki pembahasan mengenai *parenting* remaja, terlebih dahulu penulis akan memaparkan konsep remaja secara umum.

1. Definisi dan Batasan Usia Remaja

Berbicara mengenai remaja, banyak terdapat perbedaan pendapat dari para kalangan ahli psikologi tentang batasan atau rentang usia dalam masa remaja. Menurut ahli-ahli psikologi berkebangsaan Belanda L.C.T. Bigot, Ph. Kohnstam, dan B.G. Palland yang dikutip oleh B. Simanjuntak, masa pubertas ada dalam usia 15-18 tahun, dan masa *adolescence* (masa remaja) dalam usia 18-21 tahun. Namun mereka sesekali menyamakan arti pubertas dan *adolescence*. Hal ini berarti bahwa masa remaja mulai usia 15 hingga 21 tahun.¹

Menurut Elizabeth B. Hurlock berpendapat, jika dibagi berdasarkan bentuk-bentuk perkembangan dan pola perilaku yang nampak bagi usia-usia tertentu, maka kehidupan seseorang terdiri atas sebelas masa, yaitu:

1. Prenatal, ketika konsepsi hingga lahir.
2. Neonatus, saat lahir sampai akhir minggu kedua setelah kelahiran.
3. Bayi, akhir minggu kedua sampai akhir tahun kedua setelah kelahiran.
4. Kanak-kanak awal, usia dua hingga enam tahun.

¹Andi Mappiare, *Psikologi Remaja* (Surabaya: Usaha Nasional, t.th), h. 23.

5. Kanak-kanak akhir, usia enam hingga sepuluh atau sebelas tahun.
6. Pubertas/*pre-adolescence*, sepuluh sampai empat belas tahun.
7. Remaja awal, tiga atau empat belas tahun hingga tujuh belas tahun.
8. Remaja akhir, tujuh belas tahun hingga dua puluh satu tahun.
9. Dewasa awal, dua puluh satu tahun sampai empat puluh tahun.
10. Setengah baya, empat puluh sampai enam puluh tahun.
11. Masa tua, enam puluh tahun sampai meninggal dunia.²

Dapat dilihat jika merujuk pada pendapat Hurlock maka rentang usia remaja mulai usia 13-21 tahun. Dan telah dibagi menjadi dua tahap, yaitu masa remaja awal: 13/14-17 tahun dan masa remaja akhir: 17-21 tahun.

Pendapat Hurlock ini banyak pula diikuti secara langsung ataupun tidak oleh para pakar psikologi remaja di Indonesia. Seperti Singgih Gunarsa dan suami, walaupun menyatakan ada beberapa kesulitan dalam menentukan masa remaja di Indonesia, akhirnya mereka menetapkan masa usia remaja adalah 12 hingga 22 tahun.³ Kemudian pendapat Susilowindradini, yang menggunakan literatur Barat sebagai patokan, yang menguraikan masa remaja awal atau *early adolescence* (13-17 tahun) dan remaja akhir atau *late adolescence* (17-21 tahun).⁴ Sedangkan

²Elizabeth B. Hurlock, “*Developmental Psychology*”, dalam Andi Mappiare, *Psikologi Remaja...*, h. 24-25.

³Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1995), h. 202.

⁴Susilowindradini, “Psikologi Perkembangan II (Masa Remaja),” dalam Andi Mappiare, *Psikologi Remaja...*, h. 26.

Winarno Surachmad berpendapat bahwa usia 12-22 tahun adalah masa terbesar perkembangan remaja atau *adolescence*.⁵

WHO juga memberikan definisi tentang remaja pada tahun 1974 yang lebih bersifat konseptual mencakup tiga kriteria, yaitu: biologis, psikologis dan sosial ekonomi sebagai berikut:

1. Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
2. Remaja adalah suatu masa dimana individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa.
3. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri. (Muangman, 1980:9).⁶

Menurut Zakiah Daradjat, yang dapat ditentukan dengan pasti adalah permulaannya, yaitu puber pertama atau mulainya perubahan jasmani dari anak menjadi dewasa kira-kira umur 12 akhir dan permulaan 13 tahun. Bagi masyarakat yang hidup di pedesaan, anak yang sudah terlihat agak besar akan turut membantu aktifitas orangtua mereka, ke sawah, ke ladang, menangkap ikan dan sebagainya. Jika pertumbuhan jasmaninya sudah tampak sempurna, dengan keterampilan yang diperolehnya dari pengalaman membantu kegiatan orangtuanya, maka anak akan diberi tanggung jawab dan kepercayaan sebagai orang dewasa dan dapat menikah. Lain halnya bagi masyarakat di perkotaan, yang

⁵Winarno Surachmad, "Psikologi Pemuda," dalam Andi Mappiare, *Psikologi Remaja...*, h. 26.

⁶Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja* edisi revisi (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), h. 11-12.

membutuhkan ijazah dalam mencari pekerjaan. Anak-anak akan diwajibkan sekolah sampai pada usia 18 tahun menamatkan pendidikan akhir setara Sekolah Menengah Akhir, kemudian yang pada umumnya dilanjutkan ke jenjang perguruan tinggi. Disini perpanjangan masa remaja mencapai usia 21 tahun, dan diperkirakan telah terjadi kematangan dari segala sisi. Dalam bidang agama, para ahli jiwa agama menganggap bahwa kematapan beragama biasanya tidak terjadi sebelum umur 24 tahun, maka dari segi itu masa remaja akan diperpanjang hingga usia 24 tahun.⁷

Sarlito W. Sarwono pun sependapat dengan Zakiah Daradjat, mendefinisikan remaja untuk masyarakat Indonesia sama sulitnya dengan menetapkan definisi remaja secara umum, karena Indonesia terdiri dari berbagai macam suku, adat, dan tingkatan sosial-ekonomi maupun pendidikan. Dengan kata lain, tidak ada profil remaja Indonesia yang seragam dan berlaku secara nasional. Walaupun demikian, sebagai pedoman umum dapat digunakan batasan usia remaja Indonesia, yaitu mulai usia 11 hingga 24 tahun dan belum menikah, dengan pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

1. Usia 11 tahun adalah usia ketika pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder mulai tampak (kriteria fisik).
2. Disebagian besar masyarakat Indonesia, usia 11 tahun sudah dianggap akil balig, baik menurut adat maupun agama, sehingga masyarakat tidak lagi memperlakukan mereka sebagai anak-anak (kriteria sosial).

⁷Zakiah Daradjat, *Membina Nilai-nilai Moral di Indonesia* (Jakarta: PT Bulan Bintang, 1976), h. 109.

3. Pada usia tersebut mulai ada tanda-tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri (*ego identity*, menurut Erik Erickson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (menurut Freud), dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (menurut Piaget), maupun moral (menurut Kohlberg), ditinjau dari kriteria psikologis.
4. Batas usia 24 tahun merupakan batas maksimal, yaitu untuk member peluang bagi mereka yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orangtua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai orang dewasa (secara adat/tradisi), belum bisa memberikan pendapat sendiri dan sebagainya. Dengan kata lain, orang-orang yang sampai batas usia 24 tahun belum dapat memenuhi persyaratan kedewasaan secara sosial maupun psikologis, masih dapat digolongkan sebagai remaja. Golongan ini cukup banyak terdapat di Indonesia, terutama dari kalangan masyarakat menengah ke atas yang mempersyaratkan berbagai hal (terutama pendidikan setinggi-tingginya) untuk mencapai kedewasaan. Akan tetapi, dalam kenyataannya cukup banyak pula orang yang mencapai kedewasaannya sebelum usia tersebut.
5. Dalam defnisi di atas, status perkawinan sangat menentukan, karena arti perkawinan, masih sangat penting di masyarakat kita pada umumnya. Seseorang yang sudah menikah, pada usia berapa pun, dianggap dan diperlakukan sebagai orang dewasa penuh, baik secara hukum maupun dalam

kehidupan masyarakat dan keluarga. Karena itu, definisi remaja di sini dibatasi khusus untuk yang belum menikah.⁸

Sementara itu, Syamsu Yusuf dalam bukunya *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* mengemukakan beberapa tinjauan dari para ahli dalam memaknai remaja melalui berbagai perspektif, yaitu sebagai berikut:

1. Perspektif Biososial

Kajiannya terfokus pada hubungan antara mekanisme biologis dengan pengalaman sosial. Seperti yang diyakini oleh G. Stanley Hall, salah satu tokoh "*Father of Adolescence*", bahwa remaja dapat memperoleh sifat-sifat tertentu melalui pengalaman hidup yang kritis. Sifat-sifat tersebut dapat diteruskan melalui keturunan pada masa konsepsi. Perkembangan setiap individu merupakan proses pembaruan sejarah kemanusiaannya. Dari periode '*animal*' yang primitif, kemudian berkembang ke arah yang merefleksikan kehidupan yang berbudaya. Apabila kebudayaan manusia telah maju, maka pengalaman pendidikan yang tepat merupakan faktor yang sangat menentukan perkembangan generasi remaja, anak, dan dewasa. Lain lagi dengan Roger Baker, ia menekankan orientasinya kepada sosio-psikologis, karena masa remaja merupakan periode pertumbuhan fisik yang cepat, dan peningkatan dalam koordinasi, maka remaja merupakan masa transisi dari anak menuju dewasa. Ia berpendapat bahwa pertumbuhan fisik sangat berpengaruh terhadap perkembangan individu. Oleh karena pertumbuhan

⁸Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, h. 18-19.

fisik berkaitan erat dengan perolehan sifat-sifat yang diterima anak, maka pertumbuhan fisik seseorang menentukan pengalaman sosialnya.

2. Perspektif Relasi Interpersonal

Remaja merupakan suatu periode yang mengalami perubahan dalam hubungan sosial, yang ditandai dengan berkembangnya minat terhadap lawan jenis, atau pengalaman pertama dalam bercinta. Kegagalan dalam interaksi tersebut mungkin akan menjadi penghambat bagi perkembangan berikutnya, baik dalam persahabatan, pernikahan, atau berkeluarga.

3. Perspektif Sosiologis dan Antropologis

Perspektif ini menekankan studinya terhadap pengaruh norma, moral, harapan-harapan budaya dan sosial, ritual, tekanan kelompok, dan dampak teknologi terhadap perilaku remaja. Menurut Kingsley Davis, konflik orangtua dengan remaja merupakan ilustrasi klasik dari teori besar perspektif sosiologis. Yang mendasari pemikiran tersebut adalah perkembangan masyarakat modern yang berubah begitu cepat, dan setiap generasi diasuh atau dikembangkan dalam situasi lingkungan sosial yang berbeda dengan generasi sebelumnya. Karena setiap generasi mempunyai pengalaman budaya yang berbeda (*differential cultural content*), orangtua mengalami kesulitan untuk membimbing anak-anaknya, sehingga menimbulkan konflik diantara mereka. Orangtua mempunyai tanggung jawab untuk mensosialisasikan anak, dia cenderung menerapkan cara-cara lama yang isinya tidak tepat lagi anak. Orangtua sulit atau tidak dapat memperbaharui pandangannya, karena mereka merupakan produk pengalamannya. Terjadinya konflik disebabkan beberapa

hal, diantaranya, anak sedang mencapai puncak pertumbuhan fisik dan energi, sistem sosial orangtua kurang memberi peluang kepada anak untuk mengembangkan diri, dan remaja bersifat ideal sedangkan orangtua bersifat pragmatis. Menurut Ruth Benedict, seorang ahli antropologi, upaya mengasuh remaja sampai mampu menjadi dewasa secara penuh merupakan masalah pokok dalam masyarakat. Dia mengkaji implikasi diskontinuitas antara anak-remaja, dan remaja-dewasa terhadap konflik dan penyesuaian. Gejala diskontinuitas menyangkut sikap dan perlakuan orangtua yang kurang memberikan peluang kepada anak atau remaja untuk mengembangkan dirinya searah dengan peran-peran sosial yang akan diembannya dimasa depan.

4. Perspektif Psikologis

Teori-teori psikologis dan psikososial mengkaji hubungan antara mekanisme penyesuaian psikologis dengan kondisi-kondisi sosial yang memfasilitasinya. Stres dan krisis dipandang sebagai elemen-elemen pokok dalam perspektif ini tokoh yang dianggap mewakili pemikirin ini adalah Erik H. Erickson. Dia berpendapat bahwa remaja bukan sebagai periode konsolidasi kepribadian, namun sebagai tahapan penting dalam siklus kehidupan. Masa remaja berkaitan erat dengan perkembangan '*sense of identity vs role confusion*', yaitu perasaan atau kesadaran akan jati dirinya. Remaja dihadapkan pada berbagai pertanyaan yang menyangkut keberadaan dirinya, (siapa saya?), masa depannya (akan menjadi apa saya?), peran-peran sosialnya (apa peran saya dalam keluarga dan masyarakat?), dan kehidupan beragama (mengapa saya harus beragama?). Apabila remaja berhasil memahami dirinya, peran-

perannya, dan makna hidup beragama, maka dia akan menemukan jati dirinya, dan dia akan memiliki kepribadian yang sehat. Sebaliknya apabila gagal, maka dia akan mengalami kebingungan atau kekacauan. Dampaknya akan kurang baik bagi remaja, dia cenderung kurang dapat menyesuaikan diri, baik pada dirinya sendiri maupun orang lain.

5. Perspektif Belajar Sosial

Walapun perspektif ini tidak menjelaskan pandangan yang komprehensif, namun telah memberikan pandangan tentang pentingnya prinsip-prinsip belajar yang dapat digunakan untuk memahami tingkah laku remaja dalam berbagai status sosial. Interaksi remaja dalam kelompok sebaya dapat merangsang/menstimulasi pola-pola respons baru melalui belajar dengan cara mengamati (*observational learning*). Kelompok sebaya memberikan kesempatan pada remaja untuk mengimitasi berbagai tingkah laku para anggota kelompok lainnya. Pengaruh teman sebaya yang menjadi model dapat mencegah atau membolehkan pola-pola tingkah laku yang relatif tidak pasti (kebiasaan) dalam pengaturan yang terstruktur. Meskipun demikian, pengalaman-pengalaman baru dapat mencegah atau memperkuat dampaknya terhadap kegiatan-kegiatan moral atau sosial.

6. Perspektif Psikoanalisis

Freud memandang bahwa masa anak akhir ke masa remaja awal merupakan periode yang lebih tenang. Masa ini dinamakan periode *Latency*, ego terbebas dari konflik antara insting seksual dengan norma-norma sosial. Dalam periode anak juga banyak melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan sosial.

Masa remaja awal dianggap mampu meningkatkan insting melalui saluran-saluran yang secara sosial dapat diterima. Contohnya insting agresif dapat disalurkan ke dalam kegiatan yang bersifat kreasi, seperti seni musik atau drama.⁹

2. Perkembangan dan Tugas Remaja

Dalam perkembangannya, remaja memiliki tugas penyesuaian diri yang harus dilakukan, yaitu:

- a. Menerima dan mengintegrasikan pertumbuhan badannya dalam kepribadiannya.
- b. Menentukan peran dan fungsi seksual yang memenuhi syarat dalam kebudayaan di mana ia berada.
- c. Mencapai kedewasaan dengan kemandirian, kepercayaan diri, dan kemampuan untuk menghadapi hidupnya.
- d. Mencapai posisi yang diterima oleh masyarakat.
- e. Mengembangkan hati nurani, tanggung jawab, moralitas dan nilai-nilai yang sesuai dengan lingkungan dan kebudayaan.
- f. Memecahkan problem-problem nyata dalam pengalaman sendiri dan dalam kaitannya dengan lingkungan (Carballo, 1978: 250).¹⁰

Dalam Psikologi Perkembangan, Robert Havighurst (1972) mengemukakan pendapatnya tentang tugas perkembangan individu. Setiap individu pada setiap tahapan usia mempunyai tujuan untuk mencapai suatu

⁹Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Cet. Ke-2, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001), h. 184-191.

¹⁰Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, h. 19.

kepandaian, keterampilan, pengetahuan, sikap, dan fungsi tertentu, sesuai dengan kebutuhan pribadi yang timbul dari dalam dirinya sendiri dan tuntutan yang datang dari masyarakat disekitarnya. Sebagai contoh, anak usia satu tahun memiliki kebutuhan untuk mengembangkan otot-otot kaki dan tangannya serta alat komunikasinya. Masyarakat disekitar anak tersebut menghendaki bahwa ia cepat bisa berjalan dan berbicara. Maka tugas perkembangan anak usia tersebut adalah belajar berjalan dan berbicara. Sedangkan tugas perkembangan remaja menurut Havighurst adalah sebagai berikut:

1. Menerima kondisi fisiknya dan memanfaatkan tubuhnya secara efektif.
2. Menerima hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dari jenis kelamin mana pun.
3. Menerima peran jenis kelamin masing-masing (laki-laki atau perempuan).
4. Berusaha melepaskan diri dari ketergantungan emosi terhadap orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Mempersiapkan karir ekonomi.
6. Mempersiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga.
7. Merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab.
8. Mencapai sistem nilai dan etika tertentu sebagai pedoman tingkah lakunya.

Menurut Havighurst tercapai atau tidaknya tugas perkembangan di atas ditentukan oleh tiga faktor yaitu: kematangan fisik, desakan masyarakat, dan motivasi dari individu yang bersangkutan.¹¹

¹¹*Ibid*, h. 47-48.

Sedangkan menurut William W. Wattenberg tugas perkembangan remaja adalah:

1. Memiliki kemampuan untuk mengawasi diri sendiri sebagai orang dewasa.

Pada masa ini remaja mendapatkan banyak kesempatan untuk melakukan hal-hal yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Dengan kemampuan melakukan berbagai macam hal, maka timbul pula pengawasan diri (*self control*) agar tidak melakukan sesuatu hal yang kurang baik.

2. Mendapatkan kebebasan.

Remaja mulai belajar membuat keputusan sendiri dan mulai kurang bergantung pada orang tua maupun orang dewasa lainnya. Seperti dalam hal memilih pakaian, teman, minat, dan cita-cita.

3. Bergaul dengan teman pria dan wanita.

Banyak anak remaja menjalin hubungan dengan lawan jenisnya, mulai dari saling mengenal hingga menjalin ikatan emosional. Namun banyak pula yang menutup diri dari lingkungan pergaulan dengan lawan jenis.

4. Mengembangkan keterampilan-keterampilan baru.

Remaja mulai menyiapkan diri menuju dewasa, mereka mulai berusaha mempelajari dan menguasai berbagai macam keterampilan yang biasanya dikerjakan oleh orang dewasa.

5. Mendapatkan gambaran mengenai dirinya sendiri.

Remaja sudah mulai mengenali kemampuan diri sendiri yang kemudian menjadi dasar pemikiran dan tindakannya di masa depan. Gambaran tersebut mencakup tingkat kecerdasannya, minatnya, hal-hal yang disukai dan tidak

disukai, hal-hal yang menimbulkan rasa kurang dalam dirinya, dan kelompok mana yang cocok dan tidak cocok baginya.¹²

B. Parenting Remaja Menurut Perspektif Jane Brooks

1. Mengasuh Remaja Usia Awal

Masa awal remaja merupakan periode kerentanan dan kesempatan. Anak merasakan stres karena karena banyaknya perubahan. Masa remaja merupakan saat perubahan dinamis dalam bentuk fisik juga cara berpikir. Pemikiran mereka mulai beranjak dewasa, dan mereka lebih banyak terlibat dalam kegiatan dengan dirinya sendiri dan teman-temannya. Tantangan bagi orang tua adalah memberikan dukungan emosional dan batasan yang dibutuhkan bagi perkembangan anak menuju kedewasaan dan kemandirian yang lebih besar.¹³

a. Perkembangan Fisik dan Neurofisiologis

Masa remaja diawali dengan perubahan biologis. Perubahan fisik (pubertas), diartikan sebagai usia di mana reproduksi seksual telah memungkinkan, dimulai pada usia sekitar 8 tahun bagi anak perempuan dan 9 tahun bagi anak laki-laki dan berkembang hingga mendekati awal usia 20-an.¹⁴

Otak memicu organ endoktrin untuk melepaskan hormon yang mempengaruhi pertumbuhan fisik anak dan karakteristik seksual sekunder (dada, tubuh dan bulu di wajah), menghasilkan kematangan reproduktif. Perubahan

¹²Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, t.t.), h. 158-159.

¹³Jane Brooks, *The Process of Parenting*, Ninth Edition (New York: McGraw-Hill, 2013), h. 307.

¹⁴Elizabeth J. Susman and Alan Rogol, "Puberty and Psychological Development," in *Handbook of Adolescence Psychology*, 2nd ed., eds. Ricahard M. Lerner and Laurence Steinberg (New York: Wiley, 2004), 15-44 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

hormon terjadi sebelum munculnya tanda-tanda pubertas yang tampak, sehingga orang tua tidak mengetahui bahwa pubertas telah dimulai. Bagi anak perempuan, perubahan ini terjadi sekitar usia 8 hingga 17 tahun. Bagi anak laki-laki, rata-rata sejak usia 9 tahun hingga 20 tahun. Meski anak-anak memiliki keragaman usia terkait perubahan dan kecepatannya, urutan yang ada tetaplah sama. Bagi anak perempuan penambahan tinggi badan berlangsung bersamaan dengan pertumbuhan karakteristik seksual sekunder serta pertumbuhan uterus dan vagina. Saat menstruasi terjadi, di usia sekitar 12,5 tahun, dada dan tubuh telah berkembang. Sekresi hormon seksual anak laki-laki dimulai saat usia 9 hingga 10 tahun. Tanda pubertas yang bisa dilihat di awal ialah pertumbuhan testis dan skrotum yang menahan testis. Pertumbuhan pesat dimulai setahun kemudian seiring dengan pertumbuhan penis dan tumbuhnya bulu di wajah dan badan. Suara anak laki-laki akan berubah kemudian.¹⁵

Awal perubahan pubertas, diteliti terutama pada anak perempuan karena adanya penanda yang jelas berupa menstruasi, tergantung pada beberapa faktor yaitu:

1. Pengaruh genetik, usia ibu saat menstruasi pertama menjadi prediksi terkuat untuk usia menstruasi anaknya.¹⁶
2. Pengaruh fisik, pertumbuhan tinggi dan berat badan di masa anak-anak, nutrisi, dan presentase lemak tubuh merupakan sarana prediksi.

¹⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

¹⁶Bruce J. Ellis and Marilyn J. Essex, "Family Environments, Adrenarche, and Sexual Maturation: A Longitudinal Test of a life History Model," *Child Development* 78 (2007): 1799-1817 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

3. Pengaruh sosial, tekanan ekonomi terkait dengan permulaan pubertas yang lebih awal atau lebih lambat.
4. Pengaruh psikologis, susunan keluarga, perilaku pengasuhan, tekanan dalam hidup terkait dengan waktu kemunculan pubertas.¹⁷

Faktor psikologis yang memainkan peran atas keterlambatan atau kemunculan lebih awal perkembangan seksual mencakup:

1. Pengasuhan yang positif dan mendukung dari ayah dan ibu di usia prasekolah terkait dengan penundaan perkembangan seksual bagi anak laki-laki dan perempuan.¹⁸
2. Pengasuhan yang keras dan penuh tekanan yang ada dalam keluarga berpenghasilan rendah terkait dengan kemunculan menstruasi lebih awal pada anak perempuan.¹⁹
3. Anak perempuan yang tinggal di rumah tanpa adanya ayah kandung atau tinggal bersama ayah tiri atau kekasih ibu cenderung mengalami menstruasi lebih awal.²⁰

Waktu perkembangan seksual yang muncul lebih awal, terlambat, atau tepat waktu memiliki dampak psikologis bagi anak laki-laki dan perempuan.²¹

¹⁷Jay Belsky et al., "Family Rearing Antecedents of Pubertal Timing," *Child Development* 78 (2007): 1302-1321 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

¹⁸Ellis and Essex, "Family Environments, Adrenarche, and Sexual Maturation." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

¹⁹Belsky et al., "Family Rearing Antecedents of Pubertal Timing." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 308.

²⁰*Ibid.*

²¹Susman and Rogol, "Puberty and Psychological Development." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

Bagi anak perempuan, ketepatan waktu terkait dengan kepuasan yang lebih besar pada tubuh dan penampilan fisiknya dibandingkan ketika muncul lebih awal atau terlambat. Bagi anak laki-laki, kemunculan lebih awal terkait dengan kepuasan terhadap ukuran dan penampilan fisik mereka. Anak laki-laki dan anak perempuan Afrika Amerika menyatakan kepuasan yang kurang karena keterlambatan pendewasaan, sedangkan Asia Amerika dan Eropa Amerika menunjukkan dampak yang kecil dari waktu perkembangan seksual terhadap kesan pada tubuh mereka.²²

Anak perempuan yang lebih cepat dewasa mengalami kesulitan yang lebih besar dari pada anak perempuan yang mengalami keterlambatan.²³ Mereka mengalami lebih banyak konflik dengan orang tua dan teman, baik laki-laki maupun perempuan, karena tubuh dan ketertarikan mereka lebih berkembang,²⁴ dan mereka lebih rentan mengalami depresi dan penyalahgunaan obat-obatan dari pada anak perempuan yang terlambat mengalami menstruasi. Anak laki-laki yang dewasa lebih awal merasakan keuntungan karena peningkatan tinggi badan dan kekuatan ototnya, tetapi hasil penelitian tidaklah konsisten.

Pubertas juga membawa perubahan dalam intensitas emosional.²⁵ Remaja bukanlah seperti periuk berisi hormon kemarahan, tetapi setelah pubertas, reaksi

²²Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

²³*Ibid.*

²⁴Heidemarie Blumenthal et al., "Elevated Social Anxiety among Early Maturing Girls," *Developmental Psychology* 47 (2011): 1133-1140 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

²⁵W. Andrew Collins and Laurence Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context," in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. William Damon and Richard M. Lerner, vol. 3: *Social, Emotional, and Personality Development*, ed. Nancy Eisenberg (Hoboken, NJ: Wiley, 2006), 1003-1067 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

emosional anak laki-laki dan anak perempuan memang lebih tinggi. Intensitas dampak negatif yang terjadi terkait dengan status pubertas, dan ‘pencarian sensasi’ serta ketertarikan pada pengalaman emosional berintensitas tinggi tidak terkait dengan usia mereka, tetapi dengan status pubertas mereka.²⁶ Setelah pubertas, anak perempuan cenderung merasakan depresi yang lebih besar dibandingkan anak laki-laki, dan perbedaan itu berlanjut hingga usia dewasa, sedangkan anak laki-laki memiliki keagresifan dan perilaku kekerasan yang lebih tinggi, kemungkinan terkait dengan peningkatan testosteron.²⁷

Perubahan fisik karena pubertas termasuk perubahan dalam pola tidur.²⁸ Waktu sekresi melatonin (zat yang merevitalisasi sel-sel otak, berperan aktif saat tidur, sekresinya selama masa kanak-kanak berfungsi menghambat perkembangan kematangan seksual) berubah, dan permulaan tidur menjadi lebih lambat, sehingga remaja sering menunda waktu tidurnya karena alasan fisik serta alasan sosial dan sekolah.²⁹ Orang tua harus membantu remaja menjaga keteraturan jadwal tidurnya agar tidak mengantuk di siang hari.

²⁶Ronald E. Dahl, “Adolescent Brain Development: Vulnerabilities and Opportunities,” *Annals of the New York Academy of Sciences* 1021 (2004): 1-22 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

²⁷Susman and Rogol, “Puberty and Psychological Development” dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309-310.

²⁸L. LaBerge et al., “Development of Sleep Pattern in Early Adolescence,” *Journal of Sleep Research* 10 (2001): 59-67 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

²⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 309.

Ilmuwan telah lama berpendapat bahwa perkembangan otak telah sempurna saat remaja,³⁰ tetapi penelitian terbaru dengan teknik pencitraan baru menunjukkan bahwa perkembangan otak berlanjut hingga dekade kedua kehidupan, khususnya di area frontal otak, yang berperan dalam penalaran, penyelesaian masalah, perencanaan, dan penilaian. Di usia awal remaja, ada semburan sejumlah sinapsis di bagian frontal (depan) dan parietal (dinding) otak, kemungkinan dipicu oleh hormon karena anak perempuan mengalami penyemburan ini 1 tahun sebelum anak laki-laki. Di awal perkembangan, kelebihan produksi sinapsis dapat menandakan tahapan kritis perkembangan ketika lingkungan atau kegiatan remaja mengarah pada penghilangan sinapsis tertentu dalam usia remaja,³¹ dengan demikian kegiatan dan pengalaman akan membentuk fungsi otak.

Peningkatan mielinasi saraf (menutupi saraf dengan lapisan mielin), khususnya di area prefrontal, mengoordinasikan perhatian, emosi, dan perilaku, serta meningkatkan konduktivitas (daya hantar) dan komunikasi antara sel saraf, sehingga berkontribusi pada efisiensi otak. Karena otak sedang berkembang di area yang berperan dalam penjelasan, perencanaan, dan perilaku pemecahan masalah, orang tua bisa memperkirakan bahwa remaja tidak akan sekonsisten, seteratur, dan terstruktur seperti yang orang tua inginkan. Remaja mendapat

³⁰Jay N. Giedd et al., "Brain Development during Childhood and Adolescence: A Longitudinal MRI Study," *Nature Neuroscience* 2 (1999): 861-863 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 310.

³¹*Ibid* dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 311.

manfaat dari kesabaran, dorongan, dan dukungan orang tua dalam pemecahan masalah.³²

b. Perkembangan Kecerdasan

Pemecahan masalah remaja usia awal berkembang karena ingatan mereka dan kemampuan memproses informasi telah meningkat, dan karena mereka memiliki pengetahuan yang lebih luas untuk digunakan dalam mengatasi masalah. Selain itu, secara bertahap mereka menjadi lebih mampu mengintegrasikan fungsi kognitif dengan reaksi emosional dan sosial dalam berbagai situasi.³³

Remaja usia awal yang berusia antara 12 dan 14 tahun memasuki periode operasi formal Piaget, ketika mereka mampu berpikir secara lebih abstrak dibandingkan sebelumnya.³⁴ Mereka memberi penjelasan secara logis mengenai proposisi verbal atau situasi hipotetis. Dalam periode ini, remaja bisa berspekulasi secara bebas dan mendapat solusi dengan menganalisis masalah di kepala mereka. Lebih jauh lagi, mereka bisa menyebut semua kombinasi kejadian yang mungkin dan bertindak untuk melihat kemungkinan mana yang benar-benar ada.³⁵

Dengan meningkatnya kemampuan untuk berpikir abstrak, remaja masuk ke dalam pemikirannya, menganalisis pikiran, perasaan, reaksi mereka dan reaksi orang lain. Mereka memikirkan masa depan, apa yang akan terjadi di dunia. Mereka dapat memikirkan situasi yang ideal atau suatu solusi dan menjadi tidak

³²Jane Brooks, *The Process*, h. 311.

³³Collin and Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context."...dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 311.

³⁴Herbert Ginsburg and Sylvia Opper, *Piaget's Theory of Intellectual Development* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1969); Jean Piaget and BarbelInhelder, *The Psychology of the Child* (New York: Basic Book, 1969) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 311.

³⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 312.

sabar, dengan situasi seperti ini dapat mempengaruhi hubungan orang tua dan anak.³⁶

Saat terjadinya perubahan fisik dan fisiologis, banyak remaja usia awal memasuki sekolah menengah pertama atau sekolah menengah atas yang biasanya lebih besar, lebih menuntut, dan kurang mendukung pemenuhan kebutuhan siswa.³⁷ Menurut Brooks, guru tidak mengenal siswa dengan baik. Tugas membutuhkan tanggung jawab dan arahan sendiri yang tidak dimiliki oleh banyak remaja usia awal, dan penilaian sering didasarkan pada perbandingan sosial. Selain itu, persahabatan bisa berubah karena anak tidak lagi berada di kelas yang sama dan memiliki waktu yang sedikit untuk bersama-sama. Akhirnya, partisipasi dalam kegiatan sekolah lebih kompetitif karena ada banyak siswa yang menginginkan peran sebagai pemimpin atau mengisi posisi tim.³⁸

Seringkali siswa kehilangan minat dalam mata pelajaran, dan nilainya menurun. Bahkan, ketika anak laki-laki dan anak perempuan mendapat nilai yang bagus, beberapa di antaranya enggan membicarakan ketertarikan atau prestasi mereka karena takut dikatakan sok pintar.³⁹

³⁶*Ibid.*

³⁷Allan Wigfield et al., "Development of Achievement Motivation," in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. Damon and Lerner, vol. 3, 933-1002 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 312.

³⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 312.

³⁹Allan Wiegfield and A Laurel Wagner, "Competence, Motivation, and Identity Development during Adolescence," in *Handbook of Competence and Motivation*, eds. Andrew J. Elliot and Carol S. Dweck (New York: Guilford, 2005) 222-239 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 312.

c. Perkembangan Emosi

Catatan harian remaja usia awal tentang kegiatan dan suasana hati yang menyertainya menjadi sarana untuk memahami naik turunnya emosi pada periode ini. Kebanyakan penelitian yang memantau suasana hati menyatakan bahwa anak berusia 10 tahun ke atas memperlihatkan penurunan perasaan yang baik dan peningkatan perasaan negatif. Perubahan ini bersifat relatif, karena remaja usia awal masih memiliki banyak saat-saat yang baik dalam satu hari dari pada yang hal atau keadaan yang negatif.⁴⁰

Remaja usia awal biasanya menyatakan kecemasan dan kegelisahan di sekolah dan perasaan yang lebih positif ketika berada di rumah bersama anggota keluarga.⁴¹ Remaja yang menyatakan kesepian, rendahnya penghargaan diri, dan depresi adalah remaja yang mengalami konflik yang mengesalkan dan tidak diperkirakan dengan teman dan keluarga, orang-orang yang dinyatakan remaja sebagai sosok yang menyenangkan. Meski demikian, remaja yang kesepian memiliki suasana hati positif yang lebih banyak dibandingkan yang negatif. Namun kejadian yang menimbulkan stres di rumah dan di sekolah dapat menciptakan dampak berkelanjutan.⁴² Contohnya, ketika seorang siswa yang sedang mengalami permasalahan atau konflik di rumah, seringkali akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas di sekolahnya. Begitu juga

⁴⁰Reed W. Larson et al., "Continuity, Stability, and Change in Daily Emotional Experiences across Adolescence," *Child Development* 73 (2002): 1151-1165 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

⁴¹Josien Schneiders et al., "Mood Reactivity to Daily Negative Events in Early Adolescence: Relationship to Risk for Psychopathology," *Developmental Psychology* 42 (2006): 543-554 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

⁴²Lisa Flook and Andrew J. Fuligni, "Family and School Spillover in Adolescents' Daily Lives," *Child Development* 79 (2008): 776-787 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

sebaliknya, jika seorang siswa gagal mengerjakan tugas di sekolah kemudian menimbulkan stres, hal ini bisa menjadi pemicu konflik di rumah. Jika orang tua tidak dapat mengatasi tekanan-tekanan ini, stres dan konflik akan berkepanjangan.

Tidak ada perbedaan jenis kelamin antara suasana hati harian yang dinyatakan anak laki-laki dan anak perempuan. Hal ini berbeda dengan rendahnya penghargaan diri yang dinyatakan anak perempuan.

Pengalaman positif bisa berperan sebagai peredam melawan dampak kecemasan dan suasana hati yang buruk. Pengalaman itu memberikan 'arena kenyamanan' di mana remaja usia awal dapat menghindari stres, merasa santai, dan bahagia. Ketika remaja dari berbagai latar belakang etnik ditanya mengenai sumber dukungan mereka, semuanya menunjukkan pada pentingnya hubungan keluarga dan pertemanan yang erat.⁴³

Reed Larson, yang melakukan beberapa survei mengenai suasana hati harian, menyatakan bahwa dalam satu penelitian, 27 persen remaja menyatakan kebosanan kebanyakan ketika mereka berada di sekolah dan kegiatan belajar.⁴⁴ Siswa berprestasi menyatakan kebosanan sama seringnya dengan yang dinyatakan remaja yang sering bertingkah. Larson menulis, "*Communicate an ennui of being trapped in the present, waiting for someone to prove to them that life is worth*

⁴³Mary J. Levitt, Nathalie Guacci-Franco, and Jerome L. Levitt, "Convoys of Social Support in Childhood and Early Adolescence" Structure and Function," *Developmental Psychology* 29 (1993): 811-818 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

⁴⁴Reed W. Larson, "Toward a Psychology of Positive Youth Development," *American Psychology* 55 (2000): 170-183 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

living.”⁴⁵ Remaja awal menyatakan rasa bosannya terkungkung pada saat ini, menanti seseorang yang membuktikan pada mereka bahwa hidup ini berharga.

Dia meyakini bahwa perkembangan positif membutuhkan remaja yang mampu mengembangkan inisiatif, diartikan sebagai perasaan motivasi internal untuk melakukan kegiatan yang menantang dan penuh usaha yang dilakukan dalam periode waktu yang panjang.⁴⁶

d. Perkembangan Diri

Remaja usia awal sekarang berpikir secara lebih abstrak dari sebelumnya, dan mereka menjelaskan diri mereka dengan istilah sifat yang lebih umum.⁴⁷ Meski mereka berpikir bahwa diri mereka bodoh karena nilai yang buruk dan kreativitas yang rendah, mereka belum mengintegrasikan kualitas negatif ini ke dalam gambaran keseluruhan diri mereka. Kualitas positif dan negatif tetap menjadi sifat yang terpisah. Pemisahan ini bisa berperan sebagai peredan psikologis sehingga sifat negatif dari satu hal tidak mempengaruhi keseluruhan pandangan diri.⁴⁸

Dalam periode perubahan ini, remaja mulai mendalami siapa dirinya, apa yang mereka yakini, dan apa yang mereka mau. Mereka bereada dalam proses pembentukan sesuatu yang disebut Erik Erikson sebagai pemahaman identitas

⁴⁵*Ibid* dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 313.

⁴⁶*Ibid.*

⁴⁷Susan Harter, “The Self,” in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. Damon and Lerner, vol. 3, 505-570 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

⁴⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

(*sense of identity*), pemahaman atas perbedaan diri yang merupakan sisi terdalam 'diriku'.⁴⁹

James Marcia menjelaskan empat cara remaja membangun identitas, yaitu: melalui proses eksplorasi (dengan menggali pengalaman dan ide baru juga membentuk pertemanan baru); dengan membuat komitmen (pada nilai, tujuan dan perilaku); dengan memilih nilai tradisional tanpa memikirkan apa yang ingin mereka lakukan dalam hidupnya (mereka tidak menghadapi krisis atau konflik, karena mereka tidak ingin menghadapi isu); dan cara yang terakhir yaitu eksplorasi dengan komitmen bagi remaja yang mengalami moratorium.⁵⁰ Cara yang terakhir ini merupakan krisis mendasar tentang apa yang ingin mereka lakukan. Mereka memiliki ide untuk digali, tetapi mereka belum berkomitmen untuk bertindak. Akhirnya, beberapa remaja mengalami difusi identitas (*identity diffusion*), di mana mereka tidak dapat membuat pilihan apapun. Mereka terombang-ambing tanpa arah.⁵¹

Di usia awal hingga pertengahan usia remaja, perbedaan gender muncul dalam penghargaan diri, anak laki-laki memiliki tingkatan yang lebih tinggi dari pada anak perempuan. Susan Harter berpendapat bahwa di tahun-tahun tersebut ide mengenai penampilan menarik yang diidealkan remaja seperti tubuh tinggi, langsing, ramping, berdada besar, sangat mustahil didapatkan sehingga anak

⁴⁹Erik H. Erikson, *Childhood and Society*, 2nd ed. (New York: Norton, 1963) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

⁵⁰James F. Marcia, "Identity in Adolescence," in *Handbook of Adolescent Psychology*, ed. Joseph Adelson (New York: Wiley, 1980), 159-1149 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

⁵¹Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

perempuan menganggap dirinya sebagai sosok yang tidak menarik.⁵² Karena anak perempuan umumnya, tidak mendapat kepuasan dari kegiatan fisik olahraga, mereka terlepas dari sumber utama pembentuk kepercayaan diri ketika mereka tidak menghargai tubuhnya. Penurunan penghargaan diri juga bisa terkait dengan tekanan dari kesesuaian gender dan identitas etnik.

1) Identitas Gender

Saat remaja mulai berpikir secara lebih abstrak mengenai kualitas dirinya dan perasaan dengan apa yang dipikirkan orang lain atas dirinya, mereka bertanya-tanya seberapa baik mereka memenuhi standar masyarakat untuk perilaku yang sesuai gender. Mereka bisa merasa puas dengan perilakunya atau mereka bisa merasa tertekan untuk menyesuaikan dengan standar orang lain atas perilaku gender. Remaja Eropa Amerika yang merasa puas dengan perilaku mereka yang memenuhi standar budaya menyatakan penghargaan diri dan penerimaan sosial, sementara remaja yang merasa tertekan untuk menyesuaikan dirinya dengan gender menyatakan kecemasan dan penghargaan diri yang lebih rendah.⁵³ Remaja usia awal Afrika Amerika dan Latin, hubungannya dengan perasaan terhadap kesesuaian gender tidak terkait erat dengan penyesuaian diri positif.⁵⁴ Mungkin saja mereka terlibat dalam penggalan dan pembentukan

⁵²Harter, "The Self." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 314.

⁵³Jennifer L. Yunger, Priscilla R. Carver, and David G. Perry, "Does Gender Identity Influence Children's Psychology Well-Being?" *Developmental Psychology* 40 (2004): 572-582 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 315.

⁵⁴Brooke C. Corby, Ernest V. E. Hodges, and David G. Perry, "Gender Identity and Adjustment in Black, Hispanic, and White Preadolescents," *Developmental Psychology* 43 (2007): 261-266 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 315.

identitas etnik mereka sendiri, sehingga kurang terlibat dalam identitas gender secara psikologis.

Meski remaja usia awal menilai kesesuaian gender, sikap mereka mengenai peran gender, umumnya, tumbuh lebih egaliter dan fleksibel sejak usia 7 hingga 13 tahun.⁵⁵ Di usia 13 tahun, mereka mencapai kestabilan yang bertahan 2 hingga 3 tahun, dan sekitar usia 16 tahun, remaja menjadi lebih tradisional pandangannya mengenai peran gender. Gambaran perubahan ini mengaburkan pola perubahan yang berbeda, tergantung pada kegiatan anak. Anak perempuan dan anak laki-laki yang menghabiskan waktu dalam kegiatan lintas gender seperti olahraga dan matematika bagi anak perempuan dan membaca serta waktu untuk sendirian bagi anak laki-laki, memiliki sikap dan minat yang lebih kecil terhadap peran gender secara tradisional.⁵⁶

2) Identitas Etnik

Ketika remaja usia awal menggali kualitas pribadi mereka untuk membentuk pemahaman atas identitas dan mengevaluasi perilaku mereka dalam hal tipikalitas gender, banyak anak yang menyertakan kelompok etniknya untuk mendefinisikan siapa diri mereka.⁵⁷

⁵⁵Ann C. Crouter et al., "Development of Gender Attitude Traditionality across Middle Childhood and Adolescence," *Child Development* 78 (2007): 911-926 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 315.

⁵⁶Susan McHale et al., "Links Between Sex-Typed Time Use in Middle Childhood and Gender Development in Early Adolescence," *Developmental Psychology* 40 (2004): 868-881 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 315.

⁵⁷Jane Brooks, *The Process*, h. 315.

e. Perkembangan Pengaturan Diri

Dalam periode yang memiliki banyak perubahan ini, anak mengembangkan perilaku yang memprediksikan fungsi di masa depan. Namun, tidak semua tindakan impulsif menandakan sifat impulsif di masa depan. Bahkan, remaja yang paling bertanggung jawab dan dapat diandalkan akan melakukan tindakan terlarang seperti membawa mobil tanpa izin sebagian untuk menguji batasan, sebagian untuk merasakan pengalaman, sebagian untuk mengesankan teman. Bagaimana membedakan tindakan terlarang dengan masalah yang lebih serius dengan kontrol impuls merupakan kemampuan yang harus dikembangkan oleh orang tua.⁵⁸

f. Hubungan Orang Tua dan Anak

Remaja muda menghabiskan sekitar setengah waktunya bersama orang tua seperti ketika mereka masih di sekolah dasar.

1) Dukungan Orang Tua

Berbagai penelitian mencatat hubungan positif antara dukungan orang tua dan perhatian serta kemampuan kognitif, emosional, dan sosial remaja. Penelitian terbaru menyertakan tidak hanya remaja usia dini dan usia lebih tua di Amerika Serikat, tetapi juga sampel di sepuluh negara Afrika, Asia, Timur Tengah, dan Amerika Selatan.⁵⁹ Di semua negara ini, lanjut Brooks, pernyataan remaja mengenai dukungan orang tua mereka tercermin dari komentar bahwa orang tua

⁵⁸*Ibid*, h. 317.

⁵⁹Brian K. Barber, Heidi E. Stolz, and Joseph A. Olsen, "Parental Support, Psychological Control and Behavioral Control: Assessing Relevance across Time, Culture, and Method," *Monographs of the Society for Research in Child Development* 70, serial no. 282 (2005) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 318.

peduli dengan mereka, menikmati waktu bersama dan berbicara dengan mereka, mempercayai dan menganggap mereka, para remaja ini, adalah sosok yang penting. Di Amerika Serikat, dukungan ayah berpesan besar terhadap kemampuan sosial dan inisiatif remaja, sedangkan dukungan dari ibu memberi pengaruh dalam berkurangnya depresi remaja. Di kebanyakan negara lain, dukungan dari ibu lebih memprediksikan kedua aspek tersebut dalam perilaku remaja.⁶⁰

2) Penghargaan Orang Tua terhadap Ketegasan dan Kemandirian Remaja Usia Awal

Dengan tumbuhnya pemahaman mengenai kemandirian, remaja usia awal menyertakan keinginan mereka atas pilihan dan keputusan sendiri. Mereka berdebat untuk menentukan baju, teman, dan kapan mereka harus melakukan tugas dan PR. Mereka tidak menentang nilai moral dan sosial orang tua atau aturan mereka mengenai keselamatan, tetapi mereka mendefinisikan kembali apa yang dianggap orang tua sebagai aturan moral dan kesepakatan bersama bagi perilaku keluarga yang seharusnya berada di bawah kontrol pribadinya, dan mereka membenarkan keyakinannya dengan dasar apa yang dilakukan remaja lain. Ketika remaja secara terbuka tidak sepakat dengan orang tua, ketidaksepakatan itu berakibat pada hubungan yang penuh amarah dengan orang tua yang ditemui di 5-20 persen keluarga.⁶¹ Dalam masa ini remaja perlu

⁶⁰ Jane Brooks, *The Process*, h. 318.

⁶¹ Judith G. Smetana, "Adolescent-Parent Conflict: Resistance and Subversion as Developmental Process," in *Conflict, Contradiction, and Contrarian Elements in Moral Development and Education*, ed. Larry Nucci (Mahwah, Nj: Erlbaum, 2005), 69-91 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 319.

diberikan kepercayaan atas pilihan-pilihan yang mereka buat selama mereka dapat mempertanggungjawabkan pilihan-pilihan tersebut.

3) Mengatur dan Mengawasi Perilaku

Penelitian telah menunjukkan bahwa ketika orang tua mengawasi remaja dan mengetahui di mana mereka berada, apa yang mereka lakukan, dengan siapa mereka, maka remaja cenderung tidak melakukan risiko seperti minum minuman keras, merokok, dan kegiatan kenakalan remaja.⁶² Telah lama diperkirakan bahwa pengetahuan orang tua diperoleh dengan mengamati dan melacak anak, tetapi penelitian terbaru menyatakan bahwa pengetahuan orang tua berasal dari kesediaan anak untuk bercerita pada orang tua apa yang mereka lakukan. Kesediaan ini merupakan bagian dari hubungan resiprokal dengan orang tua. Ketika orang tua bersikap hangat dan responsif, anak merasa diterima dan nyaman berbagi informasi sehingga mereka bersikap terbuka dengan orang tua. Ketika orang tua memiliki pengetahuan, mereka bisa melakukan tindakan yang efektif untuk mengatur perilaku.⁶³

4) Menciptakan Dialog yang Responsif dengan Remaja Usia Awal

Ibu yang dilatih⁶⁴ akan lebih sedikit berbicara, menanyakan lebih banyak pertanyaan terbuka, dan tidak terlalu menilai dibandingkan dengan ibu yang tidak dilatih. Remaja dengan ibu yang dilatih akan lebih nyaman berbicara tentang

⁶²Judith G. Smetana, "It's 10 O'clock: Do You Know Where Your Children Are? Recent Advances in Understanding Parental Monitoring and Adolescents' Information Management," *Child Development Perspectives* 2 (2008): 19-25 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 319.

⁶³Jane Brooks, *The Process*, h. 319.

⁶⁴Dilatih untuk melakukan dialog yang efektif.

seksualitas, dan mereka menyatakan lebih banyak berdiskusi mengenai kontrol kehamilan dari pada yang dilakukan remaja lain.⁶⁵

5) Memunculkan Identitas Gender

Mary Pipher, penulis *Reviving Ophelia*, meyakini bahwa dalam tahun-tahun remaja, anak perempuan kehilangan pemahaman atas diri mereka sebagai individu dan menjadi lebih berfokus pada kebutuhan, perasaan dan penerimaan orang lain. Dia meminta orang tua untuk menyediakan rumah yang memberikan perlindungan dan tantangan untuk membantu anak perempuan menemukan dan mempertahankan pemahaman identitasnya. Orang tua harus mendengarkan anak, mendorong pikiran mandiri dan kemampuan membuat keputusan secara rasional serta mendorong pertemanan dengan laki-laki dan anak perempuan juga keragaman jenis kegiatan sehingga mereka mengembangkan pemahaman identitas berdasarkan minat dan kemampuan mereka. Dia juga mendorong sifat altruisme (mementingkan orang lain) untuk meredam sifat keegoisan yang menjadi ciri remaja.⁶⁶

Sedangkan untuk anak remaja laki-laki, seorang ahli psikologi, William Pollack, menulis:

*I believe that boys, feeling ashamed of their vulnerability, mask their emotions and ultimately their true selves. This unnecessary disconnection—from family and then from self—causes many boys to feel alone, helpless, and fearful.*⁶⁷

⁶⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 320.

⁶⁶Mary Pipher, *Reviving Ophelia* (New York: Ballantine Books, 1994), 283 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 320.

⁶⁷William Pollack, *Real Boys* (New York: Henry Holt, 1998), xxiv dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 398.

Pollack yakin bahwa anak laki-laki, yang merasa malu dengan kelemahan mereka, menutupi emosi mereka dan kebenaran diri mereka. Pemutusan koneksi yang tidak perlu ini, dari keluarga dan diri sendiri, menyebabkan banyak anak laki-laki yang merasa sendirian, tidak berdaya, dan takut.

Pollack menasihati orang tua untuk masuk ke dalam topeng yang dikembangkan anak laki-laki dengan:

1. Menyadari tanda bahwa anak laki-lakinya menyembunyikan perasaan
2. Berbicara dengan anak mengenai perasaan dan mendengar apa yang mereka katakan
3. Menerima saat emosional anak dalam mengungkapkan perasaan,
4. Berhubungan dengan anak laki-laki melalui kegiatan bersama yang meningkatkan kedekatan
5. Berbagi pengalaman bertumbuh mereka dengan anak laki-laki.

Anak laki-laki harus diyakinkan bahwa bahwa mereka dicintai dengan segala kekuatan dan kelemahan yang mereka miliki, bahwa kita (orang tua) mencintai mereka dengan menjadi anak laki-laki apa adanya.⁶⁸

6) Memunculkan Identitas Etnik

Orang tua berperan sebagai contoh bagi anaknya dan sebagai sumber informasi mengenai budaya etnik, identitas etnik dan cara mengatasi diskriminasi serta prasangka. Brooks menghimbau para orang tua untuk selalu mengingat bahwa banyak anak di dalam kelompok umur ini mencemaskan diskriminasi karena penampilan atau perilaku mereka sehingga meskipun anak tidak

⁶⁸*Ibid*, h. 398 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 321.

mengatakan apa-apa, kemungkinan diskriminasi masih ada dalam pikiran mereka.⁶⁹

7) Penyebab Stres dalam Keluarga yang Menghalangi Pengasuhan Efektif dan Berdampak pada Perilaku Anak

Ketika orang tua tidak bisa kompak dan tidak sepakat, remaja usia awal mengalami ketidaknyamanan emosional yang pada akhirnya mempengaruhi penyesuaian psikologis anak.⁷⁰ Mereka menjadi takut, sedih, marah, dan menunjukkan perilaku yang tidak patuh. Berapa pun usia anak, keharmonisan pernikahan orang tua sangat berpengaruh pada kondisi psikologis mereka. Semakin bahagia pasangan suami istri, maka semakin kecil tingkat stres yang dimiliki anak.

g. Hubungan dengan Saudara

Hubungan orang tua dengan anak remaja mempengaruhi hubungan antar saudara. Ketika orang tua memiliki hubungan yang hangat dengan anak, saudara laki-laki dan saudara perempuan juga akan memiliki hubungan yang hangat satu sama lain.⁷¹ Saudara menjadi sosok yang penting karena berada dalam tataran yang sama, dan mereka bisa memahami satu sama lain dengan lebih baik dibandingkan orang tua dalam memahami anaknya. Dengan demikian, saudara bisa memberikan dukungan positif, menawarkan nasihat dalam mengatasi

⁶⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 321.

⁷⁰Patrick T. Davies et al., "Child Emotional Security and Interparental Conflict," *Monographs of the society for Research in Child Development* 67, serial no. 270 (2002) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 322.

⁷¹Judy Dunn, "Siblings and Socialization," in *Handbook of Socialization: Theory and Research*, eds. Joan E. Grusec and Paul D. Hastings (New York: Guilford, 2007), 309-327 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 324.

masalah, dan berperan sebagai pendamping sehari-hari. Ketika orang tua bercerai, saudara bisa menjadi sosok yang tidak berubah dalam kehidupan satu sama lain.⁷²

Ketika orang tua memiliki anak favorit, maka anak-anaknya cenderung memiliki konflik. Agresi cenderung muncul dari anak yang merasa kurang diperhatikan dan kemudian akhirnya menunjukkan rasa marah tersebut pada saudaranya yang lain. Pengaruh saudara juga dapat mendorong perilaku menyimpang bagi remaja usia awal.⁷³ Ketika remaja laki-laki yang berusia lebih muda memiliki hubungan yang hangat dengan abangnya yang melakukan kenakalan remaja, mereka akan cenderung meniru tindakan itu. Bagi anak perempuan, kualitas hubungan memiliki dampak yang berbeda. Anak perempuan yang lebih muda yang memiliki hubungan hangat dengan kakak perempuannya cenderung tidak meniru perilaku nakal kakaknya.⁷⁴

Meski mereka meniru perilaku negatif, anak mempelajari kemampuan positif dalam hal berbagi dan menegosiasikan perbedaan, dan hal ini berlanjut dalam hubungan dengan teman. Anak yang memiliki hubungan positif dengan saudara memiliki hubungan positif dengan teman dan juga baik secara akademis sekolah.⁷⁵

⁷² Jane Brooks, *The Process*, h. 324.

⁷³ Cheryl Slomkowski et al., "Sisters, Brothers, and Delinquency: Evaluating Social Influence during Early and Middle Adolescence," *Child Development* 72 (2001): 271-283 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 324.

⁷⁴ Jane Brooks, *The Process*, h. 325.

⁷⁵ *Ibid.*

h. Hubungan Pertemanan

Anak memilih teman yang memiliki minat yang sama dengan mereka, dan mereka mendapatkan manfaat dari hubungan akrab dari saling berbagi pengalaman dan perasaan untuk dipahami.⁷⁶ Teman memiliki konflik yang sama banyaknya dengan yang bukan teman, tetapi bentuknya berbeda dalam hal kepuasan. Sahabat bisa lebih dekat dan lebih terbuka satu sama lain. Mereka saling mendukung dan setia. Dengan semua manfaat pertemanan, tidaklah mengherankan remaja usia awal yang bergaul dengan teman lebih mampu secara sosial, lebih percaya diri, dan lebih berhasil secara akademik dari pada anak yang kekurangan teman.⁷⁷

Banyak remaja yang ingin populer, diterima, dan disukai.⁷⁸ Penelitian menyatakan bahwa kesuksesan sosial dan kepuasan dalam pertemanan tidak bergantung pada kepopuleran. Anak berusia 13 tahun yang menganggap dirinya diterima dan disukai, meski tidak dianggap oleh teman sekolahnya sebagai sosok yang populer, memiliki banyak teman dan berhasil secara sosial setahun kemudian sama seperti anak yang populer. Perasaan pribadi atas penerimaan sosial bisa berasal dari persahabatan atau kegiatan di luar sekolah atau di gereja. Apapun sumbernya, anak yang merasa diterima, bergaul dengan orang lain dan

⁷⁶Kenneth H. Rubin, William M. Bukowski, and Jeffrey G. Parker, "Peer Interactions, Relationships, and Groups," in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. Damon and Lerner, vol. 3, 571-645 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 325.

⁷⁷Kathleen Mullan Harris and Shannon E. Cavanagh, "Indicators of the Peer Environment in Adolescence," in *Key Indicators of Child and Youth Well-Being*, ed. Brett V. Brown (Mahwah, NJ: Erlbaum, 2008), h. 259-278 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 325.

⁷⁸Kathleen B. McEkhaney, Jill Antonishak, and Joseph P. Allen, "'They Like Me, They Like Me Not': Popularity and Adolescents' Perceptions of Acceptance Predicting Social Functioning over Time," *Child Development* 79 (2008): 720-731 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 325.

terlibat dalam hubungan yang memuaskan. Remaja usia awal yang paling mengalami kesulitan adalah mereka yang merasa tidak diterima dan kurang berhubungan dengan orang lain di usia 13 tahun. Mereka cenderung merasa marah dan tercerabut dari kontak sosial sehingga masalah mereka berlanjut di tahun berikutnya dan makin meningkat.⁷⁹

Internet saat ini menyediakan cara bagi anak remaja untuk berhubungan dengan teman-temannya.⁸⁰ Rata-rata, 80 persen remaja usia awal telah mengakses komputer dan menggunakannya untuk mengirim e-mail, pesan instan (*instant messaging/IM*), untuk bergabung dalam ruang obrolan (*chat room*), dan menampilkan informasi pribadi. Ketika remaja berkomunikasi dengan teman yang telah dikenal lewat IM, mereka menjadi lebih dekat dengan teman mereka. Kedekatan tidak bertambah bagi anak yang berkomunikasi dengan orang asing. Ketika membuka diri lewat internet menjadi lebih mudah bagi remaja yang canggung dalam hubungan sosial secara langsung di dunia nyata. Bagi yang menggunakannya, komunikasi lebih banyak dilakukan secara *online* daripada remaja yang tidak mengalami kecanggungan.⁸¹

Kecemasan orang tua mengenai teman anaknya memiliki beberapa alasan.⁸² Seperti halnya saudara, teman bisa menarik anak untuk melakukan kenakalan. Sebagai tambahan, dengan teman dekat, anak kadang melakukan apa

⁷⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 325-326.

⁸⁰Patti M. Valkenburg and Jochen Peter, "Preadolescents' and Adolescents' Online Communication and Their Closeness to Friends," *Developmental Psychology* 43 (2003): 267-277 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸¹ Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸²Rubin, Bukowski, and Parker, "Peer Interactions, Relationships, and Groups." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

yang diistilahkan ‘*co-rumination*’ (mendengarkan gejala depresi seseorang terus menerus). Diskusi tersebut meningkatkan kedekatan antarteman. Ketika anak perempuan dan anak laki-laki terlibat dalam hubungan itu dan menjadi lebih dekat dengan temannya, *co-rumination* anak perempuan memprediksikan rasa depresi dan kecemasan mereka, tetapi hal ini tidak ditemui pada anak laki-laki.⁸³

Di tahun-tahun ini, anak membentuk geng, kelompok kecil terdiri dari lima hingga sembilan anggota yang memilih satu sama lain sebagai teman.⁸⁴ Di awal usia remaja, remaja menghabiskan kebanyakan waktu mereka dalam kelompok dengan jenis kelamin yang sama. Anak perempuan menghabiskan lebih banyak waktu untuk berbicara dibandingkan anak laki-laki, dan anak laki-laki menghabiskan lebih banyak waktu melakukan olahraga dibandingkan anak perempuan. Kegiatan kelompok memberikan sosialisasi dan rasa kebersamaan, meningkatkan penggalan diri dan pencapaian, serta memberi kesempatan untuk belajar dan mengarahkan. Baik penggalan diri maupun kegiatan belajar memberi anak pengalaman yang mereka butuhkan untuk membentuk pemahaman identitas yang stabil. Namun, *bullying* dan kekerasan berlanjut di tahun-tahun ini, dan banyak anak takut ke sekolah karena ejekan kasar dan ancaman fisik. Sebuah penelitian longitudinal menganalisis pernyataan siswa yang menjadi korban-

⁸³Amanda J. Rose, Wendy Carlson, and Erika M. Waller, “Prospective Associations of Co-Rumination with Friendship and Emotional Adjustment: Considering the Socioemotional Trade-Offs of Co-Rumination,” *Developmental Psychology* 43 (2007): 1019-1031 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸⁴Rubin, Bukowski, and Parker, “Peer Interactions, Relationships, and Groups.” dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

dipanggil dengan sebutan, ditertawai, didorong, dan dirampok-dan menemukan bahwa di kelas 6, anak laki-laki dan perempuan yang diganggu berjumlah sama.⁸⁵

Apa yang tidak berubah dalam kurun waktu 3 tahun ialah reaksi emosional karena menjadi korban *bullying*.⁸⁶ Korban merasa tidak aman berada di sekolah, dan seiring waktu korban mengalami depresi. Menyaksikan *bullying* yang dialami orang lain berdampak pada siswa, sehingga mereka yang menyaksikan menyatakan merasa marah dan dipermalukan. Siswa yang merasa hanya mereka yang diganggu menyatakan peningkatan yang besar dalam amarah dan rasa malu. Mereka merasa menjadi target satu-satunya. Kita melihat di sini bahwa *bullying* memiliki dampak negatif bahkan bagi anak yang hanya menyaksikannya.⁸⁷

Sayangnya di era teknologi masyarakat kita, *bullying* dapat mencakup penonton yang lebih banyak melalui internet. Pelaku bisa menggunakan situs dan laman pribadinya untuk menyebarkan pesan berbahaya dan menyakitkan dan menyerang remaja meski mereka tidak berada di sekolah. Dalam sebuah survei tahun 2007, satu dari tiga remaja menyatakan mereka mengalami beberapa bentuk pelecehan via Internet, dan *Center for Disease and Prevention* membiayai penelitian mengenai agresi elektronik bagi anak muda.⁸⁸ Ketika anak bercerita pada orang tua, orang tua dapat membantu mencari solusi masalah tersebut.

⁸⁵Karen Nylund et al., "Subtypes, Severity, and Structural Stability of Peer Victimization: What Does Latent Class Analysis Say?" *Child Development* 78 (2007): 1706-1722 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸⁶Adrienne Nishina and Jaana Juvonen, "Daily Reports of Witnessing and Experiencing Peer Harassment in Middle School," *Child Development* 76 (2005): 435-450 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸⁷ Jane Brooks, *The Process*, h. 326.

⁸⁸Victoria Kim, "Free Speech, Schools, and Cyber-bullying," *Los Angeles Times*, August 3, 2008, A1 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 327.

Sayangnya, beberapa anak sangat marah sehingga tidak mengatakan pada siapa-siapa, dan malah melakukan tindakan destruktif.

Berdasarkan wawancara dengan remaja mengenai kekerasan di sekolah, James Garbarino dan Ellen deLara membuat beberapa saran untuk orang tua dalam memerangi *bullying* dan pelecehan di sekolah. Mereka menyarankan orang tua untuk berbicara dengan anaknya mengenai jenis pengalaman negatif yang mereka alami di sekolah, meski mereka tidak mengalaminya karena banyak yang hanya menyaksikannya. Berbicara dengan orang tua lain mengenai pandangan mereka terhadap gangguan dan membentuk kelompok untuk berbicara dengan pihak sekolah.⁸⁹

Perilaku *bullying* semakin berkembang melalui internet, pelaku *bullying* dapat melacak korban hingga ke rumah dan menyebarkan rumor secara luas. Ketika anak melaporkan *bullying* kepada orang tuanya, dan banyak yang tidak mau membicarakannya secara rinci atau tidak membicarakannya sama sekali, orang tua dapat mendorong mereka untuk menyimpan catatan apa pun yang mereka miliki yang mengindikasikan sebagai sumber gangguan. Laporan bisa ditujukan pada penyedia layanan internet dan telepon yang akan menindaknya karena tindakan itu biasanya melanggar kontrak yang ada. Jika pelaku berasal dari sekolah, orang tua bisa menghubungi sekolah untuk menentukan apa yang bisa mereka lakukan.⁹⁰

⁸⁹James Garbarino and Ellen deLara, *And Words Can Hurt Forever* (New York: Free Press: 2002) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

⁹⁰Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

i. Tugas dan Kepedulian Orang Tua

Tugas orang tua berkembang saat mereka tidak hanya menjadi pengasuh dan penerjemah dunia sosial, tetapi juga menjadi contoh untuk peningkatan sejumlah perilaku di dunia di luar rumah. Tugas orang tua menurut Brooks yaitu:

1. Terus menjadi satu-satunya pengaruh terpenting dalam kehidupan anak.
2. Mencontohkan kontrol diri, perilaku yang bertanggung jawab.
3. Bersifat peka terhadap kebutuhan dan perasaan anak.
4. Mengawasi kegiatan dan perilaku anak.
5. Mengkomunikasikan informasi dan nilai yang penting topik yang sulit dibahas seperti seksualitas, penggunaan obat-obatan, dan diskriminasi.
6. Menyediakan waktu, siap berbincang ketika anak siap untuk berbicara.
7. Memberi anak lebih banyak kewenangan (memperceyakan) untuk membuat keputusan.
8. Memberikan dukungan saat anak menjalani perubahan fisik dan tantangan sosial, sehingga rumah menjadi tempat yang penuh pemahaman.
9. Berbagi waktu yang menyenangkan.⁹¹

Agar orang tua dapat menciptakan atmosfer yang baik dalam hubungan orang tua-remaja dan mampu memberikan solusi bagi problematika yang dihadapi anak remaja mereka maka para orang tua harus memiliki strategi pengasuhan yang tepat sehingga dapat membantu anak dalam mengembangkan inisiatif mereka serta mengembangkan kemampuan anak dalam memecahkan masalah (*problem*

⁹¹*Ibid*, h. 328.

solving) termasuk dalam hubungan pertemanan. Adapun metode perilaku orang tua yang diuraikan Brooks dalam menghadapi problem remaja yaitu:

1) Berkomunikasi dengan Remaja Awal yang Tidak Komunikatif

Telah sering disampaikan mengenai pentingnya berbicara dengan anak, tetapi dengan anak yang memasuki usia remaja awal, kadang anak pulang ke rumah, masuk ke kamar mereka, dan menutup pintu. Ketika mereka muncul untuk makan, mereka hanya sedikit berbicara, menjawab pertanyaan dengan satu atau dua kata. Mereka tidak berbicara tentang apa yang sedang mereka lakukan, pikirkan, atau rasakan. Anak tidak terlihat tidak bahagia, tetapi orang tua merasa mereka tidak mengenal anaknya lagi. Orang tua mungkin akan terluka ketika anaknya hanya berbicara sedikit dengan mereka, tetapi mampu berbicara berjam-jam dengan temannya di telepon.⁹²

Orang tua bisa melakukan banyak hal untuk memunculkan perbincangan. *Pertama*, mereka bisa menjadi contoh yang baik dalam komunikasi dengan membicarakan mengenai hari, teman, dan rencana mereka. *Kedua*, mereka bisa meminta komentar: “Bagaimana keadaan sekolah?” atau “Apa yang akan kamu dan Jenny lakukan malam ini?” Jika anak menjawab dengan satu atau dua kata, orang tua harus mengakhiri perbincangan dan menanti kesempatan lain. *Ketiga*, mereka bisa mengomentari perilaku nonverbal atau bahasa tubuh: “Kelihatannya kamu bahagia hari ini,” atau “Kamu kelihatan senang.” Remaja mungkin tidak akan memberi komentar, tetapi orang tua harus tetap berusaha. Saat remaja berbicara, orang tua bisa mendengarkan dan merefleksikan perasaan remaja,

⁹²*Ibid*, h. 328.

menghindari kritikan, penilaian untuk anak orang lain, menyalahkan, atau bersikap sarkasme. Merefleksikan perasaan remaja membantu remaja meneruskan pembicaraannya. Jika remaja berbicara mengenai masalah yang sedang ia coba selesaikan dan ingin membahasnya, orang tua bisa menanyakan pertanyaan terbuka kemudian mendengarkan.⁹³

Ada banyak “jangan” dalam proses yang mendorong remaja dalam perbincangan.⁹⁴ Jangan paksa anak mengemukakan perasaan mereka. Jangan berikan nasihat saat anak mulai bercerita. Jangan terburu-buru mencari solusi. Jangan terburu-buru menjawab pertanyaan, menunda jawaban bisa merangsang pemikiran, dan yang terpenting adalah jangan terburu-buru menghakimi.

Adele Faber dan Elaine Mazlish menjelaskan teknik yang bermanfaat ketika remaja mulai membicarakan tentang pelemahan semangat atau frustrasi.⁹⁵ Mereka menyarankan untuk menunjukkan sikap menghargai pada usaha anak dengan komentar seperti “Itu pasti sulit,” “Itu tidak mudah,” atau “Kadang hal itu bisa membantu ketika...” lalu berikan sedikit informasi: “Akan membantu, ketika kamu tergesa-gesa, berkonsentrasi pada hal yang paling penting.” Remaja bebas menggunakan informasi tersebut atau tidak. Orang tua harus menjaga nada suara mereka sehingga informasi itu tidak terdengar seperti nasihat.⁹⁶ Dengan kalimat-kalimat itu, selain menghargai usaha anak dalam menyampaikan masalahnya juga

⁹³*Ibid*, h. 328-329.

⁹⁴Don Dinkmeyer and Gary D. McKay, *STEP/TEEN Systematic Training for Effective Parenting of Teens* (Circle Pines MN: American Guidance Service, 1983) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

⁹⁵Adele Faber and Elaine Mazlish, *How to Talk So Kids Will Listen and Listen So Kids Will Talk* (New York: Rawson Wade, 1980) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

⁹⁶Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

akan memberi kesan bahwa orang tua dapat mengerti perasaan anak, berempati pada kegelisahan yang mereka alami, sehingga anak akan dapat lebih terbuka dalam berkomunikasi pada orang tuanya.

Faber dan Mazlish juga memberikan alternatif yang menarik untuk mengatakan ‘tidak’. Karena remaja bersifat peka terhadap kontrol dan tidak suka bertanya jika mereka sering mendengar jawaban ‘tidak’ sebagai responnya. Maka harus ada cara lain dalam merespon agar mendorong perbincangan yang lebih aktif. Orang tua bisa meninggalkan kata ‘tidak’ dan hanya memberi informasi atau keterangan. Misalnya, jika seorang remaja meminta baju mahal, orang tua bisa berkata, “Dananya tidak mencukupi untuk bulan ini.” Jika ada cara agar anak dapat memperoleh benda itu, orang tua bisa memberikan informasi itu dengan berkata: “Jika kamu mau baju itu sebagai hadiah ulang tahun di akhir bulan, maka itu bukan masalah.”⁹⁷

2) Menggunakan Penyelesaian Masalah Bersama untuk Mengatasi Percekcokan

Di usia awal remaja, konflik dengan anak dalam beragam isu sehari-hari membutuhkan solusi. Ketika orang tua menggunakan penyelesaian masalah bersama, mendengarkan perasaan anak dan memberikan pesan bahwa orang tua menghormati pandangan anak dan kebutuhan individualnya, dan di saat yang sama mengatasi masalah sehingga orang tua dan anak merasa kebutuhan mereka terpenuhi.⁹⁸

⁹⁷Adele Faber and Elaine Mazlish, *How to Talk So Kids Will Listen and Listen So Kids Will Talk* (New York: Rawson Wade, 1980) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

⁹⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

Dengan mengetahui bahwa remaja usia awal cenderung suka berdebat mengenai hal-hal yang diyakini berada di bawah kendali mereka dan menerima permintaan orang tua demi keamanan, kesehatan, dan perilaku tertentu, orang tua bisa menjelaskan permintaan mereka. Ketika orang tua memaksakan batasan tegas penggunaan komputer dan internet, tempatkan komputer di ruang keluarga dan awasi penggunaannya oleh remaja, sehingga remaja memahami pesan orang tua dan mengikuti aturan mereka.⁹⁹ Orang tua yang memberikan akses komputer dan internet diharapkan juga mengetahui minimal dasar-dasar pengoperasiannya. Hal ini juga mencegah adanya percakapan atau surel dengan kode-kode rahasia antara anak dengan teman-temannya yang tidak ingin diketahui oleh orang tua. Alternatif lainnya, orang tua bisa menerapkan program aplikasi komputer yang berfungsi sebagai *control parent* sehingga dapat membatasi penggunaan internet dan memblokir situs-situs yang mengandung konten kekerasan dan pornografi.

Isu kesehatan dan keamanan harus menjadi hal yang paling diutamakan. Dalam mengamati bagaimana orang tua melindungi anak dan di saat yang sama menemukan cara alternatif untuk mencapai apa yang diinginkan anak, anak belajar bagaimana melindungi keamanan mereka dan mendapatkan apa yang mereka inginkan. Orang tua mungkin ingin memberikan aturan dengan alasan, “Karena ayah/ibu bilang begitu,” tetapi remaja butuh informasi bagaimana alasan itu muncul, dan penjelasan orang tua mengenai alasan mereka memberi anak contoh untuk ditiru dalam pembuatan keputusan. Orang tua harus memperkirakan

⁹⁹Teori DeAngelis, “Web Pornography’s Effects on Children,” *Monitor on Psychology*, November 2007, 50-52 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 329.

mereka akan kembali menghadapi masalah perilaku beberapa kali, tetapi solusi akan menjadi lebih efektif ketika anak akan mendapat lebih banyak masukan.¹⁰⁰

3) Mendorong Kemampuan Penyelesaian Masalah Anak

Otak anak akan terus berkembang sesuai dengan pertambahan usianya menuju kedewasaan dan kemampuan perencanaan juga turut berkembang. Kemampuan ini menjadi penting karena remaja usia awal sering berjarak dari orang tuanya dan harus menyelesaikan masalah sendiri.

Penyelesaian masalah mengharuskan anak untuk mendefinisikan masalah, menyadari perasaannya serta perasaan dan reaksi orang lain, menghasilkan solusi, memilih solusi dan menjalankannya, kemudian mengevaluasi hasilnya, memulai lagi jika diperlukan. Penyelesaian masalah mengharuskan orang tua tetap tenang agar anak memiliki kesempatan untuk berpikir dan mengembangkan kemampuan mereka. Orang tua bisa menanyakan pertanyaan terbuka dan mendorong anak untuk terus memikirkan solusi.¹⁰¹

Untuk mengatasi masalah, anak harus:

1. Memahami perasaan orang lain dan motivasi utamanya
2. Memunculkan solusi baru atas masalah
3. Mengantisipasi konsekuensi dari tiap solusi potensial merencanakan perilaku di awal untuk menghindari potensi masalah.

Shure merekomendasikan untuk melakukan hanya satu atau dua kemampuan ini dalam satu waktu. Karena remaja sering terkunci dalam pikiran

¹⁰⁰Jane Brooks, *The Process*, h. 330.

¹⁰¹*Ibid.*

dan perasaan di satu saat tertentu dan kesulitan melihat opsi tindakan yang berbeda, mereka membutuhkan bantuan khusus dalam semua langkah ini.¹⁰²

Jika masalah melibatkan mereka, orang tua mengirimkan pesan-Saya yang menunjukkan kebutuhan dan perasaan mereka, dan jika tidak, orang tua bisa bersikap mendukung, menolak untuk mendikte atau memaksakan solusi. Shure menyarankan melakukan hal ini dengan pertanyaan seperti “Apa yang akan dirasakan orang lain atau reaksinya?”, “Apa yang akan terjadi jika kamu melakukannya?”, “Apa rencanamu?”, “Bagaimana hal itu bisa berhasil?” Jika anak tidak memiliki jawaban, orang tua tidak memaksa, tetapi membiarkan anak menemukan masalah, menjauhkan dari hal yang berbahaya. Ketika orang tua peduli dengan keamanan atau kebutuhan penyelesaian masalah saat ini, mereka melakukan penyelesaian masalah bersama.¹⁰³

Metode Shure ini membantu remaja usia awal untuk mengembangkan kemandirian, kemampuan untuk memecahkan masalah, dan yang terlebih penting, dengan dukungan dari orang tua, juga melatih anak remaja untuk berempati kepada orang lain.

4) Memunculkan Inisiatif

Berdasarkan penelitiannya terhadap remaja usia awal dan keluarganya, Larson meyakini bahwa, untuk perkembangan positif di tahun-tahun ini, remaja usia awal harus mengembangkan inisiatif, yaitu ‘kemampuan memotivasi diri sendiri untuk mengerahkan perhatian dan usaha meraih tujuan yang

¹⁰²Myrna B. Shure with Roberta Israeloff, *Raising a Thinking Preeten* (New York: Henry Holt, 2000) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 330.

¹⁰³Jane Brooks, *The Process*, h. 330.

menantang'.¹⁰⁴ Selain menjadi kualitas yang penting, inisiatif juga berperan sebagai landasan bagi kualitas penting lain seperti kreatifitas dan kepemimpinan. Namun, remaja mengalami usaha dan tantangan dalam kegiatan yang tidak terlalu diminati, seperti tugas sekolah, dan mereka kurang berusaha dan kurang mendapat tantangan dalam kegiatan yang menarik minat mereka, seperti kegiatan bersama teman. Tugasnya ialah menemukan kegiatan yang menarik sekaligus menantang bagi remaja. Larson menyatakan bahwa kegiatan sukarela, yang disusun oleh orang dewasa tetapi dengan tanggung jawab langsung yang diberikan pada anak untuk mengatur dan menjalankan kegiatan, "memberikan lingkungan yang memungkinkan untuk merencanakan tindakan, untuk berinisiatif."¹⁰⁵ Anak mengembangkan bahasa dan cara berpikir yang memberi mereka pemahaman tentang organisasi, tentang cara mencapai apa yang mereka targetkan. "Anak dan remaja menjadi bersemangat dalam kegiatan ini, mereka menjadi agen yang efektif dengan cara yang jarang terjadi di bagian lain kehidupan mereka."¹⁰⁶

5) Memunculkan Hubungan Pertemanan yang Positif

Ketika anak menghadapi kesulitan, baik menjadi terlalu pasif maupun terlalu agresif, masalah akan muncul dalam hal bagaimana mereka melihat orang lain dan juga perilaku mereka. Anak yang agresif, misalnya, cepat melihat perilaku negatif orang lain sebagai sesuatu yang disengaja dan dengan demikian

¹⁰⁴Larson, "Toward a Psychology of Positive Youth development," 170 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 330.

¹⁰⁵*Ibid*, h. 177 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 331.

¹⁰⁶*Ibid*, h. 179 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 331.

bisa dibalas.¹⁰⁷ Cara membantu anak agresif seperti ini dengan mendorong mereka memeriksa cara pandang atas perilaku orang lain dan mengupayakan pandangan yang lebih lunak mengenai tujuan orang lain, bahwa orang lain yang telah melakukan kesalahan dengan tidak sengaja dan tidak bermaksud menyakiti anak. Ketika mereka melihat perilaku negatif sebagai hal yang tidak sengaja, anak akan mengurangi sikap agresifnya.

Begitu pula halnya, anak yang pendiam dan tertutup harus didorong untuk mengkaji sifat positif mereka dan mengidentifikasi kontribusi positif yang bisa mereka buat dalam kegiatan sosial. Penerimaan teman membutuhkan perilaku santai yang menunjukkan penghargaan terhadap orang lain dan diri sendiri dengan mendengarkan orang lain, bersikap terbuka dan bersahabat, memiliki sikap yang positif, mewakili interaksi, dan menghindari perilaku agresif dan negatif.¹⁰⁸ Ketika anak bersikap malu di sekolah dan kekurangan teman, orang tua bisa mendorong pertemanan di luar sekolah, di tim atletik, kegiatan seni, atau dalam komunitas dan kelompok gereja. Penekanan orang tua pada perilaku positif anak seperti kebaikan dan kepedulian pada orang lain juga meningkatkan kepercayaan diri anak.¹⁰⁹

6) Mengatasi Masalah Sekolah

Karena semua perubahan dalam periode ini kadang melelahkan bagi remaja usia awal, dukungan orang tua dapat membantu remaja mengidentifikasi

¹⁰⁷Rubin, Bukowski, and Parker, "Peer Interactions, Relationships, and Groups." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 331.

¹⁰⁸*Ibid.*

¹⁰⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

sumber masalah di sekolah dan menyusun langkah-langkah konstruktif untuk mengatasinya. Mendengar secara aktif dan sesi penyelesaian masalah bersama merupakan taktik yang tepat. Dengan membantu anak mengatur bidang pelajaran dan jadwal belajar mereka, memberikan bimbingan latihan jika dibutuhkan, atau mengatur anak untuk menghadiri *Homework Clubs* akan memiliki manfaat, tergantung pada keadaannya. Penggunaan komputer membantu beberapa anak meningkatkan kemampuan membaca dan nilainya sehingga akan ada program komputer atau permainan yang dapat membantu.¹¹⁰

Beberapa sekolah telah mengatur dengan cara komputerisasi, dimana orang tua bisa mendapat informasi harian mengenai tugas siswa, tugas yang telah diserahkan, dan nilai tes. Hal ini juga bermanfaat dalam membantu orang tua mendukung anaknya.¹¹¹ Brooks memperingatkan, jika orang tua menggunakan informasi itu untuk mengkritik dan mencaci anaknya atau menuntut untuk perubahan yang cepat, tindakan itu tidak akan membantu anak untuk mencapai keberhasilan.¹¹²

Membantu anak mengembangkan teori inkremental¹¹³ pembelajaran bisa membantu. Meningkatkan anak mengenai keberhasilan sebelumnya, mengingatkan mereka bahwa di bidang apa pun, semakin banyak mereka belajar,

¹¹⁰Linda A. Jackson et al., "Does Home Internet Use Influence the Academic Performance of Low-Income Children?" *Developmental Psychology* 42 (2006): 429-435 Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

¹¹¹Jan Hoffman, "I Know What You Did Last Math Class," *New York Times*, May 4, 2008, Sunday Styles, h. 1 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

¹¹²Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

¹¹³Dari bahasa Inggris, *incremental* yaitu berkembang sedikit demi sedikit secara teratur. (Definisi berdasarkan program aplikasi KKBI versi 2.0.0, dikembangkan oleh Think Digital untuk Android, 2015).

semakin pintar mereka. Mendorong usaha dan mengomentari pertumbuhan akan meningkatkan kepercayaan diri. Jadi, orang tua jelas memiliki banyak cara untuk membantu remaja berusia muda menghadapi berbagai isu.¹¹⁴

Diadaptasi dari Wendy M. Williams dan Robert J. Stenberg dalam *Handbook of Parenting: Practical Issues in Parenting* mengenai 10 langkah bagi orang tua untuk mengembangkan kemampuan anak, yaitu:

1. Mengetahui apa yang dapat diubah dan apa yang tidak dapat diubah pada anak anda, yaitu memahami kemampuan khusus anak dan area yang sulit bagi mereka.
2. Memberikan rangsangan yang sesuai yang tidak membuat mereka bosan dan juga tidak berlebihan bagi anak.
3. Ajarkan anak bahwa batasan terbesar mereka adalah sesuatu yang mereka tempatkan dalam dirinya dan apa yang bisa dilakukan.
4. Ingatlah bahwa hal yang paling penting bagi anak adalah belajar tentang apa yang ditanyakan, bagaimana bertanya, dan anak akan belajar bagaimana menjawab pertanyaan. Dengan kata lain, membantu anak belajar bertanya dan mencari jawaban.
5. Membantu anak untuk mengenali apa yang benar-benar menarik minat dan motivasi mereka. Ingatlah, minat dan motivasi orang tua boleh jadi tidak memberikan minat dan motivasi pada anak.
6. Mendorong anak untuk berani mengambil resiko.

¹¹⁴Jane Brooks, *The Process*, h. 332.

7. Ajarkan anak untuk bertanggung jawab atas perilakunya, baik positif maupun negatif.
8. Ajarkan anak untuk bertoleransi dan menghadapi kekecewaan, keterlambatan, dan ketidakpastian.
9. Ajarkan anak untuk berempati, merasakan bagaimana jika berada pada posisi dan sudut pandang orang lain.
10. Ingatlah bahwa dalam membantu anak mengembangkan kemampuan mereka bukan dari berapa banyak anda menghabiskan uang, namun kualitas anda dalam berinteraksi dengan anak dan pengalaman-pengalaman anak yang mereka alami.¹¹⁵

j. Pengalaman Orang Tua Menghadapi Transisi

Banyak orang tua menyatakan bahwa mereka merasa belum siap untuk memiliki anak remaja. Masa kanak-kanak berlalu begitu cepat, kelihatannya terlalu cepat memiliki anak perempuan dengan sosok yang dewasa dan anak laki-laki dengan otot dan suara yang dalam. Orang tua juga merasa jengah dengan kematangan seksual anaknya. Mereka terlanjur melihat anak laki-lakinya membaca majalah *Playboy* dan mendengar anak perempuannya membicarakan tentang ketertarikan seksual terhadap anak laki-laki.¹¹⁶

Suasana hati remaja yang berubah-ubah dan keinginan mendapatkan kebebasan yang lebih besar membuat orang tua merasakan konflik yang sama lagi

¹¹⁵Wendy M. Williams dan Robert J. Stenberg, "How Parents Can Maximize Children's Cognitive Abilities", dalam *Handbook of Parenting*, edisi ke-2, ed. Marc H. Bornstein, vol.5: *Practical Issues in Parenting*, (Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publisher, 2002), pdf, h. 170. <http://judzrunchildren.googlecode.com/files/Handbook%20of%20Parenting%20nd%20vol%205,%20Practical%20Issues%20in%20Parenti.pdf> (26 September 2013).

¹¹⁶Jane Brooks, *The Process*, h. 333.

seperti tahun-tahun balita atau usia prasekolah. Tahun sekolah dasar bersifat stabil karena orang tua bisa berbicara dan memberi alasan kepada anak, tetapi sekarang mereka kembali menghadapi teriakan, tangisan, sosok yang kadang bersikap seperti anak kecil tetapi di saat yang sama menginginkan lebih banyak kebebasan. Meski sulit untuk menghadapi anak yang mulai memasuki dunia remaja, orang tua harus melakukannya. Anak tidak lagi anak-anak, mereka mendekati kematangan fisik dan seksual. Mereka belum matang secara psikologis sehingga masih butuh bimbingan dari orang tua. Orang tua sering harus melepaskan gambaran diri mereka sebagai orang tua yang sempurna bagi anak remaja. Orang tua bisa mengingat masa remaja mereka, cara orang tua menghadapi mereka, dan banyak kasus mereka ingin memperbaiki hal itu. Kadang mereka menyadari tidak berbuat sebaik seperti yang mereka inginkan dan harus berputar kembali untuk melihat di mana letak kesalahannya.¹¹⁷

Dunia sedang terbuka luas bagi remaja sementara orang tua merasakan dunia semakin membebaninya. Orang tua memiliki tanggung jawab yang berat, terkadang dalam waktu bersamaan harus merawat orang tuanya yang lanjut usia sekaligus merawat anaknya. Orang tua juga harus menghadapi desakan budaya yang tidak mendukung mereka membesarkan anak dengan baik, misalnya media membombardir remaja dengan pesan mengenai seksualitas, kekerasan, atau minuman beralkohol. William Damon telah mengembangkan program Youth Charter untuk memerangi desakan budaya yang makin menyulitkan pengasuhan

¹¹⁷*Ibid*, h. 334.

anak.¹¹⁸ Orang tua dapat mengajukan program ini untuk mengorganisasi guru, pendeta, polisi, dan orang lain yang peduli terhadap anak untuk mengembangkan pelatihan komunitas dan standar yang meningkatkan perkembangan yang sehat untuk anak. Usaha orang tua membesarkan anak berperan sebagai jembatan yang menghubungkan anak dengan kegiatan komunitas sekolah, dengan teman, dan di lingkungan tetangga. Komunitas harus diorganisasi untuk mendukung tujuan orang tua.

Damon menegaskan cara mengelola orang dewasa yang peduli untuk mengidentifikasi kebutuhan khusus anak dan bekerja sama untuk mencari cara memenuhinya. Standar dan harapan dibuat untuk anak dan bagi komunitas sehingga orang tua dan warga masyarakat serta anak muda yang peduli bisa mengontrol pengkonsumsian alkohol oleh remaja, vandalisme, dan kehamilan dini dan membangun komunitas yang lebih mendukung anak dan keluarga.

2. Mengasuh Anak Remaja Usia Akhir

Remaja usia akhir, menurut Brooks, telah nyaman dengan semua perubahan yang mereka alami dan mereka menatap masa depan. Mereka memiliki pekerjaan setelah sekolah dan ikut serta dalam kegiatan masyarakat di mana mereka memiliki peran signifikan. Mereka mulai berkencan dan memiliki hubungan asmara. Mereka menemukan mentor yang bergabung dengan orang tua sebagai pembimbing pertumbuhan. Orang tua juga menyesuaikan diri dengan

¹¹⁸William Damon, *The Youth Charter: How Communities Can Work Together to Raise Standards for All Children* (New York: Free Press, 1997) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 334.

perubahan anak. Mereka merasakan kepergian anak kelak dari rumah dengan perasaan yang beragam.¹¹⁹

a. Perkembangan Fisik

Di usia remaja dan menuju usia 20-an, perkembangan otak berlanjut di area *prefrontal cortical* (kulit otak bagian depan), dengan peningkatan hubungan antar sel di area tersebut dan antara *prefrontal* dan bagian otak lainnya.¹²⁰ Pemikiran dan perencanaan eksekutif juga berkembang, (berkaitan dengan fungsi-fungsi pengorganisasian integratif).

b. Perkembangan Intelektual

Pertumbuhan remaja dalam hal perhatian, ingatan, logika abstrak, dan kemampuan organisasi membuat mereka dapat merencanakan kegiatan dan membuat keputusan dengan efektif.¹²¹ Meski logika abstrak remaja dan pemecahan masalah telah berkembang, mereka mungkin memiliki teori pribadi mengenai materi tertentu.¹²² Dan teori itu sering mempengaruhi pembelajaran dan pemikiran mereka. Peningkatan pengetahuan tidak dicapai hanya dengan memberikan fakta baru bagi pelajar. Pertama, seseorang harus menghilangkan teori yang tidak tepat dan kemudian memberikan fakta baru ketika pembelajar bisa menerima dan siap menyerap informasi. Pembuatan keputusan remaja akan

¹¹⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 339.

¹²⁰Ronald E. Dahlan, "Adolescent Brain Development: A Period and Opportunities," *Annals of the New York Academy of Science 1021* (2004): 1-22 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 339.

¹²¹Dahl, "Adolescent Brain Development." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 343.

¹²²Karen Bartsch, "Adolescents' Theoretical Thinking," in *Early Adolescent Perspectives on Research, Policy, and Intervention*, ed. Richard M. Lerner (Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1993), 143-157 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 343.

efektif ketika remaja bersikap tenang dan tidak emosional, dan ketika mereka tidak mengalami tekanan dari teman.¹²³ Penelitian menunjukkan bahwa ketika remaja dan siswa kampus berkumpul bersama teman, mereka lebih berisiko ketika mereka bermain *video game* dan membuat keputusan berisiko untuk mengatasi dilema yang terkait perbuatan curang atau mengutil daripada mereka sendirian.¹²⁴ Pengambilan risiko dan pembuatan keputusan yang berisiko menurun ketika remaja telah matang dan menjadi orang dewasa berusia muda yang pengambilan risikonya tetap sama dengan kehadiran teman atau tidak. Bahwa penelitian ini dengan tepat mencerminkan pengambilan resiko yang lebih besar oleh remaja terlihat dari jumlah kecelakaan kendaraan yang dialami remaja di luar pelatihan dan pendidikan untuk mengemudi.¹²⁵ Brooks yakin bahwa penting bagi remaja untuk belajar menolak tekanan teman dalam membuat keputusan, dan mengingat bahwa penilaian yang mereka buat sendiri sering menjadi ide solusi yang lebih baik dari pada saran kelompok ketika berada dalam konflik. Orang tua bisa membantu remaja mendapatkan kepercayaan diri terhadap penilaian mereka sendiri dan lebih dulu bergantung pada penilaian tersebut dalam kegiatan kelompok.¹²⁶

¹²³*Ibid.*

¹²⁴Margo Gardner and Laurence Steinberg, "Peer Influence on Risk Taking, Risk Preference, and Risky Decision Making in Adolescence and Adulthood: An Experimental Study," *Developmental Psychology* 41 (2005): 625-635 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 344.

¹²⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 344.

¹²⁶*Ibid.*, h. 344-345.

c. Sekolah

Kualitas sekolah dan guru sangat penting karena sekolah menjadi tempat yang lebih besar dan semakin tidak bersifat perseorangan.¹²⁷ Ketika sekolah memiliki wewenang terkait pembelajaran, membantu anak menemukan cara untuk memperbaiki kinerja mereka, menekankan pada tujuan beragam yang dimiliki siswa, dan memberikan dukungan serta tuntutan, maka siswa menerima guru sebagai sosok yang patut dihormati dan bersahabat, merasakan keterikatan dengan sekolah, dan tidak terlibat dalam kenakalan remaja dibandingkan siswa yang sekolahnya menekankan kompetisi akademik dan orientasi kemampuan untuk belajar. Di sekolah seperti ini, perilaku kenakalan remaja lebih banyak terjadi, sering kali oleh siswa yang tidak berprestasi baik.¹²⁸ Sekolah juga berperan pada kinerja akademik siswa dengan jam masuk yang sangat awal di saat remaja mengalami kemunduran jam tidur. Jam masuk yang terlalu pagi berperan dalam kurangnya waktu tidur remaja yang pada akhirnya menyebabkan kinerja di sekolah memburuk.¹²⁹

Karena remaja menginginkan penghargaan, guru yang menghargai mereka, melibatkan mereka dalam pembelajaran, dan mendorong keuletan saat frustrasi terjadi akan meningkatkan pencapaian siswa.¹³⁰ Guru tersebut penting khususnya bagi siswa yang kurang berprestasi, yang diartikan memiliki nilai di

¹²⁷Jacquelynne S. Eccles, "School, Academic Motivation, and Stage-Environment Fit," in *Handbook of Adolescence Psychology*, 2nd ed., eds. Lerner and Steinberg, 125-153 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

¹²⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

¹²⁹Mengenai perubahan jam tidur biologis remaja telah dibahas sebelumnya pada *Perkembangan Fisik dan Neurologis Remaja Awal*.

¹³⁰Jacquelynne S. Eccles, "School..." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

bawah yang diharapkan berdasarkan pada tes kemampuan siswa. Dibandingkan dengan siswa yang nilainya sesuai dengan kemampuan mereka, anak laki-laki dan perempuan yang kurang berprestasi memiliki opini yang lebih rendah mengenai kemampuan mereka, perasaan kompetensi yang lebih rendah, kurang berpartisipasi dalam kegiatan akademik dan ekstrakurikuler, aspirasi pendidikan dan pekerjaan yang lebih rendah, serta keterlibatan yang lebih besar pada hubungan dengan lawan jenis.¹³¹

Berkaitan dengan etnis, siswa dari kelompok etnis minoritas sering menjadi frustrasi terhadap sekolah karena mereka mengantisipasi masa depan dengan kesempatan kerja yang terbatas karena kurangnya dana untuk bersekolah lebih lanjut.¹³² Beberapa siswa termotivasi untuk meningkatkan nilai mereka sehingga mereka mampu berkompetisi. Beberapa siswa merasa tidak bersemangat dan terasing dari sekolah karena adanya diskriminasi dari guru dan teman. Di sisi lain, keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler dan olahraga bisa meningkatkan motivasi akademik siswa karena mendapat keyakinan dan kepercayaan diri dari hal ini, dan tetap bertahan menghadapi tugas akademik yang menimbulkan frustrasi.¹³³ Ketika orang tua memahami bahwa kesulitan anak di sekolah bisa berasal dari banyak faktor di luar kontrol mereka, orang tua bisa menyelesaikan masalah bersama anak serta mendengar kekhawatiran dan perasaan mereka.

¹³¹Robert b. McCall, Cynthia Evahn, and Lynn Kratzer, *High School Underachievers*.(Newbury Park, CA: Sage, 1992) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 604.

¹³²*Ibid.*

¹³³*Ibid.*

Orang tua bisa bekerjasama dengan sekolah dan anak mereka untuk mendapatkan program pendidikan yang paling efektif untuk anak.¹³⁴

d. Pekerjaan

Kebanyakan remaja bekerja ketika sekolah, meski sesekali menjadi penjaga bayi. Dampak pekerjaan tergantung pada konteks pekerjaannya.¹³⁵ Beberapa remaja memberi kontribusi yang berharga bagi keluarganya dengan bekerja dan memberikan uang kepada orang tua. Mereka merasakan peningkatan penghargaan diri saat mampu membantu keluarga. Beberapa remaja bekerja untuk melarikan diri dari rasa frustrasi di sekolah. Mereka bekerja berjam-jam, dan motivasi mereka untuk bersekolah menurun tajam. Remaja yang sambil bekerja akan memperoleh pendapatan tetap, tetapi mereka berisiko terpengaruh perilaku menyimpang seperti merokok, menggunakan obat-obatan, dan perilaku kejahatan ringan lainnya. Kegagalan mereka mendapatkan pendidikan lebih tinggi membatasi pilihan pekerjaan mereka di masa depan. Jika siswa ini mampu menghindari penggunaan obat-obatan dan jika mereka memperoleh motivasi untuk kembali ke sekolah, mereka akan berbuat lebih baik di masa depan.¹³⁶

Pekerjaan terlihat sangat bermanfaat bagi remaja yang bekerja selama beberapa jam seminggu dan masih berpartisipasi penuh di sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler. Remaja yang menyeimbangkan sekolah, kegiatan ekstrakurikuler,

¹³⁴Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

¹³⁵W. Andrew Collins and Laurence Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context," in *Handbook of Child Psychology*, 6th., eds. William Damon and Richard M. Lerner, vol. 3: *Social, Emotional, and Personality Development*, ed. Nancy Eisenberg (Hoboken, NJ: Wiley, 2006), 1003-1067 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

¹³⁶Jane Brooks, *The Process*, h. 345.

dan pekerjaan cenderung lebih mampu menyelesaikan masa kuliah selama 4 tahun daripada teman yang tidak bekerja dan teman yang bekerja terlalu lama. Orang tua bisa memainkan peran penting bagi remaja dengan mengawasi keseimbangan pekerjaan dan sekolah sehingga remaja mendapat manfaat dari kedua kegiatan tersebut.¹³⁷

e. Perkembangan Emosi

Ronald Dahl menjelaskan reaksi emosional kuat terjadi pada remaja, namun perkembangan kemampuan emosional dan kognitif lebih lambat dalam mengelola perasaan.¹³⁸ Dengan demikian, remaja membutuhkan sistem dukungan sosial yang kuat ketika mereka mengembangkan kemampuan ini. Guru, orang tua, dan pelatih memberikan pengawasan dan sebagai sumber saat remaja mengintegrasikan perasaan dan tindakan.¹³⁹ Kegiatan ekstrakurikuler dan komunitas memunculkan rasa kompetensi dan kepercayaan diri.¹⁴⁰ Ketika remaja terlibat dalam berbagai kegiatan, mereka mengembangkan banyak kemampuan yang berkaitan erat dengan minat dan bakat mereka, yang memungkinkan berkaitan dengan kesuksesan dalam bidang akademik dan juga dalam hubungan pertemanan. Keterlibatan dalam kegiatan tersebut juga mempengaruhi rendahnya tingkat penggunaan obat-obatan.¹⁴¹

¹³⁷*Ibid*, h. 346.

¹³⁸Dahl, "Adolescent Brain Development." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 346.

¹³⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 346-347.

¹⁴⁰Michael A. Busseri et al., "A Longitudinal Examination of Breadth and Intensity of Youth Activity Involvement and Successful Development," *Development Psychology* 42 (2006): 1313-1326 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

¹⁴¹Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

Penghargaan diri meningkat pada tahun-tahun ini,¹⁴² dan perasaan depresi menurun.¹⁴³ Kebahagiaan yang lebih besar ini berasal dari perspektif remaja yang luas. Mereka menginterpretasikan pengalaman dengan cara baru dan hasilnya mereka bisa lebih menerima keluarga dan diri mereka sendiri. Sejak kelas 8 hingga 12, anak perempuan yang menunjukkan pemikiran dan perasaan sebenarnya kepada teman dan merasa nyaman menjadi diri mereka sendiri memiliki peningkatan penghargaan diri yang lebih besar daripada mereka yang kurang bisa menunjukkan perasaannya terhadap teman.¹⁴⁴

f. Perkembangan Diri

Remaja usia pertengahan membicarakan banyak perbedaan “aku”, seperti: diriku dengan ibu, diriku dengan ayah, diriku dengan sahabat, diriku dengan kekasihku.¹⁴⁵ Dengan melihat perubahan perilaku mereka pada lingkungan meningkatkan kepedulian remaja usia pertengahan mengenai “diriku sebenarnya.” Mereka merasa menunjukkan diri mereka sebenarnya ketika mereka membahas perasaan, pikiran, dan reaksi terdalam mereka terhadap suatu kejadian. Mereka menunjukkan kepalsuan ketika berpura-pura dan mengatakan sesuatu yang tidak mereka maksudkan. Remaja menyatakan berpura-pura: untuk membuat kesan baik, untuk merasakan menjadi sosok yang berbeda, dan untuk menghindari opini

¹⁴²Susan Harter, “The Self,” in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. Damon and Lerner, vo. 3, 505-570 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

¹⁴³J. Scott Brown, Sarah O. Meadows, and Glen H. Elder, Jr., “Race-Ethnic Inequality and Psychology Distress: Depressive Symptoms from Adolescence to Young Adulthood,” *Developmental Psychology* 43 (2007): 1295-1311 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

¹⁴⁴Emely A. Impett et al., “Girl’ Relationship Authenticity and Self-Esteem Across Adolescence,” *Developmental Psychology* 44 (2008): 722-733 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

¹⁴⁵Harter, “The Self.” dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

buruk terhadap mereka. Ketika mereka yakin mendapat dukungan orang tua, remaja bisa menyuarakan pendapat mereka dan menunjukkan diri mereka sebenarnya.¹⁴⁶

Dalam perkembangan diri pada masa remaja usia akhir, Brooks memberikan uraian lagi, antara lain: identitas gender dan identitas etnik.

1) Identitas Gender

Ketika remaja mencapai kematangan fisik, mereka sering merasakan peningkatan tekanan untuk memenuhi ekspektasi peran gender, diistilahkan “intensifikasi gender.”¹⁴⁷ Seperti yang kita lihat pada bab sebelumnya, anak laki-laki menjadi lebih berpandangan tradisional mengenai gender di usia 16 tahun, dan demikian juga anak perempuan, meski mereka tetap lebih egaliter dibandingkan anak laki-laki.

Bagaimanapun, melihat minat anak laki-laki dan anak perempuan serta kinerja akademiknya memberikan bukti yang beragam tentang perubahan.¹⁴⁸ Perbedaan perilaku agresif dan defresi ditemukan, di mana anak laki-laki lebih tinggi sikap agresifnya dan anak perempuan lebih tinggi depresinya. Meski dalam kisaran kualitas pribadi harian, anak laki-laki dan perempuan menjelaskan diri mereka secara berbeda. Deskripsi diri anak laki-laki menekankan pada tindakan, dan berlomba dengan cara yang terorganisasi. Mereka melihat diri mereka lebih

¹⁴⁶Jane Brooks, *The Process*, h. 347.

¹⁴⁷Nancy L. Galambos, “Gender and Gender Role Development in Adolescence,” in *Handbook of Adolescent Psychology*, 2nd ed., eds. Lerner and Steinberg, 233-262 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

¹⁴⁸Galambos, “Gender and Gender Role Development in Adolescence.” dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

berani, memberontak, dan bersenang-senang dalam hidup dibandingkan perempuan dan, di saat yang sama, lebih logis, ingin tahu, dan tenang. Anak perempuan melihat diri mereka sebagai sosok yang lebih mampu menyesuaikan diri dengan orang lain dibandingkan anak laki-laki (lebih bersimpati, sosial, menghargai, dan menyayangi) dan lebih reaktif secara emosional (lebih sering cemas, lebih mudah kesal, juga lebih membutuhkan pembenaran).¹⁴⁹

Kebanyakan anak perempuan di sekolah menengah pertama dan lanjutan, ketika disurvei, menyatakan setidaknya satu pengalaman pelecehan seksual (lelucon yang merendahkan, colekan, komentar atas penampilan seseorang), prasangka *sexist* akademik (komentar negatif mengenai kemampuan matematika, sains, atau komputer), serta prasangka *sexist* olahraga (komentar negatif tentang kemampuan fisik dan olahraga).¹⁵⁰ Pengalaman tersebut biasanya terjadi satu atau dua kali. Anak laki-laki paling sering menjadi pelaku penanda *sexist* (terkait perbedaan jenis kelamin), tetapi perempuan juga membuat komentar *sexist* terhadap perempuan lain. Guru merupakan sumber yang paling umum memberikan komentar *sexist*. Orang tua juga membuat komentar merendahkan, di mana ayah lebih sering melakukan dibandingkan ibu.¹⁵¹

¹⁴⁹Jack Block, "Some Relationships Regarding the Self from the Block and Block Longitudinal Study," paper presented at the Social Science Research Council conference on selfhood, Stanford, CA, October 1985 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

¹⁵⁰Campbell Leaper and Christia Spears Brown, "Perceived Experiences with Sexism among Adolescent Girls," *Child Development* 79 (2008): 685-704 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

¹⁵¹Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

Anak perempuan yang tidak bahagia dengan peran gender tradisionalnya lebih cenderung menerima diskriminasi dibandingkan anak perempuan lain.¹⁵² Anak perempuan Latin dan Asia Amerika menyatakan menerima pelecehan seksual yang lebih sedikit dibandingkan Eropa Amerika dan Afrika Amerika. Penelitian berpendapat bahwa jika anak laki-laki disurvei, mereka juga akan menyatakan diskriminasi gender, khususnya jika mereka kurang memiliki minat tradisional.¹⁵³

2) Identitas Etnik

Remaja terus menggali dan memahami identitas etnik mereka hingga usia 20-an, proses pencapaian ini sangat tidak menentu dan tergantung banyak faktor.¹⁵⁴ Pengalaman diskriminasi memperpanjang tahapan eksplorasi bagi beberapa remaja.¹⁵⁵ Remaja terus merefleksikan makna menjadi anggota kelompok etniknya. Remaja yang menyatakan penerimaan diskriminasi yang besar dari teman dan orang dewasa menyatakan penghargaan diri yang lebih

¹⁵² Campbell Leaper and Christia Spears Brown, "Perceived Experiences..." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 348.

¹⁵³ Jane Brooks, *The Process*, h. 348-349.

¹⁵⁴ *Ibid*, h. 350.

¹⁵⁵ Krestin Pahl dan Niobe Way, "Longitudinal Trajectories of Ethnic Identity among Urban Black and Latino Adolescents," *Child Development* 77 (2006): 1403-1415 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 351.

rendah dan rasa depresi.¹⁵⁶ Dukungan dari sejumlah besar kelompok etnik di lingkungan mereka dan di sekolah mendorong pencapaian identitas.¹⁵⁷

g. Perkembangan Pengaturan Diri

Kemampuan anak mengatur perasaan dan perilakunya berlanjut hingga penguasaan akademik dan kompetensi sosial, tetapi di tahun-tahun ini hal itu berdampak juga pada kesehatan. Kecelakaan, penganiayaan, dan melukai diri merupakan penyebab utama kematian dan cedera, dan penggunaan obat-obatan berperan dalam ketiga hal di atas. Pengaturan diri remaja dapat berdasarkan pada pengalaman di masa lalu, dan juga bisa dipengaruhi banyak faktor pada saat ini.¹⁵⁸ Brooks memaparkan faktor-faktor penyebab remaja cenderung bersikap impulsif dan menggunakan obat-obatan yaitu ketika mereka:

1. Terlambat mengembangkan pengaturan diri di usia 3 hingga 14 tahun.¹⁵⁹
2. Mengalami kesulitan akademik di sekolah sejak tahun-tahun awal.¹⁶⁰
3. Memiliki penghargaan diri yang rendah.¹⁶¹

¹⁵⁶Melissa L. Greene, Niobe Way, dan Kerstin Pahl, "Trajectories of Perceived Adult and Peer Discrimination among Black, Latino/a, and Asian American Adolescents: Pattern and Psychological Correlates," *Developmental Psychology* 42 (2006): 218-236 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 351.

¹⁵⁷Kerstin Pahl dan Niobe Way, "Longitudinal Trajectories..." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 351.

¹⁵⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 351.

¹⁵⁹Maria Wong et al., "Behavioral Control and Resiliency in the Onset of Alcohol and Illicit Drug Use: A Prospective Study from Preschool to Adolescence," *Child Development* 77 (2006): 1016-1033; Lisa J. Crockett et al., "Psychological Profiles and Adolescent Adjustment: A Person-Centered Approach," *Development and Psychopathology* 18 (2006): 195-214 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶⁰Bachman et al., *The Education-Drug use Connection* dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

4. Kurang memiliki hubungan yang positif dengan orang tua.¹⁶²

Faktor di usia remaja yang meningkatkan perilaku berisiko tinggi ialah:

1. Pindah ke komunitas baru dan kehilangan teman dan sekolah yang telah dikenal.¹⁶³
2. Teman yang mendorong perilaku berisiko tinggi.¹⁶⁴
3. Menghabiskan terlalu lama waktu untuk bekerja.¹⁶⁵
4. Saudara yang melakukan perilaku berisiko tinggi.¹⁶⁶
5. Tinggal di lingkungan dengan banyak perilaku menyimpang.¹⁶⁷

Remaja lebih mampu mengatur perilakunya ketika mereka merasakan penghargaan diri dari kegiatan positif,¹⁶⁸ menghabiskan waktu dengan orang tua,¹⁶⁹ dan mendatangi gereja.¹⁷⁰

¹⁶¹Wong et al., "Behavior Control and Resiliency in the Onset of Alcohol and Illicit Drug Use"; Crockett et al., "Psychology Profiles and Adolescent Adjustment dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶²Crockett et al., "Psychological Profiles and Adolescent Adjustment dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶³Scott J. South, Dana L. Haynie, and Sunita Bose, "Residential Mobility and the Onset of Adolescent Sexual Activity," *Journal of Marriage and Family* 67 (2005): 499-514 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶⁴David B. Henry et al., "Peer Selection and Socialization Effects on Adolescent Intercourse Without a Condom and Attitude about the Costs of Sex," *Child Development* 78 (2007): 825-835 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶⁵Bachman et al., *The Education-Drug Use Connection* dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶⁶Elizabeth A. Pomery et al., "Families and Risk: Prospective Analyses of Familial and Social Influences on Adolescent Substance Use," *Journal of Family Psychology* 19 (2005): 560-570 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁶⁷*Ibid.*

¹⁶⁸Stenunn Gestsdottir and Richard M. Lerner, "Intentional Self-Regulation and Positive Youth Development in Early adolescence: Finding from the 4-H Study of Positive Youth Development," *Developmental Psychology* 43 (2007): 508-521 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

Kegiatan keagamaan merupakan faktor positif dalam kehidupan remaja karena hal itu memberikan jaringan hubungan dengan orang tua, teman, juga orang dewasa di luar keluarga yang mendukung remaja, serta kegiatan ini memberikan visi atau tujuan bersama yang meningkatkan sikap empati dan altruisme remaja.¹⁷¹ Ketika semua anggota keluarga ikut serta dalam kegiatan keagamaan dan memiliki hubungan yang hangat satu sama lain, remaja merasa bebas untuk berpikir mengenai agama, bertanya, dan mendiskusikan hal yang membingungkan. Orang tua mendengar dan memberikan pendapat mereka mengenai isu tersebut sehingga anggota keluarga saling mempengaruhi.¹⁷²

Kegiatan keagamaan juga memiliki pengaruh positif dalam budaya kolektif. Keterlibatan remaja muslim Indonesia pada kegiatan keagamaan secara positif memprediksikan pencapaian akademik mereka, keberhasilan sosial, penghargaan diri, pengaturan emosi, dan perkembangan prososial.¹⁷³

¹⁶⁹Bachman et al., *The Education-Drug Use Connection* dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁷⁰Michael D. Resnick et al., "Protecting Adolescents from Harm," *Journal of the American Medical Association* 278 (1997): 823-832 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁷¹Pamela Ebstyn King and James L. Furrow, "Religion as a Resource for Positive Youth Development: Religion, Social Capital, and Moral Outcomes," *Developmental Psychology* 40 (2004): 703-713 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁷²Fritz K. Oser, W. George Scarlett, and Anton Bucher, "Religious and Spiritual Development throughout the Life Span," in *Handbook of Child Psychology*, 6th ed., eds. William Damon and Richard M. Lerner, vol. 1: *Theoretical Models of Human Development*, ed. Richard M. Lerner (Hoboken, NJ: Wiley, 2006), 942-998 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

¹⁷³Doran C. French et al., "Religious Involvement and the Social Competence and Adjustment of Indonesian Muslim Adolescents," *Developmental Psychology* 44 (2008): 597-611 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352.

h. Hubungan Orang Tua-Anak

Di tahun-tahun ini, ada peralihan bertahap dalam keseimbangan kewenangan karena orang tua memberikan otonomi yang lebih besar pada remaja dalam bertindak dan membuat keputusan. Dua kualitas untuk mewujudkan kerja sama orang tua remaja ialah: kemampuan berkomunikasi dengan remaja, dan kemampuan untuk membiarkan remaja mencari kemandirian dengan tahap memiliki hubungan yang kuat dengan orang tua.¹⁷⁴

Orang tua yang bersedia mendengarkan remaja memiliki pemahaman yang lebih besar pada anak mereka dan kepekaan yang lebih besar pada kebutuhan mereka. Remaja merasakan dukungan dan keamanan yang lebih besar. Sebagai hasilnya, remaja yang merasa aman bersedia membuka diri dan berkomunikasi dengan orang tua mengenai kecemasan dan perasaan mereka sehingga proses interaksi yang sangat positif terbangun. Remaja yang memiliki kemelekatan tidak aman-sibuk (*insecure-preoccupied*) menunjukkan banyak gejala yang tidak diketahui oleh orang yang dekat dengan mereka. Remaja dengan kemelekatan tidak aman-kasar (*insecure-dismissive*) gagal berkomunikasi dengan siapa pun. Remaja dengan kemelekatan aman lebih mudah memecahkan masalah terkait isu kemandirian, kadang berkompromi, kadang melakukan caranya sendiri. Kemarahan dalam keluarga ini jarang terjadi, dan ketika hal itu muncul, justru

¹⁷⁴Josep P. Allen, "The Attachment System in Adolescence," in *Handbook of Attachment*, 2nd ed., eds. Jude Cassidy and Philip R. shaver (New York: Guilford, 2008), 424 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 352-353.

merangsang diskusi untuk mengatasi perbedaan dan mengembalikan keharmonisan.¹⁷⁵

Ketika remaja memiliki kemelekatan tidak aman-sibuk dengan orang tua, maka remaja dan orang tua tersebut menjadi terjebak dalam konflik, dan remaja kurang berhasil mendapatkan kemandirian. Bentuk negatif interaksi dimulai dari kemarahan remaja yang memicu kemarahan orang tua, dan pada akhirnya, meningkatkan kemarahan remaja. Ketika ada beberapa penurunan pada pola ini di akhir usia remaja, para remaja tersebut menerapkan bentuk interaksi yang penuh amarah ini ke dalam hubungan orang dewasa dengan pasangannya.¹⁷⁶

Dalam hubungan antara orang tua dan remaja, gaya pengasuhan yang dibuat Diana Baumrid memiliki fungsi yang efektif. Orang tua berwenang memiliki komitmen yang kuat terhadap anak dan menyeimbangkan tuntutan dengan sikap responsif terhadap kebutuhan anak. Brooks mengutip pendapat Baumrind:

*Unlike any other pattern, authoritative upbringing consistently generated competence and deterred problem behavior in both boys and girls, at all stages.*¹⁷⁷

Menurut Baumrind, tidak seperti pola pengasuhan lain (yaitu pengasuhan otoriter dan pengasuhan permisif), gaya pengasuhan berwenang menghasilkan kompetensi (kemampuan untuk menentukan atau memutuskan sesuatu) secara

¹⁷⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

¹⁷⁶Kee Jeong Kim et al., "Parent-adolescent Reciprocity in Negative Affect and Its Relation to Early Adult Social Development," *Developmental Psychology* 37 (2001):75-790 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

¹⁷⁷Diana Baumrind, "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence, and Problem Behavior," paper presented at the American Psychological Association Meetings, New Orleans, LA, August 1989, 16 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

konsisten dan mencegah masalah perilaku baik pada anak laki-laki maupun perempuan di semua tahapan.

Anak yang berasal dari keluarga otoriter menjadi kurang terampil, kurang percaya diri, kurang ingin tahu, dan lebih bergantung. Anak yang berasal dari keluarga yang terlalu memanjakan menjadi kurang dewasa, kurang bertanggung jawab, dan lebih responsif terhadap tekanan dari teman. Anak yang dibesarkan dalam keluarga yang tidak peduli yang orang tuanya tidak memahami, tidak berkomitmen, atau tidak menuntut cenderung bersifat impulsif dan terlibat dalam penggunaan obat-obatan.¹⁷⁸

Sementara penelitian terhadap kelompok besar remaja menunjukkan bahwa pengasuhan berwenang memiliki manfaat positif di semua kelompok etnik di Amerika Serikat dan di seluruh penjuru dunia, pengasuhan otoriter memiliki dampak negatif pada keluarga Eropa Amerika, tetapi memiliki dampak positif bagi keluarga Afrika Amerika dan Asia Amerika mungkin karena kelompok ini menggabungkan kontrol yang ketat dengan kehangatan dan kedekatan, bukan jarak yang diartikan sebagai kontrol dalam keluarga Eropa Amerika.¹⁷⁹

Setelah berpasangan selama bertahun-tahun, kebanyakan orang tua bisa bekerja sama untuk mengasuh anak remaja. Namun, hampir 50 persen berkata bahwa perdebatan mengenai perilaku remaja merupakan sumber terbesar

¹⁷⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

¹⁷⁹Collins and Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context."...dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

perselisihan mereka.¹⁸⁰ Ketika orang tua tidak sepakat satu sama lain dan menunjukkan sikap negatif terhadap anaknya, maka remaja cenderung terlibat dalam perilaku impulsif dan tidak patuh seperti bolos sekolah dan menggunakan obat-obatan.¹⁸¹

Budaya juga memiliki pengaruh besar terhadap hubungan orang tua dan anak, budaya memiliki keragaman harapan mengenai seberapa responsif remaja terhadap kebutuhan keluarga. Remaja di dalam keluarga Meksiko Amerika diharapkan melakukan pengorbanan bagi keluarganya. Keluarga Asia Amerika dan Latin Amerika menunjukkan nilai dan harapan kuat bahwa mereka akan menghormati, mendampingi, serta mendukung keluarga mereka, tetapi dalam kehidupan sehari-hari, “Remaja dari semua latar belakang etnik menyatakan hubungan yang serupa dengan keluarga dan temannya.”¹⁸²

i. Hubungan dengan Saudara

Nilai yang diterapkan dalam sebuah keluarga dan kedekatan emosional antar anggota keluarga mempengaruhi kualitas hubungan persaudaraan. Ketika nilai keluarga menekankan pada kedekatan, kepedulian, dan dukungan, seperti di dalam keluarga Meksiko Amerika, maka kakak beradik yang berusia remaja

¹⁸⁰Mark E. Feinberg, Marni L. Kan, and E. Mavis Hetherington, “The Longitudinal Influence of Coparenting Conflict on Parental Negativity and Adolescent Maladjustment,” *Journal of Marriage and Family* 69 (2007): 687-702 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

¹⁸¹Feinberg, Kan, and Hetherington, “The Longitudinal Influence of Coparenting Conflict on Parental Negativity and Adolescent Maladjustment”: Megan E. Baril, Ann C. Crouter, and Susan M. McHale, “Processes Linking Adolescent Well-Being, Marital Love, and Coparenting,” *Journal of Family Psychology* 21 (2007): 645-654 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 353.

¹⁸²Andrew J. Fuligni, Vivian Tseng, and May Lam, Attitudes toward Family Obligations among American Adolescents with Asian, Latin American, and European Backgrounds,” *Child Development* 70 (1999): 1039 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 354.

menghabiskan lebih banyak waktu bersama dan saling mendukung satu sama lain. Hubungan akan erat khususnya antara saudara yang berjenis kelamin sama, dan ketika anak memiliki usia yang berdekatan.¹⁸³

Ketika hubungan keluarga didominasi dengan kemarahan baik antar orang tua, orang tua-anak, atau antar saudara, maka kemarahan itu akan terserap dalam keseluruhan sistem keluarga, dan semua anggota keluarga akan menyerupai satu sama lain dalam hal yang negatif.¹⁸⁴ Lebih jauh lagi, saudara memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku yang tidak patuh dan menyimpang. Penggunaan obat-obatan yang dilakukan oleh kakak menjadi contoh bagi adiknya meski variabel ekonomi, sosial dan keluarga dapat dikontrol.¹⁸⁵

j. Hubungan Pertemanan

Remaja menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman, dan hubungan mereka dengan teman berbeda dengan orang tua karena teman berhubungan satu sama lain dengan dasar yang setara. Pertemanan berlangsung dengan sukarela dan sering kali bersifat sementara. Hubungan pertemanan remaja terjadi pada beberapa tingkatan, ada teman dekat dan sahabat, hubungan dalam kelompok kecil atau geng, hubungan dalam kelompok besar, dan pertemanan dengan lawan jenis serta hubungan percintaan.¹⁸⁶

¹⁸³Kimberly A. Updegraff et al., "Adolescent Sibling Relationships in Mexican American Families: Exploring the Role of Familism," *Journal of Family Psychology* 19 (2005), h. 512-522.

¹⁸⁴Mark E. Feinberg et al., "Differential Association of Family Subsystem Negativity on Siblings' Maladjustment: Using Behavior Genetic Methods to Test the Process Theory," *Journal of Family Psychology* 19 (2005): 601-610 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁸⁵Pomery et al., "Families and Risk." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁸⁶Collins and Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context."...dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

Dalam hal pertemanan, remaja menyatakan bahwa hubungan mereka dengan teman memberikan keakraban, pendampingan, dan pemahaman, sementara hubungan dengan orang tua memberikan kasih sayang, bantuan instrumental dan rasa kebergantungan.¹⁸⁷ Keakraban meningkat karena pertemanan melibatkan lebih banyak keterbukaan, pernyataan perasaan, dan dukungan bagi teman seperti yang dibutuhkan.¹⁸⁸ Teman diharapkan saling mengatakan pendapat mereka dengan jujur serta menunjukkan kepuasan dan ketidakpuasan pada orang lain. Teman juga harus belajar untuk mengatasi konflik yang terjadi. Pertemanan mengembangkan keterampilan sosial, yang sebaliknya akan memperkaya pertemanan. Keakraban dalam pertemanan terkait dengan keterampilan sosial, penghargaan diri, dan kompetensi interpersonal remaja secara menyeluruh.¹⁸⁹ Selain kesenangan, hubungan pertemanan bisa mencakup tekanan dan konflik. Geng dan kelompok besar dan bahkan sahabat bisa menekan satu sama lain untuk membuat remaja melakukan sesuatu yang enggan ia lakukan (misalnya meminum alkohol). Konflik terjadi sehari-hari dalam hubungan yang erat rata-rata delapan kali sehari dalam satu survei. Dalam survei tersebut, konflik yang paling sering terjadi pada remaja dalam urutan menurun, yaitu konflik remaja dengan ibu, teman, kekasih, saudara, dan ayah.¹⁹⁰ Remaja lebih cenderung

¹⁸⁷Wyndol Furman, "Friends and Lovers: The Role of Peer Relationships in Adolescent Romantic Relationships," in *Relationships as Developmental Contexts: The 30th Minnesota Symposium on Child Development*, eds. W. Andrew Collins and Brett Laursen (Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1999), 133-154 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁸⁸Duane Buhrmester, "Intimacy and Friendship, Interpersonal Competence, and Adjustment during Preadolescence and Adolescence," *Child Development* 61 (1990): 1101-1111 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁸⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

bernegosiasi dan berkompromi dengan teman dan kekasih daripada dengan orang tua dan saudara. Konflik tidak memutuskan hubungan dengan teman.¹⁹¹

Remaja belajar bagaimana mendekati diri dengan teman sesama jenis dan menyelesaikan konflik, kemudian mereka mulai mengenal lawan jenis dalam kelompok pertemanan, bergerak ke kelompok kecil dan berkencan, dan akhirnya memiliki hubungan percintaan. Hubungan percintaan biasanya kuat dan singkat. Keakraban, dukungan, dan pendampingan merupakan kepuasan utama dalam kencan. Dalam pertemanan, hubungan percintaan sering melibatkan konflik yang kuat, yang kadang memicu perasaan sedih dan kesepian. Banyak remaja merasa bahwa dengan menyelesaikan konflik akan membuat pasangan bertambah dekat, sehingga konflik memiliki nilai positif.¹⁹²

Remaja cenderung menunda aktivitas seksual ketika mereka memiliki hubungan dekat dengan orang tua dan memiliki kegiatan positif yang mereka sukai.¹⁹³ Pengalaman seksual pertama mengubah hubungan keluarga. Hubungan remaja dengan orang tua menjadi lebih barjarak, orang tua dan anak jarang menghabiskan waktu bersama dalam kegiatan bersama.¹⁹⁴ Remaja juga mengalami peningkatan interaksi yang berfokus pada masalah. Makin besar jarak

¹⁹⁰B. Bradford Brown, "Adolescents' Relationship with Peers", dalam *Handbook of Adolescents Psychology*, 2nd eds., eds. Lerner and Steinberg, 363-394, dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁹¹Jane Brooks, *The Process*, h. 355.

¹⁹²Jane Brooks, *The Process*, h. 356-357.

¹⁹³Geoffrey L. Ream and Ritch C. Savin-Williams, "Reciprocal Associations between Adolescent Sexual Activity and Quality of Youth-Parent Interaction," *Journal of Family Psychology* 19 (2005): 171-179 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 357.

¹⁹⁴Ream and Savin-Williams, "Reciprocal Associations between Adolescent Sexual Activity and Quality of Youth-Parent Interaction." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 357.

antara orang tua dan anak terkait dengan aktivitas seksual yang berlangsung. Ketika orang tua tetap dekat dengan anak remajanya dan memberi mereka ruang untuk bertumbuh, aktivitas seksual cenderung tidak berlanjut.¹⁹⁵

k. Tugas dan Kepedulian Orang Tua

Pada periode remaja usia akhir ini, orang tua tetap menjadi pengasuh yang mendukung dan juga memberikan otonomi yang lebih besar pada remaja. Menurut Brooks, tugas orang tua mencakup:

1. Menjadi pengasuh yang selalu ada dan responsif yang mendengarkan anak.
2. Berperan memberikan contoh perilaku yang bertanggung jawab.
3. Melanjutkan pengawasan dan menjalankan aturan keamanan sambil mendukung serta menerima individualitas anak mereka.
4. Menyampaikan informasi dan nilai dalam atmosfer diskusi terbuka.
5. Berperan sebagai penasihat bagi anak saat mereka akan membuat keputusan penting.
6. Mengizinkan anak memisahkan diri dalam atmosfer penerimaan.¹⁹⁶

Banyak orang tua mencemaskan kesehatan dan isu keamanan karena mereka kekurangan kontrol langsung untuk memastikan keamanan anaknya. Mereka harus mencontohkan perilaku yang sehat, melakukan rutinitas keluarga yang sehat, dan mengawasi remaja sehingga mereka terhindar dari perilaku berisiko tinggi.¹⁹⁷

¹⁹⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 357.

¹⁹⁶*Ibid.*

¹⁹⁷*Ibid.*, h. 357-358.

1) Meningkatkan Kebiasaan Tidur yang Sehat

Banyak faktor yang berperan dalam kurangnya tidur remaja di tahun-tahun ini. Ritme kehidupan remaja berubah sehingga mereka tidur lebih larut. Anak sekolah menengah memulai jam sekolah lebih dini sehingga mereka harus bangun lebih awal. Tugas sekolahnya membutuhkan lebih banyak waktu untuk diselesaikan sehingga mereka tidur larut. Peralatan elektronik seperti TV, komputer, dan *gadget*, khususnya yang berada di kamar, mendorong remaja untuk terus terjaga hingga larut malam.

Membangun kebiasaan tidur yang sehat merupakan hal yang penting tidak hanya untuk mewujudkan kesehatan fungsional di sekolah dan di rumah, tetapi juga untuk membentuk kebiasaan yang sehat karena pola tidur yang di usia remaja cenderung bertahan hingga usia dewasa.¹⁹⁸ Misalnya, ketika anak berusia 14 tahun menonton TV terlalu lama, mereka cenderung memiliki masalah tidur di usia 16 dan 22 tahun. Ketika mengurangi menonton TV di usia 14 tahun, mereka mengalami masalah tidur yang lebih sedikit di usia 16 dan 22 tahun.¹⁹⁹ Atmosfer emosional keluarga juga mempengaruhi jam tidur anak. Di awal usia, makan bersama keluarga memprediksikan tidur malam yang lebih banyak-setiap tambahan jam dalam makan bersama per minggu terkait dengan tambahan tidur anak per minggu.²⁰⁰ Mengurangi konflik keluarga akan mengurangi masalah

¹⁹⁸Frederick J. Zimmerman, "Children's Media Use and Sleep Problems: Issues and Unanswerable Questions," Kaiser Family Foundation Report No. 7674, June 2008, www.kkf.org. dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

¹⁹⁹Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

²⁰⁰Emma K. Adam, Emily K. Snell, and Patricia Pendry, "Sleep Timing and Quantity in Ecological and Family Context: A Nationally Representative Time-Diary Study," *Journal of Family Psychology* 21 (2007): 4-19 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

tidur.²⁰¹ Anak yang tinggal di keluarga yang penuh konflik ketika di akhir masa kanak-kanak dan awal usia remajanya cenderung mengalami masalah tidur di usia 18 tahun.²⁰²

Penelitian mengindikasikan bahwa ketika orang tua mengawasi dan memaksa remaja untuk tidur lebih awal, maka remaja mendapat lebih banyak waktu tidur.²⁰³ Remaja terkadang merasa keberatan karena ini adalah pilihan pribadi mereka untuk tidur, tetapi desakan orang tua dengan alasan kesehatan bisa meyakinkan mereka.²⁰⁴

2) Meningkatkan Kebiasaan Makan yang Sehat

Mengabaikan sarapan karena bergegas sekolah, memakan makanan siap saji (*fast food*) di restoran atau membeli makanan berlemak tinggi di kantin sekolah, dan pulang terlambat ke rumah sehingga tertinggal makan malam dan memakan makanan yang didinginkan merupakan penyebab masalah. Ketika standar makanan remaja digabungkan dengan kurangnya olahraga, tidak mengherankan jika sekitar 30 persen remaja mengalami kelebihan berat badan.²⁰⁵

Orang tua harus fokus untuk membentuk kebiasaan positif yang menjamin nutrisi yang baik dan pola makan yang sehat dengan memberikan makanan bergizi ketika makan bersama, hanya memberikan makanan sehat di rumah

²⁰¹Alice M. Gregory et al., "Family Conflict in Childhood: A Predictor of Later Insomnia," *Sleep* 29 (2006): 1063-1067 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

²⁰²Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

²⁰³Adam, Snell, and Pendry, "Sleep Timing and Quantity in Ecological and Family Context." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

²⁰⁴Jane Brooks, *The Process*, h. 358.

²⁰⁵David Ludwig with Suzanne Rostler, *Ending the Food Fight* (New York: Houghton Mifflin, 2007) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 359.

sebagai camilan, dan mengatur rutinitas keluarga dan kegiatan keluar seperti jalan-jalan, bersepeda, atau kegiatan olahraga. Orang tua bisa mendorong remaja untuk memasak atau turut aktif dalam persiapan makan keluarga.²⁰⁶ Pola makan dan pola hidup sehat sangat penting bagi usia remaja, karena di tahun-tahun ini dalam banyak kasus ada tiga jenis gangguan makan yang terlihat dan membutuhkan penanganan medis dan bantuan psikologis segera. Gangguan ini berupa *anorexia nervosa* (kurus yang ekstrem karena pembatasan kalori atau menguras isi perut), *bulimia nervosa* (makan sebanyak-banyaknya kemudian memuntahkannya), dan gangguan makan yang tidak terspesifikasi yang mencakup makan sebanyak-banyaknya dan perilaku makan lainnya yang tidak memenuhi kategori *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*.²⁰⁷ Orang dengan gangguan makan beresiko mengembangkan masalah kesehatan lainnya seperti masalah jantung dan saraf serta depresi dan juga penggunaan obat-obatan, jadi orang tua harus mendapat bantuan profesional. Jika mereka ragu terhadap perawatan yang dibutuhkan, orang tua bisa mendatangi para ahli (ahli gizi/nutrisi dan juga psikiater) dan menjelaskan kekhawatiran mereka serta mendapatkan pengarahan.²⁰⁸ Banyak bentuk perawatan yang tersedia dengan terapi perilaku

²⁰⁶ *Ibid.*

²⁰⁷ G. Terence Wilson, Carlos M. Grilo, and Kelly M. Vitousek, "Psychological Treatment of Eating Disorders," *American Psychologist* 62 (2007): 199-216 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 359.

²⁰⁸ Mark Chavez and Thomas R. Insel, "Eating Disorders: National Institute of Mental Health's Perspective," *American Psychology* 62 (2007): 159-166 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 359.

kognitif, terapi keluarga, dan perawatan yang akan mengatasi kebutuhan remaja.²⁰⁹

3) Meningkatkan Penundaan dan Aktivitas Seksual yang Aman

Banyak orang tua yang khawatir akan perilaku seks para remaja yang dapat membawa berbagai masalah seperti kehamilan yang tidak diinginkan dan penyakit seksual menular seperti HIV/AIDS.

Brooks menegaskan bahwa hubungan yang hangat dengan orang tua dan mendapatkan informasi mengenai aktifitas seksual yang aman dan bertanggung jawab serta kesempatan untuk membicarakan hal ini secara terbuka memungkinkan remaja untuk menunda aktifitas seksual dan memiliki hubungan seksual yang aman ketika mereka melakukannya.²¹⁰

4) Menghindari Penggunaan Obat-obatan

Orang tua berperan sebagai faktor pelindung melawan penggunaan obat-obatan saat sekolah menengah. Pengawasan orang tua juga meredam hal ini. Sebuah penelitian besar terhadap remaja Belanda dan keluarga mereka menemukan bahwa remaja lebih sedikit minum jika orang tuanya tidak minum dan tidak memperbolehkan alkohol di rumah mereka, dan ketika orang tua memiliki aturan yang khusus mengenai larangan minum dan menjalankan aturan ini.²¹¹ Sebaliknya, ketika orang tua minum, menyediakan alkohol di rumah, dan

²⁰⁹Wilson, Grilo, and Vitousek, "Psychological Treatment of Eating Disorders." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 359.

²¹⁰Jane Brooks, *The Process*, h. 360.

²¹¹Rinka M. P. Van Zunder et al., "Pathways to Alcohol Use among Dutch Students in Regular Education and Education for Adolescents with Behavioral Problems: The Role of Parental Alcohol Use, General Parenting Practices, and Alcohol-Specific Parenting Practice," *Journal of Family Psychology* 20 (2006): 456-467 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 360.

mengizinkan remaja untuk minum, maka remaja akan minum lebih banyak. Jika orang tua mengalami masalah ketergantungan/kecanduan alkohol, mereka harus mencari bantuan untuk menanganinya seperti rehabilitasi dan pengobatan, karena seperti yang sudah disebutkan di atas, berdasarkan penelitian, menunjukkan bahwa perilaku orang tua dalam mengkonsumsi alkohol memiliki pengaruh terhadap pengonsumsi alkohol bagi anak remaja mereka.²¹²

5) Membantu Anak Mengontrol Perasaan Agresif

Anak laki-laki yang agresif, dan suka melanggar aturan meneruskan masalah ketika remaja dan memasuki masa dewasa.²¹³ Mereka lebih rentan menggunakan obat-obatan, putus sekolah, sulit menemukan dan mempertahankan pekerjaan, dan melanggar aturan berkendara. Lebih jauh lagi, mereka cenderung mengencani perempuan yang juga agresif dan memulai berkeluarga lebih awal. Menurut Capaldi dan Stoolmiller, sangat sulit menangani masalah di masa kecil yang kemudian berlanjut pada kegagalan dalam penyesuaian di usia dewasa bagi anak laki-laki. Kegagalan ini sangat berat dan mudah menyebar, dampaknya akan sangat besar bagi pria muda, pasangannya, dan anak yang mereka besarkan.²¹⁴

Brooks merekomendasi pengasuhan yang penuh perhatian, adil, mendukung, dan konsisten untuk membantu anak laki-laki mempelajari perilaku baru untuk mengganti perilaku negatif dan kompulsif yang dipelajari di rumah. Program keterampilan sosial dengan teman sebaya juga menurunkan perilaku

²¹²Jane Brooks, *The Process*, h. 361.

²¹³Deborah M. Capaldi and Mike Stoolmiller, "Co-occurrence of Conduct Problems and Depressive Symptoms in Early Adolescent Boys: III. Prediction to Young Adult Adjustment." *Development and Psychopathology 11* (1999): 59-84 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 361.

²¹⁴*Ibid*, h. 78 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

agresif dan mengganggu yang akan membuat orang lain menjauh.²¹⁵ Jenis ketiga intervensi menekankan pada kemampuan pengaturan emosi. Dalam satu penelitian, anak laki-laki agresif mudah tersulut emosinya; mengganggu, meresahkan, dan tidak peduli dengan orang lain; memiliki lebih banyak masalah dengan teman dibandingkan anak laki-laki yang tidak agresif.²¹⁶ Jadi, anak laki-laki ini harus belajar mengontrol sikap berlebihannya dan memperhatikan kebutuhan orang lain. Program pengelolaan kemarahan dan kemampuan berkomunikasi bisa membantu hal ini.²¹⁷

Anak laki-laki yang merasa marah sekaligus depresi beresiko terlibat masalah yang lebih berbahaya di usia dewasa daripada anak laki-laki yang hanya merasakan kemarahan depresi saja. Dengan demikian, bantuan harus disesuaikan dengan bentuk masalah untuk sejumlah besar anak laki-laki yang agresif dan melanggar aturan.²¹⁸

6) Membantu Anak Mengatasi Rasa Depresi

Depresi bervariasi dalam spektrumnya. Di satu sisi bentuk depresi-merasa sedih, tidak bahagia karena satu kejadian yang mengesalkan seperti gagal mengerjakan tes atau pertengkaran dengan teman.²¹⁹ Perasaan ini bisa berlangsung singkat atau berlangsung lama.

²¹⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²¹⁶Alice W. Pope and Karen L. Bierman, "Predicting Adolescent Peer Problems and Antisocial Activities: The Relative Roles of Aggression and Dysregulation," *Developmental Psychology* 23 (1999): 335-346 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²¹⁷Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²¹⁸*Ibid.*

Dalam beberapa kasus, depresi merupakan respons normal atas kehilangan/kematian orang tua, perceraian orang tua, pindah rumah ke lokasi baru. Anak menunjukkan tanda depresi yang datang dan pergi selama berbulan-bulan setelah kejadian, tergantung pada seberapa besar tingkat kehilangannya. Depresi kadang ditunjukkan dalam bentuk amarah, pemberontakan, perilaku berlebihan yang menutupi kondisi sebenarnya. Anak yang mengalami masalah serius dalam hal disiplin di sekolah dan terlibat dalam obat-obatan, alkohol, dan perilaku berisiko sering mengalami depresi. Mereka kekurangan penghargaan diri dan mereka tidak berdaya serta tidak mampu untuk berubah.²²⁰

Sisi spektrum yang paling serius, adalah depresi klinis atau gangguan depresi mayor, melibatkan suasana hati depresi dan hilangnya minat atau kesenangan dalam kegiatan biasa. Gangguan pada pola tidur, makan, dan aktifitas boleh jadi mengiringi depresi tersebut. Tingkat energi menurun, dan remaja lebih lama bergerak dan pencapaiannya menurun dibidang sebelumnya. Kadang depresi klinis diiringi dengan hilangnya konsentrasi dan ingatan yang buruk, sehingga prestasi sekolah menurun drastis. Karena mereka tidak merasa tertarik dan menarik diri, anak yang depresi memiliki sedikit teman. Ini adalah penanda utama depresi klinis.²²¹ Anak juga memiliki pikiran atau rencana untuk menyakiti diri mereka sendiri, atau, kadang orang lain.²²² Seperti ditulis pada bab sebelumnya,

²¹⁹Dante Cicchetti and Sheree L. Toth, "The Development of Depression in Children and Adolescents," *American Psychologist* 53 (1998): 221-241 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²²⁰Donald H. McKnew, Leon Cytryn, and Herbert Yahraes, *Why Isn't Johnny Crying?* (New York: Norton, 1983) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²²¹Cicchetti and Thot, "The Development of Depression in Children and Adolescents." dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

sebelum pubertas, anak laki-laki dan anak perempuan cenderung merasakan depresi yang sama, tetapi setelah pubertas, angka untuk anak perempuan menjadi dua kali lipatnya.

Banyak faktor terkait dengan keadaan depresi, yaitu:

1. Faktor genetik yang tercermin dari anggota keluarga yang mengalami depresi.
2. Faktor biologis seperti perubahan hormon terkait pubertas.
3. Kejadian yang menimbulkan stres seperti perceraian, diskriminasi, perlakuan buruk pada anak.
4. Faktor psikologis seperti ketidakmampuan untuk mengelola emosi.
5. Pola interaksi keluarga seperti kurangnya dukungan orang tua.
6. Hubungan pertemanan seperti penolakan dan *bullying*.
7. Hubungan percintaan yang melibatkan penolakan dan putus hubungan.²²³

Ketika orang tua menyadari tanda depresi, mereka harus mencari bantuan profesional. Di saat ini, ada beberapa bentuk bantuan bagi depresi.²²⁴ Terapi keluarga, terapi perseorangan, dan terapi kelompok cukup berguna untuk membantu anak mengubah evaluasi diri. Pengobatan sering pula digunakan. Jika orang tua tidak yakin apakah kekhawatiran mereka beralasan, mereka bisa berkonsultasi dengan ahli terapi untuk menentukan tingkat depresi dan kebutuhan untuk mengobati anak.²²⁵

²²²Jane Brooks, *The Process*, h. 362.

²²³Julia A. Graber, "Internalizing Problems during Adolescence," in *Handbook of Adolescent Psychology*, 2nd ed., eds. Lerner and Steinberg, 587-626 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 363.

²²⁴Anne C. Petersen et al., "Depression in Adolescence," *American Psychologist* 48 (1993): 135-168 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 363.

Dukungan ibu sangat penting bagi remaja di semua kelompok etnik.

Brooks mengutip,

*For both males and females, and among all race-ethnic groups, higher levels of maternal support were found to be related to lower levels of depressive symptoms. In a sense, mothers' support may be a "race-ethnicity equalizer" because its effect is consistent across all groups.*²²⁶

Kutipan tersebut berisi: 'Bagi pria dan wanita, dan dalam semua kelompok etnik-ras, dukungan yang tinggi dari ibu ditemukan terkait dengan rendahnya tingkat gejala depresi. Bila dipahami, dukungan ibu menjadi "penyeimbang dalam ras etnik" karena dampaknya sama bagi semua kelompok'.

Jane Brody juga menunjuk pada keletihan, kebosanan, gangguan, ledakan kemarahan, ancaman kabur dari rumah, gejala fisik seperti sakit kepala atau sakit perut, dan kecemasan.²²⁷

Ketika orang tua mengetahui dan mencari pertolongan atas masalah anak, mereka sering belajar bahwa mereka sendiri pun memiliki masalah tetapi tidak mereka sadari atau terima. Orang tua yang anak remajanya depresi mungkin menyadari, misalnya, bahwa mereka juga merasakan depresi. Orang tua dari remaja yang menggunakan obat-obatan mungkin melihat mereka memiliki masalah juga dalam hal ini. Ketika orang tua mencari bantuan untuk anaknya, maka seluruh keluarga akan merasakan manfaatnya.²²⁸

²²⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 363.

²²⁶J. Scott Brown, Sarah O. Meadows, and Glen H. Elder, Jr., "Race-Ethnic... dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 363.

²²⁷Jane E. Brody, "Adolescent Angst or a Deeper Disorder? Tips for Spotting Serious Symptoms," *New York Times*, December 24, 2002, D5 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 365.

²²⁸Jane Brooks, *The Process*, h. 366.

7) Memunculkan Hubungan Pertemanan Positif

Di usia remaja, kualitas hubungan orang tua-anak mempengaruhi orientasi remaja dalam pertemanan.²²⁹ Ketika remaja merasa memiliki hubungan yang baik dengan orang tua dan merasa orang tua mengizinkan mereka untuk berperan lebih besar dalam membuat keputusan, remaja akan lebih baik dalam menyesuaikan diri, cenderung tidak menyatakan orientasi ekstrim terhadap teman, dan jarang meminta nasihat teman daripada remaja yang merasakan pembatasan dan kontrol dari orang tua. Kelompok remaja ini mencari hubungan yang setara dan timbal balik yang tidak mereka rasakan dengan orang tua. Hubungan antara ayah dan remaja secara khusus akan memprediksi hubungan pertemanan, mungkin kerana ayah dan anak terlibat dalam banyak kegiatan permainan, dan kemampuan yang dipelajari kemudian diterapkan dalam hubungan pertemanan.²³⁰

8) Meningkatkan Keberhasilan di Sekolah

Ketika prestasi remaja lebih rendah daripada tingkat kemampuan mereka, penelitian menemukan bahwa dua pendekatan umum akan membantu.²³¹ Teknik perilaku memonitor tugas sekolah secara berkala dengan menggunakan laporan kemajuan dan memberikan konsekuensi positif seperti hak istimewa dan penghargaan membantu siswa meningkatkan kinerja mereka. Strategi kedua ialah pendekatan komprehensif untuk meningkatkan kemampuan belajar remaja,

²²⁹Collins and Steinberg, "Adolescent Development in Interpersonal Context."...dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

²³⁰W. Andrew Collins et al., "Conflict Processes and Transitions in Parent and Peer Relationships," *Journal of Adolescent Research* 12 (1997): 179-198 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

²³¹Robert B, McCall, Cynthia Evahn, and Lynn Kratzer, *High School Underachievers* (Newbury Park, CA: Sage, 1992) dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

kemampuan akademik (dengan pemberian tutor), dan keterampilan sosial sehingga mereka merasa lebih mudah di sekolah. Keterlibatan orang tua dan penggunaan konsekuensi juga menjadi kunci program tersebut. Mengatasi masalah akademik semata melalui tutorial atau terapi positif tidaklah begitu membantu seperti halnya pendekatan dari berbagai segi.²³²

9) Membantu Remaja Mengembangkan Pemahaman pada Tujuan

Pemahaman pada tujuan diartikan sebagai komitmen pada tujuan jangka panjang, sebuah kepedulian utama yang memberi makna pada hidup dan mengarahkan perilaku yang dikaitkan dengan tingkat kebahagiaan dan pengharapan remaja dan dengan kesejahteraan orang dewasa.²³³

Terkesan dengan pemahaman, semangat dan arahan yang ditunjukkan oleh beberapa anak muda, William Damon mewawancarai 1.200 remaja dan orang dewasa muda yang berusia antara 12 hingga 22 tahun untuk menentukan bagaimana mereka mengembangkan pemahaman tentang tujuan hidup. Damon menyatukan tindakan pengasuhan yang mendorong pemahaman pada tujuan.

*What a parent should do is lead a child toward promising options. A parent can help a child sort through choices and reflect upon how the child's interests match up with the world's opportunities and needs. A parent can support a child's own efforts to explore purposeful directions and open up more potential sources of discovery about possible purposes. These are supporting roles... because center stage in the drama belongs to the child. But while the most effective assistance parents can provide is indirect, it is also invaluable.*²³⁴

²³²Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

²³³Anthony L. Burrow and Patrick L. Hill, "Purpose as a Form of Identity Capital for Positive Youth Adjustment", *Developmental Psychology* 47 (2011): 1196-1206, dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

²³⁴William Damon, *The Path to Purpose: Helping Our Children Find Their Calling in Life* (New York: Free Press, 2008), 131 dalam Jane Brooks, *The Process*, h. 364.

Menurut Damon, apa yang harus dilakukan orang tua ialah mengarahkan anak pada pilihan yang menjanjikan. Orang tua bisa membantu anak memilah pilihan dan merefleksikan bagaimana ketertarikan anak disesuaikan dengan kesempatan dan kebutuhan dunia. Orang tua dapat mendukung usaha anak untuk mengeksplorasi tujuan yang bermakna dan membuka sumber yang lebih potensial mengenai pencarian tujuan yang mungkin dicapai. Ini adalah peran pendukung... karena posisi yang paling menonjol dalam keseluruhan proses ini adalah pada anak. Tetapi ketika pendampingan paling efektif yang paling bisa dilakukan orang tua adalah tidak langsung, ini tetapi menjadi hal yang sangat berharga.

Secara khusus, ia menyarankan:

1. Berbincang dengan anak mengenai minat dan kegiatan anak serta dukunglah mereka.
2. Dengar dan perhatikan apa yang menarik minat anak dan dukunglah mereka.
3. Bicaralah tujuan pribadi Anda dalam pekerjaannya.
4. Bicarakan praktik pencapaian tujuan dan proyek.
5. Hubungan anak Anda dengan mentor di masyarakat.
6. Dukung kemampuan penyelesaian masalah yang dimiliki anak dan pengambilan risiko yang beralasan untuk mencapai tujuan.
7. Contohkan dan dukunglah pandangan yang positif.
8. Bantulah anak mengembangkan “rasa menjadi seorang agen yang mengemban tanggung jawab.”²³⁵

²³⁵Jane Brooks, *The Process*, h. 365.

Orang tua sering mencapai tujuan pengasuhan ini melalui perbincangan sederhana saat melakukan pekerjaan rumah. Berada di sekitar anak dan menyadari antusiasme anak atau menjawab pertanyaan bisa memicu perbincangan lebih dalam merupakan hal yang penting. Di momen sederhana inilah banyak hal akan didapatkan.²³⁶

C. *Parenting* Remaja Menurut Perspektif Abdullah Nashih Ulwan

Secara spesifik, Abdullah Nashih Ulwan tidak membagi pembahasannya berdasarkan usia anak seperti Jane Brooks, tetapi berdasarkan tema. Di sini, penulis akan uraikan pembahasan di bawah bagaimana *parenting* atau pengasuhan remaja menurut perspektif Abdullah Nashih Ulwan.

1. Menghindarkan Anak Masa Pubertas dari Rangsangan-rangsangan Seksual

Telah dibahas sebelumnya dalam bab II bahwa Abdullah Nashih Ulwan membagi fase perkembangan anak dalam empat tahapan. Masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa mulai dari fase kedua hingga keempat.

Masa pubertas atau peralihan (*murahaqah*), terjadi pada anak usia 10-14 tahun, masa ini adalah fase kedua, anak dihindarkan dari berbagai rangsangan seksual. Menurut Ulwan fase pubertas ini adalah fase yang paling berbahaya, karena seorang bisa saja rusak moralnya oleh lingkungan jika ia tidak dijaga dan dibimbing dengan baik saat berada pada fase ini.²³⁷ Berdasarkan *nash* Alquran Allah SWT berfirman dalam QS. An-Nur/24: 31,

²³⁶ *Ibid.*

²³⁷ Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 527

وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ۗ وَلَا يَضْرِبْنَ خُمْرَهُنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ ۗ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّبِيعِينَ غَيْرَ أُولِي الْأَرْبَابَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوْ الْوَالِدِ الَّذِينَ لَمْ يُظْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَاتِ النِّسَاءِ ۗ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنَ زِينَتِهِنَّ ۗ وَتَوْبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٦٨﴾

Katakanlah kepada wanita yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan kemaluannya, dan janganlah mereka menampakkan perhiasannya, kecuali yang (biasa) nampak dari padanya. Dan hendaklah mereka menutupkan kain kudung kedadanya, dan janganlah menampakkan perhiasannya kecuali kepada suami mereka, atau ayah mereka, atau ayah suami mereka, atau putera-putera mereka, atau putera-putera suami mereka, atau saudara-saudara laki-laki mereka, atau putera-putera saudara lelaki mereka, atau putera-putera saudara perempuan mereka, atau wanita-wanita Islam, atau budak-budak yang mereka miliki, atau pelayan-pelayan laki-laki yang tidak mempunyai keinginan (terhadap wanita) atau anak-anak yang belum mengerti tentang aurat wanita. Dan janganlah mereka memukulkan kakinya agar diketahui perhiasan yang mereka sembunyikan. Dan bertaubatlah kamu sekalian kepada Allah, hai orang-orang yang beriman supaya kamu beruntung.”²³⁸

Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa apabila anak masih kecil dan belum mengerti tentang keadaan dan aurat wanita, maka dibolehkan mereka bercampur dengan kaum wanita. Namun jika anak telah memasuki usia pubertas yaitu usia 9 tahun ke atas, maka anak tidak diperkenankan memasuki tempat kaum wanita, karena ia telah dapat membedakan antara wanita yang cantik dan tidak sehingga dikhawatirkan syahwatnya akan timbul karena melihat pemandangan tersebut.²³⁹

²³⁸Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 353.

²³⁹Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 527.

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ (رواه أبي داود)²⁴⁰

Perintahkan anak-anakmu menjalankan ibadah shalat jika mereka sudah berusia tujuh tahun. Dan jika mereka sudah berusia sepuluh tahun, maka pukullah mereka jika tidak mau melaksanakannya dan pisahkanlah tempat tidur mereka.

Dalam hadis di atas juga dijelaskan bahwa orang tua diperintahkan untuk memisahkan tempat tidur anak-anak mereka yang telah mencapai usia 10 tahun, karena mereka telah menuju masa pubertas dikhawatirkan sebagian dari mereka akan melihat aurat yang lainnya ketika tidur atau terjaga, dan ini merupakan langkah preventif yang diajarkan Islam dalam menghindarkan anak dari rangsangan seksual.²⁴¹

Menurut Ulwan, tanggung jawab pendidik dalam menghindarkan anak dari rangsangan-rangsangan seksual meliputi dua aspek, yaitu tanggung jawab pengawasan faktor-faktor di dalam lingkungan keluarga (internal) dan di luar lingkungan keluarga (eksternal).²⁴²

Tanggung jawab pengawasan faktor internal, antara lain:

1. Mengajarkan anak pada usia *tamyiz* etika meminta izin ketika akan memasuki kamar orang tuanya pada waktu-waktu istirahat, yaitu sebelum shalat Fajar, waktu Dzuhur, dan setelah shalat Isya. Pada waktu-waktu ini biasanya orang tua sedang beristirahat dan mungkin sedang melakukan hubungan suami-istri. Jika anak sudah menginjak usia baligh maka pendidik hendaknya

²⁴⁰Abu Daud Sulaiman bin Al-Asy'ats As-Sijistâni, *Sunan Abu Daud*, Juz 1, hadis no. 495, (Beirut: Dar Al-Fikr, 1994), h. 197.

²⁴¹Abdullah Nâshih 'Ulwân, *Tarbiyat al-Aulâd*, Juz 1, h. 528

²⁴²*Ibid*, h. 529

mengajarkan etika meminta izin pada waktu-waktu lainnya selain tiga waktu di atas.

2. Menghindarkan anak yang sedang dalam masa pubertas ke dalam ruangan wanita-wanita lain.
3. Memisahkan tempat tidur anak usia sepuluh tahun ke atas dari saudara dan saudarinya. Melarang mereka berada dalam satu tempat tidur dan berada dalam satu selimut yang sama.
4. Pendidik hendaknya mengajarkan etika bagaimana memandang wanita lain pada anak yang sudah beranjak meninggalkan usia *tamyiz*.
5. Pendidik hendaknya menghindarkan adanya televisi di rumah atau mengatur acara yang boleh di tonton oleh anak, karena televisi memiliki pengaruh yang besar terhadap rusaknya akhlak.
6. Pendidik hendaknya selalu mengawasi anak dan memeriksa meja belajarnya, agar dapat diketahui bagaimana cara membimbing dan mengarahkannya.
7. Para pendidik dan orang tua tidak boleh sedikit pun memberi kebebasan kepada putra putri mereka untuk berteman dekat lawan jenis mereka, karena pertemanan dengan lawan jenis membawa bahaya yang sangat besar bagi akhlak mereka.
8. Pendidik hendaknya selalu terus menerus memberikan bimbingan selain pengawasan, agar anak tidak terjerumus dalam penyimpangan.²⁴³

Sedangkan tanggung jawab pengawasan faktor eksternal, antara lain:

²⁴³*Ibid*, h. 529-531.

1. Pendidik atau orang tua sebisa mungkin untuk memberikan izin pada anak untuk pergi ke bioskop dan panggung sandiwara. Di dua tempat pertunjukan tersebut banyak sekali rangsangan dan fitnah disajikan. Bahkan telah menjadi jalur prostitusi dan gaya hidup hedonisme yang dikemas secara menarik sehingga banyak kaum remaja yang terjebak di dalamnya.
2. Menghindarkan anak remaja kita dari gaya dan mode berpakaian yang dapat mengundang perhatian, terutama perhatian dan ketertarikan dari lawan jenis yang menimbulkan syahwat.
3. Menghindarkan anak dari ancaman sarana dan prasarana kegiatan prostitusi.
4. Menjaga anak dan anak remaja dari pertemanan yang negatif. Orang tua dan pendidik dituntut untuk lebih tahu mengenai latar belakang teman-teman yang bergaul dengan anak sehingga orang tua, pendidik, dan anak dapat memilah-milah mana teman yang baik dan mana yang membawa pengaruh buruk.
5. Menghindarkan anak dari pergaulan bebas antar lawan jenis.²⁴⁴

2. Mengajarkan Hukum-hukum kepada Anak di Masa Pubertas dan Masa Baligh

Ketika anak memasuki masa *baligh*, yang ditandai dengan mimpi basah pada anak laki-laki dan haid pada anak perempuan, maka anak telah dibebani oleh hukum syara'. Anak telah memiliki kewajiban dan memikul tanggung jawab sebagaimana halnya orang dewasa. Sedangkan orang tua memiliki tanggung jawab untuk menjelaskan masalah-masalah penting ini kepada anak, sehingga

²⁴⁴*Ibid*, h. 531-540.

anak memiliki kesadaran dan pengetahuan yang berkaitan dengan kehidupan seksualnya serta beban syari'ahnya.²⁴⁵

Orang tua adalah orang yang pertama bertanggung jawab dalam menyampaikan kewajiban anak ketika mencapai usia *baligh*, kemudian orang yang bertanggung jawab adalah guru dan pembimbing.²⁴⁶

Hukum-hukum syara' yang terpenting berkenaan dengan masa *baligh* dan mimpi basah bagi anak laki-laki dan anak gadis sebelum mencapai masa dewasa, yaitu:

1. Apabila anak laki-laki maupun perempuan mimpi bersetubuh namun kainnya tidak basah, maka ia tidak wajib mandi.
2. Apabila anak laki-laki maupun perempuan, setelah terjaga mendapati bahwa kainnya basah meskipun tidak bermimpi, maka ia wajib mandi.
3. Keluarnya mani dari laki-laki atau perempuan dengan memancar dan dalam keadaan bersyahwat, sebagaimana kebiasaannya, maka wajib mandi.
4. Masuknya kepala zakar ke dalam kemaluan pasangannya, maka keduanya wajib mandi janabat, baik ia telah mengeluarkan mani ataupun tidak.
5. Berhentinya masa haid dan nifas, maka wanita tersebut wajib mandi.
6. Setelah anak mempelajari hal-hal yang mewajibkan mandi janabat seperti yang di bahas di atas, kemudian anak harus mempelajari masalah fardu, sunnah, dan cara-caranya, sehingga ketika anak dalam kondisi janabat, ia telah mengetahui cara-cara mandi sampai suci.

²⁴⁵*Ibid*, h. 555.

²⁴⁶*Ibid*, h. 557.

7. Memberi pengetahuan pada anak mengenai hal-hal yang haram dikerjakan selama dalam keadaan janabat, seperti: wanita yang haid dan nifas dilarang berpuasa, shalat, dan bercumbu dengan suami antara pusar dan lutut di bawah kain serta melakukan hubungan suami-istri; wanita atau laki-laki yang sedang junub dilarang memasuki mesjid dan tawaf di Baitullah, serta haram membaca Alquran (kecuali untuk zikir dan hal belajar mengajar); dan orang yang tidak berwudhu, junub, haid, dan nifas diharamkan menyentuh *mushhaf*, kecuali dengan memakai sampul terpisah.²⁴⁷

Menurut Ulwan, berbicara terbuka mengenai seks terhadap anak yang telah menginjak masa *baligh* diperbolehkan dalam Islam bahkan wajib jika akan menimbulkan suatu akibat yang syar'i. Ada tiga hal yang menyebabkan diperbolehkan membicarakan masalah seks kepada anak yang beranjak remaja, yang *pertama* adalah firman Allah dalam QS. Al-Mu'minun/23: 5-7,

وَالَّذِينَ هُمْ لِأُفْرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ﴿٥﴾ إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَلَهُمْ فِيهَا مَخْرَجٌ
مُّلُومِينَ ﴿٦﴾ فَمَنْ أَبْغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ﴿٧﴾

Dan orang-orang yang menjaga kemaluannya, kecuali terhadap isteri-isteri mereka atau budak yang mereka miliki. Maka sesungguhnya mereka dalam hal ini tiada tercela. Barangsiapa mencari yang di balik itu²⁴⁸ Maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas.²⁴⁹

²⁴⁷*Ibid*, h. 557-562

²⁴⁸Maksudnya: zina, homoseksual, dan sebagainya.

²⁴⁹Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 342.

Kemudian firman Allah dalam QS. Al-Mu'minun/23: 12-13,

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ﴿١٣﴾

Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim).²⁵⁰

Kemudian firman Allah dalam QS. Al-Isra'/17: 32,

وَلَا تَقْرُبُوا الزُّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴿٣٢﴾

Dan janganlah kamu mendekati zina. Sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk.²⁵¹

Semua hal yang berkaitan dengan hubungan seksual dan tata caranya ada dalam Alquran, namun seorang anak remaja tetap harus dibimbing oleh pendidik baik itu orang tua maupun gurunya untuk memahami ayat-ayat tersebut.²⁵² Agar ketika sampai waktunya anak remaja akan tetap menjaga kesucian dirinya, hingga melangsungkan hubungan seksual yang halal dalam pernikahan sesuai dengan tata cara dalam Islam. Yang *kedua* diperbolehkannya berbicara secara terbuka mengenai seks pada anak, agar anak yang mulai remaja mengetahui apa yang harus dilakukan dan apa yang wajib dihindari. Bahkan anak akan mengetahui yang halal dan haram. Dan yang *ketiga* adalah pemberian penerangan tentang masalah seks itu merupakan masalah yang harus diberikan untuk mengajarkan dasar-dasar mengadakan hubungan seksual dan tata krama menyalurkan kebutuhan biologis, ketika ia mendekati masa *baligh* dan memasuki

²⁵⁰ *Ibid.*

²⁵¹ *Ibid*, h. 285.

²⁵² Abdullah Nāshih 'Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 600-603.

perkawinan.²⁵³ Namun dalam penyampaian masalah seksual pada anak hendaknya ada dua hal yang harus diperhatikan, yang *pertama* yaitu jenjang usia anak, jika masih berusia *tamyiz* maka berbicara masalah seksual belum tepat karena hukum yang berlaku pada masa pubertas dan *baligh* masih belum berlaku dan belum diajarkan pada mereka, dan yang *kedua* adalah akan lebih utama jika seorang ibu yang mengajarkan masalah-masalah seksual kepada anak perempuan, karena pelajaran dari ibu akan lebih mudah dipahami. Jika tidak ada seorang ibu, maka tanggung jawab ini diambil alih oleh seorang pendidik wanita yang dapat menggantikan peran ibu.²⁵⁴

3. Adab dan Tuntunan Perilaku Bagi Remaja

Abdullah Nashih Ulwan banyak memberikan bimbingan pada remaja diantaranya dengan etika meminta izin dan etika memandang terutama pada lawan jenis yang diuraikan dalam pembahasan tanggung jawab pendidikan seksual di dalam kitabnya. Diantaranya akan penulis uraikan di bawah ini.

a. Etika Meminta Izin

Anak yang telah memasuki usia *tamyiz* hendaknya mulai untuk dibiasakan untuk meminta izin pada waktu-waktu tertentu ketika akan memasuki kamar orang tua mereka. Hal ini telah dijelaskan dalam Alquran QS. An-Nur/24: 58-59,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِيَسْتَدِينَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهْرِ وَمِن بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ

²⁵³*Ibid*, h. 603.

²⁵⁴*Ibid*, h. 604.

عَوْرَاتِكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوْفُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى
بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾ وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمْ الْحُلُمَ
فَلْيَسْتَعِذُوا كَمَا اسْتَعَاذَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ
حَكِيمٌ ﴿٥٩﴾

Hai orang-orang yang beriman, hendaklah budak-budak (lelaki dan wanita) yang kamu miliki, dan orang-orang yang belum balig di antara kamu, meminta izin kepada kamu tiga kali (dalam satu hari) Yaitu: sebelum sembahyang subuh, ketika kamu menanggalkan pakaian (luar) mu di tengah hari dan sesudah sembahyang Isya'. (Itulah) tiga 'aurat bagi kamu. Tidak ada dosa atasmu dan tidak (pula) atas mereka selain dari (tiga waktu) itu. Mereka melayani kamu, sebahagian kamu (ada keperluan) kepada sebahagian (yang lain). Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat bagi kamu. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.

Dan apabila anak-anakmu telah sampai umur balig, maka hendaklah mereka meminta izin, seperti orang-orang yang sebelum mereka meminta izin. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat-Nya. Dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.²⁵⁵

Dalam ayat ini, disebutkan tiga keadaan yang mengharuskan anak untuk minta izin, yaitu: sebelum fajar (karena menurut kebiasaan banyak orang yang masih tidur pada saat ini); pada waktu siang (sebab ketika itu banyak orang yang menanggalkan pakaian atau beristirahat); dan setelah shalat Isya (karena saat itu adalah saatnya istirahat dan waktu tidur). Bahaya besar akan timbul jika anak tanpa sengaja melihat kedua orang tua sedang berhubungan seksual, anak akan kebingungan dan mungkin akan menceritakan apa yang dia lihat pada teman-temannya. Kemudian ketika ia merasa tertarik dengan lawan jenis ia akan mencoba hubungan seks seperti yang pernah ia lihat dan melakukan penyimpangan-penyimpangan lain jika tidak mendapatkan arahan. Meminta izin

²⁵⁵Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 357-358.

dalam tiga waktu tersebut mengandung nilai pendidikan dasar-dasar etika keluarga. Hikmah yang dikandung dari etika meminta izin adalah mengantisipasi agar anak tidak akan dikejutkan oleh situasi yang tidak baik untuk dilihat, yang kemudian tetap menjaga kemurnian jiwanya dari hal-hal yang belum sepatutnya mereka lakukan.²⁵⁶

b. Etika Melihat Mahram

Kita sering mendengar peribahasa ‘dari mata turun ke hati’, yang memiliki makna pencitraan yang kita dapat dari indera penglihatan kita sering meninggalkan kesan dalam hati. Namun dari pandangan mata pula dapat menimbulkan bahaya berupa gejala hasrat dalam hati yang dalam pandangan agama belum tentu diperbolehkan. Sungguh sempurna ajaran dan tuntunan dalam Islam yang mengatur etika dalam memandang orang lain, untuk mengantisipasi bahaya yang dapat ditimbulkan setelahnya.

Sejak anak berusia *tamyiz* orang tua dan pendidik hendaklah telah membiasakan anak untuk memelihara dan menjaga pandangan matanya. Hal ini bertujuan agar anak dapat membedakan mana yang diharamkan dan mana yang diperbolehkan. Sehingga ketika anak memasuki masa *baligh* dan mencapai *taklifnya*, ia telah memiliki akhlak yang lurus dan mantap.

Wanita mahram ialah wanita yang diharamkan bagi laki-laki untuk mengawininya, begitu pula sebaliknya, setiap laki-laki yang diharamkan bagi wanita untuk kawin dengannya disebut laki-laki mahram. Berdasarkan *nash* dalam

²⁵⁶ Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 504-506.

firman Allah, Ulwan mengklasifikasikan orang-orang yang termasuk dalam kelompok mahram adalah sebagai berikut²⁵⁷:

1. Wanita-wanita mahram karena pertalian darah, mereka berjumlah tujuh orang yang disebutkan dalam firman Allah QS. An-Nisa/4: 23,

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالَاتُكُمْ وَبَنَاتُ الْأَخِ وَبَنَاتُ الْأُخْتِ ...

Diharamkan atas kamu (mengawini) ibu-ibumu; anak-anakmu yang perempuan²⁵⁸; saudara-saudaramu yang perempuan, saudara-saudara bapakmu yang perempuan; saudara-saudara ibumu yang perempuan; anak-anak perempuan dari saudara-saudaramu yang laki-laki; anak-anak perempuan dari saudara-saudaramu yang perempuan²⁵⁹

2. Wanita-wanita mahram karena perkawinan, mereka berjumlah empat orang, yaitu:

- a) Istri ayah, termasuk ibu kandung.

وَلَا تَنْكِحُوا مَا نَكَحَ آبَاؤُكُمْ مِنَ النِّسَاءِ... (النساء: ٢٢)

Dan janganlah kamu mengawini wanita-wanita yang telah dikawini oleh ayahmu...²⁶⁰

- b) Istri anak (menantu).

...وَحَلَائِلُ أَبْنَائِكُمُ الَّذِينَ مِنْ أَصْلَابِكُمْ... (النساء: ٢٣)

Dan diharamkan bagimu istri-istri anak kandungmu (menantu)...²⁶¹

²⁵⁷Ibid, h. 506-507.

²⁵⁸Maksud ibu di sini ialah ibu, nenek dan seterusnya ke atas. Dan yang dimaksud dengan anak perempuan ialah anak perempuan, cucu perempuan dan seterusnya ke bawah. Demikian juga yang lain-lainnya. Sedang yang dimaksud dengan anak-anak isterimu yang dalam pemeliharaanmu, menurut jumhur ulama termasuk juga anak tiri yang tidak dalam pemeliharannya.

²⁵⁹Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 81.

²⁶⁰Ibid.

c) Ibu istri (mertua).

وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ... (النساء: ٢٣)

Ibu-ibu istrimu (mertua)...²⁶²

d) Anak-anak perempuan dari istri, termasuk anak istri.

وَرَبَائِبِكُمُ الَّتِي فِي حُجُورِكُمْ مِّن نِّسَائِكُمُ الَّتِي دَخَلْتُم بِهِنَّ فَإِن لَّمْ تَكُونُوا
دَخَلْتُم بِهِنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ... (النساء: ٢٣)

Anak-anak istrimu yang dalam pemeliharaanmu dari istri yang telah kamu campuri, tetapi jika kamu belum bercampur dengan istrimu itu (dan sudah kamu ceraikan), maka kamu tidak berdosa mengawininya...²⁶³

3. Wanita-wanita mahram karena penyusuan, firman Allah dalam QS. An-Nisa/4: 23,

وَأُمَّهَاتِكُمُ الَّتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتِكُم مِّن الرِّضْعَةِ

Ibu-ibu yang menyusukan kamu dan saudara perempuan sepersusuan kamu...²⁶⁴

Hukum memandang wanita mahram adalah boleh memandang bagian-bagian tubuh yang biasa tampak maupun tidak, yaitu kepala, rambut, leher, dada telinga, lengan bagian atas, telapak tangan, betis sampai ke telapak kaki, wajah dan dada. Selain itu seperti perut, punggung, dan paha hukumnya haram untuk selamanya.²⁶⁵ Seorang laki-laki maupun perempuan yang berada dalam masa peralihan, haram melihat salah seorang mahramnya yang mengenakan pakaian

²⁶¹ *Ibid.*

²⁶² *Ibid.*

²⁶³ *Ibid.*

²⁶⁴ *Ibid.*

²⁶⁵ Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 507.

tipis atau pendek atau yang terbuka auratnya. Sekalipun mahramnya itu adalah putranya, saudara laki-lakinya, atau ayahnya. Meskipun saat merasa aman dari fitnah, tidak takut akan timbul syahwat, atau hanya memandikan dan menggosok di kamar mandi.²⁶⁶ Abdullah Nashih Ulwan lebih memprioritaskan langkah-langkah untuk mengantisipasi timbulnya rangsangan seksual yang tidak berada pada tempatnya. Agar akhlak yang mulia dan kesopanan tetap terjaga. Hal ini tentu sangat diperlukan, mengingatnya banyaknya kasus *incest* yang terjadi bukan hanya di negara Barat namun sudah merambah di Indonesia.

c. Etika Melihat Wanita yang Dilamar

Syariat Islam memperbolehkan laki-laki yang ingin melamar melihat wanita yang ingin dilamarnya, demikian pula sebaliknya. Namun ada beberapa etika yang harus diperhatikan oleh orang yang ingin melamar, yaitu:

1. Setelah bertekad untuk mengawini seorang wanita, lelaki pelamar hanya diperbolehkan untuk melihat wajah dan kedua telapak tangan wanita yang dilamarnya tersebut.
2. Melihat boleh dilakukan berkali-kali jika dirasakan perlu, agar si pelamar memiliki gambaran yang jelas dalam ingatannya mengenai wanita yang ingin dilamarnya.
3. Kedua calon pasangan boleh bercakap-cakap.
4. Tidak diperbolehkan kontak fisik seperti berjabat tangan sebelum dilangsungkannya akad nikah.

²⁶⁶*Ibid*, h. 508.

5. Kedua calon pasangan tidak diperbolehkan bertemu. Kecuali ditemani oleh seorang mahram wanita yang ingin dilamar. Islam dengan tegas melarang seorang laki-laki dan perempuan yang bukan mahram berdua di satu tempat.²⁶⁷

Ulwān menyoroti fenomena yang sudah sangat lazim terjadi hingga saat ini di mana seorang laki-laki dan perempuan yang ingin dilamar bertemu secara bebas tanpa batas dan tanpa ada pengawasan dari mahram dengan alasan ingin saling mengenal sifat atau karakter masing-masing. Secara tegas dalam Islam hal ini sangat dilarang, disamping juga akan sangat merugikan pihak perempuan yang bisa tercemar nama baik dan martabatnya daripada laki-laki yang ingin melamar. Sering terjadi bahwa calon pasangan ini akhirnya gagal melangsungkan pernikahan sehingga calon mempelai perempuan menjadi sasaran tuduhan-tuduhan dan kesalahpahaman yang membuat orang lain tidak ingin memperistrinya. Selain menjatuhkan harga diri perempuan tersebut, interaksi bebas antara dua calon pasangan ini tidak akan pernah bisa mewujudkan sasaran-sasaran untuk memenuhi beban nyata yang diajukan oleh keduanya.²⁶⁸

d. Etika Melihat Wanita Lain

Seorang laki-laki yang *baligh* tidak diperbolehkan memandang wanita lain walaupun tidak dengan syahwat. Yang dimaksud wanita lain adalah seorang wanita yang halal untuk dinikahinya, seperti putri pamannya (sepupu) dari ayah, putri pamannya (sepupu) dari ibu, putri bibinya dari ayah, putri bibinya dari ibu, istri saudaranya, istri pamannya dari ayah, istri pamannya dari ibu, saudara

²⁶⁷ Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 508-509.

²⁶⁸ *Ibid*, h. 509.

perempuan dari istrinya, saudara perempuan dari bibinya dari ayah, dan saudara perempuan bibinya dari ibu. Begitupun sebaliknya perihal laki-laki lain. Termasuk juga dalam kelompok ini anak laki-laki yang sudah menginjak masa peralihan (*mumayyiz*), yang sudah bisa membedakan antara wanita cantik dan wanita yang tidak cantik. Maka tidak diperbolehkan saling melihat satu sama lain.²⁶⁹ Dasar hukum diharamkannya memandang wanita lain ada dalam firman Allah QS. An-Nur/24: 30-31,

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ۗ ...

Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya, yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat.”

Katakanlah kepada wanita yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan kemaluannya, dan janganlah mereka menampakkan perhiasannya, kecuali yang (biasa) nampak dari padanya.”²⁷⁰

Pandangan merupakan pemandu syahwat, menjaga pandangan merupakan pondasi dari memelihara kemaluan. Maka bagi orang yang tidak menjaga pandangannya, sesungguhnya ia telah menggiring dirinya pada tempat-tempat kebinasaan. Adapun ketika seorang muslim tidak sengaja memandang (pada pandangan yang pertama) pada perempuan lain, dan begitu pula sebaliknya, hal itu bukan suatu dosa. Namun pandangan yang berikutnya yang disertai unsur kesengajaan maka hal itu yang dilarang, seperti dalam sabda Rasulullah SAW:

²⁶⁹*Ibid*, h. 510.

²⁷⁰Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 353.

حدثنا إسماعيل بن موسى الفزاري، أخبرنا شريك عن إبي ربيعة الإيادي، عن أبي بريدة، عن أبيه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لعلي: "يا علي لا تتبع النظرة النظرة، فإن لك الأولى وليست لك الاخرة". (رواه أبي داود)²⁷¹

e. Etika Lelaki Melihat Sesama Lelaki

Seorang laki-laki tidak diperbolehkan melihat aurat laki-laki lain yang terdapat mulai pusar hingga lutut, baik laki-laki lain itu adalah kerabat atau orang lain, sesama muslim ataupun non muslim. Anggota tubuh lain seperti perut, punggung, dada, dan lainnya selain diantara pusar dan lutut diperbolehkan selama tidak menimbulkan fitnah.²⁷²

Adapun hadis Rasulullah yang menerangkan tentang larangan melihat aurat sesama laki-laki,

حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا زَيْدُ بْنُ الْحُبَابِ عَنْ الضَّحَّاكِ بْنِ عَثْمَانَ قَالَ أَخْبَرَنِي زَيْدُ بْنُ أَسْلَمَ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ عَنْ أَبِيهِ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "لَا يَنْظُرُ الرَّجُلُ إِلَى عَوْرَةِ الرَّجُلِ وَلَا الْمَرْأَةُ إِلَى عَوْرَةِ الْمَرْأَةِ وَلَا يُفْضِي الرَّجُلُ إِلَى الرَّجُلِ فِي ثَوْبٍ وَاحِدٍ، وَلَا تُفْضِي الْمَرْأَةُ إِلَى الْمَرْأَةِ فِي الثَّوْبِ الْوَاحِدِ." (رواه مسلم)²⁷³

Telah menceritakan kepada kami Abu Bakar bin Abi Syaibah dari Zaid bin al-Hubab dari Ad-Dhahhak bin 'Utsman berkata diceritakan pada kami Zaid bin Aslam dari 'Abdurrahman bin Abi Sa'id Al-Khudriy dari bapaknya bahwa Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Seorang laki-laki tidak boleh melihat aurat laki-laki lain dan juga seorang wanita tidak boleh melihat aurat wanita lain. Seorang laki-laki tidak boleh menceritakan kepada laki-laki lain apa yang terjadi dalam kain selimut (jima`), dan juga

²⁷¹ Abu Daud Sulaimân bin Al-Asy'ats As-Sijistânî, *Sunan Abu Daud*, Juz 2, hadis no. 2149, (Beirut: Lebanon, 1994), hal. 213.

²⁷² Abdullah Nâshih 'Ulwân, *Tarbiyat al-Aulâd*, Juz 1, h. 514.

²⁷³ Al-Imâm Abî al-Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairî an-Naisâbüri, *Shahih Muslim*, Juz 1, bab 17, hadis no. 338 (Beirut: t.p, t.t), h. 164

seorang wanita tidak boleh menceritakan kepada wanita lain apa yang terjadi dalam kain selimut."

f. Etika Wanita Melihat Sesama Wanita

Sama halnya dengan pembahasan etika laki-laki memandangi laki-laki lain, seorang wanita dilarang memandangi bagian tubuh wanita lainnya antara pusar dan lutut, baik itu kerabat atau bukan, sesama wanita muslim ataupun dengan wanita non muslim. Seorang wanita diharamkan melihat paha anak perempuannya, saudara perempuannya, ibunya, tetangga perempuannya, dan teman perempuannya, baik di dalam ruangan tertutup ataupun tempat lainnya. Hikmahnya adalah agar wanita terpelihara dari rangsangan seksual yang pada akhirnya dapat menjerumuskan wanita pada hubungan sesama jenis (lesbian).²⁷⁴

g. Etika Wanita Non-Muslim Melihat Wanita Muslimah

Wanita muslimah diharamkan membuka bagian-bagian tubuhnya yang dapat menimbulkan fitnah di hadapan seorang wanita non muslim, kecuali bagian tubuh yang sewajarnya terbuka seperti wajah, dua tangan, dan dua kaki. Dalam firman Allah QS. An-Nur/24: 31,

... وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ... أَوْ ذُرِّيَّتِهِنَّ...

Dan janganlah menampakkan perhiasannya, kecuali kepada suami mereka... atau wanita-wanita Islam.²⁷⁵

Menurut Ulwan, dari kata 'wanita-wanita Islam' bermakna bahwa wanita muslimah hanya diperbolehkan menampakkan perhiasannya kepada wanita-

²⁷⁴ Abdullah Nâshih 'Ulwân, *Tarbiyat al-Aulâd*, Juz 1, h. 516-517.

²⁷⁵ Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 353

wanita muslimah yang baik dan taat (sholih), dan tidak boleh menampakkan perhiasannya kepada wanita-wanita non muslim atau wanita-wanita muslim *fajirah* (selalu berbuat maksiat). Larangan ini dimaksudkan agar wanita non muslim atau wanita muslim *fajirah* tersebut tidak menceritakan aurat atau gambaran tubuh wanita muslimah kepada laki-laki lain. Pengharaman di sini bukan hanya karena bagian tubuh itu adalah aurat, namun juga untuk menjaga kehormatan dan kesucian seorang wanita muslimah.²⁷⁶ Rasulullah telah memberi larangan menceritakan kecantikan seorang wanita pada kaum pria (termasuk pada suami) yang berlaku untuk semua muslimah baik yang taat maupun yang fasik, Rasulullah SAW bersabda:

عن ابن مسعود رضي الله عنه قال رسول الله عليه وسلم: "لَا تُبَاشِرِ الْمَرْأَةُ الْمَرْأَةَ، فَتَصِفَهَا لِزَوْجِهَا كَأَنَّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا." (متفق عليه)²⁷⁷

Dari Ibnu Mas'ud ra. berkata Rasulullah SAW bersabda: "Janganlah seorang wanita bergaul dengan wanita lain, kemudian ia menceritakan ciri-ciri fisik wanita tersebut di depan suaminya seolah-olah si suami melihatnya."

h. Adab Memandang Anak Lelaki Amrad

Amrad adalah anak laki-laki yang belum tumbuh jenggot (usia sekitar 10-15 tahun, atau yang sering kita dengar istilah anak ABG). Dalam Syarah Shahih Muslim *amrad* diartikan lelaki yang belum berkumis yang berwajah tampan. Memandang *amrad* dianggap haram baik disertai syahwat atau tidak. Meskipun

²⁷⁶Abdullah Nāshih 'Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 518-519.

²⁷⁷Abu 'Abdullāh Muhammad bin Ismā'il bin Ibrāhīm bin Mughīrah Al-Ja'fi bin Bardizbah Al-Bukhārī, *Shōhih Bukhari*, Jilid 3, Juz 5, hadis no. 5240, (Beirut: Dar Al-Fikr, 1994), h. 196.

belum diketahui dengan pasti dapat menimbulkan fitnah atau tidak, namun pendapat ini disepakati oleh para ulama yang bersikap teliti, dan pendapat ini juga yang dikemukakan oleh Imam Syafi'i. Dasar pendapat ini adalah *amrad* disamakan hukumnya dengan seorang wanita, dapat menimbulkan rangsangan bahkan tidak jarang *amrad* lebih menarik jika dibandingkan dengan paras wanita. *Amrad* dapat menimbulkan peluang kejahatan yang tidak bisa timbul pada diri seorang wanita.²⁷⁸

Memandang anak lelaki *amrad* hukumnya dibolehkan selama ada keperluan seperti kegiatan belajar mengajar, jual beli, memberi atau menerima, pengobatan, dan berbagai keperluan lainnya. Selain daripada itu maka hukumnya haram.²⁷⁹

i. Etika Wanita Melihat Lelaki Lain

Seorang muslimah diperbolehkan melihat kaum laki-laki yang berjalan di jalanan, atau yang sedang memainkan permainan yang tidak diharamkan, atau yang melakukan kegiatan jual beli, dan sebagainya. Hadis yang menceritakan bahwa Aisyah ra. menyaksikan permainan lembing orang-orang Habasyah dengan berada di belakang Rasulullah dijadikan dalil diperbolehkannya wanita memandang laki-laki, namun makruh hukumnya berada dan berkumpul dalam satu majlis dengan laki-laki dengan saling berpandangan (tanpa ada tabir pemisah). Ulwan kembali menegaskan bahwa dua syarat wanita boleh

²⁷⁸Penjelasan ini terkait dengan pembahasan hadis no. 338 dalam *Shahih Muslim* yang telah dibahas sebelumnya mengenai hukum melihat aurat sesama jenis. Imam An-Nawawi, *Syarah Shahih Muslim*, diterjemahkan oleh Wawan Djunaedi Soffandi, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2010), hal. 157.

²⁷⁹Abdullah Nāshih 'Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 1, h. 520.

memandang laki-laki, yaitu penglihatan itu tidak dikhawatirkan akan menimbulkan fitnah dan wanita melihat laki-laki tidak di dalam satu majlis secara berhadap-hadapan.²⁸⁰

j. Etika Melihat Aurat Anak Kecil

Menurut Ulwan, para ulama fiqih berpendapat bahwa anak kecil, laki-laki atau perempuan yang berusia di bawah 4 tahun tidak memiliki aurat. Jika lebih empat tahun maka auratnya adalah kemaluan, dubur dan sekitarnya. Tapi jika telah mencapai batas syahwat maka auratnya sama dengan orang yang *baligh*. Yang lebih utama adalah membiasakan anak kecil untuk menutup auratnya.²⁸¹

Selain membimbing remaja dengan mengajarkan berbagai etika di atas, orang tua maupun pendidik hendaknya juga lebih waspada terhadap fenomena-fenomena yang merupakan penyakit masyarakat yang dapat merusak kehidupan anak-anak, para remaja, bahkan orang dewasa. Penyakit masyarakat tersebut antara lain; merokok, kebiasaan onani, minuman keras dan narkotik, juga zina (seks bebas) dan homoseksual. Ulwan sangat menyarankan orang tua dan pendidik untuk memberikan pencegahan sedini mungkin agar para remaja tidak sampai terjerumus dalam berbagai penyakit masyarakat tersebut. Cara-cara yang ditempuh dalam penanggulangan berbagai penyakit masyarakat adalah dengan keimanan yang kuat. Jika keimanan tertanam kuat dalam hati seseorang maka ia hanya takut dengan Allah SWT, dan takut melakukan segala hal yang dilarang dalam agama yang dapat mendatangkan murka-Nya, menyadari akan dampak

²⁸⁰*Ibid*, h. 521-523.

²⁸¹*Ibid*, h. 523.

buruk yang dapat ditimbulkan dari berbagai macam penyakit masyarakat tersebut. Bagi remaja, pengawasan dari orang tua di rumah dan pendidik seperti guru di sekolah merupakan cara yang efektif menghindarkan remaja dari perilaku menyimpang penyakit masyarakat. Cara yang terakhir namun juga memiliki pengaruh yang besar adalah peraturan/larangan dan sanksi yang tegas dari lingkungan masyarakat juga pemerintah.²⁸² Aturan yang tegas harus berlaku untuk keseluruhan lapisan masyarakat dan sanksi yang dikenakan harus memberikan efek jera, sehingga meminimalkan terjadinya pelanggaran yang sama. Jika cara-cara ini dilaksanakan dengan sungguh-sungguh oleh semua pihak maka berbagai penyakit masyarakat dapat diberantas.

4. Peran Orang tua dalam Kegiatan Positif Remaja dan Pola Hidup Sehat

Orang tua dan pendidik memiliki peranan besar dan penting dalam membentuk pola hidup sehat bagi anak-anak dan remajanya. Pola hidup sehat tidak akan terlepas dari berbagai aturan dan tata cara makan dan tidur. Allah telah menyerukan agar umat muslim makan makanan yang halal dan juga baik, dalam QS. Al-Baqarah/2: 168,

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوْا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ

مُبِينٌ

Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan, karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.²⁸³

²⁸²*Ibid*, h. 219-254.

²⁸³Departemen Agama R.I., *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, h. 25.

Selain perintah untuk memakan makanan yang halal juga baik untuk kesehatan, Islam juga telah memberikan tata cara makan dan minum seperti tidak makan secara berlebihan hingga kekenyangan, adab makan dan minum dengan tangan kanan dan membaca doa terlebih dahulu, makan dan minum dengan posisi duduk, serta tidak meniup makanan dan minuman yang masih panas. Mengenai tidur, Rasulullah SAW telah mengajarkan dengan menganjurkan berwudhu terlebih dahulu, lalu berbaring dengan posisi menghadap ke kanan kemudian membaca doa seperti hadis dibawah ini:

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ حَدَّثَنَا مُعْتَمِرٌ قَالَ سَمِعْتُ مَنْصُورًا عَنْ سَعْدِ بْنِ عُبَيْدَةَ قَالَ حَدَّثَنِي الْبَرَاءُ بْنُ عَازِبٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ ، وَقُلْ: اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ ، رَهْبَةً وَرَغْبَةً إِلَيْكَ ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ ، أَمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ . فَإِنْ مِتُّ مِتُّ عَلَى الْفِطْرَةِ، وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَقُولُ؟ فَقُلْتُ: أَسْتَدْكِرُهُنَّ وَبِرَسُولِكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ قَالَ "لا" ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ. (رواه بخاري)²⁸⁴

Selain pola makan dan tidur, Abdullah Nashih Ulwan menganjurkan orang tua dan pendidik untuk memanfaatkan waktu senggang anak dan remaja untuk berolahraga, manfaatnya agar tubuh kuat dan daya tahan tubuh meningkat. Disamping itu, agar menghindarkan anak dan remaja dari pergaulan yang dapat membawa dampak negatif. Banyaknya kasus kenakalan remaja terjadi dikarenakan waktu senggang yang dimiliki anak dan remaja tidak dimanfaatkan dengan baik oleh orang tua maupun pendidik, sehingga akhirnya mereka keluar rumah bermain bersama teman tanpa adanya pengawasan, dan tanpa

²⁸⁴Abu 'Abdullâh Muhammad bin Ismâ'il bin Ibrâhim bin Mughîrah Al-Ja'fi bin Bardizbah Al-Bukhârî, *Shôhih Bukhari*, Jilid 4, Juz 7, hadis no. 6311, (Beirut: Dar Al-Fikr, 1994), h. 189.

sepengatahuan orang tua mereka berinteraksi dengan teman-teman yang dapat membawa pengaruh buruk bagi mereka.²⁸⁵

Islam telah memberikan metode praktis yang dapat menyehatkan badan dan membentuk pribadi anak menjadi antusias dan aktif. Metode tersebut adalah dengan membiasakan anak untuk ibadah, terutama shalat yang dipandang sebagai tiang atau fondasi agama. Shalat juga memberikan dampak jasmani dan rohani. Sholat yang merupakan ibadah wajib secara tidak langsung menjadi olahraga yang wajib juga, dengan gerakan yang melibatkan seluruh anggota tubuh dan persendian, shalat akan melancarkan peredaran darah. Shalat juga menjadi cara wajib untuk membersihkan diri, karena setiap shalat wajib didahulukan dengan berwudhu. Ketika berwudhu anggota tubuh seperti wajah, tangan, mulut, telinga, hidung, kepala hingga kaki dibasuh air sebanyak lima kali, ditambah juga mandi sunnah dan mandi wajib, maka kebersihan tubuh terjaga. Tuntutan kebersihan dan kesucian tempat serta pakaian dalam shalat, menambah nilai kebersihan lingkungan. Ditambah lagi, dengan kewajiban shalat berjamaah ke mesjid, jika pergi ke mesjid dengan berjalan kaki lima kali sehari, maka tanpa disadari akan menjadi olahraga ringan.²⁸⁶ Rutinitas ibadah shalat mulai berwudhu, berjalan menuju mesjid dan pelaksanaan ibadah sholat telah merealisasikan dari pola hidup sehat dan lingkungan yang bersih.

Metode praktis lainnya untuk mengisi waktu senggang anak atau remaja dengan kegiatan positif sesuai dengan anjuran Islam menurut Abdullah Nashih Ulwan yaitu dengan:

²⁸⁵ Abdullah Nâshih ‘Ulwân, *Tarbiyat al-Aulâd*, Juz 1, h. 127.

²⁸⁶ *Ibid*, h. 127-128.

1. Menyuruh anak untuk mempelajari seni bela diri, menunggang kuda, renang, mencari jejak dan gulat.
2. Mengarahkan anak agar menyibukkan diri dengan membaca buku, rekreasi, dan berolahraga.²⁸⁷

Namun orang tua atau pendidik harus memberikan fasilitasi juga yang memadai seperti lapangan bermain, taman, dan perpustakaan. Dengan syarat semua itu sesuai dengan syariat hukum Islam.²⁸⁸ Dengan mengisi waktu luang dengan segala kegiatan positif seperti yang dianjurkan dalam Islam, yang memberikan manfaat bagi agama, masa depan mereka dunia dan akhirat, juga akan membentuk generasi yang sehat, tangkas, berilmu, berakhlak mulia, dan terhindar dari pengaruh buruk akibat salah pergaulan.

5. Memotivasi Anak dalam Menjalani Masa Depan untuk Mencari Nafkah dengan Cara yang Paling Baik

Dalam pembahasannya Ulwan menyampaikan bahwa menjadi bagian dari tanggung jawab orang tua dan pendidik untuk memberikan dorongan pada anak remaja mereka untuk mendapatkan pekerjaan yang bebas, baik, dan halal. Seperti pertukangan, pertanian, peternakan (gembala), dan perdagangan seperti yang dicontohkan oleh para nabi kita. Mencari nafkah dengan pekerjaan yang disesuaikan dengan kemampuan dan keahlian masing-masing orang adalah perbuatan yang baik dalam Islam.²⁸⁹ Dalam hadis Nabi yang diriwayatkan oleh

²⁸⁷ *Ibid*, h. 129.

²⁸⁸ *Ibid*.

²⁸⁹ Abdullah Nāshih ‘Ulwān, *Tarbiyat al-Aulād*, Juz 2, h. 1002.

Bukhari bekerja dengan jerih payah sendiri lebih baik daripada meminta-minta (meskipun pendapatannya mungkin jauh lebih besar daripada bekerja keras).

حَدَّثَنَا مُوسَى حَدَّثَنَا وَهَيْبٌ حَدَّثَنَا هِشَامٌ عَنْ أَبِيهِ عَنِ الزُّبَيْرِ بْنِ الْعَوَّامِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "لَأَنْ يَأْخُذَ أَحَدُكُمْ حَبْلَهُ فَيَأْتِيَ بِحُزْمَةِ الْحَطَبِ عَلَى ظَهْرِهِ فَيَبِيعَهَا فَيَكْفِيَ اللَّهُ بِهَا وَجْهَهُ، خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَسْأَلَ النَّاسَ أَعْطَوْهُ أَوْ مَنَعُوهُ." (رواه بخاري) ^{٢٩٠}

Minat bekerja harus dilatih sejak usia muda, dilatih dengan berbagai macam keterampilan dan keahlian agar anak kelak dapat mencari nafkah dengan usaha dan jerih payahnya sendiri. Pelatihan dilaksanakan setelah anak melewati masa pendidikan dasar dan mempelajari ilmu-ilmu syari'ah, sejarah dan pengetahuan alam.²⁹¹ Sebelum melakukan pelatihan, orang tua dan pendidik harus terlebih dahulu mengenali bakat dan minat anak, kemudian menempatkan anak sesuai dengan minat bakatnya masing-masing. Tingkat kecerdasan yang berbeda-beda pada anak juga harus menjadi perhatian khusus bagi orang tua dan pendidik untuk memudahkan pengarahan pada anak mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki mereka.²⁹² Hal ini senada dengan pengertian yang diucapkan oleh Aisyah ra.:

وَقَدْ ذُكِرَ عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهَا أَنَّهَا قَالَتْ أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "أَنْ نُنَزِّلَ النَّاسَ مَنَارِهِمْ" (رواه مسلم) ^{٢٩٣}

²⁹⁰ Abu 'Abdullâh Muhammad bin Ismâ'il bin Ibrâhim bin Mughîrah Al-Ja'fi bin Bardizbah Al-Bukhâri, *Shôhih Bukhari*, Jilid 1, Juz 2, hadis no. 1471, (Beirut: Dar Al-Fikr, 1994), h. 157.

²⁹¹ Abdullah Nâshih 'Ulwân, *Tarbiyat al-Aulâd*, Juz 2, h. 1006.

²⁹² *Ibid*, h. 1009-1010.

²⁹³ Al-Imâm Abî al-Husain Muslim bin al-Hajjaj al-Qusyairî an-Naisâbûrî, *Shahih Muslim*, Juz 1, bab *muqaddimah*, (Beirut: t.p, t.t), h. 5.

Rasulullah SAW memerintahkan kami menempatkan orang-orang sesuai dengan posisi masing-masing.

Minat yang dimiliki anak akan menjadi dasar untuk menentukan spesialisasi dan bidangnya. Menurut Ibnu Sina, tidak semua pekerjaan yang diharapkan oleh orang tua atau pendidik dapat dicapai anak, karena tergantung pada karakter dan pengarahannya. Sebagai contoh, jika seni sastra dan keterampilan tangan dapat dikuasai hanya dengan kesungguhan belajar tanpa tergantung pada karakter dan pengarahan, maka semua orang bisa menjadi ahli sastra dan ahli pertukangan. Oleh karena itu, para pendidik hendaknya membina anak-anak didiknya memilih pekerjaan dengan mempertimbangkan karakter pembawaan anak, mengukur kecakapan, dan menguji kecerdasannya, barulah kemudian memilih pekerjaan dan keahlian apa yang sesuai dengan si anak.²⁹⁴ Al-Abrasyi mengutip pendapat dari Abdurrahman Al-Jauzi:

Sesungguhnya matematika itu tidak akan sesuai kecuali bagi orang yang pandai. Matematika tidak akan berguna bagi keledai. Binatang buas walau dididik sejak kecil, ia tidak akan meninggalkan pembawaannya untuk menyerang dan memangsa.²⁹⁵

Ulwan menambahkan, kecerdasan dan kebalan memiliki pengaruh sangat besar dalam menentukan kemajuan dan keterbelakangan tingkat adaptasi kultural maupun perkembangan intelektualnya. Segala upaya harus dilaksanakan agar orang tua dan pendidik dapat mengenali bakat dan kejiwaan anak, lebih

²⁹⁴Muhammad ‘Athiyah Al-Abrâsyi, *At-Tarbiyah Al-Islâmiyyah wa Falâsifatihâ*, (t.k.: Dar Al-Fikr, t.t.), h. 197.

²⁹⁵*Ibid.*

cenderung pada kecerdasan atau kebebalan, dan apakah lebih cenderung pada belajar atau pekerjaan.²⁹⁶

Dari seluruh pemaparan di atas, penulis sajikan beberapa poin aspek perbandingan *parenting* secara umum dan *parenting* remaja menurut perspektif Jane Brooks dan Abdullah Nashih Ulwan dalam dua buah tabel berikut:

TABEL 1. PERBANDINGAN *PARENTING* SECARA UMUM MENURUT PERSPEKTIF JANE BROOKS DAN ABDULLAH NASHIH ULWAN

Aspek Perbandingan	Jane Brooks	Abdullah Nashih Ulwan
1. Persiapan sebelum menjadi orang tua	Calon orang tua hendaknya memiliki 1. karakteristik sosial: pendidikan dan pekerjaan orang tua 2. karakteristik psikologis, yaitu kesiapan kognitif menjadi orang tua.	Calon orang tua hendaknya: 1. Perkawinan yang selektif, memilih calon suami/istri berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan dalam Islam. 2. Menumbuhkan perasaan kebapakan dan keibuan. 3. Orang tua/pendidik harus memiliki lima sifat dasar: ikhlas, takwa, ilmu, penyabar, dan tanggung jawab.
2. Memberikan cinta dan aturan yang tegas	1. Memberikan kasih sayang, 2. Memberikan perhatian akan kebutuhan anak 3. Memberikan tuntutan dan kontrol perilaku 4. Pembuatan batasan 5. Pelaksanaan aturan keluarga.	1. Mendidik anak sejak dini mengenai hukum-hukum Islam dalam hubungan yang penuh kasih sayang 2. Memberikan penghargaan pada perilaku baik anak dan 3. Memberikan teguran 4. Memberikan hukuman jika terjadi perbuatan yang melanggar aturan, sesuai dengan usia dan jenis kenakalan.

²⁹⁶ Abdullah Nashih 'Ulwan, *Tarbiyat al-Aulad*, Juz 2, h. 1011-1012.

Lanjutan TABEL 1. PERBANDINGAN *PARENTING* SECARA UMUM MENURUT PERSPEKTIF JANE BROOKS DAN ABDULLAH NASHIH ULWAN

Aspek Perbandingan	Jane Brooks	Abdullah Nashih Ulwan
3. Membentuk pola hubungan yang baik dan membangun komunikasi antara anak dan orang tua	Orang tua hendaknya: <ol style="list-style-type: none"> 1. Menekankan kedekatan emosional 2. Berusaha memahami dan saling menunjukkan perasaan 3. Orang tua lebih aktif untuk mendengarkan apa yang disampaikan anak. 	Orang tua hendaknya: <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengutamakan kelembutan dan kasih sayang dalam mendidik anak 2. Sikap saling memahami agar menjadi teladan bagi perilaku anak.
4. Menghubungkan anak dengan nilai-nilai spiritual	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyertakan anak dengan aktif berpartisipasi secara teratur dalam kegiatan gereja 2. Berdiskusi dengan anak ketika menjelang dewasa tentang apa yang diyakini orang tua dan bagaimana menerjemahkan keyakinan ke dalam tindakan. 	Sejak sebelum terjadi pembuahan dalam rahim ibu kemudian pada masa kehamilan sudah dilakukan upaya-upaya yang menghubungkan anak dengan nilai-nilai spiritual.
5. Tindakan dalam mengatasi masalah perilaku anak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Strategi verbal 2. konsekuensi alami dan logis 3. penyelesaian masalah bersama 4. konsekuensi negatif (pengabaian, penolakan sosial, waktu jeda, dan memberikan tugas rumah ekstra). 	Menyesuaikan usia, karakter, dan respon dari anak. Mulai dari: <ol style="list-style-type: none"> 1. Teguran berupa ekspresi wajah tidak suka 2. Teguran lisan 3. Peringatan 4. Ancaman 5. Pukulan yang tidak mencederai 6. Pemboikotan.

TABEL 2. PERBANDINGAN *PARENTING* REMAJA MENURUT PERSPEKTIF JANE BROOKS DAN ABDULLAH NASHIH ULWAN

Aspek Perbandingan Dalam <i>Parenting</i> Remaja	Jane Brooks	Abdullah Nashih Ulwan
1. Menerapkan pola hidup sehat.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatkan kebiasaan tidur yang cukup 2. Makan makanan yang sehat bernutrisi 3. Berolahraga. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan aturan-aturan yang sehat dalam makan, minum, dan tidur 2. Membiasakan berolahraga dan bermain ketangkasan. 3. Menjauhkan diri dari hal yang berdampak buruk bagi kesehatan, seperti merokok, onani, narkoba/miras, dan seks bebas.
2. Menghindarkan anak dari perilaku kenakalan remaja (merokok, narkoba, dan miras).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengawasan orang tua 2. Menciptakan hubungan yang hangat antara orang tua-anak 3. Orang tua tidak mengkonsumsi obat-obatan dan minuman beralkohol. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menanamkan keimanan sebagai landasan perilaku dan kontrol diri. 2. Memberikan kesadaran dampak buruk dari perilaku kenakalan remaja. 3. Manfaatkan waktu senggang dengan kegiatan positif seperti berolahraga atau membaca. 4. Pengawasan dari orang tua dan pendidik.
3. Mengontrol perilaku seks remaja.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hubungan yang hangat dengan orang tua, 2. Melakukan kegiatan bersama orang tua 3. Memberikan informasi pada remaja mengenai aktifitas seksual yang aman dan bertanggung jawab. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menanamkan keimanan sedari dini, mengajarkan apa yang diperbolehkan dan apa yang dilarang serta mengetahui batasan-batasan diri terhadap lawan jenis. 2. Menghindarkan remaja dari segala bentuk rangsangan seksual (dari lingkungan keluarga dan pergaulan di luar rumah). 3. Pengawasan dari orang tua dan pendidik.

Lanjutan TABEL 2. PERBANDINGAN *PARENTING* REMAJA MENURUT PERSPEKTIF JANE BROOKS DAN ABDULLAH NASHIH ULWAN

Aspek Perbandingan Dalam <i>Parenting</i> Remaja	Jane Brooks	Abdullah Nashih Ulwan
4. Membimbing remaja dalam mengembangkan potensi dan menentukan arah tujuan hidup.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berdiskusi dengan remaja mengenai minat dan bakatnya. 2. Membiarkan anak remaja memilih. 3. Memberikan dukungan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui dan menilai bakat dan minat yang dimiliki remaja. 2. Mengarahkannya dengan melatih bakat dan minat tersebut. 3. Kemudian mencari pekerjaan atau keahlian apa yang sesuai dengannya. 4. Orang tua tidak menghalangi minat anak remaja mereka.