



PSI KO LOGI

BIASA BIASA SAJA

Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, sebagaimana yang telah diatur dan diubah dari Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002, bahwa:

- (1) Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

PSIKOLOGI BIASA-BIASA SAJA

Akhmad Mukhlis

UIN Malang Press, 2021

Perpustakaan Nasional RI, Data Katalog dalam Terbitan (KDT)

Akhmad Mukhlis

PSIKOLOGI BIASA-BIASA SAJA / Akhmad Mukhlis – Cet. 1 – Malang: UIN Malang Press, 2021
X + 262 hlm.; 15,5 cm x 23 cm

ISBN : 978-623-232-778-8

E-ISBN : 978-623-232-779-5

1. Psikologi

I. Judul

II. Perpustakaan Nasional

150

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Penulis : Akhmad Mukhlis

Tataletak : Balya IM

Desain sampul : Ahmad Sofiuddin

Hak cipta yang dilindungi :

Undang-undang pada : Akhmad Mukhlis

Hak penerbitan dan

percetakan pada : UIN Malang Press

Penerbit:

UIN Malang Press

Jl. Gajayana No. 50, Malang, Jawa Timur

Cetakan Pertama, Desember 2021

PENGANTAR PENULIS

“it seems to me that perhaps the time has come for psychology to begin to science” (William James, 1867).

Jika ada pertanyaan sejauh manakah psikologi sebagai sebuah keilmuan diterapkan di Indonesia, maka jawaban akan menjadi sangat relatif dan masih diperdebatkan. Psikologi seolah hanya digunakan sebagai prasyarat dalam berbagai wilayah, terutama pendidikan dan pekerjaan. Mulai prasyarat sekolah sampai prasyarat pekerjaan berupa tes. Sekolah berlomba untuk menggelar tes kecerdasan untuk bahan pertimbangan memilah dan memilih calon pelajar. Pun sama halnya dalam dunia pekerjaan. Tes psikologi bahkan sering menjadi momok sekaligus kambing hitam yang dianggap mempersulit seseorang untuk memperoleh pekerjaan. Untuk itulah tidak sulit menemukan berbagai tips dan trik untuk melewati tes psikologi di internet.

Jika di dunia pendidikan dan pekerjaan psikologi terlihat seperti pengadil yang ditakuti, beda hal jika kita tengok di dunia lain seperti keluarga, pengasuhan dan juga motivasi. Psikologi terlihat benar-benar berbeda disini. Keluarga dan pengasuhan anak misalnya, psikologi terlihat sebagai peri manis dan baik hati dengan beribu tips pengasuhan agar anak-anak berkembang

dengan baik sesuai yang diinginkan orangtua. Hampir semua sekolah menggelar workshop dan seminar parenting. Ibu-ibu zaman *now* terlihat sangat haus akan buah dan tips bagaimana memperlakukan anak-anak mereka. Ini seperti anak-anaknya adalah anak-anak pertama dalam generasi manusia. Artinya terdapat minimal dua masalah serius disini, yang pertama adalah aliran nilai-nilai budaya antar generasi. Generasi orangtua muda sekarang tidak atau kurang mendapatkan nilai budaya pengasuhan dari generasi sebelumnya. Yang kedua, bisa jadi generasi orangtua muda menginginkan anak-anaknya menjadi generasi yang berbeda dengan generasinya. Ada semacam ketidakpuasan dengan gaya mengasuh terhadap generasi sebelumnya.

Beda lagi dalam dunia motivasi. Bagi anak muda, orang-orang yang belum berhasil dan orang-orang yang tengah berjuang dalam kehidupannya, psikologi hadir sebagai teman dekat dan terpercaya. Psikologi hadir dalam ranah ini dengan *nebis* dan *elegan*. Buku *genre* inilah yang paling banyak menghiasi rak toko buku. Beberapa acara televisi dan channel youtube juga dipenuhi penonton. Belum lagi berbagai pelatihan yang laris manis. *Coach* – sebutan untuk motivator, dengan gelar berjejer juga semakin menjamur. Ringkasnya, psikologi pada ranah ini adalah psikologi optimis. Tercermin dalam slogan terkenalnya, selamat pagi!

Masih banyak ranah dimana psikologi belum begitu dikenal, atau malah tidak dikenal sama sekali. Wilayah politik, sosial dan budaya adalah wilayah dimana psikologi masih samar terlihat. Namun, jika dipilah mana diantara ketiganya, ranah politik adalah yang mulai dijajah psikologi –dalam artian populer. Sedangkan wilayah sosial dan budaya belum terlihat. Di televisi dan internet, analisis politik seringkali mendatangkan narasumber psikologi. Namun, dalam ranah kebijakan sosial dan budaya, psikologi masih terlampaui asing untuk disimak dan didengarkan.

Kebetulan, anda tengah membaca buku yang mencoba melihat berbagai fenomena dengan menggunakan perspektif psikologi sebagai sebuah ilmu. Buku ini disusun seringan mungkin dan mencoba menempatkan psikologi pada posisi yang biasa-biasa saja. Ya, biasa-biasa saja. Karena hanya dengan menjadi biasa-biasa saja, psikologi dapat secara komprehensif menjadi sebagai sebuah keilmuan. Bukan menjadi seperti mitos yang selama ini sebagai *peramal* watak seseorang. Pun begitu juga psikologi tidak ditakuti seperti dalam dunia karir, atau tidak sesempurna ucapan *coach* yang terlihat tanpa celah.

Malang, 21 Desember 2021

Akhmad Mukhlis

DAFTAR ISI

Pengantar Penulis	v
Daftar Isi	viii
BUDAYA	1
<i>FaceApp</i> dan Ilusi Wajah Tua	2
Tentang Batik, Tentang Proses	6
Batik, Melihat dan Menghargai Proses	11
<i>Leisure Activity</i> , Keluar Rutinitas dan Psikologi Positif	15
Sexting dan Kepingan Puzzle Remaja	20
Pernikahan, Bayangan Resepsi dan Data Perceraian	30
Tok Sendok dan Senajakala Profesi	34
EXTRA TIME	40
Menulis Saja Dulu, Ilmiah Kemudian	41
Susahnya Melahirkan Tulisan, Si Anak Spiritual	48
Plagiarisme: Karena Copy Tetangga Lebih Nikmat	51
KEPRIBADIAN	56
Marshanda, Tamparan Hukum untuk Psikiater dan Psikolog	57
Mata Uang Diabetes	63
Apakah Kita Sedang Terkena Agresi Pasif	67

Bunuh Diri	78
Malu Sederhana atau Rumit	83
KISAH	91
Menyatu dengan Lupa (I).....	93
Menyatu dengan Lupa (II).....	99
Menyatu dengan Lupa (III).....	106
PENDIDIKAN	116
Anak Merdeka Tanpa Les dan PR di Sekolah	117
Literasi Anak Usia Dini	124
Gaya Belajar	132
Menyontek, Sebuah Catatan Psikologi	139
Membangun Ruang Kelas Fleksibel	144
Membantu Anak, Menunda Calistung.....	151
Ramainya Pilpres itu Gak Ada Apa-apanya dengan Ibu-ibu Memilih SD Anaknya.....	161
Rasa Penasaran dan Pendidikan Kita	167
PENGASUHAN	171
Mengapa Anak Gemar Bermain Gawai	172
Bagaimana Mendeteksi Anak Kecanduan Gawai?	179
Berbohong, Tanda Anak Mengembangkan Kecerdasannya	184
Anak Rewel Saat Ditinggal di Sekolah.....	188
Mengajarkan Anak Kecakapan Emosi.....	192
Kemampuan Bicara Anak dan Teknologi	197
Cara Menolong Anak Saat Mereka Marah	205
Pentingnya Berbicara 'Banter' pada Anak	211
SOSIAL-POLITIK	216
Tuman! Cara Jenaka Membalas Perilaku Menyebalkan Orang Terdekat	217
Parkir dan Potensinya sebagai Jurus Pamungkas Pertarungan Politik Kota Malang.....	221

Mendefinisikan Pasar dan Fenomena Penggusuran	227
Kekhawatiran Abah Anton Terbukti	237
Joko Widodo	239
Mengapa Hal Palsu Bisa Menjadi Nyata di Sosial Media.....	243
Masker dan Ilusi Psikologi	251
Biodata Penulis	256



BUDAYA

FACEAPP DAN ILUSI WAJAH TUA

“Males buka medsos, sekarang medsos sudah kayak panti jompo.”

Salah satu status yang saya baca di whatsapp pagi ini menggugah saya untuk menulis hal ini. Sebagian dari anda yang sedang membaca tulisan ini mungkin telah bermain atau masih menikmati hasil permainan dari sebuah aplikasi berbasis *Artificial Intelligent* (AI/kecerdasan buatan), yang—disadari atau tidak—mengambil foto dari data ponsel untuk diubah menjadi lebih tua. Aplikasi besutan Rusia yang diluncurkan dua tahun lalu ini menjadi trending hari-hari ini. Mulai dari tokoh publik, artis, sampai *cabe-cabe*an ramai menyebarkan hasil olahan FaceApp.

Kontroversi FaceApp

Setahun lalu, FaceApp telah berada pada kontroversi ketika teknologi AI miliknya mampu memecahkan algoritma wajah laki-laki dan perempuan serta wajah antar etnis. Selain dianggap memberikan jalan bagi transgender, FaceApp juga dianggap telah melanggar bata etis tentang ras. Sampai akhirnya bulan Agustus 2017, filter etnis dihapus dari fitur FaceApp.

Hari ini, sebagian pengamat mengkhawatirkan pencurian data privasi pengguna, bahkan menghubungkannya dengan Kremlin. Saya tidak menampik kemungkinan tersebut, namun

saya tidak hendak menulis tentang itu. Terlampau jauh untuk berbicara data *remah-remah rempeyek* dari kebanyakan kita untuk dihubungkan dengan persaingan global antara Amerika dan Rusia, atau bahkan China.

Seperti aplikasi prediktif atau avatar sebelumnya, menggunakan FaceApp mungkin tampak seperti hiburan yang menyenangkan. Melihat wajah menua, semakin muda atau bahkan membayangkan kita dalam peran gender lain mungkin juga salah satu hiburan bagi sebagian besar pengguna medsos hari ini. Namun pertanyaannya, benarkah kita sedang membayangkan dan bermain peran dalam usia tua, muda atau jenis gender lain?

Mengapa FaceApp menarik?

Manusia menyukai prediksi, terlebih terkait hal-hal yang berhubungan dengan dirinya. Apa yang terjadi jika saya berusia senja? Bagaimana pula rupa saya jika saya laki-laki/perempuan? Apa kemungkinan-kemungkinan yang belum saya miliki untuk menjadi tua, muda atau jenis kelamin lain? Apa yang akan saya dapatkan lima tahun lagi? Profesi apa yang sebetulnya cocok untuk saya? Kesemuanya adalah pertanyaan prediktif yang berhubungan dengan diri. *“There is definitely a positive desire to imagine expansion of the self,”* ujar psikolog klinis dan peneliti teknologi Washington University, Margaret E. Morris ketika menjelaskan mengapa manusia menyukai prediksi. Rasa penasaran tersebut menjadi komoditas bagi pengembang aplikasi-aplikasi seperti FaceApp dan banyak aplikasi lainnya.

Lebih jauh, William Chopik, profesor psikologi di Michigan State University justru menyentil pengguna FaceApp sebagai tindakan demonstrasi tanpa persiapan. Membandingkan wajah hari ini dengan prediksi ketika tua menurutnya adalah salah satu bentuk penekanan dan kebanggaan pada masa sekarang dan saat ini. Ini adalah salah satu jenis perilaku narsistik. Meskipun begitu,

Chopik tidak menampik bahwa bisa jadi FaceApp juga memiliki efek positif. Salah satunya menormalkan fakta tentang usia senja dan berkurangnya stigma terkait para manula. Tapi saya kok melihatnya berbeda ya. Lihat saja status yang saya ambil dari whatsapp di atas. Bukannya memaklumi manula, banyak orang melihat demonstrasi “wajah tua” sebagai hal yang tidak enak dilihat, bahkan sampai menggunakan kata sarkasme macam “panti jompo”.

Percaya diri atas hal yang tidak dikuasai

Perspektif menarik bisa kita eksplorasi dari teori *Dunning-Kruger Effect* milik psikolog David Dunning. Profesor University of Michigan tersebut menyebut bahwa manusia cenderung melebih-lebihkan kemampuan mereka pada hal-hal yang justru tidak mereka kuasai. Mengapa demikian? Dunning menyebut otak manusia menyembunyikan titik buta (*blind spot*). Sebagai contohnya kita sering merasa lebih percaya diri tentang keterampilan atau topik daripada yang seharusnya. Tetapi pada saat yang sama, kita juga tidak menyadari bahwa kita terlalu percaya diri. Orang Amerika hari ini melihat betapa teori ini terbukti pada perilaku presiden Donald Trump. Beberapa statement ancaman Donald Trump yang intimidatif dan responsif terlihat keluar begitu saja pada berbagai masalah. Salah satunya saat kampanye tentang tembok pembatas Mexico serta ujaran terkait minoritas. Padahal, beberapa pengamat setuju bahwa minat dan pemahaman presiden terhadap masalah tersebut sangat lemah. Apakah Trump goyang dengan beberapa kebijakan tersebut? Tentu saja tidak.

Teori Efek Dunning-Kruger secara langsung menyentil kita dengan pertanyaan, benarkah kita menyadari bahwa kita akan menua? Ataukah jangan-jangan justru FaceApp memberikan fasilitas bagi titik buta otak kita, bahwa kita terlalu percaya diri

akan penuaan. Sesungguhnya kita tidak mengetahui bahwa diri kita akan menua, tetapi malah justru memuja betapa gagah atau cantiknya usia kita hari ini. Atau minimal diam-diam memuja bahwa kita *toh* tetap gagah dan cantik saat tua. Padahal itu semua sebenarnya hanya permainan algoritma FaceApp.

Saya sendiri melihat pertunjukan hasil FaceApp hanya ilusi yang tidak jauh berbeda dengan ilusi jaminan kesejahteraan masa tua atau dana pensiun. Banyak anak muda rela mengadu nasib untuk mendapatkan kesempatan menjalani profesi yang menjamin masa pensiun, seperti menjadi PNS, atau pegawai tetap perusahaan. Alasannya sederhana, mendapat jaminan berupa gaji pensiun. Padahal jaminan tersebut hanyalah ilusi saat kita benar-benar menua. Sejumlah uang kita dapatkan tanpa bekerja memang menggiurkan bagi fantasi anak muda dengan tubuh mudanya. Jalan-jalan, makan, pakaian dan perhiasan akan kita dapatkan tanpa bekerja lagi. Namun apakah pernah kita membayangkan tubuh tua kita nanti mampu menikmati semua itu? Sama halnya dengan pensiun, apakah menjadi tua hanya urusan keriputnya wajah, Kisanak? Nyisanak?

TENTANG BATIK, TENTANG PROSES

*Masyarakat dunia mengakuinya
Sebuah mahakarya seni nusantara
Ia seni sekaligus misteri
Membentang elegan meniti histori dalam guratan pola nan maknawi
Semua mengenal, namun belum kesemuanya mengerti
Dicipta Jawa sebagai tata busana kepribadian
Namun ia juga pernah menjadi simbol perlawanan
Keindahannya mendampingi politik dalam diplomasi
Namun modernitas menyeretnya sebagai komoditas ekonomi
Aku dan psikologi yakin ia adalah modal terapi*

Tidak ada satu penelitipun yang berani memastikan tahun kapan tepatnya batik lahir di Nusantara. Di Jawa, batik dalam tata busana bukan hanya sekedar pakaian, namun juga mencakup nilai; tata susila; dan kepribadian lahir batin. Seni batik merupakan salah satu cabang seni rupa yang memiliki latar belakang sejarah dan akar budaya yang sangat kuat dalam perkembangan kebudayaan bangsa Indonesia.

Berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 33/2009, masyarakat Indonesia hari ini merayakan “Hari Batik Nasional”. Keputusan tersebut menjadi salah satu acuan UNESCO dalam menetapkan batik sebagai Warisan Kemanusiaan untuk Budaya Lisan dan Nonbendawi (*Masterpieces of the Oral and Intangible Heritage of Humanity*) pada tanggal 2 oktober 2009. Meskipun

pengakuan tersebut menutup pintu pembajakan budaya oleh negara lain, namun batik merupakan mahakarya dengan jiwa yang selamanya akan terpatri dalam histori kebudayaan Nusantara.

Bagi saya batik sudah menjadi mahakarya spesial jauh sebelum UNESCO mengakuinya. Pengakuan terhadapnya tidak akan mudah seperti penyerobotan budaya lainnya. Batik bukan hanya pengakuan diatas kertas, namun juga sebagai sebuah spiritualitas yang membutuhkan perjalanan panjang. Hari ini, 10 Februari 2014; semua orang merayakan “harinya”. Bukan hanya warga Indonesia, google-pun turut merayakannya dengan memasang tema batik pada kotak pencariannya.

Batik merupakan salah satu karya seni masa lampau dengan motif yang tidak akan selesai dieksplorasi. Variasi motifnya seolah-olah membentangkan samudera inovasi yang menantang para *creator*, desainer, serta seniman batik. Oleh karena itu, motif batik terus bertambah luas dan beragam. Motif lintas etnis dan adopsi dari gaya busana dari berbagai bangsa menjadikan batik terus berkembang, baik dalam motif maupun warna. Bahkan sampai sekarang batik masih tumbuh dan berkembang.

Sejarah perkembangan batik mengalami banyak perubahan dari masa ke masa, baik dari segi fungsi; bentuk motif; maupun media. Sejarah pembatikan di Indonesia berkaitan erat dengan perkembangan Kerajaan Majapahit dan penyebaran ajaran agama islam di tanah Jawa. Setelah runtuhnya Majapahit, penyebaran dan pengembangan batik kemudian banyak dilakukan pada masa-masa Kerajaan Mataram (Wijoyosiswoyo, 2001).

Batik merupakan pengungkapan ekspresi Sang Pencipta; meskipun pada visualnya, batik terbagi menjadi sebuah identitas kelas sosial; bahkan ragam hias yang digunakanpun mempunyai makna filosofis tertentu (Anggraeni, 2008). Penelusuran arti kata batik dalam bahasa jawa berasal dari kata *rambataning titik* atau

rangkaian dari titik-titik (Honggopuro, 2002). Secara etimologis, batik berasal dari kata yang berakhiran “tik” yang berasal dari kata titik atau menitik yang berarti menetes. Sedangkan dalam terminologinya, batik adalah gambar yang dihasilkan dengan menggunakan alat canting atau sejenisnya dengan bahan lilin sebagai penahan masuknya warna (Suyanto, 2002). Jadi, pengertian batik dapat didefinisikan secara umum sebagai pembentukan gambar pada kain dengan menggunakan teknik tutup celup, yang menggunakan lilin atau malam sebagai perintang dan zat pewarna pada kain (Warsito, 2008).

Perkembangan motif batik pada mulanya banyak dipengaruhi oleh khasanah budaya Jawa Kuno seperti agama Hindu dan Buddha yang berkembang saat itu. Selain itu, pengaruh kolonialisme dan feodalisme juga memegang peranan dalam perkembangan motif batik. Karya-karya batik terindah dan terhalus baik dari segi bahan, teknik penggambaran warna, serta perlambangannya pada waktu itu hanya diperuntukkan kalangan keraton saja. Pada masa kerajaan, titah raja dapat diartikan sebagai sebuah perintah yang harus dilaksanakan. Titah tersebut diantaranya adalah dalam hal berbusana. Pemakaian busana batik termasuk sebagai salah satu tata tertib masa feodal kerajaan. Corak pemakaian motif batik setiap kelas sosial memiliki perbedaan berdasarkan strata sosial kebangsawanannya dalam keraton (Suyanto, 2002).

Dalam kehidupan orang Jawa, batik keraton bukanlah sekedar bagaimana proses produksinya, tetapi juga merupakan sebuah kegiatan yang memiliki kandungan rohaniah melalui proses perenungan (Kushardjanti, 2008). Dalam penerapan berbusana, biasanya orang Jawa selalu menyelaraskan rasa jiwa dan budaya. Oleh karena itu, mereka tidak hanya sekedar memakai pakaian; namun juga mempunyai nilai tata susila, dan kepribadian baik lahir maupun batin. Dalam perkembangannya,

batik telah menjadi budaya dan busana yang tidak hanya berlaku bagi penghuni keraton, melainkan juga penduduk sipil. Budaya batik sipil kebanyakan dapat ditemui di daerah pesisir utara Pantai Jawa (pantura). Batik pesisir—yang kemudian biasa disebut dengan batik pesisiran—kemudian berkembang pesat mulai dari daerah Cirebon, Semarang, Lasem, Tuban dan Madura.

Terdapat beberapa perbedaan antara batik pesisiran dengan batik keraton, yaitu: (1) pembatik diluar benteng keraton merupakan rakyat biasa yang tidak berorientasi pada alam pikiran, serta feodalisme aristokrasi Jawa dan tata karma keraton; (2) sifat pekerjaan membatik pada rakyat biasa merupakan pekerjaan sambilan (pengisi waktu luang), sedangkan kegiatan membatik bagi keraton ibarat ibadah, yaitu sebuah seni tinggi yang patuh pada berbagai aturan serta kaidah yang telah ditentukan dan arahan filosofi aristokrasi Jawa; (3) penggambaran flora dan fauna pada budaya *alit* lebih cenderung dalam bentuk yang realistik/naturalistik daripada bentuk budaya *ageng* yang distilisasi atau abstrak, dan kadangkala digabungkan dengan pola-pola geometris; (4) menggunakan banyak *isen-isen*; (5) warna yang dipakai tidak terbatas pada warna coklat (sogan) dan biru, tetapi juga warna lain (Djoemena, 1986).

Sedikit sejarah tersebut cukup membawa kita berselancar dalam pemahaman bahwa batik merupakan karya seni dengan jalan histori yang cukup panjang. Saya kemudian merasa aneh mengapa sekarang ada istilah batik tulis dan batik cap/sablon. Sejarah tidak pernah mendefinisikan bahwa batik adalah karya seni instan dengan cap/sablon (tulisan bagian kedua nanti akan menjelaskan proses membatik). Dari sana juga, saya secara pribadi bersikeras untuk tidak mau menggunakan batik kecuali batik yang diproses dengan proses aslinya (sekarang lebih dikenal dengan batik tulis). Masih menurut hemat saya, pengakuan terhadap karya seni lain (instan cap/sablon) sebagai salah satu

jenis batik merupakan pengkhianatan bagi leluhur bangsa ini, karena leluhur bangsa tidak pernah mendefinisikan batik sebagai karya instan. Masalah harga kemudian jadi pembeda antara keduanya. Yang pasti harga sampai kapanpun tidak akan mampu mendefinisikan nilai seni, dia hanya perantara mendekati dan menghargainya.

Sumber Bacaan:

- Djoemena, N.S. (1986). *Ungkapan Sehelai Batik: Its Mystery and Meaning*. Jakarta: Djambatan
- Kushardjanti. (2008). Makna Filosofis Motif dan Pola Batik Klasik/tradisi, dalam Makalah Seminar Nasional *Batik di Mata Bangsa Indonesia dan Dunia*. Yogyakarta: Paguyuban Pecinta Batik Sekar Jagad Yogyakarta.
- Wijoyosiswoyo, S. (2001). *Sejarah Seni Rupa Indonesia*. Jakarta: Universitas Tri Sakti
- Anggraeni, D. (2008). *Sekelumit Sejarah Batik di Indonesia, Batik Indonesia dalam Perspektif*. Yogyakarta: PT Mizan Publika
- Warsito, T. (2008). Batik sebagai Asset Diplomasi Kebudayaan Indonesia, dalam Makalah Seminar Nasional *Batik di Mata Bangsa Indonesia dan Dunia*. Yogyakarta: Paguyuban Pecinta Batik Sekar Jagad Yogyakarta.
- Hanggopuro, K. K. R. T. (2002). *Batik Sebagai Busana Tatanan dan Tuntunan*. Surakarta: Yayasan Peduli Kraton Surakarta Hadiningrat.
- Suyanto. (2002). *Sejarah Batik Yogyakarta*. Yogyakarta: Rumah Penerbitan Merapi.
- Herusatoto, B. (2005). *Simbolisme dalam Budaya Jawa*. Yogyakarta: Hanindita Graha Widia.

BATIK: MELIHAT DAN MENGHARGAI PROSES

Sebagai karya seni, batik memiliki proses panjang penciptaan. Terlebih pada proses penciptaan klasik dengan warna alami dan mengkombinasikan lebih dari dua warna dalam satu helai kain. Sedikitnya terdapat 12 proses dalam pembuatan satu helai kain batik, seperti berikut:

1. Memotong kain

Memotong kain merupakan prosesi pertama dalam membatik. Bahan kain (*mori*) untuk batik yang masih berbentuk *piece* (gebokan), dipotong menurut panjang kain yang akan dibuat (misalnya untuk jarik) lalu dijahit ujungnya (dilipit) supaya benang-benang yang paling tepi tidak lepas.

2. *Ngeteli*

Salah satu proses tradisional yang masih kita pertahankan dalam teknologi membatik adalah *ngeteli*. Proses ini biasanya memakan waktu kurang lebih 15 hari. Proses *ngeteli* sendiri terbagi dalam beberapa tahapan, yaitu:

- a. Kain di *ulami* dengan minyak jarak yang telah direbus dengan caustic soda.
- b. Kemudian dijemur dan diulemi sebanyak 2x sehari, yaitu pagi dan sore.
- c. Dihari ke 15, kain akan melalui proses pelorotan dengan air panas.

d. Selanjutnya kain akan *digirah*/dicuci; Prosesi tersebut bertujuan untuk menghilangkan zat-zat yang terdapat pada serat kain (kecuali selulosa) seperti lemak dan minyak, karena lemak kapas bisa menghalangi penyerapan zat warna

3. *Nganji*

Penganjian bertujuan untuk menjaga agar susunan benang tidak berubah dan stabil sehingga malam tidak menembus serat. *Nganji* juga akan mempermudah proses penghilangan malam (*nglorod*).

4. *Ngemplongi*

Ngemplongi atau pengemplongan yaitu meratakan/menghaluskan permukaan kain mori yang akan di batik dengan jalan dipukul secara berulang.

5. *Nyipati*

Proses *nyipati* merupakan prosesi awal kain sebelum pemberian pola, yaitu kain diberi garis untuk pinggiran. Tujuannya adalah sebagai batasan hiasan pada kain/batasan pola.

6. *Molo/nglengkrenng*

Molo bisa didefinisikan sebagai proses memberi pola pada kain. Pola pertama yang dipakai dalam motif ini adalah *nglengkrenng* putihan banggede atau pola bunga besar.

7. *Nerusi*

Proses *nerusi* adalah proses penghalusan pola kain bagian dalam/belakang hingga pola yang dibuat terlihat tembus. Tujuannya supaya pola dan warna bagian depan sama dengan kain yang bagian belakang.

8. *Medel*

Medel adalah memberi warna pada kain setelah ditulis. *Medel* dilakukan dengan cara celupan atau mencelupkan kain

pada zat warna. Dahulu, warna pada batik didapat dari ekstrak akar ataupun daun tumbuh-tumbuhan, namun sekarang warna yang digunakan pada batik dapat menggunakan zat warna kimia seperti indigo sintetis atau zat warna naftol.

9. *Nglorot*

Proses ini disebut juga *mbakar* (membakar). Yaitu menghilangkan seluruh lilin dengan cara memasukan kain ke dalam air mendidih.

10. *Nyutiki*

Menutup warna kain yang dikehendaki untuk kemudian ditumpangi warna lain yang dikehendaki.

11. *Nemboki*

Nemboki juga merupakan proses melukis kain setelah pemberian warna pertama, yaitu menutup pola warna yang sudah didapat. Canting yang digunakan adalah canting tembokan. Jika pada kain batik terdapat satu warna maka proses ini tidak dilakukan, namun jika lebih dari satu warna, proses ini akan diteruskan lagi dengan proses *nglorot* dan *nyukiti*

12. *Lipet & Ngemplongi*

Merupakan prosesi terakhir, yaitu meratakan/ menghaluskan permukaan kain batik yang sudah jadi dengan cara dipukul “berulang” kemudian dilipat/dikemas untuk pemasaran.

Setiap proses pembuatan batik tidak hanya dilakukan dengan teknik dan perhatian penuh, namun juga disertai ketulusan dan keikhlasan. Mengingat jika satu proses tidak terlewati dengan baik, maka proses selanjutnya tidak akan maksimal. Misalnya saja, jika pada proses *ngeteli* kain tidak dilakukan dengan maksimal, maka selanjutnya pola yang akan dibentuk tidak akan maksimal. *Ngeteli* sangat berpengaruh pada kepadatan susunan kain serta kemampuan kain menyerap warna dan malam (lilin). Begitu pula

prosesi yang lainnya. Itulah mengapa proses pembuatan batik tidak bisa dipaksakan atau dipercepat jika menginginkan kualitas batik yang optimal. Rumit dan indahny batik inilah yang kemungkinan digunakan sebagian masyarakat sebagai pertanda dan lambang kehidupan.

Di Lasem dan sekitarnya—daerah pesisir pantai utara (pantura) Jawa—dahulu seorang anak laki-laki akan mendapatkan hadiah sarung batik Lasem saat mereka khitan. Sarung batik merupakan hadiah wajib yang diberikan orang tua di pesisir pantura sekaligus sebagai bukti bahwa anak mereka telah melewati masa kanak-kanak dan memasuki masa genting kehidupan, yaitu remaja. Alhamdulillah, saya masih merasakan nuansa tersebut. Meskipun dulu orang tua tidak memiliki uang berlebih untuk membeli dua sarung batik Lasem (karena saya khitan berbarengan dengan adik), tapi tetap saja beliau membelikannya demi perlambang dan internalisasi nilai kebudayaan.

Cerita saya diatas menggambarkan batik sebagai bentuk sekaligus lambang budaya. Leluhur mengajarkan pada kami bahwa batik merupakan warisan budaya yang menandai setiap langkah perkembangan kehidupan. Misalnya seperti lambang anak menuju remaja (dalam khitan), remaja menuju dewasa (dalam pernikahan) dan sebagainya. Jadi hakikat batik bukan hanya merupakan seni rumit dengan proses penciptaan panjang, namun juga masalah perlambangan memasuki jenjang kehidupan. Itulah mengapa kami menghargai batik dengan harga diatas rerata harga kain lainnya. Mungkin itu sama dengan kain khas kebudayaan lain, seperti songket, tenun, rajut dan lainnya. Dari sini saja, sekali lagi saya menegaskan bahwa bagi kami batik adalah karya seni dengan proses; bukan cetak, blok, apalagi sablon. Batik mengidentifikasi diri kita sebagai Indonesia, dan dengan mengenakannya kita telah meng-Indonesia.

LEISURE ACTIVITY, KELUAR RUTINITAS DAN PSIKOLOGI POSITIF

Pada awal masa perkuliahan dan pembelajaran, seringkali dinding FB dan twitter dipenuhi dengan status dan kicauan mahasiswa atau pelajar yang terbebani dengan tugas kuliah. Ada yang hanya mengeluh, sampai ada yang terkesan marah-marah. Tanggungjawab dan beban sosial seringkali menjadi prediktor kuat munculnya gejala stress. Kalau kita membuka kembali keluhan di dinding sosmed kita, saya rasa banyak sekali keluhan muncul setiap harinya dari berbagai latar belakang profesi–karyawan sering mengeluhkan beratnya target yang dibebankan kepada mereka, pengusaha penat dengan manajemen usaha yang harus diawasi dengan ketat, Ibu rumah tangga menjerit karena rutinitas rumah tangganya–sampai-sampai presiden pun seringkali dianggap mengeluh dalam pidatonya.

Benarkah kita sedang dilanda stress? depresi? atau malah kita yang begitu manja dan seringkali mengeluh dengan tanggungjawab hidup kita masing-masing? Masalah lain adalah, kapan kita menganggap tanggungjawab sebagai beban hidup? Kapan juga kita menganggap itu sebagai arus kehidupan yang harus kita nikmati?

Hidup merupakan definisi tanpa henti tentang berbagai dimensi, salah satunya tentang tanggungjawab. Tanpa tanggung-

jawab, manusia akan tercabut dari akar sosiokulturalnya. Itu tentu menghilangkan esensi kemanusiaan, manusia tanpa definisi.

Psikologi dalam berbagai kajiannya secara mendalam telah berusaha mendefinisikan kesehatan mental manusia. Sayangnya, seringkali kita terjebak pada tataran sisi lain dari kesehatan—penyakit, sakit, dan abnormal. Meskipun dewasa ini psikologi berkembang pada ranah pemberdayaan dan meningkatkan kesejahteraan manusia atau kita kenal dengan sebutan psikologi positif, paradigma tersebut kemudian secara tidak langsung memberikan stigma bahwa psikologi —termasuk profesional, ilmunan dan sarjana yang lahir darinya— hanya menyediakan penanganan (pengobatan) bagi mereka yang telah dilabeli (didiagnosa) sakit jiwa (Linley & Joseph, 2004). Paling *pol*, psikologi sekarang juga dianggap sebagai pihak yang bertanggungjawab atas lolos tidaknya seseorang dalam kerja dan kenaikan jabatan. Hal tersebut belum mampu menjawab keramahan dan kedekatan ilmu psikologi dengan masyarakat.

Kembali pada fenomena keluhan di sosmed. Selintas, itu berperan sebagai bentuk katarsis yang wajar. Namun jika lebih jeli lagi, banyak sekali keluhan di sosmed yang berujung pada tuntutan hukum. Mulai dari kasus PM dengan salah satu Rumah Sakit Swasta sampai terakhir yang paling hot tentu kasus FS dengan masyarakat Yogyakarta. Dalam kondisi tertekan, apapun dapat kita lakukan, apapun dapat terjadi, sayangnya sebagian besar dari kita tidak memperhitungkan efek dari perilaku kita saat tertekan. Tekanan psikologis dan perilaku yang ditimbulkannya terjadi begitu cepat tanpa kontrol penuh dari kesadaran kita saat itu.

Saya tidak ingin menawarkan anda terapi atau apapun terkait intervensi psikologis, karena saya tahu sebagian besar dari anda menganggap itu wajar dan harus diselesaikan dengan cepat. Diselesaikan dengan cepat, itulah pikiran umum kita. Seperti halnya sakit kepala, sakit perut, pegal-pegal. Gejala stress seperti

mengeluh, marah, sedih, dan lainnya juga harus diselesaikan dengan cepat dan tepat. Inilah seharusnya ranah aplikasi psikologi positif, sebagai generasi terbaru psikologi sebagai ilmu pengetahuan.

Tekanan dapat lahir dari manapun, salah satunya dari tanggungjawab keseharian kita. Jika kita sepakat dengan penyelesaian cepat dan tepat, saya akan mengajak anda untuk melihat aktivitas keseharian anda. Pertanyaannya adalah, adakah anda meluangkan waktu diluar rutinitas wajib anda untuk diisi dengan aktivitas yang paling anda sukai?

Pelajar, mahasiswa, karyawan, pengusaha sampai presiden pun kadang lupa dengan hal ini. Melulu kita dipaksakan untuk menyelesaikan tanggungjawab tanpa memberikan jeda mental mereka untuk berekreasi. Dalam psikologi, istilah ini disebut sebagai *leisure activity*. *Leisure activity* berbicara tentang pemanfaatan waktu luang untuk diisi dengan kegiatan menyenangkan diluar aktivitas resmi seperti bekerja, kuliah dan sekolah (Han & Patterson, 2007). Dalam berbagai penelitian terbaru, mereka yang merencanakan dan meluangkan waktu untuk *leisure activity* memiliki tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Studi lain menyebutkan *leisure activity* membawa individu kepada perasan positif terhadap orang lain, ini dapat dilihat dari bagaimana cara individu berteman, menambah teman, sampai pada menghargai orang lain (Brooks & Magnusson, 2007; Han & Patterson, 2007; Trainor dkk., 2010). Artinya jika anda merasa aktivitas sudah *overload*, bosan dan mulai terbebani dengan hal tersebut, maka sudah saatnya anda merencanakan ulang aktivitas keseharian anda. Merencanakan? Iya, sebaiknya *leisure activity* direncanakan, begitu kata Hertting dan Kostenius dalam penelitian yang dilakukan di Swedia tahun 2012. Perencanaan kembali aktivitas keseharian kita dengan menyisipkan aktivitas menyenangkan dirasa sangat penting untuk menghindari *burn-out*, bosan, stress dan keluhan lagi (Hertting & Kostenius, 2012).

Seperti yang pernah saya lihat dan teliti di desa batik Lasem Jawa Tengah, bahwa salah satu alasan senyum ikhlas banyak saya temukan pada ibu-ibu buruh batik adalah—karena membatik merupakan pekerjaan sampingan mereka setelah pekerjaan sebagai ibu rumah tangga selesai di sore hari. Ibu-ibu di desa Tuyuhan mengaku dengan membatik mereka menemukan kebahagiaan. Bukan hanya karena upah yang mereka terima, namun juga karena mereka merasa menjadi bagian dari pelestarian budaya, belum lagi mereka merasakan kebanggaan luar biasa jika batik Lasem diberitakan dalam media masa.

Apakah aktivitas *leisure* harus menghasilkan pundi-pundi finansial? tentu tidak. Aktivitas ini lebih pada *restart* psikologis keseharian kita. Apapun yang menyenangkan, seharusnya bisa anda rencanakan setiap harinya. Jangan tunggu sampai akhir pekan jika anda merasakan hari libur tidak menambah emosi positif anda. Bisa saja anda suka melukis, padahal anda adalah seorang kepala dinas—misalnya. Atau anda suka menggambar, padahal anda adalah guru matematika. Aktivitas lainnya masih sangat banyak, seperti membaca, bernyanyi, *ngegame*, memancing, bersepeda, olahraga, jalan-jalan atau bahkan dengan beribadah. Asalkan aktivitas tersebut memberikan kontribusi positif diluar aktivitas rutin anda dan tidak merugikan orang lain.

Cukup mudah bukan? Daripada anda *ngomel*, menulis, dan berkicau tentang keluhan anda, lebih baik anda merencanakan aktivitas diluar rutinitas anda. Namun, anda juga perlu mengingat bahwa *leisure time* merupakan waktu luang diluar aktivitas rutin, jangan sampai anda malah bermain dan melupakan aktivitas keseharian anda.

Selamat mencoba dan jangan lupa sebarkan kabar gembira pada orang lain.

Sumber Bacaan:

- Linley, P.A. and Joseph, S. (2004). Applied Positive Psychology: A New Perspective for Professional Practice. In Positive Psychology in Practice (eds P.A. Linley and S. Joseph). <https://doi.org/10.1002/9780470939338.ch1>
- Brooks, F., & Magnusson, J. (2007). Physical Activity as Leisure: The Meaning of Physical Activity for the Health and Well-Being of Adolescent Women. *Health care for women international*, 28, 69–87. <https://doi.org/10.1080/07399330601003499>
- Han, J.-S., & Patterson, I. (2007). An Analysis of the Influence That Leisure Experiences Have on a Person's Mood State, Health and Wellbeing. *Annals of Leisure Research*, 10. <https://doi.org/10.1080/11745398.2007.9686770>
- Hertting, K., & Kostenius, C. (2012). Organized Leisure Activities and Well-being: Children Getting it Just Right! *LARNet The cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research*, 15, 13–28.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Applied Positive Psychology: A New Perspective for Professional Practice. Dalam *Positive psychology in practice* (hlm. 3–12). John Wiley & Sons, Inc.
- Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>

SEXTING DAN KEPINGAN PUZZLE REMAJA

Apa yang akan kita lakukan dengan teknologi adalah apa yang akan dilakukan teknologi untuk mempengaruhi kita. Teknologi—utamanya informasi/internet—telah jauh melampaui dari peran yang kita harapkan padanya. Kita tidak hanya menggunakan *handphone* (telah berevolusi menjadi gadget) untuk berkomunikasi lewat teks dan suara, lebih dari itu—gadget memberikan kita apapun. Fitur mengambil gambar bahkan video, mendokumentasikan sekaligus menyebarkannya, telah memberikan kemudahan bagi kita untuk berkomunikasi dengan siapa saja dan melakukan transaksi apapun sampai pada mengklasifikasikan kelas sosial kita. Gadget bukan hanya sarana komunikasi, dia telah menjadi bagian hidup dan gaya hidup.

Beberapa kali masyarakat kita dikagetkan dengan kasus asusila yang berawal dari teknologi informasi, bagaimana dengan anak dan remaja kita? Pernahkah kita berpikir lebih—terutama apa yang akan dilakukan teknologi—tentang anak-anak dan remaja kita? Belum lepas ingatan kita bagaimana opera sabun beberapa artis di awal 2000-an, video seks vokal band terkenal dengan beberapa artis terkemuka pada 2010-an serta ratusan (bahkan ribuan) video serupa terdokumentasi dan tersebar bebas di internet.

Khusus publik Malang, dua kasus melibatkan mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri terungkap dalam rentang dua bulan

terakhir. Kedua kasus ini menarik mengingat keduanya melibatkan dokumentasi dan penyebaran foto serta video tanpa busana (bugil). Keduanya juga menggunakan foto dan video tak seronok tersebut sebagai media ancaman dan kekerasan pacaran. Kasus pertama adalah kasus paling unik sekaligus mengerikan. Berbekal foto bugil sang pacar, GM (24) melakukan intimidasi dengan meminta hubungan seks, tato tubuh sampai meminta sang pacar SAN (20) membius temannya untuk dijadikan korban hasrat seksualnya. Kasus ini menarik mengingat dalam ranah hukum, SAN juga menjadi tersangka karena mengikuti skenario GM untuk mengajak temannya tidur di kamar kosnya dan kemudian membiusnya. Kasus kedua terjadi juga dengan bekal foto bugil. Seorang mahasiswa AS (24) menyebarkan 17 foto bugil pacarnya SF (20) saat sang pacar sedang presentasi di depan kelas. Penyebaran yang sebelumnya diawali ancaman beberapa kali tersebut lantaran AS cemburu berat karena SF berboncengan motor dengan lelaki lain.

Kedua kasus tersebut hampir serupa, yaitu hubungan percintaan yang telah sedemikian intim dan pertengkaran. Bukti intimasinya adalah dokumentasi teks, foto dan bahkan video berbau seks pribadi. Dokumen Intimasi kemudian berbalik menjadi senjata bagi laki-laki dan menjadi boomerang bagi perempuan. Beda antara kedua kasus tersebut terletak pada modal sosial korban (perempuan). Jika pada kasus pertama korban malah menjadi pelaku dalam BAP kepolisian (karena memperdaya teman, membius kemudian membiarkannya dicabuli sang pacar) karena tidak kuasa dengan ancaman pacar untuk menyebarkan foto bugilnya, berbeda dengan kasus kedua dimana bekal dukungan banyak temannya korban berani langsung melaporkan pacarnya ke polisi.

Sexting

Mendokumentasikan dan menyebarkan hal-hal yang berbau porno dalam khasanah psikologi disebut *sexting*. Secara etimologis *sexting* merupakan gabungan kata *sex* dan *techtint/texting*. Kata ini pertama kali masuk dalam *Oxford American Dictionary* tahun 2009. *Sexting* biasa didefinisikan sebagai aktivitas mengirim pesan elektronik (teks, gambar atau video) bermuatan seksual yang diambil dari diri sendiri atau bersama orang lain untuk pasangan (Sacco, Argudin, Maguire, & Tallong, 2010; Klettke, Hallford, & Mellor, 2014; Lipkins, Levy, dan Jerabkova, 2009) ataupun untuk orang lain yang belum tentu dikenal (Smithstein, 2010). Remaja—terutama perempuan—yang menjalin hubungan asmara, memiliki potensi yang lebih besar untuk menjadi *sexter* daripada kelompok umur yang lain (National Campaign, 2008; Benotsch, Snipesa, Martin, & Bul, 2012; Gordon-Messer, Bauermeister, Grondzinski, & Zimmerman, 2013; Lenhart, Ling, & Campbell, 2010; Nagel, Cummings, Hansen, & Ott, 2013). Pengguna gadget paling berpotensi menjadi *sexter* daripada pengguna *personal computer* (Jaishankar, 2009; Lenhart, 2009; Segool dan Crespi, 2011). Komponen penting *sexting* adalah—bahwa hal tersebut diproduksi dan disebarluaskan dengan kemauan penuh oleh *sexter*, sehingga secara fundamental berbeda dengan gambar porno yang disebarluaskan tanpa izin pemilik (Segool dan Crespi, 2011). Namun hal tersebut masih menjadi perdebatan publik hukum di Amerika (APA, 2015).

Beberapa survey di Amerika dan negara lainnya menunjukkan bahwa *sexting* merupakan hal yang terus meningkat dari tahun ke tahun. *The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy* (2008) mencatat dari 1280 subjek survey, 20% mengaku telah mengirim dan memposting pesan bermuatan seks di media social, 48% lainnya mengaku telah menerima pesan bermuatan seks. Data tersebut tidak berbeda jauh dari Fakultas Psikologi Universitas Utah yang menemukan bahwa 20% remaja 14-18 tahun telah

mengirim foto telanjang atau setengah telanjang, 40% remaja lainnya mengaku telah menerimanya dan 25% mengaku meneruskan pesan tersebut kepada temannya yang lain (Lohmann, 2012). Sebagian besar survey terkait *texting* menemukan data yang tidak terlalu berbeda seperti AP-MTV pada tahun 2009; Cox Communications tahun 2009; Wysocki and Childers (2011); dan juga Temple, Paul, van de Berg, McElhany, & Temple tahun 2012. Namun, hasil berbeda didapatkan oleh Lenhart (2009) dan Mitchell dkk. (2011)—jika menggunakan teknik berbeda penggalan data—yaitu dengan menelpon secara acak remaja usia 12-17 tahun. Lenhart hanya menemukan 4% remaja mengaku mengirimkan foto telanjang atau semi telanjang dirinya sedangkan Mitchell menemukan 9,6%.

Sexting adalah perilaku kompleks yang berkembang dan diadopsi oleh individu yang berbeda dalam berbagai situasi. Penelitian sexting baru-baru ini mendefinisikan *sexting* pada lingkup yang lebih luas, bukan hanya berkisar pada mendokumentasikan dan mengirim serta menyebarkan konten pribadi berbau pornografi yang bermuara pada hubungan asmara antara remaja. Dake, Price, Maziarz, & Ward (2012) menyebut *sexting* secara luas sebagai manifestasi perilaku hiperseksual dan objektifikasi tubuh manusia, terutama tubuh perempuan.

***Sexting* dan Remaja Putri**

Data survei menyebutkan bahwa perempuan secara signifikan lebih aktif menjadi *sexter* dibandingkan laki-laki. Hal tersebut sebanding dengan pendefinisian Dake dan koleganya, bahwa *sexting* bukan hanya perilaku biasa terkait konten pornografi, melainkan berbicara tentang konteks sosial budaya, terutama terkait dominasi hasrat seksual.

Budaya kita—diakui atau tidak—menempatkan perempuan sebagai objek laki-laki, itulah mengapa di era modern muncul

gerakan *gender* dan feminisme. Mengapa perempuan dituntut untuk tampil cantik dan sempurna? Mengapa iklan kecantikan selalu membutuhkan lirikan, senyuman dan ketertarikan laki-laki? Mengapa perempuan seringkali menjadi *single fighter* dalam hal pengasuhan anak, padahal mereka memiliki suami? Mengapa perempuan harus melayani laki-laki? Kesemuanya adalah pertanyaan klasik terkait betapa dominannya laki-laki dibandingkan perempuan. Pada konteks ini, kita juga bisa saja bertanya, mengapa fakta objektif menyebut perempuan lebih agresif dalam *sexting*? Sejatinya saya tidak perlu menjelaskan panjang lebar. Negara sekelas Amerika Serikat yang mengaku memiliki demokrasi dan kesejajaran *gender* saja mendapati fakta tersebut, apalagi konteks budaya kita?

Ke(tidak)sadaran massal kita mendorong pemahaman budaya, namun tetap saja memposisikan perempuan sebagai objek dominasi laki-laki. Itulah mengapa secara sadar perempuan—terutama remaja putri—mengarahkan dirinya untuk terus memuaskan laki-laki. Jika pada tataran pacaran (saya tidak bermaksud menyetujui konsep ini) remaja putri akan memberikan semacam *upeti* sebagai bukti kecintaannya kepada pacar. Bagi para remaja putri, semakin ia cinta apapun akan diberikan untuk menjaga cintanya.

Mengapa Menjadi *Sexter*?

Sexter atau pelaku *sexting* adalah mereka yang mengeksekusi ide menjadi perilaku mengirim pesan (teks, foto atau video) bermuatan seks/porno kepada pasangannya dan terkadang menyebarkannya. Eksekusi adalah kata kunci yang membedakan *sexter* atau tidak. Karena pikiran tentang seks dan kenimatananya wajar dimiliki oleh semua orang, namun tidak semua memutuskan untuk mengimplementasikan dalam perilaku memproduksi, mengirim dan menyebarkannya dalam pesan elektronik.

Pertama adalah karena mereka remaja. Data objektif bahwa sebagian besar *sexter* adalah remaja merupakan bukti tak terelakkan bahwa kita memiliki tahapan dalam melihat kehidupan. Memang ilmuwan besar perkembangan kognitif manusia Jean Piaget menyatakan bahwa tahapan terakhir perkembangan manusia adalah pada saat mereka berumur 12/13 tahun yaitu saat mereka telah pada tahapan operasional formal. Menurut Piaget, pada tahapan tersebut manusia bukan hanya mampu mengenali objek (sensorimotorik), memberikan simbol (praoperasional) dan mengkomunikasikannya dengan orang lain (operasional konkret)—namun lebih dari itu, operasional formal mampu melakukan analisa dengan membandingkan objek, stimulasi dan juga konteks. Bagi Piaget, itulah perangkat kognitif tingkat tinggi manusia, saat manusia mampu memposisikan dirinya bukan hanya berdasar teks, namun konteks, artinya manusia telah berpendirian dan kritis.

Terus bagaimana bisa remaja dan dewasa berbeda dalam hal *sexting*? Kita akan membahas kualitas analisa dan kritis antara dua tahapan perkembangan ini. Kualitas analisa seseorang berkaitan dengan banyak hal, terutama pengetahuan sebelumnya, model kepribadian, independensi dan juga cara pandang mereka tentang dunia. Pasangan, jodoh dan seks bagi remaja adalah hal berbeda yang seringkali dirasakan menjadi kesatuan. Saat anda bertanya remaja disekitar anda terkait apa itu pacar? Mereka akan kebingungan menjawabnya dengan tegas. Budaya menyebutkan bahwa pacar bukanlah pasangan legal, belum tentu juga menjadi jodoh apalagi berhubungan seks. Namun konteks perilaku remaja sekarang berada pada garis semu antara ketiganya, sehingga seringkali menganggapnya sama. Jangan heran kemudian kalau mereka tidak mampu menolak ketika pacar mereka mendesak meminta *upeti* cinta berupa pesan berbau seks sampai hubungan seksual.

Faktor **kedua** adalah karena kontrol kehidupan mereka – termasuk *sexting*- berada pada ujung jari mereka, gadget. Sejak dulu para ilmuwan bersepakat bahwa setiap teknologi akan berdampak pada perilaku manusia. Kemudahan yang ditawarkan gadget seringkali jauh dari apa yang kita pikirkan sebagai orangtua. Kapanpun dan dimanapun gadget selalu bersedia memanjakan remaja dengan pelayanan ekstra, bahkan terkadang tanpa memberikan kesempatan penggunanya menyadari secara penuh apa yang telah dilakukan. Dua kasus diatas saya yakin belum tentu terjadi jika pelaku menggunakan kamera foto konvensional.

Faktor **ketiga** adalah keinginan memberikan hadiah “istimewa” kepada pacar saat hari spesial seperti hari ulang tahun atau hari jadian. Saya lebih suka menyebutnya sebagai *upeti* pacaran. Hubungan intim melalui pacaran mau tidak mau berakibat pada perilaku seksual. Saya sangat percaya pada Sigmund Freud bahwa manusia digerakkan oleh *libido seks*, terutama saat menjalin hubungan asmara. Ibarat kepuasan melewati level dalam *game*, pacaran membutuhkan kompensasi kepuasan yang terus meningkat dari hari ke hari. Artinya akan ada kebosanan saat seseorang hanya bermain pada satu level saja.

Faktor **keempat** adalah bersenang-senang dan bercanda. Seringkali *sexting* diawali dengan perilaku canda dengan mengirimkan pesan teks biasa yang bernada “genit”, seperti kata peluk, cium, mmmuuuach dan lainnya. Pesan-pesan tersebut terlihat sangat sederhana dan biasa dikirimkan saat santai untuk menarik perhatian. Namun jika hal tersebut dikirimkan berkali-kali (seperti filosofi *game*) pelaku akan meningkatkan levelnya pada pesan yang lebih sensitif dan privat lagi, seperti foto dan video.

Tekanan teman sebaya merupakan faktor **kelima** mengapa perilaku *sexting* semakin marak belakangan ini. Bagi remaja, teman sebaya adalah segalanya. Teman sebaya adalah model

sempurna untuk diikuti. Tidak mengagetkan jika *sexting* akan lebih berpotensi pada remaja yang berkumpul dengan teman yang menganggap hal tersebut adalah perilaku wajar dalam hubungan percintaan. Penganggapan wajar *sexting* sangat berkaitan dengan semakin maraknya kasus serupa, terutama oleh artis terkenal. Sayangnya, hal tersebut menjadi wajar mengingat artis tersebut masih saja eksis bahkan lebih tenar setelah beredar foto dan video seksnya.

Mau tidak mau *sexting* telah menjadi tamu istimewa yang tidak begitu kita harapkan kehadirannya. Banjir gadget seolah menjadi daya magisnya untuk mengajak kita—terutama remaja—mencobanya. Sekali usap, kita dapat memproduksi dan mengirim apapun yang kita inginkan. Jika demikian kita patut khawatir dua kasus mahasiswa di Malang yang saya paparkan diatas hanya fenomena gunung es. Saya takut jarak moral kita hanya 6 tahun dengan Amerika dan negara-negara Eropa, mengingat *sexting* diakui resmi kamus tahun 2009.

Remaja selalu menarik untuk diamati, mengingat mereka adalah manusia yang seringkali menganggap kehidupan layaknya permainan *puzzle* yang harus diselesaikan. Pasangan dalam hal ini adalah kepingan *puzzle* terakhir yang mereka butuhkan untuk melengkapi identitas kehidupannya. Sayangnya, kepingan terakhir yang mereka butuhkan tersebut masih terlihat samar. Mereka tidak tahu dimana kepingan tersebut dan bagaimana mendapatkannya dengan benar. Sampai kemudian mereka mencoba apapun untuk mengisi kekosongan *puzzle* dengan pacaran dan aktivitas pelengkapannya. Sementara kebanyakan orangtua lupa bahwa mereka pernah melewati masa tersebut dan seringkali lalai dan abai membimbing anak-anaknya.

Sumber Bacaan:

- Sacco, D., Argudin, R., Maguire, J., & Tallong, K. (2010). Sexting: Youth Practices and Legal Implications (Youth and Media Policy Working Group Initiative, Berkman Center for Internet and Society at Harvard University, Research publication no. 2010-8, June 22).
- Klettke, B., Hallford, D. J., & Mellor, D. J. (2014). Sexting prevalence and correlates: A systematic literature review. *Clinical psychology review*, 34(1), 44-53.
- Lipkins, S., Levy, J. M., & Jerabkova, B. (2009). Sexting is it all about power. *Retrieved from <http://realpsychology.com/content/tools-life/sextingis-it-allabout-power>*.
- Cox Communications. (2009). *2009 Teen Survey*. <https://www.cox.com/wcm/en/aboutus/datasheet/takecharge/2009-teen-survey.pdf>
- Smithstein, S. (2010). *As we get wired, we get re-wired*. Psychology Today. <http://www.psychologytoday.com/blog/what-the-wild-things-are/201006/we-get-wired-we-get-re-wired>
- American Psychological Association. (2015). *How Common Is Sexting?* <https://www.apa.org/news/press/releases/2015/08/common-sexting>
- Lohmann, R. C. (2012). *The Dangers of Teen Sexting*. Psychology Today. <http://www.psychologytoday.com/blog/teen-angst/201207/the-dangers-teen-sexting>
- Moore, K. A. (2008). Teen Births: Examining the Recent Increase. *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*.
- National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy. (2008). Sex and tech: Results from a survey of teens and young adults.
- Benotsch, E. G., Snipes, D. J., Martin, A. M., & Bull, S. S. (2013). Sexting, substance use, and sexual risk behavior in young adults. *Journal of adolescent health*, 52(3), 307-313.
- Gordon-Messer, D.; Bauermeister, José A.; Grodzinski, A.;

- Zimmerman, M.A. (2013). "Sexting among young adults." *Journal of Adolescent Health*, 52(3): 301-306
- Lenhart, A., Ling, R., Campbell, S., & Purcell, K. (2010). Teens and mobile phones: Text messaging explodes as teens embrace it as the centerpiece of their communication strategies with friends. *Pew internet & American life project*.
- Nagel, P. O. N., Cummings, T., Hansen, C. H., & Ott, M. A. (2013). 137. Predictors of Sexting in a University Population. *Journal of Adolescent Health*, 52(2), S87.
- Jaishankar, K. (2009). Sexting: A new form of Victimless Crime?. *International Journal of Cyber Criminology*, 3(1), 21.
- Lenhart, A. (2009). *Teens and sexting* (Vol. 15). Washington, DC: Pew Internet & American Life Project.
- Segool, N. K., & Crespi, T. D. (2011). Sexting in the Schoolyard. *Communique*, 39(8), 1-30.
- AP-MTV. (2009). A thin line: 2009 AP-MTV digital abuse study. Retrieved from <http://www.athinline.org/MTV-AP-Digital-Abuse-Study-Executive-Summary.pdf>
- Wysocki, D. K., & Childers, C. D. (2011). "Let my fingers do the talking": Sexting and infidelity in cyberspace. *Sexuality & Culture*, 15(3), 217-239.
- Temple, J. R., Paul, J. A., Van Den Berg, P., Le, V. D., McElhany, A., & Temple, B. W. (2012). Teen sexting and its association with sexual behaviors. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 166(9), 828-833.
- Lenhart, A. (2009). Teens and mobile phones over the past five years: Pew Internet looks back.
- Lounsbury, K., Mitchell, K. J., & Finkelhor, D. (2011). The True Prevalence of "Sexting".
- Dake, J. A., Price, J. H., Maziarz, L., & Ward, B. (2012). Prevalence and correlates of sexting behavior in adolescents. *American Journal of Sexuality Education*, 7(1), 1-15. Doi: 10.1080/15546128.2012.650959

PERNIKAHAN: BAYANGAN RESEPSI DAN DATA PERCERAIAN

Suatu ketika, saya melemparkan pertanyaan untuk intermeso di kelas, “Apa yang anda pikirkan tentang pernikahan?” Serentak seisi kelas yang didominasi Mahasiswi tersebut tersipu malu, menjerit kecil, beberapa bahkan ada yang menunduk. Apa yang terjadi kemudian malah menjadi kejutan buat saya, bahwa sebagian besar mahasiswa membayangkan pernikahan dengan pesta pernikahan alias resepsi.

Jawaban tersebut bisa jadi terlihat *selow* dan sepele, bisa jadi sebaliknya—ini masalah sudut pandang. Yang jelas, sampai pada hari ini di semua bangsa, budaya dan agama, pernikahan dipandang sebagai sesuatu yang sakral. Harusnya, pernikahan ditempatkan pada tempat terhormat dan dijaga sepanjang masa. Nyatanya?

Pasti jamaah jomblo sekalian sudah dengar, bahwa tren perceraian meningkat dari tahun ke tahun. Sayang, BPS sampai hari ini hanya menyajikan data sampai tahun 2015, yaitu sebanyak 347.256 duda dan janda baru hadir meramaikan media sosial. Data terbaru Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung justru telah dipublikasikan hukumonline.com, tersebut tahun 2017 terdapat sebanyak 485.362 putusan cerai. Jika dirata-rata, 1.329 pasangan bercerai setiap hari atau hampir setiap menit status duda dan janda didapatkan penduduk

Indonesia. *Capek gak tuh* hakim pengadilannya? Jika dikatakan bahwa salah satu penyebab perceraian adalah perselingkuhan melalui media sosial, bayangkan berapa keuntungan provider seperti Telkomsel, Indosat dan XL?

Begini *lo*, begini *lo*. Menikah itu—kalau bisa dibilang—adalah seni mengambil keputusan terpenting dalam sejarah hidup manusia. Lagian siapa *sih* yang mau bercerai? Tapi kalau pengambilan keputusannya asal, ya potensi untuk gagal menghadapi masalah pernikahan semakin meningkat. Ini bukan tuduhan *lo*, nyatanya cuplikan video di Youtube dengan tema resepsi pernikahan laris manis.

Konon, Charles Darwin—tokoh kapir yang terkenal mengaburkan proses penciptaan manusia lewat teori evolusi itu—masih menjomblo sampai usai 29 tahun. Saat itu bulan Juli 1838, Darwin muda sedang dalam persimpangan hidup. Tahun itu tepat dua tahun setelah Darwin kembali dari ekspedisi kapal HMS Beagle, mendampingi Kapten Fitzroy yang diam-diam merencanakan mencari bukti penciptaan alam semesta. Darwin galau antara melanjutkan karir ilmiahnya, atau melamar sepupunya Emma Wedgwood. Darwin kemudian mencoba mengurai keuntungan dan kerugian jika dia memutuskan untuk menikah. “Kehilangan waktu,” tulisnya pada awal catatannya, “...mungkin bertengkar... tidak bisa membaca di malam hari... kecemasan dan tanggung jawab.” Joshua Rothman (2019) dalam sebuah tulisannya di *The New Yorker*, mengurai lebih detail dasar keputusan Darwin untuk menikah. Selain kecemasan akan kehilangan waktu untuk menjadi ilmuwan dan juga pertengkaran, Darwin juga mempertimbangkan apakah istrinya mau tinggal di tempat tinggalnya (London), anak-anak, rumah dan orang yang akan mengurus rumah.

Bagi jomblo sekalian, apa yang dipikirkan Darwin yang kapir tersebut mungkin tidak terlalu penting. Padahal menurut Steven Johnson, penulis buku *How We Got To Now*, cara Darwin

mengambil keputusan untuk menikah dikatakan paling sederhana dibandingkan dengan tokoh besar lain seperti Benjamin Franklin yang menggunakan cara yang disebut Aljabar Prudensial (*Prudential Algebra*). Memberikan bobot numerik untuk setiap alasan yang mendukung (pro) maupun merugikan (kontra) untuk dijumlah. Keputusan diambil berdasarkan bobot numerik yang dihasilkan pro/kontra.

Sudah paham belum *mblo*, menikah adalah tentang banyak hal—bukan hanya tentang tata rias, foto/video resepsi yang romantis, bahkan undangan. Sekali keputusan diambil, konsekuensinya akan berlangsung dalam jangka panjang bahkan seumur hidup. Jika bayangannya hanya keindahan resepsi, emangnya ada pernikahan tanpa konflik, kesulitan ekonomi, atau sekedar masalah remeh seperti ketemu mantan? Duduk di pelaminan memang romantis, tapi apakah seromantis berboncengan dengan dia di tengah hujan melewati toko dan warung makan dan tidak bisa membelinya? Resepsi *kayak* di Youtube itu memang membahagiakan, tapi apakah iya lebih bahagia dari berpelukan dengan dia saat mendapatkan kabar diterima kerja setelah melewati masa kering kerontang berbulan-bulan?

Sayangnya bagi kita umat islam yang *kaffah*, menikah juga bisa jadi diputuskan berdasarkan untuk menghindari maksiat dan zina. Artinya, kalau sudah tidak berniat maksiat, berarti pernikahan tidak dibutuhkan gitu? Kalau gitu ya Pak Harto pasti menyesal meluncurkan program KB.

Saya tidak hendak membela *syaiton* dengan melegalkan pacaran dan bahkan zina. Justru saya malah khawatir kita terjebak oleh bujuk rayuan makhluk terkutuk tersebut. Manusia ditakut-takuti dengan memikirkan kenikmatan sesaat zina (seks luar nikah; paling gak lebih dari 30 menit dengan pemanasannya) namun malah lupa memikirkan konsekuensi jangka panjang

pernikahan. Artinya: lepas dari mulut buaya, masuk ke mulut kuda nil.

Sumber bacaan:

Melihat Tren Perceraian dan Dominasi Penyebabnya. (2018, June 18). hukumonline.com. <https://www.hukumonline.com/berita/baca/lt5b1fb923cb04f/melihat-tren-perceraian-dan-dominasi-penyebabnya/>

Rothman, J. (2019, January 14). *The Art of Decision-Making.* <https://www.newyorker.com/magazine/2019/01/21/the-art-of-decision-making>

TOK SENDOK DAN SENAJAKALA PROFESI

Setelah mengaduk kopi, kebiasaan saya adalah membersihkan sendok dan meletakkannya di atas gelas kopi. Malam itu tidak sengaja, mataku tertuju pada sendok dengan tulisan di ujung sendok, tertulis nama –seperti yang terlihat dalam foto. Sembari bercanda, saya memanggil teman-teman pemilik kedai dan bertanya “sendokmu kok unik?”.



“Biasa aja mas, mana ada uniknya?” sambil mendekat, pemilik kedai seperti ingin memastikan bahwa sendok tersebut sendok dapur biasa yang bisa didapatkan dimanapun juga. Jadi, menurut dia hal tersebut tidaklah unik.

“Lo ya unik ini, tahun 2017 sendok masih ada tulisannya kayak gini” saya tertawa menunjukkan tulisan dalam sendok tersebut, karena saya tahu nama yang tertera dalam sendok tersebut bukanlah nama teman pemilik kedai tersebut. Dia hanya tertawa terbahak dan tidak menjawab lagi dengan perkataan.

Pekerjaan-pekerjaan dalam Ingatan

Saya ingat betul sewaktu kecil dulu seringkali melihat pekerjaan-pekerjaan yang sekarang sudah sangat jarang sekali (kalau tidak

mau dikatakan punah) ditemukan sekarang. Salah satunya adalah pekerjaan yang ditempat saya disebut tukang *tok sendok*. *Tok sendok* merupakan penjaja jasa keliling yang menawarkan dari rumah ke rumah untuk memberikan petanda khusus untuk perangkat dapur, terutama sendok dan piring. Biasanya tukang *tok sendok* berkeliling dengan berjalan kaki dan membawa tas besar berisikan perlengkapan untuk beraksi memberikan ukiran tipis sampai cat pada perangkat dapur. Entah kapan tepatnya terakhir saya melihat seseorang keliling sambil berteriak “*took sendok took piring*” sambil berjalan gontai di gang-gang rumah.

Selain *tok sendok*, mungkin telah banyak sekali jenis pekerjaan yang sekarang jarang atau tidak lagi menampakkan diri. Penjaja jasa perbaikan payung, perbaikan perlengkapan dapur yang terbuat dari tembaga, perbaikan dan pembuatan kasur dari kapuk, perbaikan atau sol sepatu, penjaja minyak tanah, tukang isi korek api dan banyak yang lainnya. Rata-rata pekerjaan tersebut menawarkan sebuah jasa. Pertanyaannya mengapa mereka sekarang jarang terlihat? Apakah memang jasa mereka tidak dibutuhkan lagi? Atau?

***Tok Sendok* Sebagai sebuah Pekerjaan Pemberian Jasa**

Jasa dibutuhkan manusia untuk menunjang kehidupannya sehari-hari, sehingga dalam pengertiannya jasa disebut sebagai sebuah aktivitas ekonomi. Jasa jelas tidak kasat mata, namun produksinya bisa saja berkaitan atau menghasilkan sebuah barang ataupun sama sekali tidak berkaitan dengan barang. Jasa juga seringkali berkaitan dengan barang-barang milik, namun jasa dibutuhkan atau diberikan bukan untuk kepentingan pengambil-alihan sebuah kepemilikan.

Terkait jasa *tok sendok*, kita bisa melihat bahwa pekerjaan tersebut memenuhi kriteria apa yang disebut jasa/layanan diatas. Lebih khusus, *tok sendok* merupakan sebuah jasa yang diberikan

oleh seseorang kepada konsumen yang melibatkan barang milik konsumen (piring, sendok dan lainnya), namun tidak untuk dijual atau dibeli. Hasil dari pekerjaan *tok sendok* memang kasat mata, yaitu sebuah bentuk tanda untuk membedakan kepemilikan barang (piring, sendok dan lainnya) konsumen jasa dengan orang lain, agar tidak tertukar. Biasanya tanda yang diberikan pada piring atau sendok berupa inisial nama atau jenis usaha (untuk warung atau *catering*).

Mengapa Tok Sendok Menghilang?

Jujur, saat kecil saya dan teman-teman di kampung seringkali saling mengejek menggunakan istilah-istilah pekerjaan yang sudah mulai tidak populer saat itu—*tok sendok* adalah salah satunya. Saat bermain atau saat bertengkar, ejekan seringkali digunakan oleh anak-anak di kampung saya untuk menghibur dan terkadang bersifat agresif. Semisal seorang anak mengejek temannya “*ancine koe tukang tok sendok*” (dasar memang kamu tukang *tok sendok*) untuk menunjukkan superioritasnya, maka kemungkinan besar anak lain akan membalas “*daripada koe, tukang pijet gak payu*” (daripada kamu, tukang pijet gak laku). Hal tersebut semata-mata digunakan anak zaman saya untuk hiburan, maklum zaman itu belum ada teknologi seperti sekarang. Meskipun terkadang juga terjadi *duel* untuk menyelesaikannya. Namun wajar saja karena anak-anak, *hehe*.

Cerita tersebut juga menyimbolkan hal yang lain. Pada zaman itu—sekitar tahun 90-an—beberapa pekerjaan telah berada di ujung hayatnya. Itulah mengapa anak-anak berani menggunakannya untuk bahan ejek-ejekan. Coba bayangkan saja, seorang anak tidak akan mengejek menggunakan profesi kerah putih macam dokter, menteri, guru atau pegawai kantor. Semisal “dasar kamu dokter”, kan jadi *wagu* alias gak enak. Hal tersebut menandakan bahwa pekerjaan-pekerjaan di atas merupakan

pekerjaan yang memiliki kompensasi ekonomi tingkat bawah, atau pekerjaan-pekerjaan yang mengisi sisi sekunder masyarakat. Karena “tanda” pada piring dan sendok akan selalu menjadi sisi sekunder dari piring atau sendok-nya sendiri. Kegunaannya juga untuk proteksi atau jaga-jaga agar perangkat tidak tertukar dengan milik tetangga. Jika ada pertanyaan mengapa takut untuk tertukar? Jawabannya adalah banyaknya ritual di Jawa yang memungkinkan perangkat dapur menjadi satu di tempat-tempat umum seperti langgar/musolla, balai desa, padepokan atau lainnya. Acara-acara budaya seperti perayaan hari besar, ritual terkait kehidupan (kelahiran dan kematian), hari jadi desa, hari keramat dan lainnya memungkinkan masyarakat saling bertukar masakan secara massal. Inilah mengapa tanda di perangkat dapur menjadi kebutuhan.

Pada zaman dimana piring kaca dan sendok tembaga merupakan sebuah perangkat dapur yang bisa dibilang “berharga”, pekerjaan *tok sendok* juga bisa dikategorikan sebagai sebuah hal primer bagi kelas sosial sebuah keluarga. Di kampung-kampung pada era 90-an, memanggil tukang *tok sendok* untuk mampir ke teras rumah dan mempekerjakannya adalah sebuah hal yang dapat dibanggakan. Keberadaan dan lamanya tukang *tok sendok* bekerja pada suatu rumah menandakan secara tidak langsung status dan kelas sosial pemilik rumahnya. Iya jelas, pemilik rumah bukan hanya memiliki perangkat dapur macam piring kaca dan sendok aluminium, tetapi juga kuantitas kepemilikannya banyak. Itulah mengapa tukang *tok sendok* merupakan sebuah pekerjaan yang waktu itu dianggap sebagai sebuah penanda tinggi-rendahnya kelas sosial seseorang.

Beriring waktu, piring kaca dan sendok tembaga bukanlah hal yang dianggap *wah* lagi. Setiap rumah memiliki perangkat tersebut. Bukan berarti menjadi hal yang melimpah bagi jasa *tok sendok*— melimpahnya piring, sendok dan perangkat dapur lain

justru menjadi kuburan jenis pekerjaan ini. Jika dilihat dari logika sederhana hal tersebut terkesan paradoks, namun begitulah manusia. Pekerjaan yang ada sebagai dampak kebutuhan agar sebuah barang memiliki tanda dan tidak tertukar justru malah menghembuskan nafas terakhir saat “seharusnya” banyak yang harus dikerjakan. Hal tersebut tak lain karena cara pandang masyarakat telah bergeser, gaya hidup telah berubah. Sebagai sebuah perangkat yang telah dianggap “biasa”, piring dan sendok tidak lagi menjadi kekhawatiran berlebih dari pemiliknya saat terdapat kesempatan untuk tertukar.

Selain pandangan bahwa piring dan sendok bukan hal mewah lagi, intensitas masyarakat melakukan ritual massal tidak seperti dulu lagi. Kemajemukan masyarakat sudah meresap sampai pada tataran desa, atau bahkan konsepsi desa dan kota tidak lagi dapat dibedakan dengan tegas jika dilihat dari elemen masyarakatnya.

Belajar dari *Tok Sendok*

Sebuah pekerjaan akan selalu terikat dengan bentuk masyarakat dan budayanya. Terkadang saya ingin bernostalgia melihat orang berkumpul disalah satu teras rumah tetangga dan melihat seseorang mahir melakukan sebuah pekerjaan diiringi pembicaraan-pembicaraan ibu-ibu khas pedesaan. Gelak tawa mengiringi tukang *tok sendok* (yang biasanya laki-laki) di kerubungi ibu-ibu desa. Hilangnya tukang *tok sendok* juga merupakan rantai historis dimana (mungkin) kesejahteraan masyarakat sekarang telah bergeser—gaya hidup telah berubah. Kepemilikan barang dapur bukan lagi sebuah kebanggaan, karena memasak juga mulai dianggap bukan lagi rutinitas (bagi sebagian) rumah tangga yang sibuk dengan karirnya. Kepemilikan barang-barang dapur dalam jumlah banyak jarang kita jumpai dalam model rumah tangga hari ini.

Kita juga dapat belajar, bahwa pekerjaan yang menawarkan jasa bisa saja datang dan pergi silih berganti. Semua bergantung dengan paradigma masyarakat tentang apa yang disebut “kebutuhan” dan apa yang disebut dengan (gaya) “hidup”.



EXTRA TIME

MENULIS SAJA DULU, ILMIAH KEMUDIAN

Dalam waktu hampir bersamaan, saya diminta menjadi pemateri acara mahasiswa terkait penulisan ilmiah. Dari berbagai sudut pandang, permintaan tersebut tentu bukan permintaan sederhana. Mengingat kemampuan saya di satu sisi dan beban moral sebagai pemateri di sisi lainnya. Saya bukan tipe pesimistis, hanya saja saya merasa banyak dosen senior yang lebih daripada saya dalam bidang ini, baik dari sisi pengetahuan maupun pengalaman sebagai penulis tentu juga peneliti ilmiah. Selain itu, setahu saya di setiap jurusan pastilah ada mata kuliah yang *nyrempet* ke penulisan ilmiah. Pada sisi lain sebagai *newbie*, saya belum memiliki banyak asam garam terjun ke lapangan untuk melakukan riset. Karena jelas jelas riset merupakan kata kunci untuk sesuatu disebut ilmiah.

Tentang Menulis dan Masalah Pertamanya

Okelah, saya akan memulai pada hal sederhana terkait penulisan ilmiah. Namanya juga penulisan, artinya semuanya harus dimulai dengan menulis. Secara sederhana, setiap manusia di dunia memulai aktivitas ini sejak masuk bangku sekolah. Masalahnya adalah menulis ternyata tidak sesederhana mengetahui bentuk huruf kemudian mengguratkannya. Menulis juga tidak semudah merangkai huruf menjadi sebuah kata dan kalimat. Kebanyakan

dari kita akan menemui masalah menulis jika telah berada pada fase melangkah pada kalimat berikutnya. Melanjutkan kalimat, bagi saya adalah fase dimana seseorang menemukan perbedaan menulis “hanya” dalam rangkaian huruf dengan menulis sebagai “buah” ide.

Terlihat sederhana memang, namun perlu diketahui, bukankah sesuatu yang besar dimulai dari yang sederhana? Saya masih ingat betul sewaktu kecil belajar menulis huruf menjadi kata dan kalimat di bangku SD, semisal saya menulis: “Bapak Budi pergi bekerja”. Kalimat tersebut adalah kalimat sederhana, waktu itu saya juga sudah paham makna kalimat tersebut secara sederhana pula. Namun tulisan tersebut adalah tulisan tanpa ide, karena selain menyalin perintah guru di kelas, saya juga tidak memiliki rasa ingin tahu dan ide melanjutkannya sebagai sebuah cerita.

Mengapa waktu itu saya tidak berpikir siapakah budi? Kelas berapa dia? Siapa pula bapaknya? Apakah pekerjaannya? Apakah bapaknya berhasil dalam pekerjaannya? Kok ibunya gak disebutkan? Dan mengapa pula si budi disebut-sebut untuk kita tuliskan dalam buku kita? Tentu lebh banyak pertanyaan untuk melanjutkan kalimat tersebut. Namun apakah saya waktu itu melakukannya? Tentu tidak, mengapa? Jawabannya dua, saya belum ingin dan tidak juga memiliki ide jika saja saya ingin.

Modal Dasar Menulis

Contoh sederhana di atas semoga membantu kita semua untuk memahami mengapa seseorang menulis. Minimal kita tahu bahwa menulis membutuhkan dua komposisi lainnya selain pengetahuan dasar tentang huruf, yaitu **keinginan** dan juga **keterampilan**. Pengetahuan dasar menulis saya yakin semua orang yang membaca tulisan ini memilikinya. Dimana kita mengenal huruf dan masih mampu mengontrol motorik halus

kita, dipastikan kita bisa menulis. Namun apakah hal tersebut semata-mata dapat menjadikan kita sebagai penulis? Menurut uraian sebelumnya, kita masih membutuhkan dua modal lainnya.

Dorongan dari dalam diri merupakan pondasi kedua. Kita menyebutnya sebagai keinginan, atau populer disebut motivasi. Sejujurnya saya enggan menuliskan kata terakhir kalimat sebelum ini. Mengingat dia terkadang masyhur sebagai barang dagangan. Layaknya barang dagangan, dia banyak dikemas sedemikian rupa untuk menarik pembeli. Dan kebetulan juga laris manis. Namun apa dikata, seperti kita yang *ekstase* dengan rasa *popmie*, kita lupa untuk membangkitkan rasa ingin tahu kita bagaimana dia diracik, diproduksi, dan dipasarkan hingga membuat kita terbuai.

Saya teringat tempo hari seorang teman meminta teori motivasi untuk anak-anak didiknya agar lebih rajin belajar. Secara kasat mata, saya menangkap permintaan tersebut sebagai hasil dari banyaknya acara televisi yang memuat secara instan produk yang bernama motivasi. Kita tahu bahwa tidak mungkin ada teori yang *mak bedunduk* dapat dengan gampang diaplikasikan. Teori apapun. *La wong* teori bukanlah petunjuk masak pada bungkus *popmie*. Teori apapun juga merupakan pandangan general tentang sesuatu. Dia membutuhkan pendekatan dan juga metodologi untuk menjadi produk yang siap disantap.

Seperti cerita tersebut, motif yang menggerakkan perasaan ingin tahu kita harusnya bukan sesederhana seperti yang diomongkan dalam mimbar. Banyak hal dapat memolesnya sehingga menjadi motivasi, apalagi motivasi untuk menulis. Bisa jadi, kita ingin menulis karena paksaan tugas, karena ingin mendokumentasikan agar kita tetap mengingatnya, karena memang kita ingin lebih dalam mempelajari hal tersebut atau bahkan hanya karena kita membaca sobekan bungkus *popmie*. Kok dia lagi! hehe.

Untuk mengarahkan motif kita menjadi motivasi yang positif seperti menulis, kita membutuhkan pondasi ketiga, yaitu keterampilan. Keterampilan adalah sebuah proses, dia membutuhkan dua faktor pertama dan juga pembiasaan terus menerus. Tidak mungkin seseorang memiliki keterampilan tertentu jika dia tidak mengasahnya secara terus menerus. Ringkasnya, tanpa ide kita tidak akan bisa menulis. Ide tidak akan muncul jika kita tidak memiliki dasar pengetahuan. Dasar pengetahuan dapat kita peroleh dengan belajar, baik itu membaca, bertanya ataupun mengamati sesuatu. Ide dan dasar pengetahuan tidak akan pernah cukup untuk mengantarkan kita menulis jika kita tidak terus menerus melatihkannya. Intinya, menulis memang bukan perkara yang terjadi sesingkat kita membuat *popmie*. Loh kan lagi! Wong menuliskan proses membuatnya yang mudah aja kita belum tentu bisa toh.

Apalagi Menulis Ilmiah

Saya tidak akan membandingkan kesulitan antara menulis ilmiah dengan non ilmiah. Keduanya memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing sebagai sebuah proses penulisan. Tulisan ilmiah merupakan sebuah rangkaian tulisan yang melaporkan sebuah penelitian –baik berupa penelitian tinjauan atas penelitian terdahulu (*reviewing research*) ataupun penelitian original (*original research*). Tulisan jenis ini dibuat sebagai bentuk keinginan berbagi (*share*) dan terbuka (*openness*) untuk pengembangan jenis keilmuan tertentu. Mengingat tujuan utamanya adalah pengembangan keilmuan, penulis ilmiah memiliki beban etik tersendiri yang ketat *bin* kaku. Memposisikan diri untuk menulis ilmiah, sama saja memposisikan diri sebagai peneliti. Inilah yang jarang sekali disadari oleh kebanyakan dari kita. Namanya juga peneliti, jelas modal utamanya adalah kedisiplinan dan kewaspadaan terkait beberapa hal sebagai berikut;

Pertama adalah sumber atau ide tulisan. Jika kita menginginkan tulisan kita dianggap ilmiah, syarat pertamanya adalah memiliki asal usul yang jelas. Artinya, setiap ide dalam tulisan harus memiliki muara yang dapat dipertanggungjawabkan. Jika ide tersebut merupakan ide orang lain, maka wajib bagi kita untuk menyebutkan nama orang, lembaga ataupun jenis sumber yang lainnya dalam tulisan kita. Tidak hanya itu, kita juga wajib menyebutkan tahun kapan ide tersebut disebutkan oleh sumber yang kita rujuk. Syarat inilah yang kemudian hari kita sebut dengan sebutan *citation* atau sitasi. Sitasi merupakan kewajiban sekaligus tanggung jawab penulis kepada pembaca bahwa beberapa bagian dalam tulisannya berasal dari sumber yang telah ditulis oleh penulis lainnya. Artinya, penulis ilmiah ditantang untuk *gentle* mengakui dan berbaik hati membuka jalur bagi pembacanya kepada sumber rujukan untuk memperkaya pengetahuan pembaca. Apakah yang terjadi bila penulis ilmiah tidak melakukan aktivitas sitasi? Secara administratif dia akan dipastikan sebagai plagiat. Jika secara administratif saja disebut melakukan plagiat, apalagi secara substantif? Hukuman bagi plagiat bukan main-main, bisa jadi gelar akademiknya dicabut dan sudah barang tentu ada hukuman sosial yang sangat mengerikan seperti pengucilan dan turunnya kepercayaan publik. Karena plagiat adalah pembohong dan pencuri yang tertangkap.

Paparan di atas memberitahu kepada kita bahwa tulisan ilmiah memiliki beban baik beban substantif maupun beban administratif terkait sumber ide tulisannya. Secara substantif mungkin penulis bisa saja berkelit dan pembuktiannya bisa saja berlarut dalam sidang-sidang etik, namun secara administratif, hari ini teknologi sudah memberikan jawaban lewat berbagai sistem aplikasi yang dapat mendeteksi kepatuhan sitasi penulis. Sebut saja *Turnitine*, *Mendeley*, *Wcopyfind*, dan banyak lainnya.

Kedua tentang prosesnya. Tulisan ilmiah –yang didalamnya pasti terkandung hasil penelitian, membutuhkan proses panjang yang harus dilakukan secara sistematis dan penuh kewaspadaan. Proses inilah yang biasa dikemas dalam bentuk metodologi. Metodologi merupakan seperangkat cara yang direncanakan, terstruktur dan sistematis untuk menuntun seseorang memperoleh ilmu pengetahuan. Melalui cara inilah seseorang dapat mengolah suatu data atau temuan untuk dikemas dalam sebuah karya tulisan ilmiah. Tanpa melewati metodologi, penulis dipastikan akan mengalami kesulitan jika pembaca bertanya tentang anggapan kebenaran yang ditulisnya. Setiap banku perkuliahan pasti memberikan ilmu tentang metodologi untuk mempertanggungjawabkan produksi pengetahuan mereka.

Metodologi secara langsung akan membuktikan faktor **ketiga**, yaitu objektivitas. Setiap yang ilmiah haruslah sesuatu yang dapat dibuktikan kepada orang lain. Bukan hanya itu, pembuktian tersebut harusnya diikuti dengan cara-cara yang dapat digunakan orang lain untuk membuktikannya atau metodologi. Jika ada seseorang yang mengaku mampu menggandakan uang, apakah hal tersebut, menggandakan uang adalah sesuatu yang dapat disebut objektif. Mari kita lihat. Apakah objeknya ada dan dapat dibuktikan? Jawabannya iya, uang. Namun apakah objektivitas hanya berhenti disana? Belum, ada satu lagi syarat untuk dikatakan objektif. Apakah orang lain dapat melakukan hal yang sama? Pertanyaan terakhir ini adalah terkait bagaimana aktivitas menggandakan uang tersebut dapat dilakukan oleh orang lain menggunakan cara-cara tertentu yang dapat dipelajari oleh siapapun. Saya yakin jawabannya tidak. Berarti aktivitas tersebut bukanlah sesuatu yang objektif. Itulah objektivitas, berbicara tentang kemauan seseorang untuk membuka kebenaran bukan hanya untuk diri sendiri (subjektif), namun juga untuk siapa saja.

Di luar ketiga aspek utama di atas, ilmiah merupakan sebuah prosedur untuk mendekati dan memaparkan hasil pendekatan terhadap suatu ilmu atau kebenaran. Dalam prakteknya, ilmiah lekat dengan dunia akademis formal seperti sekolah yang memang memiliki prosedural ketat, terlebih jenjang universitas. Jadi sangat terlihat aneh jika seseorang mengaku sebagai akademisi contohnya mahasiswa, guru atau dosen namun jarang atau tidak pernah menulis. Menulis saja tidak, apalagi menulis dalam ranah ilmiah? Saya kira hal tersebut sama saja seperti ikan yang tidak bisa berenang.

SUSAHNYA MELAHIRKAN TULISAN, SI “ANAK SPIRITUAL”

Apakah proses melahirkan adalah pengalaman yang paling mengesankan dalam hidup? Mungkin pertanyaan tersebut akan dengan fasih dijawab oleh perempuan yang telah mengalaminya. Meskipun banyak laki-laki juga beralih turut merasakan prosesi sakral tersebut dalam dimensi yang berbeda.

Melahirkan adalah pengalaman yang dihormati diseluruh kebudayaan sepanjang sejarah manusia. Dalam konteks berbeda, ranah intelektual seperti sastra, keilmuan, akademis dan lainnya juga mengenal prosesi ini, yaitu melahirkan karya tulisan. Anak hasil proses tersebut jamak disebut sebagai *anak spiritual*. Pertanyaannya adalah apakah anda telah melahirkan anak spiritual anda? Berapakah jumlah anak anda sampai pada usia anda sekarang? Dalam berbagai doktrinasi agama, manusia dipandang sebagai makhluk pembelajar. Salah satu bukti kuat belajar adalah karya tulis.

Kenyataannya, tulisan masih terasa mahal, meskipun teknologi pendukungnya begitu berkembang pesat. Kita tidak lagi membutuhkan kertas dan pena yang notabene senjata utama pendekar tulisan tempo dulu. Teknologi informasi, gaitu gadget dan internet, hampir setiap detik menjejali otak kita dengan berlimpah informasi berharga sebagai inspirasi yang dapat digambarkan sebagai sperma dan sel telur untuk memproduksi

anak spiritual, kita tidak lagi direpotkan dengan lika-liku observasi lapangan dan wawancara untuk menggali data yang kita butuhkan.

Banyak diantara kita yang berkecimpung dalam dunia intelektual gagal dalam melahirkan tulisan dengan berbagai alasan. Bagi kita yang memiliki gawai, beberapa kemungkinan perilaku mendasar yang menyebabkan kegagalan kita menjadi ibu-ibu anak spiritual. Berikut adalah perilaku mendasar keseharian kita yang membuat kita mandul dalam karya tulis.

Hambatan atau kita anggap disini sebagai *syaiton*; **Pertama**, kita jarang mengobservasi dan menyaring informasi penting untuk menjadi dasar inspirasi tulisan, perilakunya biasanya dengan malas membaca, melihat informasi secara ritualistik bukan analitis, lebih memilih informasi yang menghibur dan sayangnya larut dalam suasana hiburan yang hampa inspirasi. Perilaku larut dalam hiburan biasanya adalah melihat televisi, mendengarkan radio, game, berselancar dalam internet tetapi hanya sekedar melihat dan mendengarkan saja. Perilaku pertama ini biasanya jatuh dalam mandulnya kita untuk hanya sekedar memiliki niat untuk menulis. Lawanlah hambatan pertama ini dengan mendoktrinasi diri kita sendiri bahwa menulis itu penting, bahkan sama pentingnya dengan bernafas.

Jikapun telah lahir niat, biasanya kita akan bertemu dengan *syaiton* **kedua**. Perilaku ini umumnya adalah malas membuka laptop atau perangkat lainnya dan lebih memilih melakukan aktivitas lainnya, seperti ngobrol terutama bergosip kembali pada aktivitas pertama yaitu mengikuti acara TV, radio dan internet, atau malah melamun memikirkan betapa susahya menulis. Eksesnya jelas, kita malas membuka perangkat menulis, lebih tepatnya MS Word dan sejenisnya bahkan bisa jadi kita paranoid terhadap aplikasi bermanfaat ini. Setan jenis kedua ini bisa dilawan dengan jangan menunda untuk menyalakan laptop atau gadget dan segera pilih aplikasi bermanfaat untuk membuat karya.

Apabila kita lepas dari *syaiton* kedua, kita akan bertemu dengan jenis **ketiganya**. Laptop sudah nyala, dalam layar awalnya muncul berbagai aplikasi. Dengan dalih untuk memberikan unsur dukungan menulis, kognisi atau nafsu “jahil” kita mengarahkan kita untuk mengakses satu aplikasi yang muncul di desktop bahkan lebih diluar aplikasi yang bermanfaat untuk produksi tulisan. Aplikasi langganan yang menjadi *syaiton* ketiga biasanya adalah aplikasi musik seperti winamp dan temannya, aplikasi game yang tak terhitung jenisnya, dan aplikasi video seperti Media Player dan gerombolannya. Kalaupun *super ego* kita mengingatkan kita;

“Eh, ayo mulai nulis, jangan terganggu dengan hiburan lagi” kita kemungkinan akan diarahkan *libido* kita untuk aktivitas ringan yang membunuh, seperti membuka folder tanpa arah yang jelas. Lawanlah setan jenis ini dengan jangan terlalu banyak menyediakan aplikasi hiburan dalam gadget anda.

Syaiton terakhir akan mengganggu kita ketika proses menulis itu sudah kita lakukan, biasanya dengan berbagai macam tipu muslihat, dia mengarahkan kita untuk kembali pada ketiga hambatan sebelumnya.

Setiap dari kita memiliki tips tersendiri mengusir keempat, bahkan bisa tambah dengan cara kita masing-masing. Hemat saya adalah menulis adalah proses mulia seperti proses melahirkan. Dia akan mengantarkan kita semua menuju derajat yang lebih tinggi sebagai makhluk pembelajar. Teguhkan pikiran kita, tetapkan niat, bukalah laptop atau gadget kita pilihlah aplikasi yang bermanfaat, dan mulailah menulis. Jangan membuang waktu dalam setiap prosesnya, karena itu akan memudahkan *syaiton* bekerja menjauhkan kita dari produksi *anak spiritual*. Dan jika telah menulis jangan sampai terjebak plagiasi. Selamat menulis!

PLAGIARISME, KARENA COPY TETANGGA LEBIH NIKMAT

Akhir-akhir ini isu plagiarisme semakin kuat berhembus di lingkungan saya bekerja. Sesekali isu tersebut kemudian menjadi wacana berbagai kampus untuk bersih-bersih diri dari penyakit memalukan dan laten ini. Bahkan beberapa kelompok mahasiswa juga ikut-ikutan demo atau sekedar membuat spanduk penolakan plagiarisme.

Plagiarisme, terutama dalam dunia akademik seperti bulan yang mengitari bumi. Kadang dia terlihat dengan jelas ketika purnama, kadangkun dia nampak samar dalam bentuk sabit, bahkan tak terlihat sama sekali. Pada waktu-waktu tertentu, dia bahkan tetap tidak terlihat walaupun purnama, di kala mendung dan hujan. Namun adakalanya dia akan terlihat sangat jelas meskipun dalam keadaan sabit, karena memang sengaja diperhatikan oleh orang yang sedang kasmaran, penyair atau seorang klenik yang sedang beraksi. Itulah bulan, secara kasat mata ataupun tidak dia muncul dan menghilang, namun akan tetap selalu ada. Begitu juga plagiarisme.

Dalam bahasa latin, plagiarius disebutkan penculik anak atau budak milik orang lain. Namanya menculik, tentu dia tidak memakai tata krama. Dalam perkembangan maknanya, plagiat bukan hanya diartikan seorang yang mencuri hasil karya orang lain tanpa sepengetahuan orangnya, namun juga bagi yang izin

sekalipun. Dengan catatan mereka tidak mengkonfirmasi izinnya dalam tulisan. Artinya plagiarisme bukan hanya urusan antara mereka yang menulis (meminjam ide/pendapat orang lain) dengan mereka yang ide/pendapatnya dipinjam. Plagiarisme secara luas merupakan isu makro dan bersifat futuristik, dia berbicara tentang bagaimana setiap karya memiliki kejelasan oleh siapa dan dari siapa, namun kejelasan yang dimaksudkan adalah kejelasan dalam perspektif penikmat karya tersebut. Inilah yang sering disalahtafsirkan oleh sebagian besar orang. Mereka menganggap plagiarisme telah selesai manakala urusan mereka dan orang yang mereka ambil ide atau pendapatnya telah usai. Mereka memakai perspektif internal pembuat karya, bukan penikmat karya.

Nyatanya perkembangan arus informasi begitu deras, kita kadangkala tidak terasa ikut terseret arus tersebut. Kita seringkali tergiur oleh betapa berharganya manfaat dari tulisan seseorang sehingga secara tergesa-gesa tidak mencantumkan dari mana tulisan tersebut dan kapan tulisan tersebut dibuat. Jujur, saya merinding melihat model ini. Beberapa kali suatu waktu saya pun melakukan itu tanpa melihat konsekuensi masa depannya. Seringkali kita hanya menuliskan kata "*copas* dari tetangga" atau "*share* dari tulisan teman". Padahal kita sendiri paham, dunia *cyber* tidak memiliki sudut ruang yang mudah untuk dijelaskan. Dari kata-kata tersebut, "tetangga atau teman" yang mana yang kita maksud? Siapa mereka? Apakah itu karya mereka atau jaangan-jaangan itu sudah duplikasi karya dari orang lain. Itulah mengapa filsuf *post-modern* menyebut akan datang suatu masa dimana realitas sudah sangat sulit untuk kita raba, karena jaangan-jaangan realitas yang kita raba adalah pencitraan dari realitas aslinya. Inilah yang disebut postrealitas.

Namun terkadang dengan sengaja kita ikut menceburkan diri dan mengikuti arus. Diam-diam kita melakukan penggandaan

dan menyebar karya orang lain tanpa sedikitpun menyebut darimana hal tersebut berasal, padahal kita tahu sumber muasalnya. Inilah kejahatan sesungguhnya. Kita sengaja membunuh dan menghilangkan jejak pembuat karya dengan kejam dan dingin. Semoga kita tidak termasuk golonganannya.

Plagiarisme adalah kecurangan, minimal kecurangan kepada masa depan. Saya katakan demikian karena terkadang kita merasa selesai melakukan copy paste hanya dengan izin kepada orang tersebut tanpa menggunakan tata administrasi yang benar dan diakui publik. Mungkin kita tidak merasa salah ketika pengarang asli masih hidup, tapi akankah kita masih merasa benar jika pengarang asli sudah meninggal?

Beberapa penelitian psikologi bisa menjadi tolok ukur mengapa kita mampu/tega berbuat curang dengan mengambil karya milik orang lain. Seijts, Latham, (Seijts et al.) dalam jurnalnya yang berjudul "Goal setting and goal orientation: an integration of two different yet related literatures" menyatakan bahwa terdapat tiga model orientasi hasil (goal orientation) pada pelajar, yaitu pelajar yang berorientasi kemahiran (*mastery/ learning orientation/MO*), performansi/kinerja (*performance orientation/PO*) dan sosial (*social orientation/SO*). Pendapat tentang tiga model ini juga diamini peneliti seperti Elliot dan Harackiewicz (Elliot and Harackiewicz); Middleton dan Midgley (Middleton and Midgley); dan VandeWalle (1997). Peneliti lain lebih memfokuskan diri pada dua model orientasi tujuan, yaitu MO dan PO (Dweck dan Leggett 1988) .

Singkatnya begini, bahwa seorang yang menggunakan PO dalam menilai kesuksesan dia akan cenderung untuk mengembangkan kinerja berdasarkan hasil akhir, prestasi dan penghargaan. Individu jenis ini akan melakukan hal-hal yang membuat hasil akhirnya menjadi lebih bagus dan objektif. Dalam prestasi diukur pada seberapa sering dia mendapatkan nilai maksimal, penghargaan,

kemenangan, pujian, untung dan piagam. Penelitian menunjukkan individu jenis inilah yang memiliki potensi lebih besar untuk berbuat curang dan melakukan segala hal demi mendapatkan prestasi.

Lain halnya dengan orang dengan MO sebagai ukuran kesuksesannya, dia lebih pada mengembangkan penguasaan dengan belajar tahap demi tahap ketika mendapatkan tugas. Dia lebih subjektif dalam memaknai keberhasilan. MO mengarahkan individu untuk mengembangkan penguasaan pada hal-hal lain yang mampu mengembangkan pengetahuan dan pengalamannya. Karena orientasinya bukan hasil, MO bahkan mengarahkan individu untuk tetap bahagia (baca: sejahtera) ketika dia mendapatkan kegagalan. Inilah yang membuat orang untuk lebih teliti dan berpikir beribu kali untuk melakukan kecurangan.

Sayangnya banyak dari kita yang lebih memilih hasil akhir ketimbang proses. Kita cenderung terburu-buru menganggap prestasi dalam ukuran objektif bukan makna subjektif. Kita mengarahkan diri kita untuk diukur orang lain, bukan menghargai orientasi sesuai apa yang kita butuhkan. Kita lebih mendahulukan keinginan kita untuk dihormati atau sekedar mendapatkan jempol dan tepukan tangan orang lain daripada kebutuhan kita untuk berkembang dan lebih berkualitas.

Untuk itu kita hanya butuh untuk lebih tau bagaimana aturan yang membedakan antara plagiat dan mengutip. Saya akan mencoba membagi dalam tulisan pada bagian selanjutnya.

Sumber Bacaan:

Citation-263916494.Ris.

Elliot, Andrew J., and Judith M. Harackiewicz. "Approach and Avoidance Achievement Goals and Intrinsic Motivation: A Mediational Analysis." *Journal of Personality and Social*

Psychology, vol. 70, no. 3, 1996, pp. 461–75. *DOI.org (Crossref)*, doi:10.1037/0022-3514.70.3.461.

Middleton, Michael, and Carol Midgley. *An Under-Explored Aspect of Goal Theory*. p. 28.

Seijts, G. H., et al. “Goal setting and goal orientation: an integration of two different yet related literatures.” *Academy of Management Journal*, vol. 47, no. 2, Apr. 2004, pp. 227–39. *DOI.org (Crossref)*, doi:10.2307/20159574.



KEPRIBADIAN

MARSHANDA: TAMPARAN HUKUM UNTUK PSIKIATER DAN PSIKOLOG?

Dunia selebritas memang penuh berita kontroversial. Mulai dari perceraian, perselingkuhan, narkoba, kriminal sampai kasus terakhir tentang Marshanda. Selain berita perceraian, beberapa berita lain juga mengikutinya seperti adanya bumbu perselingkuhan, pertengkaran dengan keluarga, kontroversial melepas hijab sampai perjuangan hak asuh seorang bipolar. Kasus ini menarik dari perspektif saya, karena melibatkan tiga disiplin ilmu dan profesi yang berbeda, yaitu kedokteran jiwa (Psikiater), psikologi (Psikolog) dan hukum (Pengacara). Kasus ini juga secara kritis akan mengevaluasi, sejauh mana perundang-undangan republik ini mengatur tentang kesehatan kejiwaan.

Kasus ini mulai mencuat ketika Marshanda memilih keluar dari ruang pengobatan dan melaporkan ibunya karena menganggap pengobatan yang dijalannya sebagai sebuah pemasangan (Jonatan, 2014; Pamungkas, 2014). Istilah pemasangan ini bagi saya menjadi polemik yang menarik. Apakah benar seorang ibu memasung anaknya? Benarkah seorang ibu setega itu?

Di Indonesia sendiri, *pasung* merupakan istilah yang digunakan untuk mengekang secara fisik atau mengurung individu yang dianggap gila, jahat dan juga membahayakan orang lain (Minas & Diatri, 2008). Selanjutnya dalam penelitiannya, Minas dan Diatri menyebutkan bahwa minimal terdapat tiga faktor yang

menyebabkan seseorang dengan gangguan kejiwaan dipasung. **Pertama** adalah motivasi keluarga untuk mencegah hal buruk/kerugian bagi subjek pasung dan bagi orang lain. **Kedua**, lebih dari separuh subjek *pasung* merupakan mereka yang sebelumnya dirawat dengan berbagai cara dan tidak berhasil, ada faktor kesulitan finansial dan jarang tersedia pengobatan yang terjangkau. **Ketiga** adalah faktor bahwa pemerintah Indonesia belum memperhatikan dengan serius infrastruktur dan juga tenaga perawat medis sampai pada level pedesaan. Hasil penelitian yang kurang lebih sama dengan (Puteh et al., 2011) di Aceh. Kebanyakan keluarga memasung dikarenakan kekurangan finansial untuk perawatan. Mereka menyebutkan 79% kasus pemasungan disebabkan oleh kekhawatiran perilaku agresif subjek *pasung*, 20% adalah kekhawatiran keluarga tentang keselamatan subjek *pasung* (Menggelandang, hilang dari rumah dan lainnya) serta sedikit lainnya tidak memberikan alasan yang jelas. *Pasung* dilakukan dengan banyak cara, mulai dari mengikat kaki dan atau tangan dengan berbagai alat, sampai mengurung subjek *pasung* dalam ruangan yang terisolasi dengan fasilitas yang seadanya.

Dua penelitian *pasung* tersebut cukup kiranya untuk membaca kasus Marshanda. Caca bukan dari keluarga yang kurang secara finansial, dia juga dekat dengan fasilitas kesehatan jiwa (Karena hidup di Jakarta). Meskipun banyak berita yang masih simpang siur, saya merasa *kok* rasanya aneh sebuah rumah sakit kenamaan Abdi Waluyo di Jakarta akan menggunakan sarana kayu atau rantai untuk mengekang fisik Caca. Lebih aneh lagi, jika rumah sakit tersebut dianggap memiliki fasilitas yang sederhana layaknya fenomena dalam dua penelitian diatas. Jadi istilah *pasung* saya rasa kurang tepat untuk kasus ini. Mengenai penjaga yang disewa ibunda Caca yang katanya berpakaian preman. Sampai saat ini, pihak keluarga belum memberikan klarifikasinya.

Kita menuju runtutan kasus selanjutnya, Caca diberitakan sudah melaporkan ibunya ke polisi. Saya melihat fenomena tersebut bukan hanya konflik yang melibatkan orang tua dan anak saja, melainkan juga sekaligus melibatkan minimal dua (Mungkin) sampai tiga lembaga profesi. Konflik orang tua dan anak kandung saja sudah lumayan aneh, ini ditambah dengan pelibatan profesi Dokter Jiwa (Psikiater dibawah Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia), Pengacara (Advokad dibawah Perhimpunan Advokat Indonesia) serta mungkin Psikolog (Psikolog Forensik dibawah Himpunan Psikologi Indonesia).

Tindakan Caca dan pengacaranya (OC Kaligis) memberontak dan keluar dari rumah sakit serta melaporkan Ibunda ke Polisi merupakan hal yang bukan saja berimplikasi pada keluarga Caca, namun juga tindakan tersebut secara terbuka dan berdalih hukum mementahkan diagnosa psikiater tentang kejiwaan Caca. Secara gamblang saya mengistilahkan ini sebagai penamparan oleh pihak Caca kepada psikiater. Diagnosa kejiwaan, tidak sama dengan diagnosa fisik yang hanya membutuhkan waktu singkat. Diagnosa kejiwaan melewati tahapan asesmen yang rumit dengan etika profesi yang diatur ketat, sehingga sangat mengejutkan jika OC Kaligis mengatakan bahwa, *“Dokter bilang dia (Chacha) bipolar. Tapi, dokter yang bilang begitu adalah dokter ibunya”* (Icha, 2014). Dokter merupakan profesi yang seharusnya taat dengan kode etik, bukan taat pada klien (Ibu Caca). Artinya ungkapan tersebut merupakan tuduhan serius kepada profesi kedokteran jiwa di Indonesia. Jika asesmen dan diagnosa dilaksanakan dengan menaati kode etik yang berlaku, saya rasa hasilnya akan tetap sama selama kondisinya juga tetap sama. Pengakuan pemasangan dan meragukan diagnosa dokter Richard Budiman semakin aneh jika kita memiliki pernyataan Marshanda di acara *Just Alvin*, 10 Agustus 2014. *“Kata dokter Richard, saya menderita bipolar disorder tipe II”*, ungkap Marshanda (Susanto & Desideria, 2014).

Kemudian pertanyaannya adalah apakah seorang dengan gangguan kejiwaan boleh menentukan model *treatment*nya sendiri? Pada Bab IV Pasal 56 ayat 1 UU Kesehatan dijelaskan bahwa seorang berhak menerima dan menolak sebagian atau keseluruhan tindakan pertolongan yang diberikan setelah menerima dan memahami informasi secara lengkap. Jika sampai ayat 1 ini saja, tindakan Caca dan pengacaranya mungkin dapat dibenarkan. Namun jika menilik pada pasal 2, kemudian tindakan tersebut dapat menjadi *pro-kontra*, hal tersebut dikarenakan pasal tersebut menyebutkan tindakan menerima dan menolak tidak berlaku pada beberapa jenis penderita, termasuk penderita gangguan mental berat (Ayat 2 poin c). Apakah gangguan bipolar tipe II dapat dikategorikan gangguan mental berat?

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Text Revision edisi ke-4 (DSM-IV-TR) sebagai kitab utama gangguan psikologis menyebut bipolar sebagai gangguan *mood* yang terdiri dari paling sedikit satu episode manik, hipomanik atau campuran yang biasanya disertai dengan adanya riwayat episode depresi mayor. Gangguan bipolar tipe II sendiri ditandai oleh terjadinya satu atau lebih episode depresi mayor yang disertai oleh paling sedikit satu episode hipomanik (Segal, 2010). Depresi adalah suatu kondisi suasana perasaan yang menetap sedih dalam jangka waktu panjang. Sedangkan pada kondisi manik atau hipomanik, terdapat suatu kondisi suasana perasaan yang berkebalikan dengan depresi yang mana terdapat suatu suasana perasaan yang gembira secara berlebih-lebihan, meluas, atau mudah menjadi marah. Kondisi *mood* yang meningkat ini akan menyebabkan perubahan pada diri penderita meliputi peningkatan energi, gangguan tidur, gangguan makan, rasa percaya diri yang berlebihan, waham kebesaran, kontrol impuls yang buruk, hingga perilaku agresi dan tanpa perhitungan. Hipomanik adalah kondisi *mood* yang menyerupai manik namun dalam derajat lebih ringan.

Episode manik harus berlangsung sekurangnya 1 minggu, sedangkan episode hipomanik berlangsung sekurangnya 4 hari. Artinya bipolar tipe II terdapat gejala-gejala hipomanik dan depresi yang berganti-ganti secara cepat pada suatu periode waktu yang berlangsung sekurangnya 4 hari.

Pada kondisi tersebut, subjek bipolar saya rasa akan sulit mengontrol kesadarannya dan mengalami kesulitan untuk berfikir jernih. Artinya dalam kasus Caca, pengacara terlalu berlebihan mengambil tindakan mengeluarkan kliennya dari ruang perawatan bahkan menuntut pihak keluarga. Meskipun beralih mencari pendapat tandingan (*Second opinion*), seharusnya tindakan tersebut tidak dilakukan sebelum mendapatkan pendapat ahli lain yang mengatakan bahwa Caca memiliki hak untuk menolak perawatannya. Disinilah peran psikolog dibutuhkan untuk menjadi saksi ahli kasus tersebut, khususnya psikolog forensik. Psikolog forensik akan menilai secara objektif bagaimana kondisi kejiwaan Caca saat sebelum dan pada masa perawatan. Pendapat psikolog forensik kemudian sangat bermanfaat bagi kedua belah pihak tentang hak masing-masing. Siapa yang berhak menentukan perawatan dan siapa yang sebenarnya melanggar hak asasi manusia akan terlihat dari hasil otopsi psikologis (*Viisum et repertum psikiatricum*).

Kasus Marshanda akan tetap menjadi perhatian dan akan semakin meluas mengingat Caca masih akan menghadapi sidang perceraian dan juga perebutan hak asuh anak semata wayangnya dengan suami. Menarik untuk ditunggu, apakah Caca berhasil mempertahankan haknya sebagai orang tua dengan diagnosa bipolar yang disandangnya? Ranah ini juga sekaligus sebagai *test case* Undang Undang kesehatan jiwa yang baru saja diketok 8 Juli 2014 lalu. Terutama pasal 148 dan 150 yang mengatur hak hukum penderita gangguan kejiwaan. Saya berharap kasus ini menjadi jalan pembuka bagi kesetaraan dalam ranah hukum antara

kesehatan fisik dan kesehatan jiwa sebagai dua dimensi manusia yang tidak akan mungkin dapat terpisahkan. Revolusi Mental-pun mendapatkan tantangan pertamanya.

Sumber bacaan:

- Icha. (2014, Agustus). Ibunda Marshanda Klarifikasi Segala Kabar Miring. *Nova.Grid.Id*. <https://nova.grid.id/read/07599556/ibunda-marshanda-klarifikasi-segala-kabar-miring?page=all>
- Jonatan, W. (2014, Agustus). Marshanda Akan Laporkan Ibunya ke Polisi. *Tribunnews.Com*. <https://www.tribunnews.com/seleb/2014/08/05/marshanda-akan-laporkan-ibunya-ke-polisi>
- Minas, H., & Diatri, H. (2008). Pasung: Physical restraint and confinement of the mentally ill in the community. *International Journal of Mental Health Systems*, 2, 8. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-8>
- Pamungkas, A. (2014, Agustus). Polisi: Marshanda Cuma Minta Bantuan. *Okezone.Com*. <https://celebrity.okezone.com/read/2014/08/04/33/1019937/polisi-marshanda-cuma-minta-bantuan>
- Puteh, I., Marthoenis, M., & Minas, H. (2011). Aceh Free Pasung: Releasing the mentally ill from physical restraint. *International Journal of Mental Health Systems*, 5, 10. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-5-10>
- Segal, D. (2010). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-TR)*. <https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0271>
- Susanto, G. A., & Desideria, B. (2014, Agustus). Misteri Marshanda dan Bipolar Disorder. *Liputan6.Com*. <https://www.liputan6.com/news/read/2092728/misteri-marshanda-dan-bipolar-disorder>

MATA UANG DIABETES

Dulu, salah satu produk gula untuk penderita diabetes sangat jarang mondar-mandir di TV, sekarang hampir di setiap *space* iklan dia ikutan *nimbrung*. Dulu, produk tersebut dikatakan oleh warga desaku sebagai produk mahal, hanya untuk kalangan atas. Sekarang, dia sudah tidak segan lagi masuk lemari dapur lusuh milik warga miskin. Dulu, karena tidak sering mendengar dan melihat iklan produk diabetes, kita tidak punya sedikitpun kekhawatiran. Sekarang, mungkin setiap dari kita, tua-muda memiliki (Entah sedikit atau banyak) kekhawatiran terhadap penyakit tersebut. Minimal kekhawatiran itu kita alamatkan pada orang terdekat kita, terutama kedua orang tua terkasih.

Diabetes adalah mata uang, memiliki dua sisi sama penting. Lanas, apakah diabetes itu? *World Health Organization* (WHO), mendefinisikan penyakit ini sebagai penyakit terkait insulin (Hormon pengatur gula darah) bersisi dua. Dia disebut kronis ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (Disebut juga diabetes tipe I/*Insulin Dependent Diabetes Melitus*) ataupun ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan (disebut juga diabetes tipe II/*Non Insulin Dependent Diabetes Melitus*) (WHO, n.d.). Artinya, kadar insulin harus terkontrol dengan baik. Kekurangan dan berlebihan memproduksi glukosa darah, keduanya memiliki resiko yang sama bagi

kesehatan. Jika dalam kekurangan kata “Produksi” menjadi kunci, kata “Distribusi” menjadi kata kunci dalam kelebihan.

Siapa yang dapat terserang diabetes? Jawaban untuk pertanyaan ini juga sekarang memiliki dua dimensi yang sama potensialnya. Anak-anak ataupun dewasa memiliki kesempatan sama untuk terserang diabetes. Meskipun data WHO menyebutkan sejauh ini masih sekitar 90% penderita diabetes di dunia adalah diabetes tipe II.

Jika pertanyaannya sekarang adalah apa penyebab diabetes? Lagi-lagi terdapat dua dimensi jawaban yang sama lantang. Pertama meneriakkan gaya hidup sebagai faktor dominan. Di sisi lain suara untuk faktor keturunan juga tak kalah keras. Faktor globalisasi membuka kran secara berlebih terutama untuk dominasi budaya *ala barat* terkait pola makan dan aktivitas fisik. Inilah *lifestyle*, hidup zaman sekarang adalah hidup tunduk kepada tuhan media dimana komoditas menjadi wahyunya. Kita jarang memiliki keberanian untuk melawan *popular culture* dengan tetap menggunakan pola *traditional* tinggalan nenek moyang kita. Kita tidak tertarik pada fakta bahwa diabetes enggan mengidap pada orang tradisional, justru kita sangat takut untuk tidak disebut *update*. Demi gaya, kita rela menggadaikan kesehatan kita, mengisi tubuh kita dengan makanan *ter-keren* dan sebisa mungkin tidak menggerakkannya karena semuanya sudah dilayani oleh teknologi. Ingin ke tetangga, ada kendaraan bermotor. Ingin olahraga sudah ada *game* yang justru lebih menantang dari aslinya. Meminjam istilah Yasraf Amir Piliang, kita telah berada pada era *posrealitas* (Piliang, 2004).

Lalu, apabila pertanyaan kita coba arahkan tentang mana yang lebih penting, antara fisik dan psikologis ketika diabetes telah menyerang? Layaknya dimensi manusia sebagai makhluk berbadan sekaligus berjiwa, dimensi fisik sekali lagi adalah sisi mata uang dimensi psikologis bagi diabetisi. Mengingat diabetes

tidak dapat disembuhkan total, menjaga kualitas hidup adalah prioritas diabetisi. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara mendedikasikan waktunya dengan menjaga stabilitas kadar produksi dan penggunaan insulin dalam sistem metabolisme. Pola makan, jenis makanan sampai pola aktivitas harus seimbang berada pada sisi berbeda dengan kualitas asupan psikologis. Stabilitas emosi mutlak dijaga, artinya harus ada pola manajemen emosi semacam cemas, panik, marah, takut, bingung, penolakan, kebingungan dan lainnya yang mengarah pada kondisi stress.

Stress dalam diabetes dapat terjadi melalui dua cara, yaitu internal dan eksternal. Bayangkan jika anda tiba-tiba diwajibkan untuk menjaga pola makan, aktivitas dan istirahat dengan ketat. Apakah anda tertekan? Hal tersebut adalah cara stress bekerja secara internal, biasanya jenis ini menyerang seseorang yang baru saja divonis diabetes ataupun diabetisi yang lelah dengan kontrol ketat pola hidupnya. Stress jenis kedua (Eksternal) disumbangkan oleh lingkungan luar diabetisi, baik itu lingkungan fisik atau lingkungan sosial. Udara panas, kesesakan, macet, keadaan sakit dan lain sebagainya merupakan lingkungan fisik yang menyumbangkan potensi stress. Kurangnya empati dan simpati dari orang sekitar (Terutama keluarga) adalah salah satu dari banyak jenis lingkungan sosial penyumbang stress.

Layaknya jenis penyebab, stress juga bekerja kurang lebih dalam dua cara mempengaruhi kadar glukosa darah diabetisi. Cara pertama, bekerja melalui mekanisme produksi hormon stress atau kortisol. Produksi kortisol akan meningkatkan detak jantung dan kecepatan pernapasan, sehingga kadar gula darah akan meningkat. Cara kedua, stress membuat pankreas kesulitan mensekresikan insulin untuk memindahkan gula dari darah, bahkan beberapa ahli menyatakan stress menyebabkan resistensi insulin.

Menerima vonis menjadi diabetisi adalah beban berat bagi kenyataan hidup. Mereka (Diabetisi) ada di sekitar kita, mereka butuh perhatian, dukungan positif dan kesabaran dari kita.

Diabetes, setiap 14 november seluruh dunia memperingatinya. Pertanyaannya, apakah kita memperingatinya untuk merayakan bertambahnya diabetisi setiap tahun, atau untuk turut andil mengkampanyekan *prevensi* epidemisnya dan juga memberikan dukungan positif bagi diabetisi? Saya berharap jawaban kedua adalah jawaban kita semua.

Sumber bacaan:

Piliang, Y. A. (2004). *Posrealitas: Realitas kebudayaan dalam era posmetafisika*. Jalasutra.

WHO. (n.d.). *Diabetes* [Health]. World Health Organization (WHO).
https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1

APAKAH KITA SEDANG TERKENA AGRESI PASIF?

Setiap dari kita gampang mengetahui orang tengah menyerang (agresi) secara terang-terangan. Entah itu marah, menghina, mengumpat atau malah menggunakan kekuatan fisik. Mendapati kemarahan, omelan, penghinaan, dan serangan lainnya jelas memang sangat menyakitkan, tapi minimal kita tahu siapa yang menyerang dan bagaimana kita tersakiti. Tapi terkadang banyak orang disekitar kita membuat kita tidak nyaman dan terancam –padahal mereka tidak terlihat menyerang, dan kita tidak tahu mengapa hal tersebut terjadi. Semisal mereka menjawab tidak tahu pada pertanyaan-pertanyaan yang seharusnya dengan mudah mereka jawab. Parahnya lagi, hal tersebut terjadi berulang kali.

Jika kita sedang berada pada situasi yang tidak nyaman dan bahkan merasa terancam ketika berhadapan dengan seseorang, namun nyatanya (mungkin) orang tersebut terlihat biasa dan tetap melempar senyum kepada kita, bisa jadi kita sedang terpapar agresi pasif (*passive-aggressive*). Agresi pasif merupakan perilaku menyerang namun tidak tampak nyata. Agresi atau serangan jenis ini cenderung tidak terlihat, diam-diam secara tidak langsung melalui tindakan seperti penghinaan yang halus, ekspresi cemberut, terlihat bebal, atau sengaja tidak menyelesaikan tugas –meskipun sangat gampang, dan banyak hal lainnya.

Perilaku agresi pasif selalu akan bersifat implisit atau tidak langsung, sehingga kita akan sulit untuk mengenalinya, meskipun konsekuensi psikologisnya dapat kita rasakan. Mereka menyerang secara diam-diam (*covertly aggressive*). Seringkali kita sangat jengkel dan sebel saat pertanyaan sepele atau ajakan kita pada teman selalu dijawab “tidak tahu” atau “terserah”. Atau pesan elektronik kita melalui aplikasi hanya dibaca dan tidak dijawab dengan alasan lupa dan lain sebagainya. Namun nyatanya kita tidak mungkin marah dengan perilaku tersebut, atau hanya sekedar memaksa mereka untuk menjawabnya. Bahkan lebih menyakitkan saat mereka menjawabnya dengan senyuman.

Pada dasarnya seorang pelaku agresi pasif selalu mencoba menghalangi keinginan subjek serangannya, mencoba memblokirnya dan berusaha menciptakan perasaan prustrasi pada subjeknya. Mereka menyalurkan kemarahannya kepada seseorang, sehingga orang tersebut menjadi frustrasi dan marah. Sementara mereka terlihat sangat menikmati dan mengontrol kemarahan seseorang dengan hanya berkata “mengapa kamu jadi marah seperti itu? Biasa aja kali!” Pernyataan dan pertanyaan yang membalikkan dan menyalahkan seseorang atas kemarahan yang mereka sulut.

Tapi bagaimanakah kita dapat mengetahui bahwa seseorang telah menyerang kita secara diam-diam? Berikut saya berikan beberapa contoh perilaku menyerang dalam diam:

1. Diam (*the silent treatment*)

Dalam bentuk standarnya, diam dapat kita artikan sebagai posisi tidak bergerak, atau posisi netral. Namun akan berbeda jika diam didefinisikan dalam hubungan antara orang dengan orang lain. Jika kita mengenal istilah diam itu emas, atau bahkan dalam budaya kita mengenal diamnya perawan adalah tanda kesetujuannya. Lain hal jika kita menyoal diam sebagai sebuah agresi, diam jenis ini adalah diam sebagai perilaku yang disengaja

untuk sepenuhnya mengabaikan orang lain, menolak menjawab pertanyaan dari orang tersebut, dan mungkin bahkan menolak untuk mengakui kehadiran mereka.

2. Hinaan halus (*subtle insults*)

Sebagian besar dari kita menyadari saat kita dicemooh. Tapi penghinaan yang halus bisa lebih sulit dikenali daripada yang secara terbuka. Banyak orang terlihat memberi pujian pada orang lain, namun sejatinya hal tersebut adalah penghinaan yang disamarkan. Saya teringat salah satu dosen saat menyerang teman saya dengan pujian atas makalahnya saat saya masih duduk di semester kedua perkuliahan, “tugasmu bagus banget, sempurna. Kamu layak untuk ikut wisuda besok”. Terkesan hal tersebut sebagai pujian, namun sejatinya sang dosen menunjukkan bahwa tidak mungkin pekerjaan tersebut adalah pekerjaan teman saya, melainkan tuduhan bahwa makalah tersebut adalah hasil plagiasi. Alasannya tidak mungkin mahasiswa semester dua membuat makalah seperti kualitas skripsi.

3. Bahasa tubuh seperti cemberut

Pernah melihat seseorang yang tampak muram dan cemberut padahal secara sosial (keadaan kelompok) sedang berada dalam keceriaan. Kalau penyebab mimik muka dan perilaku muram tersebut adalah masalah pribadi, hal tersebut mungkin akan jelas. Namun bila seseorang cemberut padahal secara pribadi tidak terjadi apapun, maka hampir pasti perilaku tersebut adalah salah satu bentuk agresi pasif. Perilaku cemberut sebagai bentuk agresi mungkin ditujukan seseorang untuk secara halus mengeluh tentang segala hal di sekitar mereka. Motif perilaku ini adalah menyerang secara tidak langsung dengan

membuat setiap orang di sekitarnya merasa tidak nyaman tanpa mengetahui mengapa mereka merasa seperti itu.

4. Bebal dan cuek

Terkadang cuek adalah ciri seseorang yang memiliki kepribadian kuat, namun dalam beberapa situasi, cuek hanyalah cara seseorang untuk menghukum orang lain disekitarnya. Banyak diantara kita terlihat sangat cuek dan keras kepala saat mempertahankan pendapat, posisi dan juga identitas dengan argument yang baik dan logis. Akan sangat sulit mengabaikan orang jenis ini, karena punya pondasi argumen yang logis. Hal tersebut sangat normal dan jelas. Akan sangat berbeda jika perilaku cuek dan keras kepala **bukan** untuk membela sebuah pendapat dan identitas, namun **kengototannya** semata-mata hanya digunakan untuk mengganggu orang lain yang menjadi objek agresinya.

5. Sengaja tidak menyelesaikan tugas

Saya tidak sedang berbicara pada konteks anak-anak yang dengan sengaja tidak menghabiskan makanan, tidak pulang tepat waktu atau sengaja tidak mandi. Karena hal tersebut sangat berhubungan dengan gairah mereka pada usainya. Kesengajaan tidak menyelesaikan tugas (bahkan tugas keseharian) yang dilakukan orang dewasa seringkali sangat berhubungan dengan kepentingan pelaku untuk menyerang dan melakukan agresi secara diam-diam. Di lingkungan kerja atau dalam sebuah tim kerja (*teamwork*) seringkali seseorang sengaja untuk tidak menyelesaikan tugasnya bukan karena mereka tidak mampu, tapi lebih kepada keinginan mereka untuk menyerang atasan atau rekan kerja. Tujuannya adalah untuk memantik orang lain, membuatnya marah, frustrasi karena pekerjaan tidak selesai sesuai target yang telah disepakati.

Seringkali agresi dalam bentuk pasif terjadi dalam situasi kelompok, terutama situasi kerja. Bisa saja di kantor, di pasar atau bahkan di dalam kelas. Sayangnya teknologi informasi seringkali menjadi lahan empuk untuk menyalurkan agresi jenis ini. Budaya kita yang cenderung untuk merepresi (memendam) kondisi prustrasi dan marah sangat ideal untuk berkembangnya perilaku jenis ini. Kualitas komunikasi, terutama keterbukaan adalah hal lain yang menjadi pupuk suburnya. Tentu banyak hal harus segera kita lakukan apabila kita tertapar agresi pasif. Semoga saja saya bisa menuliskannya lain waktu.

Berurusan dengan Agresi Pasif

Saya telah berfokus pada rekan yang pasif-agresif, namun perilaku yang sama sering terlihat dalam hubungan dan pertemanan. Hal ini dapat disebabkan oleh kecemburuan, kecemburuan, gangguan kepribadian yang mendasarinya, atau pengobatan yang menghasilkan perilaku pasif-agresif sebagai efek samping - dosis yang salah dari obat anti-psikotik, misalnya, dapat memiliki hasil ini.

Apa cara terbaik untuk menghadapi seseorang yang pasif-agresif? Ini biasanya tidak membantu untuk memberi tahu mereka: Pada tingkat tertentu, mereka sudah tahu apa yang mereka lakukan, dan mungkin meningkatkan perilaku buruk mereka untuk kembali kepada Anda jika Anda mengangkatnya.

Pendekatan yang paling efektif adalah mengabaikan perilaku dan berpura-pura tidak menyadarinya. Jika hal itu tidak tampak mempengaruhi Anda, tidak banyak yang terjadi untuk mereka, dan hal itu mungkin menghentikan perilaku karena kurangnya reaksi Anda.

Bila mengabaikan perilaku pasif-agresif tidak memungkinkan, mungkin karena hal itu sangat mempengaruhi Anda secara

psikologis, hal terbaik yang dapat Anda lakukan adalah menjaga jarak dari orang itu sebanyak mungkin.

Jika agresor adalah rekan kerja yang bekerja di dekat Anda, tanyakan apakah Anda dapat dipindahkan ke tempat lain di tempat kerja Anda sehingga Anda tidak perlu berada di sekitar orang tersebut sepanjang waktu. Itu mungkin bisa mengatasi masalah ini. Jika Anda tidak bisa digerakkan, Anda bisa melakukan yang terbaik untuk berinteraksi minimal dengan individu. Setiap interaksi harus profesional dan to the point, yang akan menghalangi agresor meningkat.

Pertanyaan selanjutnya adalah mengapa seseorang melakukan agresi secara pasif? Secara perilaku, mereka memang terlihat pasif, namun secara diam-diam mereka melakukan agresi (serangan). Mereka sangeaja merancang perilakunya untuk sebuah kesenangan dan melawan control atau aturan terhadap diri mereka. Seperti yang telah saya jelaskan di atas, mereka mampu merancang tindakan permusuhan yang (terkadang) tidak disadari oleh subjek sasarannya dengan memanipulasi perilaku mereka.

Dalam kitab suci ilmu jiwa tentang gangguan psikologis (DSM-IV), agresi pasif menurut *American Psychiatricl Association* (APA) dianggap sebagai sebuah gangguan psikologis dengan kode 301.81. Psikologi mensyaratkan seseorang untuk dapat disebut mengalami gangguan agresi pasif dengan minimal memperlihatkan 4 (empat) dari beberapa perilaku berikut:

1. Secara pasif menolak memenuhi tugas rutin
2. Keluhan disalahpahami dan tidak dihargai
3. Memperlihatkan wajah cemberut saat beradu argumen
4. Mencemooh dan mengkritik otoritas
5. Mengungkapkan rasa cemburu dan benci kepada siapapun yang berhasil

6. Sering mengeluh secara berlebihan
7. Sering menentang siapapun dan kemudian menyesal

Setelah hampir 40 tahun dijatuhkan pada tahun 1994. Ada minat baru dalam mempelajari agresi pasif. Lihat studi tahun 2009. Agresi pasif ditemukan terkait dengan gangguan kepribadian borderline dan narsisistik, pengalaman masa kecil yang negatif, dan penyalahgunaan zat.

Karakteristik Pasif-Agresi

Karena Anda tidak bisa melakukan percakapan langsung jujur dengan pasangan pasif-agresif, tidak ada yang bisa dipecahkan. Mereka bilang iya, dan kemudian tingkah laku mereka jeritan no. Mereka mencoba menyabot keinginan, kebutuhan, dan rencana Anda dengan menggunakan berbagai taktik. Kita semua sering melakukan beberapa perilaku ini, tapi bila ada beberapa gejala multiple multiple, kemungkinan Anda menghadapi agresi pasif.

Penolakan: Seperti semua codependents, mereka menolak pengaruh perilaku mereka. Inilah sebabnya mengapa mereka menyalahkan orang lain, tidak menyadari masalah yang mereka timbulkan. Mereka menolak bertanggung jawab atas apapun, dan mendistorsi kenyataan, merasionalisasi, menyalahkan, membuat alasan, meminimalkan, menyangkal, atau bersikap datar terhadap perilaku atau janji atau kesepakatan yang telah mereka buat.

Melupakan: Alih-alih mengatakan tidak atau mengatasi kemarahan mereka, mereka lupa hari ulang tahun atau rencana yang telah Anda diskusikan, atau lupa memasukkan bensin ke dalam mobil, mengambil resep Anda, atau memperbaiki toilet yang bocor. Anda akhirnya merasa terluka dan marah.

Penundaan: Mereka menghindari dan tidak menyukai jadwal atau tenggat waktu. Ini adalah bentuk pemberontakan yang lain, jadi mereka menunda dan menunda dengan alasan tanpa henti.

Mereka tidak menindaklanjuti tanggung jawab, janji, atau kesepakatan. Jika mereka menganggur, mereka menyeret kaki mereka mencari pekerjaan. Anda dapat melakukan lebih banyak pencarian pekerjaan atas nama mereka daripada mereka.

Merintang: Ini adalah bentuk nonverbal lain yang mengatakan TIDAK. Ketika Anda mencoba untuk memutuskan di mana atau kapan harus pergi berlibur, memilih sebuah apartemen, atau membuat rencana, mereka menemukan kesalahan dengan setiap saran dan tidak akan menawarkan tawaran mereka sendiri.

Ambiguitas: Mereka benci berdiri. Mereka tidak mengatakan apa yang mereka inginkan atau berarti. Namun, perilaku mereka mengatakan yang sebenarnya, yang biasanya TIDAK. Dengan cara ini mereka tetap memegang kendali dan menyalahkan Anda karena telah mengendalikannya. Seperti yang Anda duga, menegosiasikan kesepakatan, seperti dalam rencana perceraian atau kunjungan anak, sangat menjengkelkan. Selain menunda-nunda, mereka menghindari terjepit. Mereka mungkin bersikeras untuk "kunjungan yang masuk akal," dan memberi label pada usaha Anda untuk menentukan rencana yang dapat diprediksi sebagai pengendalian. Jangan tertipu. Ini hanya menunda negosiasi ketika argumen berulang dapat terjadi atas setiap pertukaran anak-anak. Sebagai alternatif, mereka mungkin setuju untuk berdamai, tapi tidak mematuhi mereka. Anda bisa berharap bisa kembali ke pengadilan.

Tidak pernah marah: Mereka tidak mengungkapkan kemarahan mereka secara terbuka. Di masa kanak-kanak, mereka mungkin telah dihukum atau dimarahi karena menunjukkan kemarahan, atau tidak pernah diizinkan untuk menolaknya. Jalan keluar mereka hanya pasif-agresif, perilaku oposisi.

Ketidakmampuan: Ketika mereka akhirnya melakukan apa yang Anda minta, Anda mungkin harus mengulanginya. Jika

mereka melakukan perbaikan, itu mungkin tidak akan bertahan atau Anda harus membersihkan kekacauan yang mereka buat. Jika mereka membantu pembersihan rumah, inefisiensi mereka bisa membuat Anda melakukannya sendiri. Di tempat kerja, mereka membuat kesalahan yang ceroboh.

Kelambatan: Keterlambatan kronis adalah cara setengah hati untuk mengatakan TIDAK. Mereka setuju untuk suatu waktu, tapi terlambat datang. Anda sedang berdandan, menunggu untuk keluar, dan mereka "terjebak di kantor," di Internet, atau menonton pertandingan dan belum siap. Keterlambatan di tempat kerja atau memberikan tugas adalah bentuk pemberontakan yang menyabotase sendiri yang bisa membuat mereka dipecat.

Negatif: Kepribadian mereka mungkin termasuk cemberut atau bertingkah cemberut, keras kepala, atau argumentatif. Mereka merasa disalahpahami dan tidak menghargai serta mencemooh dan mengkritik otoritas. Mereka sering mengeluh dan iri dan membenci mereka yang lebih beruntung.

Bermain Korban: Masalahnya selalu salah orang lain. Penyangkalan, rasa malu, dan kurangnya tanggung jawab mereka menyebabkan mereka bermain sebagai korban dan menyalahkan orang lain. Anda atau atasan mereka menjadi pengendali, menuntut satu. Mereka selalu punya alasan, tapi perilaku merusak diri mereka sendiri yang menyebabkan mereka bermasalah.

Ketergantungan: Sambil takut akan dominasi, mereka bergantung, tidak beraturan, ragu-ragu, dan tidak percaya diri. Mereka tidak menyadari ketergantungan mereka dan melawannya kapanpun mereka bisa. Obstruksiisme mereka adalah upaya semu untuk merdeka. Mereka tidak pergi, tapi menarik atau menahan keintiman. Seseorang yang otonom memiliki harga diri yang sehat, bersikap tegas, dan dapat mengambil sikap dan mempertahankan komitmen. Tidak demikian untuk seseorang

yang pasif-agresif. Perilaku mereka dirancang untuk menghindari tanggung jawab untuk diri mereka dan keluarga, dan terkadang mereka bergantung secara tidak adil pada pasangan mereka untuk mendapatkan dukungan.

Pemotongan: Komunikasi pemanggangan adalah bentuk lain dari ungkapan kemarahan dan kekuatan yang menyatakannya secara pasif. Mereka mungkin pergi, menolak membicarakan hal-hal, atau bermain sebagai korban dan berkata, "Anda selalu benar," menutup diskusi. Mereka tidak dapat mengartikulasikan apa yang mereka inginkan, rasakan, atau butuhkan. Sebagai gantinya, mereka mempertahankan kekuatan mereka dengan menggunakan perawatan diam atau menahan materi / dukungan keuangan, kasih sayang, atau jenis kelamin. Hal ini merusak keintiman sebagai cara untuk melawan ketergantungan mereka.

Ada banyak hal lain yang mungkin mereka lakukan, seperti membanting pintu, memberikan sesuatu pada Anda, atau menawarkan makanan penutup yang Anda alergi atau saat Anda sedang diet.

Apa yang dapat Anda lakukan?

Karena orang pasif-agresif tidak langsung, mungkin sulit untuk mengenali apa yang sedang terjadi, tapi penting bagi Anda mengenali siapa yang Anda hadapi. Carilah pola meresap dari beberapa gejala di atas, dan pantau perasaan Anda. Anda mungkin merasa marah, bingung, atau tidak berdaya saat mencoba menjalin kerja sama. Jika ini adalah pola umum, kemungkinan Anda menghadapi agresi pasif.

Penting untuk tidak bereaksi. Saat Anda mengomel, memarahi, atau marah, Anda meningkatkan konflik dan memberi lebih banyak alasan dan amunisi untuk menolak tanggung jawab. Tidak hanya itu, Anda masuk ke peran orang tua - pasangan Anda

memberontak. Jangan samar, menjatuhkan petunjuk, menyalahkan, atau membiarkan diri Anda membayar kembali dengan baik.

Baik pasif, maupun agresif. Sebagai gantinya, bersikaplah tegas. Ini jauh lebih baik untuk mengatasi ketidakpatuhan dan masalah dalam hubungan secara langsung. Bingkai dalam hal "Kami punya masalah," bukan "Anda adalah masalahnya," yang mempermalukan. Jangan salahkan atau menilai pasangan Anda, tapi jelaskan perilaku yang tidak Anda sukai, bagaimana hal itu mempengaruhi Anda dan hubungan, dan apa yang Anda inginkan. Jika Anda membiarkan pasangan Anda menemukan solusi untuk masalah, ada kemungkinan resolusi yang lebih baik.

Bila Anda mengikuti taktik pasangan Anda atau mengambil tanggung jawabnya, Anda mengaktifkan dan mendorong perilaku pasif-agresif. Ini akan sama dengan mengganggu anak Anda, tapi membiarkan anak kecil untuk tidak melakukan tugasnya. Ini membutuhkan latihan dan membutuhkan sikap asertif. Bersiaplah untuk menetapkan batasan dengan konsekuensi.

Sumber bacaan:

Long, J., Long, N., and Whitson, S. (2016). *The Angry Smile: The New Psychological Study of Passive Aggressive Behavior at Home, at School, in Marriages & Close Relationships, in the Workplace & Online*. Hagerstown, MD: The LSCI Institute.

<https://www.psychologytoday.com/blog/passive-aggressive-diaries/201704/why-passive-aggressive-behavior-thrives-in-the-workplace>

<https://www.psychologytoday.com/blog/the-superhuman-mind/201611/5-signs-youre-dealing-passive-aggressive-person>

<https://www.psychologytoday.com/blog/toxic-relationships/201706/is-your-partner-passive-aggressive>

<https://www.psychologytoday.com/basics/passive-aggression>

BUNUH DIRI

Bunuh diri, fenomena ide irasional yang angkanya semakin meningkat setiap tahunnya. Kita boleh saja menyangka, bahwa negara maju di Eropa dan Amerika Serikat merupakan daerah dengan jumlah bunuh diri tertinggi di dunia. Logika kita mungkin sederhana, mereka hidup dalam kejaran kesuksesan *ala* mereka seperti menumpuk finansial, mengejar kesenangan fisik dan juga tidak kaya secara spiritual. Ini mungkin masih relevan sampai saat ini. Dibuktikan dari kajian yang dilakukan *Universitas Oxford* dan *London School of Hygiene & Tropical Medicine* dengan menganalisa data dari 24 negara-negara Uni Eropa, Amerika Serikat, serta Kanada. Data mereka menyatakan bahwa kasus bunuh diri melonjak 6.5% atau 7.950 setiap tahunnya di Eropa. Sedangkan di Amerika Serikat angka 4750 kasus bunuh diri setiap tahunnya (“Kasus Bunuh Diri Meningkat Akibat Resesi,” 2014).

Berbeda dengan Amerika yang mayoritas temuan bunuh diri diawali dengan depresi, di Negara Asia seperti Jepang misalnya, bunuh diri lazim dilakukan untuk menjaga kehormatan dengan sebutan *seppuku*. Di Indonesia sendiri, kasus bunuh diri yang paling dikenal yaitu berkaitan dengan mitos *pulung gantung* (Kepercayaan ditakdirkan untuk mati menggantung diri) di Gunung Kidul, Yogyakarta. Ironisnya, mitos tersebut pernah

didata sebagai kasus bunuh diri tertinggi dengan perbandingan 9 kasus per 100.000 penduduk (Warto, 2016).

Sayangnya, dunia terlanjur terlihat tanpa sekat, alur ide dan paradigma tentang bagaimana seharusnya hidup antara masyarakat satu negara dengan negara lainnya, bertukar sedemikian rupa. Jika kasus Robbin William menjadi kasus paling gress di Amerika, Indonesia juga sempat digegerkan oleh permohonan uji-uji materi pasal 344 Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP) oleh pria 40 tahun bernama Ryan Tumiwa. Pasal tersebut mengatur tentang orang yang merampas nyawa orang lain atas permintaan orang itu sendiri dengan ancaman hukuman 12 tahun penjara. Meskipun gugatan akhirnya dicabut dan tidak dikabulkan, namun kasus ini menandakan demam bunuh diri juga telah melanda republik ini.

Ryan, saya lihat sebagai fenomena Gunung Es. Dia sebagai puncak yang mewakili banyak kasus lain di negara ini, yang mana memandang bunuh diri sebagai jalan pintas terakhir untuk keluar dari permasalahan kehidupan. Kita tentu belum lupa dengan kasus bunuh diri sekeluarga di tahun 2005, dengan membakar rumah mereka. Di tahun 2007 terdapat seorang ibu dan empat anaknya ditemukan bunuh diri di Malang. Kasus terbaru adalah bagaimana salah satu sekretaris partai bernafaskan agama nekad mengakhiri hidupnya, diduga karena depresi dengan ambeien akut pada hari Senin, 8 september 2014.

Ya, dunia sudah tanpa sekat, banyak masyarakat kita yang sekarang memiliki pandangan yang sama dengan masyarakat Eropa dan juga Amerika Serikat. Menganggap hidup harus berjalan sesuai dengan keinginan dan bebas dari tekanan.

Secara teoritis, Stuart dan Sundeen (1998) mendefinisikan perilaku bunuh diri adalah tindakan agresif atau *maladaptif* yang dilakukan oleh individu dengan cara melukai diri dan dapat

mengakhiri hidupnya (Stuart et al., 1998). Lebih lanjut mereka juga menjelaskan bahwa minimal terdapat lima faktor utama yang berinteraksi dalam kasus bunuh diri, yaitu; Faktor diagnosis psikiatrik/Psikologis, ciri-ciri kepribadian dan gangguan kepribadian, faktor psikososial dan lingkungan, riwayat keluarga dan genetik serta faktor biokemikal.

Pada **faktor pertama**, diagnosis psikologis. Dalam diagnosis psikologis terdapat tiga gangguan psikologis yang biasanya diakhiri dengan perilaku bunuh diri, yaitu gangguan suasana perasaan (Dalam bahasa umum, biasanya gangguan *mood* dimulai dari keadaan tertekan, sampai depresi); penyalahgunaan obat/zat dan *skizophrenia*.

Faktor kedua, ciri kepribadian dan gangguan kepribadian. Terhitung terdapat tiga aspek dari kepribadian yang dihubungkan erat dengan peningkatan resiko untuk bunuh diri, yaitu bermusuhan, impulsif, dan depresi. Kenyataan yang sering terjadi, gangguan kepribadian *boderlin* dan gangguan kepribadian antisosial memiliki korelasi yang lebih tinggi dengan tingkah laku percobaan bunuh diri. Kondisi kepribadian antisosial dan gejala-gejala depresi dipercaya sebagai kombinasi fakta yang membawa kematian diantara orang dewasa dan anak-anak remaja.

Faktor ketiga, psikososial. Aspek ini dihubungkan dengan dukungan sosial melalui kejadian-kejadian hidup, penyakit kronis, baru mengalami kehilangan, perpisahan atau perceraian, kehilangan awal dan penurunan dukungan sosial. Semuanya merupakan faktor -faktor penting yang dihubungkan dengan resiko bunuh diri. Pencetus tingkah laku bunuh diri, seringkali berkaitan dengan perasaan atau kejadian hidup yang memalukan dalam hubungan interpersonal, merasa dipermalukan di depan umum (Kebanyakan kegagalan asmara), kehilangan pekerjaan atau merasa terancam terhadap kurungan penjara. Pelaku bom bunuh diri misalnya, sangat berhubungan dengan faktor ini,

karena mereka secara langsung ataupun tidak terkait dengan peristiwa yang kemudian dirasanya sebagai peristiwa kehilangan, seperti terbunuhnya keluarga, teman atau tokoh yang dianggap berjasa dalam hidupnya.

Faktor keluarga menjadi **faktor keempat**. Berbagai penelitian menyebutkan, bahwa keluarga yang mempunyai riwayat bunuh diri memiliki resiko yang berarti untuk tingkah laku merusak diri sendiri. **Faktor terakhir** adalah biokemikal. Teori ini mengkaitkan antara perilaku bunuh diri atau kecenderungan bunuh diri dan rendahnya *neurotransmitter serotonin* otak (5HT), yaitu suatu zat yang berhubungan dengan aktivitas otak dan depresi.

Hari ini, dunia memperingati *World Suicide Prevention Day* dengan tema *One World Connected*. Sebagai masyarakat yang juga terkena dampak dimensi globalisasi, kita tentu harus ikut waspada. Selalu ada kemungkinan disekitar kita, individu yang memiliki pikiran irasional untuk mengakhiri hidupnya dengan berbagai alasan. Masyarakat modern memiliki ritme hidup serba cepat dan praktis serta penuh dengan tekanan. Permasalahan remeh yang awalnya dianggap biasa-biasa saja, akan berubah menjadi permasalahan serius jika individu tersebut tidak mendapatkan support sosial yang cukup. Mari biasakan mengevaluasi secara positif kejadian-kejadian yang ada disekitar kita, seperti ketidakkulusan, kegagalan asmara, kegagalan keluarga, meninggalnya orang tercinta, terbelit hutang, mengidap penyakit akut, bahkan sampai hanya dihina melalui jejaring sosial merupakan salah satu contoh kejadian biasa yang ada disekitar kita.

Sumber bacaan:

Kasus bunuh diri meningkat akibat resesi. (2014, June 12). *BBC NEWS INDONESIA*.

https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2014/06/140612_kesehatanresesi

Stuart, G. W., Laraia, M. T., & Sundeen, S. J. (1998). *Stuart & Sundeen's Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Mosby.

<https://books.google.co.id/books?id=ErFrAAAAMAAJ>

Warto. (2016, June 1). Misteri Pulung Gantung. *Kelurahan Bendungan*. <https://www.bendungan-karangmojo.desa.id/first/artikel/118-Misteri-Pulung-Gantung>

MALU MENGGUNAKAN HAK PILIH, SEDERHANA ATAU RUMIT?

“Malu”, begitu alasan beberapa Mahasiswa ketika saya bertanya kenapa tidak menggunakan hak pilihnya dalam PEMILU kampus. Memang terkesan begitu lugu dan sangat sederhana. Benar, tepat pada tanggal 30 Maret 2014, Mahasiswa sedang merayakan Pesta Demokrasi di kampus. Mendengar jawaban Mahasiswa, membuat perasaan saya terasa *dioplos*, entah jawaban ini sebuah jawaban yang sederhana atau malah sebaliknya. Seakan-akan ia mewakili alasan fundamental dan filosofis terkait alasan demokrasi dianggap sebagai sesuatu yang “lain”?

Pikiran saya kemudian melayang begitu jauh dalam pesta demokrasi di republik ini. Banyak pihak menyatakan bahwa perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan dewasa yang sejatinya (Dalam berorganisasi) mengadopsi demokrasi dalam bernegara. Banyak Mahasiswa lebih memilih sebutan “Republik Mahasiswa (RM)” dalam organisasi intranya. RM kemudian mengadopsi istilah sampai pada penyebutan pejabatnya, seperti Presiden, Menteri, SENAT dan lain-lain.

Setelah membuka banyak data, saya kemudian tercengang begitu melihat adanya benang merah yang menghubungkan kedua demokrasi ini yang sebenarnya tidak begitu saya harapkan.

Kecocokan tersebut mulai dari penentuan calon pejabat, kampanye, partisipasi pemilih sampai jalannya pemerintahan di dalamnya.

Hal **pertama** yang menjadi *mirip* adalah bagaimana calon pejabat yang berkompetisi dalam dua pesta demokrasi tersebut. Saya tidak melihat kompetensi calon, mengingat keduanya memiliki prosedur yang cukup ketat secara administratif untuk menjaring calon yang kompeten. Justru yang lebih menarik perhatian saya adalah sebagian besar calon legislatif maupun eksekutif di berbagai daerah merupakan *incumbent* yang bahkan telah menduduki jabatan lebih dari satu periode.

Artikel yang ditulis oleh (Fiansyah, 2014) melalui *platform* Kompas.com, dengan sangat lugas menjelaskan bahwa hampir 90% *caleg* adalah muka lama, karena hanya sekitar 58 orang yang memutuskan tidak mencalonkan diri lagi. Dari judul beritanya saja, Kompas.com dengan lugas (Namun sayangnya pesimis) menyatakan logika sederhana bahwa jika pejabatnya tidak berubah maka praktis harapan perubahan menuju perbaikan juga sangat tipis; “*Didominasi Wajah Lama, DPR 2014 Tak Akan Berubah*”.

Minimnya partisipan baru merupakan kemunduran demokrasi, apalagi dipertegas dengan sebaran nomor urut *caleg* lama sebanyak 81,1% berada pada nomor urut atas (*Strategis-red*). Artinya, pengamat amatir saja dapat dengan gampang memprediksi bahwa *incumbent* akan kembali melenggang mulus menuju kursi empuk *nan* nyaman untuk sekadar mengantuk sewaktu rapat penentuan nasib Negara. Tidak berbeda jauh, *prototype* republik dalam kampus juga tidak memiliki dinamika layaknya teori demokrasi. Hampir seluruh kampus telah memiliki “Tuan”-nya masing-masing untuk melanjutkan regenerasi (Reproduksi-*red*). Namun berbeda dengan Negara, Mahasiswa

tidak diwakili calon yang sama secara fisik, tetapi secara ideologinya.

Fenomena **kedua** yang menarik menurut pandangan saya adalah bagaimana para kandidat ini (Baik politisi Negara maupun Mahasiswa) dengan penuh percaya diri mempromosikan bahwa mereka adalah orang yang mampu membuat perubahan bagi konstituennya.

Pada level politisi Negara, meskipun data dengan telanjang telah menunjukkan pada kita bahwa mereka belum (Atau bahkan tidak) mampu membuat perubahan positif, namun mereka dengan sangat percaya diri, optimis, penuh harapan dan dengan lantang meneriakkan perubahan jika mereka terpilih lagi. Hampir setiap detik kita melihat, mendengar dan membaca promosi politik diberbagai media. Mulai media komersial (TV, Internet, Radio dan Cetak) sampai pada papan, tiang, bus, truk, mikrolet bahkan pepohonan terpaksa menjadi korban *libido* kekuasaan untuk menyatakan bahwa mereka memiliki kompetensi untuk perubahan yang positif. Mungkin banyak dari para calon yang terhormat berdalih semua telah sesuai aturan, bahkan telah diatur dalam Surat Kesepakatan Bersama (SKB) antara KPU, Badan Pengawas Pemilu, Komisi Penyiaran Indonesia (KPI), dan Komisi Informasi Pusat (KIP) menyangkut *moratorium* iklan politik. Namun, banyak pihak menyatakan bahwa SKB yang ditandatangani pada 28 Februari 2014 lalu tidak terlalu efektif untuk penertiban. Mengingat, Ia hanya menghimbau dan nihil soal pemberian sanksi bagi pelanggar *moratorium*, seperti yang diberitakan oleh (Aritonang, 2014). Sehingga pada akhirnya dengan (tidak) sengaja selain macet dan polusi udara mereka telah menambah satu beban pengguna jalan yaitu polusi pemandangan.

Tidak berbeda jauh dengan generasi tuanya, calon dalam lingkup PEMILU Mahasiswa juga berbondong-bondong mempro-

mosikan diri dengan media poster, *banner* dan semua media yang menurut hemat saya tidak tepat di daerah kampus. Mengingat teritorial kampus, kuantitas dan kualitas pemilih mereka adalah kaum akademisi yang saya yakin memiliki kesadaran sebagai intelek dan mampu memilih bukan karena pencitraan semata.

Fenomena menarik **ketiga** adalah terkait partisipasi pemilih yang terus merosot. Dalam (Aritonang, 2013), Kompas menginformasikan bahwa partisipasi pemilih terus merosot tajam di era reformasi (*Demokrasi-red*). Pada level nasional, prosentase angka pemilih pernah menyentuh 92,74% pada tahun 1999. Kemudian terus merosot pada angka 84,07% di tahun 2004 dan hanya 71% pada tahun 2009. Pada level pemilu di berbagai daerah pada tahun 2013, fenomena tersebut malah lebih memprihatinkan, mengingat angka pemilih hanya berkisar 50-70%.

Pada level pemilu Mahasiswa di kampus, memang belum ada data yang holistik dan relevan. Namun, fenomena di Kampus saya memberikan data yang sangat memprihatinkan. Penelitian kecil oleh salah satu kelompok Mahasiswa memaparkan data bahwa jumlah penggunaan hak pilih dalam pemilu Mahasiswa tahun 2013 tidak mencapai 15% jumlah pemilih keseluruhan. Padahal ketika era tahun 2006, seingat saya pemilih masih menyentuh lebih dari 50% jumlah pemilih keseluruhan. Kembali pada permasalahan “Malu”, untuk memilih pada kasus yang saya temukan. Di satu sisi, ini merupakan permasalahan pribadi yang sangat sederhana, karena (Mungkin) hal tersebut hanya terjadi pada sebagian kecil pemilih saja. Jawabannya sangat situasional, mungkin tipe kepribadian, konteks saat pencoblosan atau hal lain yang sangat pribadi bagi pemilih tersebut. Namun jika kita melihat jawaban tersebut dalam koridor “Malu pada jalannya demokrasi”, ini adalah hal yang sangat rumit. Mengingat demokrasi adalah milik kita bersama, la seharusnya ada pada setiap insan warga

Negara, bukan sesuatu yang “Lain” di luar masyarakat, tampak asing.

Implementasi demokrasi yang terlihat jelas adalah saat Ia menggelar pesta. Pesta (Kata yang bagi saya terlalu glamor) adalah keterlibatan penuh semua orang yang menggelar dalam kegembiraan atau lebih pada kebahagiaan dan kesejahteraan. Namun faktanya, pesta yang diperuntukkan pada rakyat ini menjadi sesuatu yang meragukan, asing, bahkan sesuatu yang memalukan bagi mereka yang berhak.

Semestinya pada (Calon) wakil rakyat memahami bagaimana arah atribusi masyarakat dalam menilai kinerja mereka. Teori atribusi membahas bagaimana seseorang menyusun suatu penjelasan yang berangkat dari kata tanya "Mengapa", sehingga sampai pada kesimpulan dari suatu kejadian (Kelley et al., 2003; Myers, 1999). Dalam berbagai studi, tipe atribusi dapat menjadi petunjuk suatu hubungan, hubungan yang baik atau tidak. Dalam hubungan suami istri, individu cenderung untuk memaksimalkan dampak negatif pada pasangannya dan meminimalisasi dampak positif pada dirinya (Collins, 1996), hal tersebut senada dengan penelitian (T. N. Bradbury & Fincham, 1992) yang menemukan perbedaan yang signifikan dalam cara seseorang melihat perilaku pasangannya pada pasangan yang bahagia dan tidak (T. N. Bradbury & Fincham, 1992). Orang yang cemas (Barrett & Holmes, 2001) dan remaja yang cemas serta terasing (Feeney & Noller, 1990) cenderung menginterpretasikan sesuatu yang ambigu sebagai sesuatu yang mengancam dirinya. Dalam konteks ini, kita telah sedikit tercerahkan, mengapa banyak diantara pemilih enggan menggunakan hak pilihnya, bahkan malu karena secara sadar ataupun tidak sadar, mereka merasa terancam dengan keberadaan wakil (Pasangan) yang pada pengalaman sebelumnya mereka merasa tidak bahagia dengan hubungan tersebut.

Hal penting lain sebelum memahami atribusi lebih jauh, yaitu bagaimana tingkat kepercayaan (*Trust*) pemilih pada calon pilihannya. Kecenderungan pemilih akan lebih memilih hal yang menguntungkan baginya, terutama dalam jangka waktu yang panjang. Oleh karena itu, seorang calon diharapkan mampu membangun *mutual trust* (Meskipun terdapat hal lain yang kadang mempengaruhi pilihannya). *Mutual trust* sangat bergantung pada pengalaman menyenangkan yang dirasakan langsung oleh seorang individu, sehingga mereka merasa nyaman.

Menurut (T. Bradbury & Fincham, 1990), *mutual trust* akan merubah cara seseorang melihat perilaku pasangannya (Dalam politik calon legislatif/eksekutif) dari yang tidak bahagia menjadi yang bahagia. Jika pada pasangan yang tidak bahagia, perilaku yang dianggap negatif atau tidak diinginkan pasangan akan dilihat sebagai; (a) Karakteristik pasangan, berarti atribusi internal; (b) Stabil, berlangsung terus menerus; (c) Global atau dianggap sama pada aspek-aspek lain (Generalisasi). Sedangkan pada pasangan bahagia akan melihat perilaku negatif pasangan sebagai; (a) Situasional atau atribusi eksternal; (b) Tidak stabil, berlaku sekali waktu; (c) Merupakan aspek spesifik.

Contohnya, pasangan tidak bahagia (Masyarakat yang tidak percaya pemimpin/pemerintahnya) akan mengatakan perilaku negatif seperti tidak meratanya sumbangan dengan, “*Memang pemerintah tidak pernah serius dengan nasib orang kecil (Internal), tidak ada perubahan dari dulu (Stabil), pada urusan kecil saja tidak mampu, apalagi yang besar (Generalisir/global)*”. Berbeda dengan masyarakat yang harmonis dengan pemerintahannya (Sekarang tercermin pada masyarakat Jakarta dan Surabaya) akan menilai perilaku negatif pemimpin mungkin dengan, “*Mungkin ada kesalahan sistem (Eksternal) sehingga saya tidak dapat bantuan, nanti saya mau lapor pasti akan dirubah (Situasional)*,”

karena urusan yang lainnya saja sekarang sudah transparan kok (Tidak ada generalisir)".

Kepercayaan (*Trust*) akan terbangun jika pengalaman (Kejadian nyata) masyarakat cenderung pada kejadian yang positif dan menguntungkan. Saya rasa hal ini tidak akan selesai hanya dengan *gor-goran* iklan politik, *gor-goran* kampanye jalanan atau bahkan *money politic*. Semoga calon pemimpin kita mendatang adalah orang-orang harmonis yang bersedia melukiskan hal-hal menyenangkan pada pengalaman masyarakatnya.

Sumber bacaan:

- Aritonang, D. R. (2013). Mendagri: Partisipasi Pemilih Terus Menurun. *KOMPAS.com*. <https://nasional.kompas.com/read/2013/08/26/1347115/Mendagri.Partisipasi.Pemilih.Terus.Menurun>
- Barrett, P. M., & Holmes, J. (2001). Attachment Relationships as Predictors of Cognitive Interpretation and Response Bias in Late Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 10(1), 51–64. <https://doi.org/10.1023/A:1016677416638>
- Bradbury, T., & Fincham, F. (1990). Attributions in Marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, 107, 3–33. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.107.1.3>
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(4), 613–628. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.4.613>
- Collins, N. (1996). Working Models of Attachment: Implications for Explanation, Emotion, and Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 810–832. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.4.810>

- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Fiansyah, R. (2014). Didominasi Wajah Lama, DPR 2014 Tak Akan Berubah. *KOMPAS.com*. <https://nasional.kompas.com/read/2013/10/03/1451197/Didominasi.Wajah.Lama.DPR.2014.Tak.Akan.Berubah>
- Kelley, H. H., Holmes, J. G., Kerr, N. L., Reis, H. T., Rusbult, C. E., & Lange, P. A. V. (2003). *An Atlas of Interpersonal Situations*. Cambridge University Press.
- Myers, D. G. (1999). *Social psychology*. McGraw Hill.



KISAH

MENYATU DENGAN LUPA

Sore itu perasaanku kembali berkata lain, aku merasa berada pada persimpangan jalan menuju jembatan yang putus akibat arus banjir. Selalu ada yang aneh ketika aku melihat rentetan mobil dengan bunyi klakson saling berdesakan mencoba saling mendahului. Mobil dan manusia didalamnya seolah lupa bahwa jalan raya dibuka sepanjang hari, bukan hanya pagi dan sore sehabis asar saja. Angkutan kota terlihat mencoba mengambil jalur sempit disisi jalan yang becek sehabis hujan kemarin. Dua orang muda dengan santai saling berpandangan dalam mobil mewah, ada senyum mengembang dari sang cowok sambil mengusap-ngusap setir mobil, sang cewek membalas dengan pandangan penuh harap layaknya musik kasmaran yang mengiringi merdu—jelas namun tidak berisik. Motor pengantar makanan cepat saji tak mau kalah mendapatkan kesempatan mendekati lampu merah, meski trelihat masih ada puluhan mobil didepannya. Sementara di depan saya, tepat di bawah lampu merah kaca belakang mobil mulai terbuka diikuti dengan wajah ceria dan uluran tangan halus nan polos seorang bocah imut mengulurkan uang. Di dalam, ibunya mencoba mengingatkan untuk hati-hati sekaligus memerintahkan suaminya untuk segera menutup kaca kembali.

“Ini pak...” ingatkanu kembali dan segera membalas uluran tangan bocah imut dengan uang kertas seribu rupiah dari dalam mobil tersebut. “Terimakasih cantik” kataku, sambil kembali mengayun tangan pada gitar kecil dan melanjutkan pada mobil selanjutnya.

Jalanan begitu ramah hari ini, mengisi kantung sisa permenku dengan ramah dan tidak terlalu berat. Untuk pertama kalinya dalam karir jalananku, recehan kertas akhirnya mampu unjuk gigi memenuhi kantung permen lusuhku. Mungkin ia tidak terima, setiap hari mendapat ejekan dan tekanan luar biasa dari koin-koin lusuh dan bau. Mungkin pula teman-temannya mulai berempati untuk menunjukkan persatuan uang kertas recehan. Atau mungkin pula doa recehan kertas minoritas dalam kantung hari-hari sebelumnya telah dikabulkan Tuhan. Solidaritas, unjuk kekuatan, ataupun terijabahnya doa, semuanya mendorongku kakiku untuk semakin cepat melangkah kembali ke rumah, seperti langkah simpatisan pemilih presiden yang mengetahui hasil *quick count*.

Rumahku tak seberapa jauh dari pusat keramaian kota, hanya saja suara Sungai Brantas lebih mendominasi daripada suara mesin, klakson dan juga teriakan tukang parkir. 5x4 meter persegi cukup untuk meletakkan kebahagiaanku sepanjang lebih dari sepuluh tahun ini. Aku ditemani seorang perempuan sabar dan setia dengan dua orang anak yang beranjak remaja.

“Bapak datang Bu, makanannya sudah siap kan?” teriak si ruju Malik. Meskipun umurnya sudah sebelas tahun namun tidak seperti anak kampung lainnya, dia jarang keluar dan lebih suka di rumah menemani ibunya sambil membaca apapun yang bisa dibaca. Koran, majalah sampai buku bekas menumpuk disisi ruangan rumah—tuntas dia baca. Selain menunggu kedatanganku, dia juga selalu menunggu Sabar, sang kakak. Seperti namanya, Sabar memang seorang penyabar. Setiap hari dia membantuku

mencari nafkah dengan memulung sampah, dan menyempatkan waktunya mencari bacaan bekas untuk adiknya yang sedikit manja. Namun Sabar tidak pernah mengeluh.

Hampir sepuluh tahun sudah aku bersama mereka. Saat itu, aku memutuskan untuk pindah dari Surabaya menuju Malang dengan berbekal gitar kecilku. Tak kusangka Malang menyambutku dengan hujan lebat dan hawa dingin menusuk tulang. Didepan ruko saya bertahan melawan dinginnya malam, sampai seorang perempuan menggendong bayi dan ditemani anak kecil melintas didepanku. Pertemuan dan pertolongan mereka malam itu menjadi awal baru kehidupanku. Aku menemukan kebahagiaan dalam kesederhanaan.

“Kok tumben sudah pulang pak” sambil menata makanan, Lastri menyapaku dengan senyuman.

“Kenapa? Nggak boleh?” tanyaku balik.

“Ya bolehlah, tapi kok *dungaren*” sambil mencium tanganku.

“Alhamdulillah bu, hari ini banyak sekali rizki yang dititipkan kita” sambil kuusap rambutnya.

“Tiap hari juga gak papa pak” sahut si Malik sambil meraih dan mencium tanganku.

“Iya... doain aja. Lo mana Mas Sabar?” tatapanku mengelilingi rumah yang tidak seberapa ini.

“Tadi sudah pulang, habis solat magrib balik lagi Pak, dia lupa tidak bawa oleh-oleh buat si Malik” senyum menggoda Lastri diarahkan pada Malik.

“Ooo Masyaallah... Lihat nak Malik, Mas Sabar baik banget ya?” kuraih dan kucium kepalanya “Makanya jangan pernah kecewain Mas, dia sayaang banget sama kamu”

Suara kereta mulai terdengar dan mendekat seperti anak ketiga keluarga yang manja tak ingin ketinggalan jatah makan malamnya.

“Mari kita makan”

“Tidak menunggu Sabar?” pintaku.

“Tadi Sabar berpesan untuk ditinggal saja, karena selain mengambil bacaan buat si Malik, sekalian dia menghadiri hajatan Pak Bagio habis Isya”

“Baiklah, mari kita berdoa dulu”

Makan terasa sangat sederhana malam itu. Bukan karena menu yang selalu apa adanya, namun aku merasa ada banyak hal yang merusak kenikmatanku malam itu—ditambah keherananku pada Sabar yang terlihat lebih dewasa dari umurnya.

Malam seperti malas untuk beranjak. Beberapa kali terdengar teriakan beberapa tetangga mengingatkan anak-anak bandel untuk tidak berada pada jalur kereta, mengingat jalur sedang sibuk-sibuknya. Tak sadar Malik sudah tertidur di pangkuanku. Padahal baru saja saya mendengar regekannya menunggu kakaknya kembali. Kupindahkan dia ke bilik sebelah dengan pelan. Aku tidak mau dia terbangun dan terus menanyakan kakaknya.

“Las...” panggilku pada Latri yang sedang membersihkan sisa makanan.

“Iya Mas”

“Perasaanku sangat tidak enak, saya ingin berbicara beberapa hal” pintaku lirih.

Mendengar dan merasakan ada hal yang tidak biasa, Latri mendekati dan memegang tanganku

“Kenapa mas, apa yang bisa saya bantu”

“Las, ada yang ingin saya tanyakan, tolong jawab dengan jujur dan jangan marah apalagi sedih” sambil merebahkan kepalaku kepangkuannya.

“Las, apakah kamu tidak risih dengan omongan orang tentang hubungan kita?”

“Mas, saya seorang janda ketika mas datang. Saya tahu mas orang baik dan secara agama kita sudah sah. Jadi apa yang harus aku khawatirkan?” dengan penuh kasih Lastri mengusap dahiku.

“Tapi Las...”

“Mas... sudahlah. Kita memang bukan orang yang mampu untuk meresmikan hubungan kita ke KUA. Pak modin kan sudah mengesahkan hubungan kita dulu”

“Las, tadi sore entah kenapa saya merasa ada sesuatu yang sangat dekat namun tidak mampu saya jangkau. Saya melihat sekeluarga yang terlihat riang berada di mobil dan anak perempuannya membuka jendela belakang mobil. Dia memberikan uang sambil senyum dan membawa boneka mainan di tangan kirinya. Entah Las, saya merasa ada yang aneh dengan kejadian itu”

“Hhhhhmmm...kenapa Mas, bukannya banyak orang yang bepergian sekeluarga” jawab Lastri sambil menarik nafas panjang.

“Las, apa kamu tidak menaruh curiga padaku, aku tidak memiliki keluarga. Bahkan aku tidak tahu aku berasal dari mana. Cukupkah nama dan tubuhku untuk meyakinkanmu selama ini Las?”

“Mas, apa menurutmu perlakuanku, Sabar dan Malik kepada Mas selama ini kurang? Atau Mas menganggap kami mencurigai Mas?” Sejenak Lastri memalingkan muka dan melanjutkan “Kami tahu sejak ketemu pertama kali Mas adalah orang baik dan mampu membimbing kami. Itu sudah cukup bagi kami, Mas.”

“Itu Sabar datang Mas”

“Assalamualaikum” salam dari Sabar menyudahi pembicaraan dengan Lastri.

“Pak, bu, Malik sudah tidur ya?” tanyanya resah.

“Setengah jam yang lalu Mas, tadi nunggu Mas Sabar sampe ketiduran” jawab Lastri.

“Yaaa padahal tak bawain buku cerita kesukaannya sama beberapa majalah yang ia suka”

“Gak papa Mas, besok juga gak papa” Lastri mencoba menghibur Sabar.

“Aslinya aku pengen baca bareng Malik bu, tapi gak papa lah. Memang tadi lama banget acara di Pak Bagio. Tamunya banyak banget”

“Yasudah makan sana dulu” sambil mengusap kepala Sabar, Lastri tetap menghiburnya.

“Tadi Sabar sudah makan disana bu, ini juga dapat bingkisan dari hajatan tadi” senyum Sabar mengembang sekaligus sedikit penyesalan dalam senyum terlihat mengingat adik kesayangannya sudah tidur. Sambil meletakkan bingkisan serta buku dan beberapa koran bekas, Sabar pamit kembali “Pak, bu, Sabar mau ke musolla, solat sekalian ngaji”

Pukul 10.10 malam, suasana mulai sepi. Lastri sudah tidur di samping Malik. Sementara Sabar yang baru datang dari musolla langsung mengambil posisi di samping Malik. Mereka bertiga terlihat sangat bahagia dengan saling berpegangan. Setiap kali tidur bersama, saya selalu melihat mereka berpegangan. Seolah kisah kemiskinan semakin mengikat kasih diantara mereka. Hanya di malam hari mereka berpegangan, karena siang bagi mereka adalah sang raja tega yang memaksa mereka untuk terpisah. Siang tanpa lelah memaksa langkah kaki mereka saling berjauhan hanya untuk sebuah jaminan kehidupan malam dan hari esok.

Sementara aku masih terjebak dalam ingatan sore tadi. Matakku terus saja berlari menangkap sensasi buram memori tentang keluarga ceria dengan anak perempuan yang membawa boneka itu. Namun memoriku seperti musafir tersesat, kehilangan peta dan kompas. Terus saja dia berputar dan menemukan banyak jalan yang tidak mungkin dia coba lewati satu per satu.

Berharap untuk tetap menguasai diri, mulutku terus kupaksa untuk menyebut nama Tuhan. Mata dan seluruh tubuhku kuajak untuk beraktivitas membereskan gubuk ini. Ruang yang tidak seberapa hanya mampu menunda kecemasanku sebentar saja. Sampai pada akhirnya mata dan tanganku menyatu pada satu garis berita koran lawas menempel menutupi dinding bolong disamping tumpukan buku-buku Malik. “Lolos dari maut, tertangkap *alzheimer*.”

MENYATU DENGAN LUPA (PART II)

Ingatanku belum juga pulih ketika remang mataku melihat beberapa wajah penuh harap dan khawatir memanggil-manggil namaku. Suara ribut berisik terdengar semakin jelas, seperti angin ribut menyambangangi gerombolan bambu di siang terik nan kering.

“Nan... nan... bangun nan...”

“Suster, dia mulai membaka matanya suster”

“Sebentar biar saya periksa bu”

Aku mulai merasakan ada suara harap, ada tangis dan mataku terasa dipaksa terbuka dan mendapatkan sinar berlebihan. Seketika aku merasa seluruh tubuhku kembali saling terhubung seperti air bendungan pecah—meluber ke sawah-sawah, merambati rumput, menyambangangi tanaman dan membawa kabar bahagia bagi katak, ikan dan seluruh hewan air disekitarnya.

“Panggil Dokter sus”

“Sebentar Bu, akan saya hubungi Dokter”

“Danang, Cita, Mas Hara” lidahku mencoba melafalkan semua nama yang paling kudamba. Namun sepertinya masih terlalu kaku, terasa malas neuron melintasi sinaps di otak untuk memerintahkan sensor di lidah dan mulutku. Kucoba dan kuulangi

berkali-kali. Sampai akhirnya telingaku mendengar suara wanita sepuh.

“Alhamdulillah...”

“Semua selamat nak, ayo cepat sembuh. Semua menunggumu di rumah” suara ibu mertua seolah menemukan jawaban atas doa panjangnya setiap hari.

“Ibu, dimana aku?”

“Di Rumah Sakit Harapan Keluarga dekat rumah, nak”

Sambil menarik nafas panjang, aku mencoba menguasai kembali kendali memori untuk menyempurnakan jawaban ibu mertua. Aku mulai mengingat bahwa terakhir kali aku hanya mengingat suara klakson panjang. Aku, kedua anakku dan suamiku mengalami kecelakaan. Kecelakaan saat mudik lebaran ke rumah mertua di Rembang Jawa Tengah. Setelah itu aku tidak ingat apapun sampai saat ini aku bangun.

“Aku di Rembang bu? Anak-anak dan Mas gimana?” tanyaku sambil meraih tangan ibu mertua

“Nak, mereka semua selamat. Mereka menunggu di rumah. Makanya ayo cepat sembuh dan pulang” sambil menunduk dan menciumku Ibu menjawab. Genggaman tangannya begitu kuat.

Satu bulan lebih kata mereka aku tak sadarkan diri di rumah sakit. Sampai akhirnya aku sehat dan pulang ke rumah mertua. Aku menemui hal yang jauh dari harapan, lebih menakutkan daripada kecelakaan yang baru saja aku lewati. Aku hanya menemui Cita, anak keduaku. Sambil bergetar ibu mertua, serta beberapa paman memberikan penjelasan bahwa Danang—anak pertamaku—diminta kembali oleh-Nya sesaat setelah kecelakaan. Sedangkan Mas Hara, dia selamat. Namun, setelah beberapa hari menunggui aku dan Cita di rumah sakit, dia pergi entah kemana.

Tepatnya setelah Dokter memberi kabar bahwa anak pertama kita, Danang meninggal. Mas Hara, kata mereka menghilang menjelang magrib di hari kelima aku di rumah sakit.

Sejak saat itu, aku mencoba menguatkan hidupku. Karena masih ada Cita, dia masih enam tahun. Aku tidak mau anugerah hidup yang tinggal satu ini tidak menemukan kebahagiaannya. Akupun memulai hidup lagi di Jakarta. Mulai berperan sebagai *single parent* sambil terus berharap Mas Hara kembali ke rumah. Aku yakin, dia kembali. Dialah jantung kehidupan kami.

Sepuluh tahun kemudian

Ditemani oleh Cita yang telah tumbuh jelita, kami melewati kehidupan terjal sepeninggal Mas Hara. Kecelakaan maut telah merubah kehidupan kami. Mobil kami menabrak rombongan ibu-ibu jamaah pengajian di pesisir Jawa Tengah. Tiga belas nyawa meninggal. Kujual mobil dan sebagian besar aset kami untuk menyantuni ketiga belas keluarga yang menjadi korban mobil kami. Belum lagi biaya rumah sakit yang harus kami tanggung. Kini aku hanyalah karyawan kantor media massa. Hanya mampu hidup sederhana bersama Cita. Sesekali uang tabungan yang kukumpulkan kumasukkan dalam rekening redaksi beberapa media untuk memasang berita kehilangan. Berharap Mas Hara kembali.

“Nan, studi Cita terus berlanjut. Ada baiknya kamu mulai menabung untuk jaga-jaga studinya” suatu ketika sahabatku Laras bicara padaku.

“Laras, hatiku masih sangat yakin, Mas Hara masih hidup” jawabku dengan nada penuh harap.

“Kinan, tengok berapa pengeluaranmu setiap dua minggu memasang iklan seperti ini. Bagaimana dengan Cita, dia butuh studi kedepan. Dia mempunyai harapan. Uang dan karirmu terbatas, sedangkan hidupmu masih harus terus berjalan” sambil

menunjukkan beberapa koran yang terpampang iklan berita kehilangan Mas Hara yang aku pasang.

Pada titik itu, Laras berkata objektif. Dia sahabat yang tiada duanya. Mulai bangku sekolah menengah kita bersama. Sampai duapuluh lima tahun saat ini, dia tetap menjadi cermin bagiku. Dialah yang membawaku pada pekerjaan saat ini. Dia seorang redaktur surat kabar. Dia bukan cermin ajaib, melainkan cermin biasa yang selalu memberikan evaluasi pada bagian mana aku harus berbenah. Anehnya, jarang sekali dia menasehati dan mengguruiku. Omongannya selalu mengarahkanku untuk melihat sendiri bagaimana keadaanku sebenarnya. Senyuman dan tatapan matanya seolah menggerakkan mataku untuk melihat diriku, tanganku kemudian membenarkannya. Persis seperti cermin. Beberapa kali aku merasa ingin marah padanya, namun apa daya. Itulah yang sebenarnya ada padaku.

“Nan, bagaimana dengan keluhan-keluhanmu akhir-akhir ini. Adakah kamu sudah merasa lebih baik?” pertanyaan Laras membawaku dalam pusara tak berujung.

“Hmmm...” kugelengan kepalaku sambil tak terasa air mata menetes di pipiku.

“Ada baiknya kamu periksa ke dokter spesialis, nan” pelukannya mengingatkanku pada pelukan Ibuku dua puluh tahun lalu. Saat terakhir beliau berpamitan karena merasa sudah tidak mampu membendung penyakitnya.

“Aku sudah membaca banyak buku, ras. Aku yakin aku terkena *alzheimer*”

“Hus, jangan berkata seperti itu” sambil dengan tegas dia membuka pelukannya.

“Dokter Agus membenarkan dugaanku. Dua minggu yang lalu assesmennya selesai dan aku didiagnosa *alzheimer*. Mungkin ini adalah efek kecelakaan sepuluh tahun lalu, mungkin juga ini

adalah genetik titipan almarhumah ibuku” saat itu aku mulai membayangkan kehidupan Cita. “Ini, tolong sampaikan pada Bapak Direktur besok” kusodorkan amplop berisi surat pengunduran diriku.

“Tapi, usiamu masih empatpuluh satu kan?” tanya Laras tidak percaya sambil menggerakkan badanku dengan kedua tangannya.

“Itulah. Tapi ini diagnosa dokter, ras, bukan lagi asesmen” jawabku.

“Itulah mengapa aku tetap kukuh untuk mengiklankan suamiku di koran-koran. Aku khawatir aku mangkat duluan sebelum Cita bertemu bapaknya kembali”

“Ras, semua penyakit ada obatnya, aku berjanji akan menjagamu dan Cita sampai kamu bertemu suamimu lagi”

“Jika tidak?” tanyaku sambil senyum.

“Jangan berkata begitu, kamu sendiri yang mengatakan hatimu percaya Mas Hara akan kembali. Lagian aku dan suamiku juga tidak memiliki anak, jadi tenanglah untuk urusan Cita” Laras mencoba memaksa bibirnya untuk tersenyum.

“Senyumanmu ras, akan kuingat itu selalu. Akan kucatatkan dalam buku harianku yang mulai kutulis dua bulan belakangan ini” sambil kuusap air mata Laras.

“Kamu menulis?” tanya girang Laras padaku. Dia seolah menemukan mata air di tengah hutan lebat saat tersesat. Dia percaya dari dulu dengan kemampuan menulisku dan sering sedikit marah padaku karena tidak mau mengasah potensiku tersebut. Bahkan saat aku ditawari pekerjaan sebagai wartawan, aku menolak dan hanya memilih jadi admin kantornya.

“*He em* ras, aku semakin yakin dengan pesanmu dulu. Kesempurnaan penciptaan memori kita hanya dapat terlihat

lewat tulisan. Tanpa itu, kita hanya mengulur waktu untuk berjabat tangan dengan lupa. Dan sebentar lagi aku akan lupa segalanya. Hanya tulisanmu saja yang akan mewakiliku pada generasiku nanti, juga mewakiliku jika suatu ketika suatu saat Mas Hara kembali” tak sengaja tatapanku melihat foto keluarga sesaat sebelum mudik maut itu.

“Kinan...” kembali Laras memelukku.

Sepuluh tahun kemudian

Sejak saat *resign* dari pekerjaan. Hari-hariku kuisi dengan menulis kisah hidupku. Banyak hal yang kuharapkan dari tulisan ini. Lewat tulisan kuberharap Mas Hara akan mengerti semuanya saat dia kembali. Lewat tulisan pula aku berharap Cita tetap bersemangat dan melanjutkan kehidupannya saat aku tiada. Lewat tulisan pula aku ingin menahan dengan sepenuh mampuku laju *alzheimer* dalam otakku.

“Bunda, aku Cita Ayu Kinanti, anak tercantikmu” begitu sapaan awal setiap kali Cita melihat aku terbangun di waktu subuh.

“Cita, kamu semakin cantik” hanya beberapa frasa itulah yang mampu aku ucapkan untuk Cita setiap kali dia memulai pagi untukku.

“Bunda, mari ke kamar mandi mengambil wudhu. Setelah itu mari kita jalan-jalan dan sarapan. Nanti kalau cita pergi kerja jam akan berbunyi setiap kali bunda harus makan dan minum obat. Nanti siang Cita datang kok” setiap pagi kulihat wajah cita seperti habis wudhu, dia selalu memegang tisu dan sesekali membuang muka untuk menggunakan tisunya. Dia tidak ingin aku melihat air matanya. Padahal aku merasakannya.

“Cita, ingatkan bunda untuk selalu mengucapkan *lihatlah catatanku*” sambil kutunjuk buku harianku. Buku dengan warna

kesukaanku yang semakin lusuh. Dia seolah tidak mepedulikan tampilan lusuhnya, hanya peduli pada amanat yang diembannya. Sekarang aku bergantung padanya, entah sampai kapan.

MENYATU DENGAN LUPA (PART III)

Angin malam begitu terasa dingin. Sensor sarafku tak kuasa menahan gempurannya—kulitku terasa kilu, tanganku bergetar, jantungku membeku. Mataku tak mampu lagi bergerak, ingin rasanya memerintahkannya untuk melanjutkan gerakan sakadik kata demi kata, kalimat menuju paragraf sampai akhir tulisan. Namun ia seolah memberontaknya, seolah ingin melompat keluar dari kelopaknyanya. Mataku berteriak tak mampu melanjutkan tugasnya—ia malu— tak kuasa membawa pesan sensoriknya pada bagian oksipital otak. Atau seolah dia mau memberikan kode bahwa otak yang diwakili daerah oksipital telah tegas memberikan jawaban untuk tidak menerima informasi tersebut. Kupingku, kenapa kupingku. Kenapa tidak terdengar suara kereta api di belakang gubuk, kenapa tidak mendengar suara orang begadang bermain kartu, kenapa tidak juga mendengar suara sungai yang biasanya mengambil separuh suasana malam.

“Bunda percaya, di akhir usianya beliau akan bertemu lagi dengan Ayah. Dia percaya Ayah akan pulang” petikan terakhir tulisan tersebut membuat aku bangkit dan kembali menguasai dan menyatukan seluruh bagian tubuhku untuk seiya-sekata dalam komando. Kuambil satu kertas dan kutuliskan pesan singkat pada Lastri, “Las, Aku pergi malam ini. Aku tak kuasa

untuk berpamitan langsung denganmu. Aku pergi mencari diriku yang dulu kutinggalkan, aku pergi ke rumahku. Terimakasih atas semuanya, salamku untuk Sabar dan Malik. Hanung”.

Kualunkan langkahku menuju Stasiun Kota Malang dan berharap tiket untuk hari ini masih ada.

Sinar matahari terlihat malu-malu memperlihatkan dirinya pagi ini. Mendung saling berdesakan seolah seirama dengan suasana Stasiun Gambir, penuh sesak penumpang. Para portir terus saja berteriak untuk membantu membawakan barang bawaan penumpang, petugas stasiun sesekali mengarahkan suasana. Beberapa calo terlihat tak kalah gigih mendekati calon penumpang yang terlihat kecewa tidak mendapatkan tiket.

Aku berpacu dengan laju waktu, kuarahkan langkah kakiku menuju rumah sahabatku menggunakan taksi. Sepanjang perjalanan, ada semacam paradoks dalam tubuhku, di satu sisi aku merasa ada sesuatu yang akan kembali, di sisi lainnya aku merasa tubuh ini tak pantas mendapatkannya lagi. Taksi berhenti tepat di depan rumah yang tidak asing lagi bagiku, terlihat didepan rumah seorang paruh baya sedang bersiap memasuki mobil dibantu oleh seorang lainnya yang terlihat tergesa-gesa membawakan tas.

“Pak, tunggu saya disini. Sebentar lagi aku kembali” kubuka percakapan dengan sopir taksi setelah hampir satu jam saya berada di dalamnya tanpa berbicara.

“Baik pak”

“Bing.... nggo??!” kukeluarkan parau suaraku tersendat melewati tenggorokan yang entah mengapa susah sekali membantu menyebut nama tersebut. Binggo, begitu aku memanggil sahabatku ini. Dia adalah cowok paling digandrungi cewek mulai SD. Bimo Bimantoro adalah nama lengkapnya. Sebagai lelaki, dia

hampir tidak memiliki cela, sampai dia lulus kuliah psikologi, dia tetap cowok idaman.

Lelaki paruh baya berpakaian putih ala dokter melihat ke arahku, seakan tidak percaya. Dia pandangi aku mulai ujung kaki sampai ujung kepala. Hingga beberapa detik dia tidak menjawab panggilanmu. Sama sepertiku, dia terlihat tidak percaya sambil sesekali memutar tubuhnya dan melangkah kakinya mendekati aku.

“Baaaa... tu???” mulutnya mulai terbuka dan tetap mencoba menguasai dirinya. Batu, begitu dia memanggilku. Semenjak SD seringkali Binggo kuwalahan membelaku, menasehatiku, sampai memarahiku karena sikap kerasku. Namun apapun, dia adalah lelaki kedua yang paling mengerti aku setelah Bapakku.

“Hara, benarkah itu kamu, Batu??!” sampailah tangannya pada baju lusuh, rambut kumal, dan wajah kusamku. “Darimana saja kamu?? Aku, aku...sungguh tidak mempercayai ini” dia berusaha mengejar dengan segala kekagetannya.

“Nggo, masih boleh aku tetap memanggilmu seperti itu?” sambil melihat papan nama Bimo Bimantoro, Psi. tergantung di depan balkon rumah mewahnya.

Dia hanya mengangguk dan memegang kedua lenganku. Aku balas memberi kode kedipan sambil melihat taksi kepadanya. Diapun lantas mendekati taksi dan taksipun membunyikan bel sambil berlalu.

“Mari masuk, Tu” sambil memeluk dan mendorongku masuk kerumahnya, dia memberikan tanda pada asistennya bahwa dia tidak jadi berangkat kerja.

Kuceritakan semua apa yang terjadi padanya, dan terlebih kenapa aku memilih bertemu dia dulu sebelum kerumahku. Mulai kecelakaan pada perjalanan mudik ke kampung bersama istriku Kinan, dan kedua anakku, Danang dan Cita. Kuceritakan secara

detail juga bagaimana hancurnya perasaanku ketika aku mendapati diriku selamat dengan luka ringan, namun ketiga belahan hatiku dalam keadaan kritis. Sampai akhirnya pada hari keempat aku menunggu di rumah sakit, dokter memberi kabar bahwa Danang tidak bisa diselamatkan lagi. Perasaanku tak bisa kukendalikan lagi. Aku merasa semuanya berakhir, ketiganya tidak selamat lagi. Hidupku telah usai. Di tengah depresi berat itulah aku berjalan tanpa arah. Ingatanku hilang, atau malah berganti dengan pribadi baru bernama Hanung. Hanung menemukan keluarga baru, bersama janda dan kedua anaknya. Hidup sebagai pengamen dan tinggal di pinggiran kota Malang. Sampai akhirnya tak terasa dua puluh tahun lebih aku kembali karena tidak sengaja menemukan berita tentang kisah Kinan di salah satu koran bekas yang menjadi penutup dinding di rumahku sebagai Hanung. Aku sangat yakin itu adalah tentang Kinan dan Cita.

“Nggo, pantaskah aku kembali pada mereka?” air mataku seperti pelari sprint yang tidak mau ketinggalan satu langkahpun dengan kata-kataku.

“Tu... aku masih Binggo, aku sahabat yang percaya padamu. Namun kejadian yang kamu alami sangatlah jarang terjadi, meskipun hal tersebut ada dalam catatan buku kejiwaanku” sambil menghela nafas, dia mempersilahkan aku untuk mencoba menikmati secangkir kopi hitam yang baru saja dihidangkan pembantunya. Binggo terlihat menelpon seseorang dan memintanya untuk cepat datang.

“Kamu sudah beristri kan?” tanyaku sambil melempar sedikit senyum. Binggo terkenal sangat kalem dan hampir tidak menggubris cewek-cewek yang mendekatinya sejak dulu. Sesekali dulu aku mengejeknya untuk tidak terlalu serius, nanti lupa menikah, menyesal, lalu malah mencari laki-laki untuk mendampingi hidup.

“Sudah, barusan telpon. Maaf tu, dia masih perjalanan pulang, jadi tidak bisa ikut menyambut. Bentar lagi dia nyampe kok. Beberapa bulan terakhir dia sering menemani sahabatnya sampai menginap” senyumnya terlihat memberikan jawaban atas ejekanku dulu sekaligus memberikan teka-teki tentang siapa istrinya.

“Nggo, kamu belum menjawab. Pantaskah aku kembali pada keluarga yang kutinggalkan?!”

“Tu, kamu mengalami peristiwa luar biasa lebih dari dua puluh tahun. Asesmen awalku, kamu mengalami beberapa gangguan secara bersamaan. Kecelakaan tersebut menjadi peristiwa yang menghancurkan emosimu selama empat hari tanpa kepastian. Setelah ada kepastian tentang... maaf, meninggalnya Danang, aspek emosionalmu telah hancur, kamu depresi. Depresi inilah yang membuat cara berpikirmu tidak lagi bisa kamu kendalikan. Kamu mulai berpikir generalisir, bahwa semuanya sudah berakhir. Kamu mulai percaya bahwa istri dan anak perempuanmu juga ikut meninggal. Disanalah terjadi disosiatif, semacam ketidakberdayaan ‘identitas’ psikologismu menahan distres selama empat hari” dia seolah tidak mau tergesa dan menikmati kopinya. “Disosiatif adalah gangguan yang jarang sekali terjadi di negara ini, ketika identitas aslimu sebagai ‘Hara’ tergantikan dengan siapa tadi... ‘Hanung’. Kamu tadi bercerita menemukan identitas ‘Hanung’ selang beberapa tahun dalam pelarianmu, hal tersebut dalam kitab abnormal disebut ‘Disosiatif tipe Fugue’. Namun yang sedikit aneh adalah kenapa pelarianmu selama itu, padahal dalam beberapa literatur kejiwaan abnormal saya hanya menemukan pelarian paling lama hanya hitungan tahun, bukan puluhan tahun” dia menghentikan penjelasannya dan berdiri menyambut seseorang datang.

“Sayang, maaf tidak sempat membuatkan sarapan pagi ini” begitu wanita paruh baya yang masih terlihat cantik langsung

menyalami dan mencium tangan suaminya. Matanya melihat ke arahku, sedikit berhenti dan “Harrrr....a???”

“La.... rrrrrasss???” Jadi kamu menikah dengan Bimo?” senyumku mengembang membayangkan betapa serasnya kedua pasangan ini. Lain sisi tubuhku kembali membeku setelah sebelumnya sempat merasa sedikit tenang saat mengobrol dengan Binggo. Laras, perempuan cantik, ceria dan cerdas serta sangat kritis. Dia sahabat istriku, Kinan. Aku sungguh tak menduga, Laras menikah dengan Binggo, keduanya memiliki karakter berlawanan. Binggo yang kalem, pintar, taat dan tidak neko-neko menikah dengan Laras?! Tapi itulah takdirnya. Kehadiran Laras seolah mengantarkanku sampai pada tujuan di luar dugaanku. Tanpa sedikit keraguan, Laras pasti tahu keadaan terakhir Kinan.

Pagi ingin sekali cepat berlalu, seperti kereta komuter Jakarta yang enggan berhenti lama. Perbincanganku dengan Binggo dan Laras berakhir sebelum siang karena permintaan Laras. Laras ingin aku segera menemui Kinan dan Cita. Dia tidak ingin lagi menunda waktu demi sahabatnya Kinan, dan Cita—yang dia sebut sebagai anaknya sendiri. Setelah mempersilahkanku mandi dan mengurus diri, mereka mengantarkanku ke rumah.

Mobil melaju menuju rumahku, Binggo mengemudikannya sendiri ditemani Laras mengisi kursi sampingnya. Aku duduk dibelakang, terus saja berusaha menguasai diri, menguasai bahwa aku adalah Hara, pengusaha furnitur penuh spekulasi dan keras kepala saat menjalankan bisnisnya, namun sangat penyayang keluarga. Hara, Hara, Hara, hampir seumur hidupmu tak sekalipun kamu menemui rintangan berarti, bisikku dalam hati mengingat perjalanan hidupku. Meskipun aku dilahirkan dalam keluarga sederhana, namun praktis segala upayaku berjalan tanpa rintangan

berarti sampai aku bertemu dengan kesuksesan. Istriku, Kinan, perempuan cantik namun tidak manja. Itulah mengapa aku memilih Kinan, dia tidak seperti teman cantik lainnya, manja, dan hanya melihat materi sebagai kebahagiaan. Kinan tidak, dia suka memasak. Bagiku memasak adalah indikator utama dimana wanita siap hidup dalam dimensi finansial apapun. Jika memasak saja tidak bisa, bagaimana regekan perempuan tentang kesetiaan bisa dipercaya? Bunyi *klip-klop* mobil Binggo membawaku kembali pada jok belakang.

“Nggo, bukannya rumahku lurus? Apa aku sudah lupa dengan jalanan Jakarta?” sergapku terkaget.

Binggo tetap melanjutkan perjalanan sambil menggelengkan kepala “Tidak, kamu tidak lupa tu, ingatanmu juga masih baik”

“Terus, kita mau kemana ini?” kupotong dengan segera

“Ke rumah keluargamu” jawab Laras menenangkanku

“Maksud kalian?”

“Har, bencana kecelakaan dulu mengubah segalanya, mungkin akan mengubah lagi ingatanmu yang baru pulih. Butuh biaya besar untuk menanggung biaya pengobatan kalian, biaya pengobatan korban, dan juga biaya hidup selama dua puluh tahun Har” mata Laras terlihat sendu dari kaca spion dalam.

Tubuhku yang penasaran dan tegap tidak mau bersandar dari pertama masuk mobil langsung jatuh ketika mendengar kronologi Laras. Beberapa kali Laras juga terlihat membuka *handphone* dan menulis pesan dengan seseorang yang terlihat serius. Aku tak mampu berbicara dan menegakkan kepalaku lagi, dalam bayanganku, betapa berat hidup yang dilalui Kinan dan Cita. Betapa jahatnya diriku meninggalkan mereka selama dua puluh tahun, tanpa alasan, tanpa pamit, dan tanpa kabar. Jakarta tetap tak peduli perasaanku, tak membiarkanku cepat sampai tujuan dan menghambur pada Kinan dan Cita. Jakarta adalah

keangkuhan. Macet, macet, dan macet tak mempedulikan sedikitpun betapa berharganya setiap gerakan jarum jam bagiku saat ini. Tuhan, aku rela mengganti setiap detik jam dengan satu hari hidupku asal kemacetan segera terurai.

Pukul empat lebih tiga belas menit mobil berhenti pada ruas sempit gang, entah pojok Jakarta mana aku tidak tahu. Laras dan Binggo mengajak aku turun dan menyusuri gang sempit sampai akhirnya bertemu pada rumah hijau penuh dengan pot-pot bunga di depannya. Ingatkanku melayang, betapa Kinan adalah penyuka warna hijau dan bunga. Tak kuasa aku melangkah mendekati pintu rumah.

“Tu, ayo...” ajak Binggo

“Tunggu apa lagi Har, inilah rumah Kinan dan Cita sekarang” Laras menyakinkanku

Belum juga kakiku sempat melangkah, pintu rumah terbuka dan keluar sosok gadis cantik berhijab penuh sopan.

“Tante, om...” matanya mengarah tajam namun penuh harapan kepadaku “silahkan masuk, kami sudah menunggu” tak terucap panggilan yang dulu aku kenal. Namun aku yakin dialah Cita, mata sipitnya adalah mataku, bibir tipisnya adalah bibir bundanya. Tinggi dan berkulit putih, semuanya milik bundanya.

“Har...mari masuk” ucap Laras seperti mempersilahkan tamu hotel.

“Nggo, Ras...aku....” tetap saja sebagian dari tubuhku menolak untuk menghadapi kenyataan. Pertempuran sengit kurasaan sedang terjadi layaknya perang besar dalam film kolosal dalam kepalaku. Kurasaan darah korban perang merembes ke jantungku, air mata akibat perang telah terasa mengalir tiap milimeter hatiku. Aku merasa hidupku akan berakhir hanyut mengikuti arus banjir darah dan air mata, sampai aku merasa ada yang menarik tanganku saat aku mulai susah bernafas.

“Ayah...” seketika tubuhnya menghambur memeluk tubuhku yang ringkih.

Panggilan, suara, pelukan anakku Cita menarikku kembali ke perahu kecil untuk kembali berlayar dalam samudera. ‘Ayah...’ suara itu menuntunku melewati lorong gelap waktu puluhan tahun lalu. Membuatku kembali mengumpulkan puing semangat yang terserak sepanjang lorong panjang nan gelap itu. Semangat, ya, semangat. Dia bagai obor yang siap kapan saja dipantik untuk menerangi lorong jalur sinaps neuron di otak yang mulai digerogeti waktu, *decay*.

Pelukanmu, Cita, membisikkan kembali cerita bahagia yang terpisah di seberang waktu. Melangkahkan kakiku mendekati sesosok manusia yang paling kudambakan seumur hidupku, Kinan.

“Bunda, ini Cita” sambil mengelus rambut Kinan, Cita melanjutkan “Bunda waktunya telah tiba, waktu telah membayar lunas kepercayaan dan kesetiaan bunda. Ayah datang..” tak kuasa, bendungan menahan laju air mata Cita. Sambil menunduk, tangannya hanya mampu menutupi mulut yang ikut terbuka.

Kinan, wajahmu tetap terlihat ayu, meski beberapa saraf terlihat tidak mau menyambungkan kisah ayumu lagi, meski terlihat datar. Matamu sayu namun selalu memendam semangat, mata yang selamanya akan memikatku, mengikatku.

“Kinan...aku Hara, Suamimu. Maafkan aku Kinan” kemana perbendaharaan kata yang kumiliki, tak mampukah lidahku memproduksi morfem dalam bungkus sintaksis?

“Mas Hhh..harra” lirik suara Kinan, seperti alunan musik klasik mengantarkan maknanya. Terlihat datar ekspresinya, tak mampu lagi otaknya menjadi dirigen bagi wajah mengikuti suasana emosinya.

“Lihatlah catatanku” sambil menunjukkan buku tebal berwarna hijau pudar dipangkuannya, air matanya menetes.

Kupeluk erat wanita hebat yang telah mendampingi hidupku. Kinan, kau dampingi aku, saat aku ada ataupun tidak ada disampingmu. Aku merasa ada yang ingin dia sampaikan, namun aku teringat kata-kata Laras, *alzheimer* telah menggerogoti ingatannya. Terus saja memorinya dirusak tanpa memberikan kesempatan baginya untuk memperbaikinya, bagaikan senjata modern terus menggempur penduduk Palestina—tanpa jeda, tanpa tahu sampai kapan akan berakhir.

Kuambil buku hijau kusam di pangkuannya dan mulai kubaca.

“Mas Hara, aku yakin kau akan kembali. Seperti keyakinanmu akan datangnya sinar matahari mengganti gelapnya malam. Mas, aku ingin tetap mengenang anugerah terindah hidupku, kau dan anak-anak kita. Meskipun aku tahu hanya sedikit waktu yang diberikan padaku untuk menjaganya dalam otakku. Dokter menjatuhkan vonis *alzheimer* sepuluh tahun usai kecelakaan itu. Mas, hanya tulisan ini yang bisa mewakili apa yang selama ini kudoakan. Obat resep dari Dokter ataupun suami Laras tak mampu membendungnya. Mas, aku ingin menyatu dengan lupa, bukan melawannya” sejenak ingatanku mengarah kembali pada gubuk reot tempat Lastri, Sabar dan Malik.



PENDIDIKAN

ANAK MERDEKA TANPA LES DAN PR DI SEKOLAH

Setelah beberapa menit mendengarkan cerita embak (kakak perempuan) tentang *bullying* psikologis yang dilakukan guru kelas kepada anaknya di telpon, saya tidak lagi mampu menahan marah. Suara saya mulai meninggi—bergetar, dan cara berpikir waktu itu juga mulai tidak terkontrol. Untungnya saya sedang berada jauh dari rumah embak, enggak tahu bagaimana kalau saya berada di lokasi. Terkadang menghadapi situasi frustrasi memang lebih baik tidak berada di lokasi secara langsung.

Ceritanya begini, keponakan saya mogok tidak mau sekolah beberapa hari. Padahal waktu itu Ujian Nasional tinggal beberapa minggu lagi. Usut punya usut, ternyata dia dirundung terus-menerus selama berhari-hari oleh guru kelasnya sendiri karena tidak mengikuti jam tambahan belajar (les) di rumah gurunya waktu sore hari. Dia dituduh secara membabi buta oleh gurunya, *kelayapan lah, keluyuran lah, pacaran lah*, dan lainnya. Padahal orangtuanya memprioritaskan dia untuk sekolah diniyah (sekolah agama islam sore hari). Bahkan—yang paling membuat saya naik pitam, perundungan dilakukan menggunakan sarana doa dan diamini oleh teman sekelasnya. “Kita doakan yang tidak ikut les dan keluyuran nanti kena musibah hamil di luar nikah”. Itulah kalimat yang diucapkan keponakan saya saat saya menelponnya.

Hanya gara-gara dia tidak ikut sesi les (di rumah guru kelasnya) karena dia harus sekolah diniyah. Gila!

Akhir cerita, saya melakukan advokasi via telpon kepada kepala sekolah dan masalah diselesaikan. Meskipun sampai sekarang guru kelasnya tidak pernah meminta maaf secara langsung. Tulisan ini tidak sedang menyoroti kasus *bullying* tersebut—karena sudah terjadi beberapa tahun yang lalu, tapi saya ingin melihat fenomena jam *les* dan juga pemberian pekerjaan rumah (PR) kepada anak-anak sekolah dasar.

Fenomena Les di Sekolah Dasar

Di daerah asal saya—Rembang Jawa Tengah (yang sekarang lebih terkenal karena heroiknya Yu Patmi), sangat sulit untuk menemukan sekolah dasar (terutama negeri) yang guru-gurunya tidak memberikan les di sore hari. Terutama untuk pelajar kelas 5 dan 6. Dulu, saya juga termasuk salah satu “korban” kegiatan tersebut. Masih kuat dalam ingatan, seringkali saya bertengkar mulut dengan Emak (ya Allah, muliakanlah beliau) gara-gara saya tidak bisa membantu beliau di sore hari. Kemudian hari setelah dewasa saya tahu beliau marah bukan karena les, melainkan karena hal tersebut saya tidak dapat memperdalam ilmu agama di sekolah diniyah.

Fenomena les—atau jam pelajaran tambahan yang dilakukan di luar jam sekolah, di perkotaan dengan di daerah memang sedikit berbeda. Kontur sosiokultural antara masyarakat perkotaan dan daerah (pedesaan) memang berbeda. Jika di masyarakat kota—yang merupakan sebutan untuk masyarakat industri—les justru seolah menjadi kebutuhan, trend, dan gaya hidup, di masyarakat pedesaan les acapkali dianggap pengganggu oleh sebagian keluarga. Masyarakat kota memang memiliki waktu bekerja yang lebih lama (antara pukul 7-8 pagi sampai jam 4 sore bahkan sampai jam 8 malam), jadi menjadi sebuah hal yang

dianggap wajar jika mereka menginginkan jadwal sekolah anak-anak mereka lebih panjang. Lagian, kalau anak-anak mereka pulang cepat juga mau ketemu siapa.

Bandingkan dengan masyarakat pedesaan (perkampungan/daerah) yang jenis pekerjaan dan jam kerjanya sangat bervariasi. Kohesivitas antar tetangga masih sangat kuat, sehingga mereka tidak terlalu khawatir anak mereka pulang lebih cepat dan bermain di kampung. Alasan utama orang-orang desa tidak terlalu memikirkan *les-lesan* adalah karena mereka terkadang juga membutuhkan anak-anak mereka untuk membantu pekerjaan-pekerjaan mereka, mulai pekerjaan rumah sampai pekerjaan lainnya.

Yang menjadi pertanyaan saya adalah, mengapa les itu dilakukan oleh guru-guru di daerah? Seingat saya dan juga menurut testimoni teman-teman, les hanyalah pengulangan materi yang ada di sekolah. Bahkan untuk beberapa kasus (seperti kasus keponakan saya di atas), les diadakan justru untuk menjadi pembelajaran utama. (hanya) dari les tersebut anak-anak akan mendapatkan tips dan trik mengerjakan pelajaran dengan baik dan cepat. Lebih aneh lagi, di akhir sesinya, les memberikan pekerjaan rumah (PR) yang dikoreksi keesokan harinya di kelas. Jadi, intinya les secara terselubung menjadi kegiatan utama pembelajaran. Anak-anak yang tidak ikut les, otomatis tidak mendapatkan PR dan tidak bisa mengerjakannya. Berbagai jenis sanksi otomatis menunggu mereka yang tidak mengikuti sesi les.

Terlepas apakah les jenis ini berbayar atau tidak, bagi saya hal tersebut telah merenggut banyak hak anak-anak dan hak orangtua mereka. Pertanyaan lanjutannya adalah: apa fungsi pembelajaran di jam resmi sekolah?

PR, *The Nightly Nagging*

Apakah kalimat yang paling menakutkan bagi sebagian kita semasa SD sesaat setelah bel tanda masuk kelas berbunyi? Saya masih ingat betul, dulu saya seringkali takut jika guru menanyakan PR. Sepertinya sampai hari ini tidak banyak yang berubah dari hal tersebut. PR merupakan kata-kata menakutkan yang kerap membuyarkan keceriaan pagi anak-anak sekolah.

Pekerjaan rumah (*homework*) adalah anak peradaban sistem sekolah kita. Para ahli pendidikan di barat menyebutnya dengan kelakar *the nightly nagging* atau omelan omong kosong di malam hari. Sebutan yang muncul karena hampir kebanyakan orangtua (terutama ibu) larut dalam PR anaknya dan melancarkan omelannya di setiap malam. Sedari kecil sampai sekarang, saya masih bingung dengan apa yang diharapkan oleh guru dengan memberikan PR kepada anak-anak kecil sewaktu SD. Kalau jawabannya ingin menambah jam belajar anak, saya rasa istilah *the nightly nagging* sudah menjadi jawabannya. Tapi kalau ingin menanamkan sifat pembelajar (*learners*) pada anak-anak, mari kita urai.

Melihat hasil penelitian

Melalui studi meta-analisis pada tahun 2006, seorang Profesor Psikologi di Duke, Harris Cooper dibantu dua rekannya menemukan PR di sekolah dasar (di Amerika kelas 5) tidak berkontribusi terhadap prestasi akademik. Penelitian yang menganalisis data pendidikan mulai tahun 1983 sampai 2003 tersebut juga menekankan bahwa PR untuk anak SD bukan saja berimbas pada pelajar, melainkan juga berimbas pada orangtua/pengasuhnya di rumah. Sebagai bentuk *satire* dari hasil penelitiannya, Cooper memberikan kabar baik PR bagi pelajar yang telah memasuki tahap sekolah menengah–baik menengah

pertama ataupun atas–bahwa mereka dapat menyadari dan merasakan betapa pekerjaan rumah sewaktu mereka anak-anak tidak terlalu bermanfaat.

Situs Timeforkids.com banyak merilis hasil-hasil penelitian yang menyatakan bahwa kebanyakan PR diselesaikan bukan oleh anak, melainkan orangtua mereka. Beberapa artikel dalam situs tersebut dengan pedas mengkritik keberadaan PR yang dinilai menambah stress (bahkan depresi) anak-anak pada usia mereka yang masih sangat belia. Mereka menolak asumsi jika PR akan meningkatkan sikap disiplin anak, membantu masalah ujian nasional dan keterlibatan positif orangtua.

Berbeda dengan penelitian di atas, Robert M. Pressman dan dua rekannya melalui buku yang berjudul *“The Learning Habit: A Groundbreaking Approach to Homework and Parenting That Helps Our Children Succeed in School and in Life”* menjelaskan bahwa yang menjadi masalah dalam PR bukan hanya konten/isi PR-nya, melainkan juga cara dan metode orangtua/pengasuh saat mendampingi anaknya mengerjakan PR. Masalah terbesar PR pada keluarga adalah karena kebanyakan orangtua menggunakan metode sesuai dengan pengalaman mereka (dulu) saat mendampingi anak mereka belajar. Buku tersebut juga menggaris bawahi, seharusnya orangtua merubah paradigmanya–pendampingan belajar bukan saja untuk keberhasilan anak di sekolah, tetapi mengembangkan kebiasaan belajar yang dibutuhkan anak untuk berkembang sepanjang hidup mereka.

Terdapat benang merah dari berbagai penelitian yang dilakukan terkait PR untuk anak SD. Bahwa PR tidak harus dihapus, melainkan diganti pendekatan dan metodenya. Artinya, para ahli bersepakat bahwa pembiasaan belajar perlu untuk anak usia SD.

Menanggapi berbagai hasil penelitian, di Florida Amerika Serikat, hari ini sedang *booming* tentang kebijakan penghapusan pekerjaan rumah bagi anak-anak SD. Sebagai gantinya, *The Washington Post* mewartakan bahwa pemerintah Florida menerapkan pendekatan baru, yaitu dengan menugaskan anak-anak membaca selama 20 menit setiap malam (*The Washington Post*, 17 Juli 2017). Tujuannya adalah menjadikan waktu selepas sekolah menjadi waktu kreatif bagi pelajar, karena mereka dibebaskan untuk membaca apapun. Selain itu, kebijakan tersebut juga membidik peningkatan kualitas hubungan keluarga (anak-orangtua) dengan pendampingan pemilihan bahan bacaan dan lain sebagainya.

Mengembalikan Fungsi Kelas

Inti kebijakan penghapusan PR di Florida adalah untuk meningkatkan kepercayaan masyarakat kepada sekolah, guru dan kurikulumnya. Mereka ingin mengembalikan efektifitas waktu belajar di sekolah sekaligus mengaktifkan waktu keluarga (masyarakat) di luar sekolah. Kebijakan tersebut juga mendorong terciptanya ruang-ruang kreativitas bagi anak di luar sekolah. Seperti bermain dengan teman sebaya, menciptakan karya (mainan), dan juga menjalin hubungan sosial positif dengan lingkungannya. Meskipun keputusan tersebut memantik kontroversi, namun bagaimanapun juga tetap patut diapresiasi.

Jika di Amerika masalah PR diselesaikan dengan kebijakan, maka saya juga menunggu masalah ini didekati dan disentuh secara lebih komprehensif di Indonesia. Saya tidak menafikan sama sekali manfaat dari PR bagi pelajar. Namun, kita harus melihat dalam berbagai perspektifnya—mulai tahapan pendidikan, metode, konten sampai pada durasi waktunya. Saya juga teringat

usulan bupati Purwakarta Dedi Mulyadi yang melarang PR akademik dengan Surat Edaran No 421.7/2014/Disdikpora.

Sudah saatnya kita mengurangi beban anak-anak kita dengan lebih mengutamakan kepentingan perkembangan masa depan mereka. Momen 17-an patut kita dedikasikan untuk memerdekakan anak SD dari tugas tambahan akademik yang secara ilmiah tidak memberikan dampak baik untuk perkembangannya. Kembalikan mereka kepada habitat perkembangannya. Ingat, selain sekolah mereka juga memiliki orangtua, teman sebaya dan masyarakat. Bukankah punggung anak-anak kita sudah terlalu capek dengan isi tas besar mereka saat mereka pergi ke sekolah?? Merdeka!

Sumber bacaan:

Cooper, H., Robinson, J. C., & Patall, E. A. (2006). Does homework improve academic achievement? A synthesis of research, 1987–2003. *Review of educational research*, 76(1), 1-62.

Donaldson-Pressman, S., Jackson, R., & Pressman, R. (2014). *The learning habit: A groundbreaking approach to homework and parenting that helps our children succeed in school and life*. Penguin.

The Washington Post. (2017). *Why this superintendent is banning homework—And asking kids to read instead*. <https://www.washingtonpost.com/news/answer-sheet/wp/2017/07/17/why-this-superintendent-is-banning-homework-and-asking-kids-to-read-instead/>

LITERASI ANAK USIA DINI

Meskipun sempat reda oleh diskusi tahunan PKI, wacana tentang pendidikan berkarakter berbasis *Full Day Sschool (FDS)* tetap saja menarik untuk dibicarakan. Saat berbicara di JIC dalam forum guru PAUD se-DKI, Presiden Jokowi menggulirkan angin segar bagi para pendidik usia emas ini. Presiden mengatakan bahwa akan ada alokasi dana untuk tambahan kesejahteraan guru PAUD berdasarkan payung hukum Perpres No. 87 Tahun 2017 tentang Penguatan Pendidikan Karakter. Pidato Jokowi tersebut ibarat titik terang bagi penantian panjang guru PAUD untuk disejajarkan dengan guru tingkat pendidikan formal.

Bagi saya pribadi, *speech* Presiden yang menarik adalah bahwa PAUD (dan sederajat) disebut sebagai bagian Penguatan Pendidikan Karakter (PPK). PPK sendiri dalam Perpres disebutkan sebagai:

“Gerakan pendidikan di bawah tanggung jawab satuan pendidikan untuk memperkuat karakter peserta didik melalui harmonisasi olah hati, olah rasa, olah pikir, dan olah raga dengan pelibatan dan kerja sama antara satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat sebagai bagian dari Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM)”

Bagaimana dengan posisi PAUD? Keterangan lanjutan Pasal I Perpres pada poin 3 dan 5 menyebutkan bahwa PAUD dapat disebut sebagai Satuan Pendidikan Nonformal, yaitu kelompok

layanan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan pada jalur pendidikan nonformal atau di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.

Sebutan bagian PPK bukanlah hal sembarangan yang sekarang disandang seluruh pengelola PAUD (dan sederajat) se Indonesia. Sorotan publik sudah barang lazim akan mulai mengarah pada PAUD dan pengelolaannya. Kata “karakter” yang terus menerus didengungkan, saya rasa sudah waktunya untuk diurai dan diimplementasikan dalam jalur PAUD. Tulisan ini ingin mengajak pembaca untuk melihat salah satu bagian karakter yang harus terbangun sejak dini, yaitu literasi. Literasi dalam pemahaman lama disamakan dengan istilah *melek* huruf dan keaksaraan. Kita tahu hari ini literasi telah mengalami perluasan makna sedemikian rupa sebagai sebuah kemampuan dasar manusia untuk memahami, menganalisis dan mengolah informasi dalam dan untuk kehidupan. Menghargai dan mencintai buku adalah salah satu masyarakat dengan literasi yang baik. Pertanyaannya adalah, bagaimana kita melihat bahwa kemampuan tersebut ditanam dan dipupuk sejak anak-anak masuk PAUD?

Setiap orangtua berbicara tentang kualitas sekolah dan mencoba menimbang dan membandingkannya sebelum memasukkan anak-anak mereka. Jamak kita melihat dan mendengar bangunan gedung sekolah sebagai faktor utama kualitas sekolah, biasanya ditambah dengan fasilitas lain dan ditunjang biaya sekolah yang wow. Sedikit orangtua yang mau turun ke sekolah dan melihat secara langsung apakah fasilitas sekolah tersebut menunjang kompetensi anak-anak mereka—terutama dalam hal literasi.

Berikut saya rangkumkan beberapa teknik yang harus digunakan untuk menstimulasi dan memberi dukungan literasi anak usia dini (AUD). Ketujuh strategi ini telah didukung teori dan dibuktikan dalam penelitian. Kita—baik sebagai orangtua ataupun sebagai guru PAUD, harusnya mulai mengecek ulang dan

mengevaluasi pendekatan dan strategi yang telah kita gunakan untuk anak-anak kita.

Membaca dengan Keras dan Banyak Berbicara

Guru dan orang tua sering kesulitan menemukan formula terbaik untuk menanamkan literasi dengan mengenalkan buku dan menyampaikan informasi kepada anak-anak. Membaca buku dengan keras merupakan hal sederhana yang dapat menarik minat anak untuk mengetahui hal-hal dalam buku. Anak saya selalu penasaran dengan jajaran huruf dalam buku dan terlihat senang jika saya mulai membacakan buku untuknya. Fokusnya juga terlihat sangat baik untuk memperhatikan tema-tema, asalkan tema tersebut cukup menarik bagi dia. Oleh karena itu pilihlah buku yang sesuai dengan minat anak agar terjadi proses yang disebut *dialogue reading*. *Dialogue reading* merupakan percakapan alami tentang buku yang dibaca untuk menjelaskan, membuat anak merasa mengalami, menarik perhatian, serta meningkatkan pengalaman mereka. Penelitian menunjukkan data bahwa membaca dengan keras dapat membantu anak-anak membangun kosa kata, konsep, dan kecerdasan. Sepertinya kita harus memasukkan aktivitas tersebut dalam kotak *check list* untuk mengukur kualitas pembangunan literasi di PAUD.

Menempelkan Logo Huruf di Sekitar Ruang Kelas/rumah

Menempelkan berbagai media di sekitar ruang belajar adalah cara yang tepat untuk mengenalkan secara langsung dan setiap saat kepada anak-anak. Melihat label huruf, angka dan tanda baca disekitarnya (apalagi dalam bentuk dan warna yang menarik) adalah sebuah pengalaman yang menarik bagi setiap anak. Mereka akan secara langsung terpapar dengan berbagai simbol aksara dan mulai mengenalinya sebagai simbol. Tugas guru (dan orangtua) kemudian adalah memberikan stimulasi yang menarik

dengan menghubungkan simbol-simbol tersebut dalam kehidupan anak sehari-hari. Misalnya menggunakan kursi untuk mengenali angka 4. Guru juga bisa menggunakan kartu atau stiker yang bergambar huruf—dengan berbagai modifikasi, untuk mengenalkan anak-anak pada aksara.

Keterpaparan berulang terhadap label akan sangat menyenangkan bagi anak-anak berusia 2 sampai 4 tahun yang memungkinkan mereka mengenali kata-kata penglihatan untuk membangun fondasi untuk membaca. Strategi ini memungkinkan AUD untuk mempelajari konsep tentang apa itu sebuah kata, membaca petunjuk saat melihat logo yang ditempel, dan bahkan menguasai dasar-dasar untuk mengeluarkan sebuah kata melalui penggunaan tindakan langsung dan teknik multisensori untuk membaca label.

Pola pengenalan aksara melalui teknik ini sangat efektif untuk membantu AUD mengenali pola huruf (*decode*) dan menarik minat anak-anak untuk bukan hanya mengeja, namun juga mengucapkan nama-nama benda disekitar mereka. Seperti dalam teori *neuroscience* yang mengatakan bahwa membaca dan mengeja melibatkan dua mekanisme sekaligus, yaitu melibatkan memori *leksikal (lexical memory)* saat mereka mengeja keseluruhan kata, dan juga sekaligus belajar aturan fonologis subleksikal (*sublexical phonological rules*) saat mengorespondensikan teks dengan suara.

Merancang Literasi Multisensor

Strategi keaksaraan multisensori meliputi bernyanyi, berbaris, seni dan kerajinan tangan, gerakan fisik, dan bahkan mencicipi. Kita bisa menggunakan salah satu atau campuran diantaranya untuk membuat anak gembira, sekaligus tertarik untuk mengenali aksara. Aktifitas literasi di PAUD harus melibatkan keceriaan dalam setiap pengenalan aksara. Sebagai contoh, ajarkan anak-

anak untuk mengucapkan bunyi huruf terlebih dahulu sebelum memberitahukan hurufnya. Anak-anak adalah tipe penggembira, sehingga butuh teknik yang melibatkan aktivitasnya secara langsung untuk mengenali aksara. Aktivitas makan, minum, mandi dan lainnya sebisa mungkin dilakukan menggunakan perangkat yang melibatkan langsung penggunaan aksara seperti huruf dan angka—atau melibatkan mereka untuk mengeja satu atau dua kata yang ada dalam buku, majalah, (petunjuk penggunaan) mainan dan lainnya. Silahkan catat dan masukkan aktivitas multisensor sebagai indikator kualitas literasi di PAUD.

Bergembira dengan Nama

Nama merupakan perangkat sederhana untuk mengenalkan aksara kepada anak, baik secara auditori maupun secara verbal. Nama disebut akan menjadi sebuah metode efektif untuk digunakan karena berhubungan langsung dengan kepribadian anak. Gunakan nama setiap anak untuk memantik rasa ingin tahu mereka terhadap aksara. Kita bisa menggunakannya sebagai *lakon* cerita, mengubah lagu dan menyisipkannya, menggunakannya sebagai peraga permainan dan lain sebagainya.

Sebagai salah satu atribut kepribadian, nama adalah perangkat sederhana, namun sangat penting untuk memancing minat anak terhadap aksara. Silahkan masukkan teknik ini dalam daftar pengenalan literasi yang berkualitas.

Bergembira dengan Suara

Teknik ini bisa dimulai dengan suku kata berima dan bertepuk tangan yang pada akhirnya mengarah pada belajar tentang fonem, suara yang membentuk kata-kata. Kita bisa melihat kualitas lembaga PAUD melalui teknik-teknik sederhana yang mengenalkan anak-anak tentang konsep dasar berbahasa. Pendekatan dengan teori Vygotsky misalnya—melahirkan sebuah

teknik yang menggunakan anggota tubuh sebagai stimulasi untuk mengaitkan suara dengan huruf, sesuai dengan tahapan perkembangan berpikir anak.

Teknik ini mampu menyampaikan konsep abstrak seperti fonem menggunakan benda-benda konkret seperti tangan, jari, bahu, kepala dan lain sebagainya. Sekarang, silahkan Anda datang ke lembaga Pendidikan Anak Usia Dini tempat anak Anda sekolah atau akan disekolahkan. Lihatlah guru-guru disana, apakah mereka menggunakan teknik pengenalan fonem dengan benda-benda konkrit atau tidak. Apakah mereka menggunakannya dalam perpaduan suara yang menarik minat anak atau tidak. Jika iya, anda bisa menambahkan lagi satu *check* untuk mereka.

Mewarna, Menggambar, Menulis dan Membacanya Kembali

Aktivitas yang melibatkan pensil dan kertas membantu anak-anak untuk mengaktifkan sirkuit baca melalui aktivitas seni sederhana, coret-mencoret, mewarna, menggambar, dan berpura-pura menulis pada awal masa kanak-kanak. Menggambar dan menulis membantu pemula mensintesis, mengkoordinasikan, dan menerapkan semua aspek awal membaca.

Yang harus dilakukan oleh guru adalah mencoba untuk menstimulasi anak-anak untuk “seolah-olah” membaca hasil coretan, gambar, tulisan atau apapun karya anak-anak. Melakukan aktivitas membaca kembali karya mereka merupakan cara sederhana yang mampu membantu anak-anak untuk lebih fasih dalam mengucapkan kata-kata dan sekaligus terus memberikan mereka rasa penasaran akan keaksaraan.

Buku Penghubung Literasi

Buku penghubung literasi dibutuhkan untuk memantau kemajuan literasi anak dan sekaligus menetapkan target atau tujuan yang tepat kedepan. Praktisi PAUD dapat mengikuti model penilaian

fase perkembangan keaksaraan menggunakan teori dasar perkembangan Piaget dengan mengamati bagaimana perubahan produksi tanda secara kualitatif pada anak-anak. Kita bisa mengambil sampel tulisan atau coretan anak dan mengamati respon anak dari hari ke hari terkait tanda dan simbol aksara.

Keenam aktivitas di atas dapat terus diamati dan diberikan rating untuk memantau perkembangan literasi dasar anak usia dini sampai mereka masuk pada usia anak-anak awal pada akhir kelas satu sekolah dasar.

Secara keseluruhan, ketujuh teknik di atas sangatlah fleksibel dan dapat anda sajikan secara bertahap untuk mendapatkan perhatian anak-anak tentang literasi. Ketujuh teknik tersebut juga harus disajikan dengan metode menyenangkan dan terus diulang-ulang secara konsisten bukan saja oleh guru dan lembaga PAUD, namun juga didukung dengan mengayakan orangtua di rumah. Artinya, kerjasama produktif antara lembaga PAUD dan orangtua sangat dibutuhkan untuk membuat level PAUD menjadi lebih berkualitas.

Sumber Bacaan:

- Gentry, J. Richard. (2014). *What Is High Quality Literacy Instruction in Preschool? | Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/raising-readers-writers-and-spellers/201401/what-is-high-quality-literacy-instruction-in>
- Gentry, J. Richard. (2010a). *Can Babies Really Read? What Parents Should Know!* Psychology Today. <http://www.psychologytoday.com/blog/raising-readers-writers-and-spellers/201010/can-babies-really-read-what-parents-should-know>
- Gentry, J. Richard. (2010b). *Find Your Child's Reading Level in 60 Seconds!* Psychology Today. <http://www.psychologytoday.com/blog/raising-readers-writers-and->

spellers/201008/find-your-childs-reading-level-in-60-seconds

Gentry, J.R. (2010). *Raising Confident Readers: How to Teach Your Child to Read and Write – from Baby to Age 7*. Hachette Books. <https://books.google.co.id/books?id=nL80dRF83XQC>

Gentry, J.Richard. (2011). *The Top 10 Reasons to Teach Your Baby or Toddler to Read*. Psychology Today. <http://www.psychologytoday.com/blog/raising-readers-writers-and-spellers/201107/the-top-10-reasons-teach-your-baby-or-toddler-read>

GAYA BELAJAR

Sambil menuang kopi, Doni mengeluhkan perkuliahan yang harus dihadapinya semester ini gara-gara harus bertemu lagi dengan dosen yang menurutnya sulit untuk dipahami keterangannya saat di kelas. Di lain tempat, sekelompok dosen sedang berbincang santai tentang hasil survey kepuasan layanan dosen yang lagi-lagi menempatkan beberapa dosen yang hampir sama dengan semester sebelumnya dalam urutan teratasnya.

Selama bertahun-tahun, para pengajar dan pelajar sama-sama berjibaku dalam proses pembelajaran—di satu sisi pengajar terus berjuang dengan cara pengajar, pada sisi lainnya pelajar juga terus menerus berjuang untuk memperbaiki cara belajar mereka. Hampir bisa dipastikan bahwa setiap pengajar (guru dan dosen) memiliki gaya khusus dalam mengajar, begitu juga setiap pelajar yang memiliki gaya dalam belajar. Masalah dalam pembelajaran, baru akan terlihat jika gaya mengajar seorang pengajar tidak sesuai dengan gaya belajar beberapa pelajarnya.

Sejatinya setiap dari kita telah menyadari bahwa kita berbeda dengan saudara, orangtua, dan juga berbeda dengan teman-teman kita. Perbedaan tersebut terlihat saat kita merasakan bahwa orangtua kita mungkin terasa memaksakan kehendaknya kepada kita. Atau bahkan sebaliknya, kita seringkali memaksakan kehendak kita kepada anak-anak kita. Padahal mereka tidak tertarik kepada bidang yang kita kehendaki untuk mereka kuasai. Pada saat itu, kita mungkin mulai

mempertanyakan mengapa anak-anak kita tidak tertarik atau tidak mampu “menangkap” hal-hal yang sewaktu kita kecil kita mampu melakukannya. Saat mengingat masa-masa sekolah, kita mungkin juga sering bertanya mengapa beberapa guru menurut kita “lebih baik” dibanding guru yang lainnya. Mengapa juga kita dan anak-anak lainnya lebih menyukai pelajaran tertentu dibandingkan pelajaran yang lainnya.

Pertanyaan-pertanyaan di atas memang terlihat seperti hal yang sederhana, namun sebenarnya hal tersebut penting dalam dunia pendidikan. Selama bertahun-tahun, ilmu pendidikan mempelajari pertanyaan-pertanyaan tersebut dan telah menemukan satu benang merah—bahwa pertanyaan selayaknya bukan saja kita buat dengan narasi ‘bagaimana pelajar belajar memahami pelajaran?’ namun juga harus dilengkapi dengan narasi pertanyaan ‘bagaimana mereka menerima pelajaran dari guru mereka?’. Artinya, pendidikan bukan hanya masalah bagaimana pelajar belajar, namun juga bagaimana gurunya menyampaikan pelajaran tersebut.

Seperti yang diketahui bersama, bahwa setiap orang belajar dengan cara berbeda dari yang lainnya. Namun sayangnya selama bertahun-tahun gaya belajar seseorang seolah dikotakkan hanya dalam tiga kategori besar. Sebagian orang belajar dominan dengan menggunakan penglihatannya (gaya visual), sebagian lainnya lebih menggunakan pendengarannya (gaya auditori) dan sisanya menggunakan cara langsung bersentuhan dengan objek belajarnya dengan mempraktekannya (gaya kinestetik/fisik). Senyatanya ketiga gaya belajar tersebut memiliki cakupan yang sangat luas, sehingga dapat kita kategorikan ulang dalam beberapa kategori kecil.

Berikut adalah kategori gaya belajar yang disusun oleh behavioris Scott Black yang didasari dari teori Howard Gardner, sang profesor termasyhur Harvard:

1. Gaya Linguistik

Pembelajar linguistik adalah orang yang paling banyak belajar melalui keterampilan linguistik termasuk membaca, menulis, mendengar, atau berbicara. Terkadang, orang-orang yang menggunakan gaya ini mengkombinasikan ketiganya. Metode pembelajaran terbaik bagi orang

dengan gaya linguistik adalah membaca, kemudian mendengarkan rekaman audio dan mencatatnya. Bagi orang-orang linguistik, konsentrasi mereka akan lebih baik jika mereka bukan hanya memahaminya, namun juga mencatatkannya. Tidak mengherankan, jika banyak akademisi adalah seorang dengan gaya linguistik.

2. Gaya Naturalis

Merupakan gaya belajar individu yang membutuhkan praktik langsung, mengalami dan berinteraksi langsung dengan sumber belajarnya. Hal tersebut terdengar seperti kerja seorang ilmuwan. Memang begitulah orang-orang naturalis, mereka menyukai pengalaman, terjun ke lapangan untuk mengamati apa yang terjadi, kemudian menangkap pengetahuan terbaik bagi mereka untuk kemudian diuji cobakan.

3. Gaya Musikal atau Aural

Orang-orang dengan gaya musikal adalah orang-orang yang belajar dengan menggunakan irama, melodi dan ritme. Seorang musisi adalah contoh paling tepat untuk orang-orang dengan gaya ini. Musikalis biasa mendengarkan melodi dan ritme yang datang kapanpun juga—mereka mempelajari hal tersebut dan menggabungkannya menjadi hal yang baru. Bisa jadi sewaktu anak-anak, orang jenis ini akan terlihat sangat menjengkelkan, karena seringkali mengetuk meja di kelas, bersiul, mengentakkan kaki, bergoyang-goyang dan bersenandung saat mata pelajaran berlangsung. Bagi mereka irama dibutuhkan sebagai latar belakang pembelajaran. Musik adalah kebutuhan, bukan gangguan.

4. Gaya Kinestetik

Seseorang dengan gaya kinestetik biasanya baru dapat memahami sesuatu jika mereka benar-benar telah mengalami dan melakukannya. Mereka bersifat sangat ilmiah, karena membutuhkan percobaan secara langsung dalam belajar. Seorang kinestetik disebut akan sangat cocok bila bekerja dalam bidang yang membutuhkan pengalaman langsung, alih-alih hanya memahami teks seperti di kelas. Beberapa pekerjaan berbasis kinestetik yang paling umum adalah seni, manufaktur atau bidang kreatif—seperti terapi fisik, tarian, akting, pertanian, pertukangan, operasi, dan pembuatan perhiasan.

5. Gaya Visual-Spasial

Seseorang dengan gaya ini adalah orang yang akan belajar dengan baik jika ada alat bantu visual untuk membimbing proses belajar. Seperti diagram, gambar, grafik atau yang lainnya. Biasanya, orang-orang ini cenderung berorientasi teknis dan memasuki bidang teknik, salah satunya adalah bidang IT. Kita bisa melihat berapa banyak teman kita yang jurusan IT tapi kemampuannya tidak lebih baik dari mereka yang tidak mengambil IT namun menekuninya karena merasa itulah dunianya. Mengapa? Karena mahir dalam pemrograman dan IT mengharuskan seseorang menjadi pembelajar visual atau spasial yang kuat. Hampir semua yang berkaitan dengan komputer bersifat konseptual dan bergantung pada representasi grafis atau visual komponen yang sebenarnya tidak dapat dilihat (misalnya byte).

6. Gaya Logis-Matematis

Seseorang dengan gaya logis atau matematis harus mengklasifikasikan atau mengkategorikan sesuatu. Mereka juga cenderung memahami hubungan atau pola, angka dan persamaan, lebih baik dari yang lain. Gaya belajar ini jelas dimiliki oleh semua matematikawan, sebagian besar insinyur dan profesi teknis lainnya.

7. Gaya Interpersonal

Banyak diantara kita mampu belajar dengan baik jika telah mengkoreksi dan atau berinteraksi dengan orang lain. Seringkali, orang-orang ini berbagi cerita, bekerja paling baik dalam tim, dan membandingkan gagasan mereka dengan gagasan orang lain. Dalam arti tertentu, orang lain yang membantu mereka memikirkan gagasan baru mereka sendiri. Mereka seringkali merupakan pemimpin yang baik dan juga pemain tim. Anda sering melihat orang-orang ini di berbagai bidang politik, psikologi atau ilmu sosial lainnya.

8. Gaya Intrapersonal atau Soliter

Sebagai lawan dari interpersonal, terdapat gaya intrapersonal, mereka justru akan terlihat sangat baik jika bekerja dan belajar saat mereka sendiri. Orang-orang seperti ini biasanya menetapkan tujuan individual yang sangat menantang (jika tidak dapat dikatakan perfeksionis)

namun realistis bagi dirinya. Mereka juga termotivasi oleh kekuatan internal, bukan yang eksternal. Seringkali individu intrapersonal adalah seorang yang tertutup, namun juga kreatif. Gaya belajar seperti ini mengantarkan orang-orangnya menjadi pengusaha, dan terkadang pemilik usaha kecil. Kalaupun mereka memasuki bidang industri dan menjadi karyawan, mereka sangat tidak suka mendapatkan pengawasan langsung.

Apakah Gaya Belajar Merupakan Perilaku Tetap?

Ahli psikologi Robert J. Sternberg (1994) menyebut gaya belajar bukanlah kemampuan seseorang, melainkan cara yang lebih disukai seseorang untuk menggunakan kemampuannya. Pengertian tersebut menggenapi definisi yang disebutkan Kolb (1984) yang menyatakan gaya belajar sebagai kategori yang dikembangkan oleh peneliti pendidikan untuk mengklasifikasikan peserta didik berdasarkan pendekatan mereka dalam memahami dan memproses informasi. Artinya, setiap individu memang memiliki perbedaan secara alami dalam kebiasaan dan pilihan mereka untuk menyerap, memproses, dan mempertahankan informasi dan keterampilan baru.

Gaya belajar biasanya merupakan entitas bipolar (misalnya reflektif versus impulsif, acak versus berurutan, induktif versus deduktif), mewakili dua ekstrem dari rangkaian luas yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan potensial sendiri. Kabar baiknya, menurut ahli pendidikan Jay M. Reid (1995), gaya belajar bukanlah mode perilaku yang tetap. Artinya, gaya belajar seseorang menurutnya dapat saja berubah atau termodifikasi berdasarkan situasi dan tugas yang berbeda. Namun, sejauh mana individu dapat memperpanjang atau mengubah gaya mereka agar sesuai dengan situasi tertentu bervariasi.

Secara umum, perhatian peneliti pada gaya belajar dimulai oleh teori *psychological types* yang dilempar oleh salah satu murid Freud, Carl Gustav Jung pada tahun 1920-an. Sedangkan dalam bidang pendidikan, menurut Carol Griffith (2012) konsep ini mulai ramai diperbincangkan sejak tahun 1970an.

Guru, Apakah Harus Menuruti Gaya Belajar Siswa?

Implikasi antara gaya belajar dan hubungannya dengan prestasi akademik dalam pendidikan terus saja menjadi kontroversi baik dalam kalangan psikologi maupun dunia pendidikan. Pendukung penilaian gaya belajar dalam pengajaran percaya bahwa gaya belajar dapat diukur dan digunakan sebagai alat pengajaran yang berharga di dalam kelas. Para ahli yang mendukung percaya bahwa dengan mendiagnosis (melacak) gaya belajar siswa kemudian mencocokkannya dengan metode pengajaran akan sangat membantu siswa baik dalam pemahaman maupun partisipasinya di kelas. Sedangkan para ahli lainnya—seperti Daniel Willingham (2005) dan juga Stevan Stahl (1999), tidak kalah sengit menentang dan mengklaim bahwa menyesuaikan instruksi dengan gaya belajar individual siswa tidak menghasilkan hasil belajar yang lebih baik.

Dialektika dalam tema gaya belajar seharusnya kita sikapi dengan bijak, pada satu sisi kita bisa menggunakannya sebagai jaga-jaga untuk tidak tergesa-gesa menyalahkan peserta didik, entah itu adalah kita, anak kita atau siapapun saat mereka belum mampu menyerap informasi dan pengetahuan yang telah disajikan dalam proses belajar mereka. Pada sisi lain, kita juga harus menyadari bahwa preferensi gaya tersebut bukanlah *pati*, atau sesuatu yang tidak lagi bisa berubah.

Intinya tidak ada satu orangpun yang hanya memiliki satu gaya sebagai modal utama mereka untuk belajar. Oleh karena itu penting bagi orangtua dan lembaga pendidikan memperluas kemampuan peserta didik untuk menggunakan sebanyak mungkin gaya belajar. Stimulasi dan dukungan terus menerus untuk pelajar merupakan hal yang tak kalah penting untuk membantu seseorang belajar lebih baik. Lagi dan lagi.

Sumber Bacaan:

- Griffiths, C. (2012). Learning styles: Traversing the quagmire. In *Psychology for Language Learning* (pp. 151–168). Springer.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning*. Prentice-Hall: Englewood Cliffs, NJ.

- Reid, J. M. (1995). *Learning styles in the ESL/EFL classroom*. ERIC.
- Stahl, S. A. (1999). Different Strokes for Different Folks? A Critique of Learning Styles. *American Educator*, 23(3), 27–31.
- Sternberg, R. J. (1994). Allowing for Thinking Styles. *Educational Leadership*, 52(3), 36–40.
- Sternberg, R. J. (1994). Allowing for thinking styles'. *Educational Leadership*, 52(3), 36–40.
- Willingham, D. T. (2005). Ask the Cognitive Scientist Do Visual, Auditory, and Kinesthetic Learners Need Visual, Auditory, and Kinesthetic Instruction? *American Educator*, 29(2), 31.

MENYONTEK, SEBUAH CATATAN PSIKOLOGI

Seperti hari-hari sebelumnya, pagi ini saya berangkat bekerja (mengabdikan) dengan penuh semangat. Bertemu, berdiskusi atau hanya sekedar ngobrol biasa dengan generasi muda bangsa alias mahasiswa membuat semangat itu terus berkobar. Tapi setiap musim ujian tiba, semangat tersebut sedikit memudar. Ya, musim ujian selalu beriringan dengan musim sontek-menyontek dan bekerjasama dalam koridor mencederai sportivitas.

Ironisnya, saya merasa menyontek pada generasi sekarang jauh lebih canggih dan berani daripada generasi-generasi sebelumnya. Canggih mengingat menyontek bertransformasi dengan teknologi komunikasi, terutama *gadget*. Pelaku dengan sangat mudah memasukkan semua materi ujian atau saling mentransfer jawaban melalui *gadget*. Berani mengingat pelaku hampir tidak menghiraukan peringatan dari pengawas ujian, kecuali tindakan langsung seperti menarik lembar jawaban atau mencoret dari daftar peserta. Masalahnya, tidak semua pengawas mampu dan tega melakukan tindakan tegas semacam itu. Sebagian teman pengawas malah mengatakan bahwa melihat peristiwa curang dalam ujian sama halnya dengan memergoki pelaku mesum, justru saksi ikut kebagian malu lebih besar daripada pelaku.

Menyontek merupakan masalah serius yang sering luput dari perhatian, sering dianggap biasa dan wajar. Sama seperti korupsi, menyontek dan perilaku curang lainnya dalam ujian memiliki esensi ketidakjujuran. Secara psikologis, keduanya juga memiliki bobot yang mirip.

Banyak proses psikologis dalam aktivitas ini, seperti *self esteem*, *self confidence*, orientasi kognitif sampai kreativitas. Harga diri (*self esteem*) merupakan proses evaluasi komprehensif individu tentang diri sendiri. Harga diri mengarahkan individu pada suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu tersebut meyakini dirinya sendiri sebagai subjek yang mampu, penting, berhasil dan berharga (Coopersmith, 1967; Santrock, 1998). Kondisi harga diri dibedakan dalam dua, yaitu kuat atau lemah. Dalam perilaku menyontek jelas terlihat bahwa pelaku memiliki evaluasi yang buruk terhadap dirinya sendiri, mereka merasa tidak menguasai materi. Perasaan ini menjustifikasi dirinya sebagai “subjek tidak mampu” sehingga memutuskan untuk mencari referensi lain yang dianggap *sahih* dan benar. Biasanya pelaku menggantungkannya pada bahan sontekan atau teman yang dianggap lebih mampu, terjadilah kecurangan dalam ujian! Kondisi ini jelas memperlihatkan pelaku kecurangan ujian memiliki harga diri yang lemah.

Lauster (2006) menyatakan konsekuensi dari lemahnya harga diri seseorang adalah rendahnya kepercayaan diri (*self confidence*). Akibat evaluasi yang buruk terhadap dirinya, pelaku kecurangan dalam ujian tidak memiliki dan menaruh kepercayaan pada dirinya. Umumnya mereka memiliki tingkat kecemasan yang tinggi bila menggantungkan kepercayaan tidak pada hal diluar dirinya. Hal ini juga berimbas pada kemalasan dan kemandirian pelaku (Bucher, 1973; Amabile, 1983).

Hal paling lazim ketika kita berbicara ciri-ciri pelaku kecurangan dalam ujian adalah pemilihan tempat duduk dan *gesture* tubuh.

Rata-rata pelaku kecurangan lebih memprioritaskan memilih tempat duduk yang paling jauh dari jangkauan pengawas, biasanya tempat paling belakang, sedangkan *gesture* tubuhnya terlihat dari tingginya intensitas tatapan mata ke pengawas, tingginya intensitas kepala mendongak ke atas sambil memutar bolpoin, sebuah hal yang dilakukan agar terkesan berfikir, sering berubahnya posisi duduk dan masih banyak lagi. Hal yang saya sebutkan di atas memperlihatkan bagaimana rendahnya tingkat kreativitas, tidak ada yang baru atau hampir semua melakukan hal tersebut, pelaku kecurangan ujian. Kreativitas selalu mengarah pada kemampuan untuk mengkombinasikan ide-ide, benda-benda, teknik-teknik atau pendekatan-pendekatan, sehingga menghasilkan sebuah cara baru (Bucher, 1973; David Bull, 1978; Munandar, 1980; Csikszentmihalyi, 1990).

Tidak ada hal baru yang dilakukan dalam menyontek dan kerjasama dalam ujian. Terlebih bagaimana mereka menghargai dengan objektif kemampuan diri sendiri, serta dapat menghargai prestasi dirinya sendiri maupun orang lain. Disinilah terlihat disorientasi kognitif pelaku kecurangan ujian. Mereka keliru menempatkan konsep prestasi, bahkan mereka menganggap prestasi adalah sesuatu yang mereka dapatkan dengan cara apapun. Sehingga dengan menyontek dan melihat kerjaan temannya, mereka susah membedakan mana yang layak dipandang sebagai karya diri sendiri dan karya orang lain.

Menyontek merupakan problem psikologis, sistem ujian adalah hal kedua setelah karakter pelajar terbentuk. Kita perlu bekerjasama dalam penanaman nilai demi karakter positif yang jauh dari kecurangan. Perlu diketahui, bahwa harga diri, kepercayaan diri dan kreativitas seseorang bukanlah bersifat natural, keduanya sangat ditentukan oleh faktor eksternal individu (Guilford, 1971; Matlin, 1989; Hurlock, 1996). Tidak ada jaminan anak seorang presiden, motivator, atau siapapun yang

memiliki harga dan kepercayaan diri kuat akan mengekor sama persis dengan orangtuanya. Perilaku curang dalam konteks ujian tentunya sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti contoh dari orangtua, guru atau teman sebaya. Jika di rumah orangtua tidak pernah memberikan teladan bagaimana bertindak jujur, di sekolah guru dengan sengaja mengarahkan pelajar untuk melakukan kegiatan curang demi nama baik sekolah, di tambah semua teman membenarkan pendapat guru tersebut maka jadilah kecurang dalam ujian.

Saya jadi teringat peristiwa UNAS dalam beberapa tahun terakhir. Telah menjadi rahasia umum bahwa nama baik sekolah, guru dan orangtua ditempatkan diatas segalanya, termasuk diatas kejujuran dan sportivitas ketika ujian. Hal tersebut sekaligus mengebiri harga diri, kepercayaan diri serta kreativitas pelajar kita. Terus bagaimana dengan nasib bangsa ini kedepan?

Sumber Bacaan:

- Amabile , T.M (1983). "The Social Psychology of Creativity: A Componential Conceptualization" *Journal of Personality and Social Psychology*, 45: 357- 376
- Csikszentmihalyi, Mihaly. 1990. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*
- Coopersmith, Stanley.1967. *The Antecedent of Self-esteem*. San Francisco: W.H Freeman and Company.
- Guilford, J. P., & Hoepfner, R. (1971). *The Analysis of intelligence*. New York, NY: McGraw-Hill Book Co.
- Hurlock, Elizabeth, (1996), *Psikologi Perkembangan Suatu Kehidupan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima, Penerbit Erlangga, Jakarta
- Matlin, W.M. 1989. *Cognition Second Edition*. United States of America: The Dryden Press.
- Munandar, S. C. Utami. 1980. *Mengembangkan Bakat Dan*

Kreativitas Anak Sekolah, (Jakarta: Gramedia).

Lauster, P. 2006. Tes Kepribadian. Jakarta : Gaya Media Pratama.

Santrock, W. (1998). The romance of risk : why teenagers do the things they do. New York : Basic Books

MEMBANGUN RUANG KELAS FLEKSIBEL

Membangun Ruang Kelas Fleksibel

“Posisi menentukan prestasi”—begitu adagium masyhur yang diucapkan pelajar dan mahasiswa saat mereka berebut tempat duduk sewaktu ujian. Apakah ungkapan tersebut benar adanya? Ataukah ia bagian dari mitos?

Sejauh pengamatan pribadi saya sebagai pengajar, ungkapan tersebut tidak lebih dari bentuk pesimisme dan rendahnya harga diri pelajar saat ujian. Kebanyakan pelajar menghindari tempat duduk depan hanyalah untuk menghindari pengawasan berlebih dari guru/pengawas ujian. Mengapa demikian? Tidak lebih dari kurangnya persiapan (belajar) pelajar, bahkan kurangnya pemahaman mereka saat menerima pelajaran dan belajar di rumah—itupun kalau belajar, *hehe*. Selain berebut tempat duduk, terdapat aktivitas lain yang secara implisit menggambarkan optimisme pelajar, yaitu saat mereka diminta mengumpulkan tugas di meja guru. Beberapa pelajar bukan saja mengumpulkan pekerjaannya, tapi juga menyelipkan pekerjaan tersebut sehingga tidak berada dalam urutan paling atas. Dua fenomena tersebut sewajarnya menjadi bahan evaluasi

pembelajaran di kelas saat ini. Apakah pembelajaran telah terjadi dan memfasilitasi minat pelajar—atau sebaliknya, mereka dengan “terpaksa” menerima materi demi menghindari *punishment* baik dari guru, orangtua mereka atau masyarakat.

Penataan ruang kelas merupakan salah satu isu menarik dalam pendidikan formal. Sayangnya isu tersebut jarang tereksekusi dalam kenyataan dengan berbagai alasan, mulai dari aturan-aturan konvensional, biaya, sampai keberanian dan keterampilan guru. Selama puluhan tahun sampai dengan hari ini, banyak ruang kelas sekolah masih disusun secara tradisional, berderet menghadap papan tulis dan—atau—guru. Pada dasarnya setiap pelajar memiliki keinginan untuk menentukan tempat duduknya saat di kelas. Lihat saja ketika kesempatan tersebut mereka dapatkan—semisal dalam ujian seperti contoh di atas, atau saat mereka masuk kelas pada hari pertama saat kursi belum memiliki “penghuni” mereka akan berebut posisi tempat duduk.

Jadi bagaimana dengan situasi kelas sekarang? Kelas anda (jika guru), kelas anak-anak kita sampai kelas sekolah-sekolah di sekitar kita, apakah tetap seperti dulu sewaktu kita masih kecil, atau sudah mulai banyak perubahan? Kalau di perkotaan, saya rasa sudah banyak yang berubah. Sekolah di tingkatan dasar dan menengah berlomba memberikan penawaran kurikulum, tujuan pelajaran, strategi penilaian, dan metode pembelajaran yang paling sesuai untuk setiap kelompok pelajar. Bahkan sempat beberapa tahun belakangan ramai sekolah berbasis “alam”.

Ruang kelas bukan sekat

Jika kita menyetujui bahwa kelas bukanlah milik guru/pengajar semata, maka harusnya kita menyediakan ruang kelas juga untuk pelajar. “Filosofi pendidikan guru tercermin dari bagaimana dia memperlakukan tata ruang kelas”, begitu

dikatakan oleh psikolog lingkungan Robert Sommer 40 tahun yang lalu melalui tulisan yang berjudul *Classroom Layout*. Menurutnya, guru harus mengatur pengaturan kelas dan tata letak kursi berdasarkan tujuan pelajaran. Dia menekankan bahwa tidak ada *layout* ideal yang bisa digunakan untuk berbagai aktivitas pembelajaran.

Jika tidak ada tata letak ideal untuk semua jenis tujuan pelajaran, mengapa jarang sekali ada guru/sekolah yang berani melakukan perubahan pada ruang kelasnya? Kebanyakan tata letak kelas sekarang hanya cocok untuk metode ceramah dari guru. Harusnya berbeda dengan jenis berkelompok yang lebih cocok dengan jenis tabel klaster. Beberapa pelajaran ilmu eksakta biasanya—mereka membutuhkan meja panjang untuk peralatan dan menampilkan hasil uji coba.

Kenyamanan adalah salah satu pendorong partisipasi pelajar dalam pembelajaran. Fasilitas pembelajaran seperti ruang kelas, meja dan kursi serta lainnya harusnya benar-benar “memfasilitasi” pelajar dalam arti membantu pelajar mengembangkan potensinya. Bukan sebaliknya, malah menjadi sekat dan halangan bagi mereka.

Layout kelas dan partisipasi pelajar

Marx, Fuhrer dan Hartig dalam sebuah studi eksperimen kelas di Jerman menemukan bahwa pengaturan tempat duduk dapat mempengaruhi pelajar untuk berpartisipasi dalam kelas. Penelitian yang diterbitkan tahun 1999 dalam jurnal *Learning Environments Research* tersebut mengamati perilaku belajar siswa kelas empat sekolah dasar dalam mata pelajaran matematika dan bahasa inggris selama 8 (delapan) minggu. Pengaturan tempat duduk yang dipilih adalah pengaturan kolom dan baris (tradisional) dan pengaturan setengah lingkaran.

Temuan mereka menunjukkan bahwa pelajar lebih antusias dalam *layout* setengah lingkaran, hal tersebut dibuktikan dengan meningkatnya partisipasi mereka dalam bertanya. Di akhir tulisannya, mereka berpesan untuk tidak mengabaikan kompetensi dan kepribadian guru dalam mengajar.

Pertanyaannya adalah, apakah partisipasi siswa dapat menjamin kualitas kelas lebih bermutu? Pertanyaan tersebut dijawab oleh penelitian yang dilakukan oleh Fernandes, Huang dan Rinaldo yang diterbitkan tahun 2011 oleh *International Journal of Applied Educational Studies*. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa partisipasi kelas berdampak baik bagi motivasi belajar siswa, membangun hubungan positif antara guru-siswa dan juga keterampilan berpikir kelas tinggi (*higher order thinking skills*). Saya rasa indikator-indikator tersebut sangat kompatibel dengan harapan-harapan pendidikan untuk pelajar dimanapun juga.

Kelas Representatif

Kapankah perspektif siswa diakomodir dalam proses pembelajaran di kelas? Pertanyaan tersebut sangat penting untuk melihat seberapa jauh nantinya siswa akan berpartisipasi aktif dan positif dalam pembelajaran. Petanyaan tersebut sekaligus juga menjadi paradoks, mengingat hampir tidak mungkin keinginan seluruh siswa dapat diakomodir di kelas.

Sebuah penelitian menarik disajikan Gremmen dan tiga koleganya pada tahun 2016, mereka bukan hanya berfokus pada berbagai jenis pengaturan tempat duduk di kelas, tapi juga melihat bagaimana guru mempertimbangkan dalam mengatur tata letak kelas, siapa dan duduk dimana. Dalam artikel mereka yang berjudul *Considerations for Classroom Seating Arrangements and The Role of Teacher Characteristics and Beliefs*, mereka

mengatakan pengambilan keputusan tentang “siapa dan duduk dimana” dianggap sebagai sebuah keputusan penting guru/pengajar yang menentukan suasana dan iklim pembelajaran dalam rentang waktu tertentu. Bagi mereka, keputusan guru tersebut mempengaruhi perkembangan akademik dan sosial pelajar. Kelas adalah lingkungan sosiopsikologis, sehingga siapa yang berada disamping pelajar, di depan, atau di belakang mereka akan mempengaruhi mereka dalam rentang pembelajaran.

Sayangnya, menurut Gremmen dan koleganya, aspek pengelolaan kelas tersebut jarang sekali dibekalkan kepada calon guru ataupun dalam diklat-diklat keguruan. Anggapan tersebut berbanding lurus dengan data mereka yang mengatakan bahwa sebagian besar guru (yaitu 31%) hanya berpedomankan akademik dalam menentukan *layout* kelas. Sedikit sekali guru (yaitu 17%) yang berpatokan pada manajemen kelas dalam menentukan tata letak di kelas. Data tersebut berarti sebagian besar guru belum mengintegrasikan tujuan akademik ke dalam sistem menejerial yang tepat. Terkait jenis *layout* kelas yang dipilih, penelitian tersebut menyebut kebanyakan guru menginginkan kelompok-kelompok kecil di kelas, namun tidak mengeksekusinya dengan berbagai alasan.

Kelas sebagai *Special Place*

Sebagian besar waktu siswa dihabiskan dalam tempat (*place*) bernama kelas, sekitar 8 jam sehari. Artinya, sepertiga hidup mereka berada pada tempat tersebut. Konsepsi psikologi menyebut bahwa *place* sebagai bagian dari lingkungan yang telah mendapatkan klaim emosi kita. Pengertian tersebut membawa kita pada pemahaman bahwa setiap tempat pasti membutuhkan ruang, namun belum tentu semua ruang adalah tempat. Tempat

bukan saja melibatkan aspek kognitif, namun juga aspek emosional manusia. Tempat adalah pemaknaan manusia terhadap ruangan.

Kelas bukanlah semata sebuah bangunan, kursi, meja, papan, dan lainnya—melainkan sebagai sebuah pengalaman yang dihasilkan dari cara seseorang menghuni bangunan yang sangat dipengaruhi oleh identitas yang terbentuk di tempat lain sebelumnya.

Mengelola tempat bernama kelas sudah barang tentu menjadi salah satu tugas utama guru. Pengelolaan kelas yang tepat akan menjadikan kelas sebagai tempat yang membebaskan. Siswa merasakan sesuatu yang istimewa dalam ruangan tersebut (*special place*). Disini *place* akan bermutasi menjadi *placeness*, pemaknaan ruang secara subjektif. Perasaan positif tersebut yang nantinya menjadikan kelas sebagai ruang produktif bagi setiap siswa.

Sumber Bacaan:

- Marx, A., Fuhrer, U., & Hartig, T. (1999). Effects of classroom seating arrangements on children's question-asking. *Learning Environments Research*, 2(3), 249-263.
- Fernandes, A. C., Huang, J., & Rinaldo, V. (2011). Does Where A Student Sits Really Matter?-The Impact of Seating Locations on Student Classroom Learning. *International Journal of Applied Educational Studies*, 10(1).
- Earp, J. (2017). *Classroom layout – what does the research say? - Teacher Magazine*. https://www.teachermagazine.com/au_en/articles/classroom-layout-what-does-the-research-say
- Healy, M. (2017). *New Classroom Trend: Flexible Seating | Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/creative-development/201710/new-classroom-trend-flexible-seating>

- Markle, B. (2017). *A 7th Grade Teacher's Shift to Flexible Seating* / *Edutopia*. <https://www.edutopia.org/article/7th-grade-teachers-shift-flexible-seating>
- Sommer, R. (1977). Classroom Layout. *Theory Into Practice*, 16(3), 174–175. <https://doi.org/10.1080/00405847709542694>

MEMBANTU ANAK: MENUNDA CALISTUNG

Sewaktu menjadi pendamping peserta Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Raudhatul Athfal (dalam istilah umum dikenal dengan Pendidikan Anak Usia Dini/PAUD) di Batu, saya melakukan survei kecil-kecilan kepada guru-guru RA yang terpilih mengikuti PLPG periode kali ini; “Ibu-ibu dan bapak sekalian, siapa yang di sekolahnya tidak mengajarkan baca tulis hitung (calistung)?” Hebatnya hanya ada dua peserta dari ratusan peserta yang mengacungkan tangannya. Sedikit terkejut memang, namun tidak terlalu heran dengan realita tersebut. Pendidikan anak usia dini menjadi tren di masyarakat kita satu dekade terakhir. Mengiringi trend tersebut sekaligus juga terselip beberapa pertanyaan klasik, kapan waktu yang tepat untuk mengajari anak-anak kita calistung? Dan untuk siapakah pendidikan anak di usia dini?

Kapan waktu yang tepat bagi anak kita untuk membaca, menulis dan berhitung? Sebagian besar ilmuwan bersepakat—membaca, menulis dan berhitung (calistung) akan lebih baik jika diajarkan setelah melewati usia 6 tahun. Sebagian lainnya terus saja mencoba memberikan argumentasi bahwa semakin cepat anak bisa calistung maka semakin bagus bagi mereka.

Pertanyaannya adalah, apakah anak usia dini bisa diajarkan calistung? Jawaban sederhananya adalah bisa. Namun, apakah hal tersebut adalah yang terbaik bagi anak kita? Sebuah organisasi di Philadelphia Amerika bernama *The Institutes for Achievement of Human Potential* yang diketuai oleh Janet Doman mampu mengembangkan metode untuk mengajari anak-anak kita membaca sedini mungkin. Janet merupakan anak dari Glenn Doman yang juga penulis buku *How to Teach Your Baby to Read*. Namun kemudian hari terus saja aksi organisasi tersebut mendapat kecaman keras karena terkesan hanya menggunakan hasil eksperimentasinya untuk kepentingan komersil. Lihat saja, mereka menjual satu set video eksperimennya dengan harga \$200 (sekitar Rp. 2.800.000). Kegiatan Doman dan kolega mendapat tanggapan keras dari berbagai kalangan, diantaranya dari seorang Profesor *Tufts University*—David Elkind—dan juga direktur *Early Education Initiative* dari *New America Foundation*—Lisa Guernsey. Kedua ahli tersebut percaya apa yang dilakukan keluarga Doman bukanlah hal yang luar biasa. Karena bagi mereka, bayi/anak usia dini tidak membaca (sebagai bagian dari kemampuan literasi) namun mereka hanya melakukannya sebagai tindakan alamiah stimulus-respon.

Dari beberapa negara yang memiliki indeks pendidikan terbaik di dunia, hanya United Kingdom (UK/Inggris) yang masih menerapkan kebijakan calistung pada usia dini (dibawah 6 tahun), lainnya seperti Korsel, Finlandia, Swedia, Jerman dan Jepang kesemuanya menerapkan kebijakan seperti RI. Apakah kebijakan di UK tersebut berjalan mulus? Sejauh yang saya tahu, masih terjadi perlawanan sengit (terutama) dari ahli di bidang pendidikan dan psikologi. Tanggal 11 september tahun 2013, *Daily Telegraph* menerbitkan pakta dari 130 pakar pendidikan anak yang menolak kebijakan tersebut. Penandatanganan kesepakatan tersebut menganjurkan kepada pemerintah UK

untuk perpanjangan pendidikan informal, penyediaan pra-sekolah berbasis bermain dan penundaan dimulainya sekolah formal di Inggris sampai usia tujuh tahun. Seorang peneliti senior Fakultas Pendidikan Cambridge—David Whitebread, menjadi satu dari 130 pakar tersebut. Alasan mereka sangat kuat, mereka secara nyata mengkhawatirkan hilangnya kesempatan bermain pada anak-anak di usia dini akan berpengaruh bagi mental mereka di usia remaja dan dewasa. Mengenai bukti, 130 pakar tersebut menyodorkan banyak bukti, salah satunya adalah penelitian jangka panjang yang menyatakan bahwa beban belajar pada usia dini menyebabkan faktor resiko stress, depresi dan penyakit mental lainnya pada usia remaja dan dewasa.

Senada dengan gerakan yang dilaporkan *Daily Telegraph* diatas, Profesor Lilian Katz juga mengkritik kebijakan pemerintah UK yang menerapkan pemebelajaran membaca di usia dini. Bagi Katz, hal tersebut bisa sangat membahayakan mereka saat usia mereka memasuki tahapan remaja. Lebih lanjut, penelitian Prof. Katz menunjukkan bahwa anak laki-laki lah yang paling dirugikan dengan kegiatan membaca di usia dini. Anak laki-laki di berbagai lintas budaya mendapatkan tugas untuk lebih aktif daripada anak perempuan. Hal tersebut menjadikan mereka akan lebih mampu mengembangkan potensinya jika mereka dapat secara aktif menjalani pembelajarannya, bukan pasif seperti perintah formal dalam sekolah.

Kritikan lebih keras disuarakan oleh dosen senior King's College London, Bethan Marshall. Dia menyatakan bahwa mengajarkan anak membaca terlalu dini hanya sama sekali tidak membantu perkembangan anak. Marshall mencurigai kebijakan di UK hanya berlandaskan kepentingan politis saja—alih-alih untuk kepentingan peningkatan melek literasi generasi mendatang. Dia mencontohkan beberapa negara yang memiliki melek literasi tinggi di Eropa seperti Hungaria dan Swedia, (berdasarkan hasil

survey 2006) baru mengajarkan membaca pada anak-anak mereka pada usia 7 tahun.

Bagaimana dengan pemerintah kita? Jika kita merujuk pada hukum positif negara ini, sebetulnya pemerintah telah dengan jelas memilih bahwa pendidikan anak usia dini hanya difokuskan pada stimulasi melalui bermain, bukan pada beban belajar. Peraturan pemerintah No. 17 tahun 2010 Pasal 69 dan pasal 70 jelas dengan tegas mengatur hal tersebut. Dalam PP tersebut diatur untuk masuk sekolah dasar (SD) atau sederajat tidak didasarkan pada tes baca, tulis, hitung atau tes lainnya. Tidak ada alasan bagi penyelenggara pendidikan tingkat SD atau sederajat untuk menggelar tes masuk bagi calon peserta didiknya. Artinya, pemerintah telah dengan tegas melindungi anak usia dini hanya untuk mengembangkan kesiapan bersekolah melalui stimulasi bermain, bukan belajar calistung. Saya termasuk salah satu orang yang percaya dengan iktikad baik pemerintah. Melihat apa yang terjadi dalam perkembangan pendidikan akhir-akhir ini, saya rasa langkah pemerintah telah berada pada jalur yang tepat.

Pendidikan Anak Usia Dini dan Tantangannya di Indonesia

Dari survei kecil-kecilan yang saya lakukan pada guru-guru RA (PAUD) peserta PLPG, terdapat tiga jawaban paling populer. *Pertama* adalah, bahwa terdapat tuntutan dari orang tua/wali murid yang meminta anaknya untuk bisa calistung saat mereka selesai PAUD. *Kedua*, kebanyakan guru PAUD merasa tugas mereka tidak tuntas jika anak didik mereka tidak diterima di SD/sederajat. Mengingat sebagian besar SD/sederajat mewajibkan calon muridnya mampu calistung, maka mereka dengan sadar mengajarkan calistung pada anak didiknya. *Ketiga*, terdapat sebagian besar PAUD yang merasa lembaga sekolah mereka akan tidak laku (mendapatkan murid baru) di masa

mendatang—jika alumni mereka gagal masuk SD. Bahkan sebagian lagi merasa calistung adalah gengsi instansi, semakin peserta didik mampu calistung semakin maju pula lembaga PAUD.

Jika kita menengok Indonesia 15 tahun yang lalu, mungkin saja Pendidikan Anak Usia Dini secara formal tidak terlalu dibutuhkan. Ketika itu, kebanyakan masyarakat kita bukanlah masyarakat urban-industri. Maksud saya, waktu itu kebanyakan keluarga di Indonesia masih memiliki dikotomi yang kentara terkait tanggungjawab anggota keluarganya. Kepala keluarga berfungsi sebagai pencari nafkah, istri berfungsi sebagai *manager* rumah tangga sekaligus pengasuh utama anak-anak mereka. Sehingga kehidupan anak ditahun 90-an kebawah jauh berbeda dengan kehidupan anak sekarang, dimana seringkali mereka tidak mendapatkan pengasuhan baik dari bapak ataupun ibunya yang keduanya mengambil peran sosial dalam pekerjaannya masing-masing.

Beralih pada isu sosial lainnya, pergeseran fungsi keluarga tersebut semakin diperparah dengan kondisi keamanan yang terus saja dicitrakan tidak layak (*red: aman*) bagi anak-anak kita. Secara bergantian media menayangkan berita kejahatan terhadap anak, penculikan, dan kecelakaan. Semakin isu penculikan, pemerkosaan dan jenis kejahatan lainnya mengudara dalam masyarakat kita, semakin pula ketakutan orangtua dan keluarga menemui puncaknya. Akibatnya adalah keputusan orangtua dan keluarga untuk melindungi anak-anak mereka dengan mengurungnya di rumah dan di sekolah. Hal tersebut berdampak langsung bagi minimnya kesempatan bermain sebagai pendidikan secara informal bagi anak-anak kita. Belum lagi ruang publik untuk bermain anak juga semakin berkurang, terutama di perkotaan.

Kondisi masyarakat kita memang telah menuntut pemerintah segera mengambil peran untuk mendidik anak mulai

usia dini. PAUD/RA merupakan kebutuhan pada kondisi sekarang. Meskipun begitu, diberbagai daerah terutama pedesaan dengan kontur masyarakat yang peran keluarganya adalah keluarga tradisional (adanya dikotomi kepala keluarga dan ibu rumah tangga) menurut saya PAUD belum terlalu dibutuhkan. Masyarakat, keluarga, ruang bermain dan keamanan masih terintegrasi dengan baik pada masyarakat pedesaan. Akibatnya, PAUD/RA di daerah seringkali malah menjadi ajang “sekolah rumpi” bagi ibu-ibu. Tanpa ada pekerjaan dan karir, banyak ibu-ibu anak didik di PAUD/RA desa malah ikut masuk kelas dan membuat grup rumpi saat menunggu anak mereka sekolah.

Apakah Usaha Pemerintah telah Optimal?

Merujuk pada apa yang telah dilakukan pemerintah—mulai mengesahkan UU sampai pada usaha implementasi di level sekolah, saya melihat ada keseriusan disana. Beberapa kali juga Menteri Pendidikan—dan jajaran terkait kementerian—telah berpesan dalam berbagai forum formal maupun non-formal bahwa kebijakan tersebut dibuat demi kepentingan generasi Indonesia mendatang. Namun, itulah Indonesia, tidak selamanya apa yang dilakukan pemerintah berjalan mulus tanpa pertentangan. Lihat saja apa yang terjadi di sekolah-sekolah (SD/ sederajat) sekitar rumah anda sekarang (terutama di daerah bukan perkotaan)—aturan seperti tinggal aturan, UU dilihat hanya sebagai formalitas semata. Tetap saja sebagian besar SD/ sederajat mewajibkan calon siswa mereka untuk mampu calistung.

Realitas diatas sama mungkin dapat menggambarkan betapa pendidikan bukan hanya tugas lembaga pendidikan atau pemerintah saja, melainkan juga tugas orang tua dan masyarakat sekitar. Kebijakan (UU) dan kampanye terkait bahaya calistung

bagi anak usia dini (0 – 6 tahun) yang gencar dilakukan pemerintah terlihat hanya seperti *nguyahi segoro* atau menabur garam di laut jika orang tua dan masyarakat tidak mendukung kebijakan tersebut.

Kurangnya Sosialisasi

Pertanyaan kedua yang saya survei adalah; “apakah guru-guru mengetahui secara ilmiah efek dari calistung di usia dini?” Saya hanya menemukan tidak lebih dari separuh peserta yang menjawab dengan tegas dan yakin terkait efek calistung di usia dini. Rata-rata mereka pernah mendengar bahwa terdapat efek buruk aktivitas membaca di usia dini, namun sebagian besarnya tidak meyakinkannya.

Jika kita melihat anak-anak sebagai aset bangsa kedepan, kebijakan terkait bagaimana Negara menjamin pendidikannya menjadi hal yang sangat fundamental disini. Semua ahli mungkin saja dapat bersepakat dengan kenyataan bahwa usia dini manusia merupakan usia kritis, mengingat usia tersebut menjadi perkembangan paling krusial dalam perkembangan manusia. Masalahnya adalah, apakah perkembangan krusial tersebut dapat digunakan dengan semena-mena untuk memberikan beban kepada anak-anak dalam hal calistung?

Peneliti pendidikan dari Cambridge, David Whitebread mengatakan bahwa kebijakan membaca terlalu dini tidak didukung oleh data penelitian ilmiah—sebaliknya, harusnya kebijakan model pendidikan untuk anak usia dini mengacu pada berbagai bukti ilmiah. Selanjutnya, Whitebread menunjukkan berbagai cabang keilmuan memiliki pendapat sama terkait tugas utama anak usia dini, yaitu bermain. Studi antropologi menegaskan bahwa bermain merupakan jalan paling efektif menuju kesiapan adaptasi anak menghadapi situasi kelompok

sosial. Psikologi perkembangan percaya bahwa bermain merupakan sarana untuk pondasi perkembangan kognitif dan terutama perkembangan sosioemosional anak. Senada dengan kedua cabang ilmu tersebut, studi neurologi (ilmu syaraf) telah menunjukkan bahwa aktivitas menyenangkan melalui bermain mampu mengarahkan pertumbuhan sinaptik terutama di korteks frontal, yaitu bagian dari otak yang bertanggung jawab untuk semua fungsi mental yang lebih tinggi yang unik manusia.

Jika menengok pendapat dan bukti diatas, kita wajib membantu kebijakan pemerintah untuk mensukseskan program PAUD—bahwa esensi pendidikan anak usia dini adalah memberikan kesiapan pada mereka baik secara fisik maupun mental untuk menghadapi tahapan kehidupan selanjutnya. Tugas mengembangkan diri, sosialisasi (belajar budaya) sampai menghadapi pendidikan formal adalah tugas pada tahapan ketika mereka memasuki jenjang perkembangan sebagai anak. Artinya, tujuan pendidikan anak usia dini adalah untuk anak—bukan untuk memenuhi ambisi keluarga, masyarakat ataupun gengsi sekolah.

Sosialisasi dan implementasi program PAUD secara komprehensif dan holistik membutuhkan kerja nyata dari semua kalangan, bukan hanya pemerintah. Selayaknya kita bersama-sama secara proaktif membantu dan mengawasi apakah anak-anak kita telah diasuh dengan tepat di PAUD/RA. Yakinkan kepada semua pihak bahwa kebutuhan anak lebih utama daripada ambisi keluarga dan masyarakat. Anak (manusia) membutuhkan sebuah proses untuk melewati semua tahapan perkembangan psikologisnya secara tepat. Paradigma bahwa lebih cepat lebih baik kita kesampingkan dulu dalam urusan ini. Memang benar bahwa otak manusia dapat dipacu sedemikian rupa tanpa khawatir memori kita akan penuh. Namun, perkembangan kognitif selayaknya juga harus berbarengan dengan perkembangan mental (sosio-emosional) sebagai pondasinya.

Menggeser Paradigma

Anak bukanlah produk makanan instan. Dia tidak begitu saja dapat diolah dan diperlakukan layaknya mie instan. Mereka bukan pula obat sementara bagi kita yang tergesa-gesa ingin menikmati hasil olahan suatu makanan karena lapar. Pendeknya, mereka bukanlah barang, mereka adalah sama dengan kita manusia. Manusia yang membutuhkan proses untuk berkembang secara menyeluruh, baik pertumbuhan fisik, perkembangan motorik, kognitif, dan sosio-emosional.

Membaca, menulis dan berhitung tidak bisa dipungkiri adalah ketrampilan dasar setiap manusia modern. Mengajari anak kita untuk menguasai hal tersebut memang hak pribadi kita sebagai orang tua ataupun guru. Namun, seringkali kita memang harus proporsional untuk memilah dan memilih mana hal yang harus kita lakukan dan memang dibutuhkan anak dan mana hal yang seringkali kita inginkan namun tidak dibutuhkan anak. Jangan terlalu gampang untuk melihat sebuah proses sebagai sebuah hasil akhir.

Kelak, kesadaran kita tiba-tiba akan memberitahu kita bahwa mereka telah menggantikan kita. Jangan sampai kita menyesal karena seringkali menggunakan mereka sebagai sarana perwujudan ambisi kita. Ambisi untuk dapat pujian memiliki anak “tampak” cerdas dan pintar, ambisi untuk menaikkan gengsi dan prestasi sekolah, serta ambisi untuk mendidiknya lebih mudah pada jenjang sekolah dasar. Keseimbangan perkembangan psikologis dibutuhkan setiap manusia untuk meledakkan potensinya kelak. Karena setiap manusia memiliki potensi dan berhak mewujudkannya dengan caranya sendiri yang unik.

Sumber Bacaan:

Elkind, D. (2001). *Much Too Early*. Education Matters p 1 - 10. Bisa dilihat di http://educationnext.org/files/ednext20012_8a.pdf

Guernsey, L. (2011). *Learning to Read: How Young is Too Young?*. Bisa dilihat di <http://www.huffingtonpost.com/lisa-guernsey/learning-to-read-how-young-is-too-young-860964.html>

UK children reading too early (2007, November 22). BBC News. Bisa dilihat di

Bethan Marshall: *Children are not helped by reading too early* (2007, Desember 6). The Independent. Bisa dilihat di <http://www.independent.co.uk/news/education/schools/bethan-marshall-children-are-not-helped-by-reading-too-early-763182.html>

School starting age: the evidence (2013, September 24). University of Cambridge. Bisa dilihat di <http://www.cam.ac.uk/research/discussion/school-starting-age-the-evidence>

RAMAINYA PILPRES ITU GAK ADA APA-APANYA DENGAN IBU-IBU MEMILIH SD ANAKNYA

“Astaghfirullah...masok pean gak tau pak?” Respon keterkejutan yang saya kira wajar ketika mengetahui bahwa saya, seorang ayah yang tidak mengetahui bahwa hari ini adalah pengumuman penerimaan sekolah dasar (SD) tempat anak saya mendaftar. Karena jawaban yang saya lontarkan telah saya modifikasi, sayapun dengan santai menerima respon tersebut.

Jika ingin tau keriuhan yang levelnya melebihi kontestasi Pilpres 2019, silahkan tengok keriuhan ibu-ibu (terutama ibu-ibu muda) di perkotaan memilih sekolah untuk anak-anak mereka pada jenjang sekolah dasar. Salah satu sekolah dasar di Malang bahkan menyediakan formulir pendaftaran sampai 1200 peserta, padahal yang diterima hanya sekitar 200an. Apa yang terjadi kemudian? Anda pasti mengeryitkan dahi ketika melihat proses seleksinya, apa standar yang digunakan untuk memilih anak sebanyak itu. Saya sampai membayangkan andai saya mengikutinya sekarang, saya rasa saya mungkin saja tidak lulus. Hafalan surat pendeknya saja hampir keseluruhan juz amma, dengan tenggat waktu. Belum lagi tes yang lain.

Sudah hampir setahun silam, saat anak pertama saya memasuki program taman kanak-kanak akhir (TK B) seringkali istri

bercerita betapa kuatnya *ghirah* ibu-ibu untuk mempersiapkan anak-anak mereka masuk SD. 'salah satu *jihat*' begitu *joke* mereka menyebut usaha maksimal mendukung anak-anaknya masuk sekolah favorit. Saya menduga itu hanyalah mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*) entah sebuah proyeksi atau rasionalisasi.

Tidak percaya? Sekarang saya tanya, adakah anak-anak usia 7 tahunan memiliki keinginan untuk masuk sekolah A atau sekolah B? Tidak kan? Kalau sudah begitu, siapa yang kepingin? Inilah bentuk proyeksi, mengalamatkan keinginan mereka (ibu-ibu) kepada anaknya. Atau begini deh, label favorit dan sebagainya itu pakai data dari mana? Emangnya sudah ada pemeringkatan dari dinas pendidikan pada level SD? Atau adakah bukti konkrit tentang kualitas alumni mereka ketika dewasa? Kalaupun ada, apakah benar itu semata karena mereka sekolah di SD tersebut? Pusing kan? Kalau pusing untuk menjawabnya, berarti semua itu hanya alasan saja. Inilah rasionalisasi, membuat alasan-alasan baik untuk menutupi udang dalam selimut haha.

Semangat ibu-ibu, derita guru TK

Suatu ketika, salah satu kepala sekolah lembaga PAUD curhat ke saya. Bahwa tugasnya hari ini bertambah berat. Anehnya, bukan lantaran model anak-anak zaman sekarang berubah dan lebih susah untuk dikondisikan, tapi lebih pada melayani ibu-ibu muda yang semakin rewel dan banyak tuntutan ke lembaga. Intinya kalau diibaratkan pacaran, ibu-ibu muda sekarang itu posesif banget sama anak-anaknya. Sebagai penyeimbang data, saya kemudian bertanya kepada kepala sekolah, jangan-jangan itu hanya perasaan ibu? Sejak kapan ibu merasa seperti itu dan apakah dari data wali murid sejak perasaan itu muncul menunjukkan hal yang sama. Singkat kata, kami (saya dan kepek)

membongkar data wali murid lima tahun terakhir. Apa yang saya temukan benar-benar mencengangkan. Semakin banyak orangtua bergelar sarjana, semakin itu memberatkan tugas sekolah dengan kerewelannya.

Saya kira hal ini adalah fenomena yang patut diberikan perhatian. Karena banyak diantara teman anak-anak saya kemudian mendapatkan perlakuan yang –jika dilihat dari kacamata psikologi dan pendidikan- tidak seharusnya diberikan pada anak-anak usia dini. Mulai les membaca, menulis dan berhitung, belajar ekstra dengan orangtua mereka saat di rumah untuk hafalan dan persiapan lainnya demi masuk sekolah yang katanya favorit. Kesemuanya jelas memangkas hak anak atas dunia mereka, bermain.

Alih-alih mendampingi anak-anak untuk mendapatkan keceriaan dengan bermain, ibu-ibu muda memilih mempertahankan egonya. Perilakunya pun menjadi aneh, seperti membeli buku dan alat bantu lain yang tidak murah. Padahal, kalau boleh jujur membeli buku dengan harga tersebut untuk dirinya sendiri belum tentu dilakukan. La ngapain, kan mending buka toko online dan mendonasikan uangnya kesana hehe.

Mereka juga tidak segan memprotes pihak lembaga PAUD, jika dirasa (mereka sendiri yang merasa) anak-anaknya tidak menunjukkan perkembangan sesuai keinginannya. Apa yang terjadi kemudian? Dengan sangat terpaksa pihak lembaga PAUD memberikan jam tambahan khusus untuk meningkatkan kompetensi calon lulusannya agar siap masuk SD. Melalui apa? Ya menggenjot anak-anak dengan pelajaran membaca, menulis dan berhitung. Serta tidak lupa hafalannya. Bayangkan perasaan guru TK, mereka semua tahu melalui diklat yang mereka ikuti, bahwa calistung dilarang secara formal oleh pemerintah, namun apalah daya mereka jika ditekan oleh *the power of emak-emak*.

Melacak akar kecemasan pengasuhan

Saya tidak hendak mengadili gaya pengasuhan yang saya sebutkan di atas, terutama dalam urusan memilihkan anak-anak sekolah terbaik. Namun saya tertarik menelusuri mengapa kecemasan ibu-ibu muda sedemikianrupa. Dari banyak berkunjung ke lembaga PAUD serta informasi keseharian lainnya, saya rasa ada beberapa faktor yang mendasari kecemasan model tersebut.

1. Ingin berhasil menjadi orangtua. Level pendidikan bisa jadi menjadi pengaruh penting faktor ini. Tidak ada satupun orangtua yang ingin melihat anaknya gagal. Namun, gelar pendidikan bisa jadi menjadi faktor tekanan tersendiri bagi ibu-ibu muda *zaman now*. Merasa
2. Lupa bahwa anaknya adalah manusia 'lain'. Faktor pertama saya rasa menjadikan ibu-ibu muda *spaneng*. Paradigama tentang apa yang baik dan tidak baik seringkali membawa mereka melupakan bahwa anak bukanlah dirinya. Anak adalah manusia yang memiliki hidupnya sendiri. Memang benar kita memiliki pengetahuan dan pengalaman tentang kehidupan, namun jangan sampai itu menjadi tolok ukur tunggal bagi anak-anak kita. Bisa jadi mereka terlahir dengan bakat dan tumbuh dengan minat yang samasekali berbeda dengan kita. Tidak mudah memang. Saya mengalami itu, awalnya sulit menerima anak pertama saya tidak menyukai sepakbola. Dia lebih tertarik dengan menggambar dan cerita fantasi. Namun, akhirnya saya harus menerimanya. Anak saya adalah dirinya sendiri, berbeda dengan saya.
3. Maraknya seminar pengasuhan. Kita semua pasti tahu bahwa seminar *parenting* sedang marak dimana-mana. Apakah itu petanda baik? Tergantung dilihat dari perspektif mana dulu. Jika dilihat frekuensi permintaan dan cakupannya, saya rasa itu

positif. Karena banyak pihak menyadari pentingnya pengasuhan tepat untuk anak-anaknya. Namun jika kita lihat dari sudut terbalik, maka ini pretensi tidak baik. Artinya, berarti kompetensi mengasuh orangtua muda sekarang tidak setangguh zaman dulu dong. Untuk mengasuh saja mereka membutuhkan informasi dari seminar.

4. Informasi yang tidak komprehensif. Teknologi informasi adalah pisau bermata dua, bisa jadi positif atau sebaliknya bagi penggunaannya. Lagi-lagi tergantung kesiapan penggunaannya. Kita bisa lihat bagaimana ramainya informasi atau (*hoax*) dalam berbagai arus kehidupan. Dunia politik mungkin yang paling ramai, disusul info agama, kesehatan, dan masih banyak lagi, termasuk info tentang pengasuhan. Sayangnya banyak informasi diterima pembaca tidak penuh menyeluruh, seringkali terpotong. Orang lebih memilih gambar singkat, video pendek dan semacamnya dalam memahami dan mempercayai sesuatu. Belum lagi sumber informasi seringkali tidak valid dan bahkan bohong. Sudah begitu, pemahaman pembaca (kebanyakan ibu-ibu) juga beragam. Sempurnalah informasi tersebut menjadi informasi yang *hybrid* alias gado-gado. Akan menjadi miris jika informasi yang arus produksi pengetahuannya seperti saya sebutkan di atas kemudian menjadi satu-satunya perspektif ibu-ibu dalam mengasuh anak-anaknya.

Saya sadar ini hanya perspektif saya, masih banyak perspektif lain yang memiliki kadar kebenaran tersendiri.

Ilusi sekolah 'favorit'

Jika ada yang bertanya mengapa saya santai itu dengan pendidikan anak saya. Jawabnya bisa sederhana bisa juga akan

lebih banyak. Saya punya beberapa pertanyaan ilustrasi yang menarik untuk itu (minimal menarik menurut saya hehe).

1. Anak saya itu mau masuk jenjang SD, bukan masuk kuliah
2. Emangnya kalau lulus SD anak mau ngelamar dan atau kerja apa?
3. Apa sih yang paling anak butuhkan dalam usia dan jenjang SD?
4. Sekolah SD favorit? Benaran, apa tolok ukurnya?
5. Sekolah SD favorit? Siapa yang memberikan peringkat?
6. Sekolah SD favorit? Benaran, emangnya berapa banyak alumninya yang dianggap 'sukses'?
7. Sekolah SD favorit? Iya deh, situ yakin yang membentuk kepribadian anak itu hanya sekolah?
8. Sekolah SD favorit? Iya deh, semua bisa didapatkan disitu. Lah apa peran orangtua di rumah kalau begitu?
9. Emangnya situ sekarang berhasil jadi orang bukan? Kalau iya, situ dulu sekolah SD dimana?
10. Emangnya situ sekarang berhasil jadi orang bukan? Kalau tidak, masak iya situ mau nyalahin sekolah SD-nya

Intinya, saya hanya ingin anak saya tetap gembira dan ceria melewati masa kanak-kanaknya. Gak belajar dong? Kata siapa? Masok belajar itu hanya di sekolah? Kan nggak to?

Kok banyak banget tulisan ini, sudah dulu ya. Lain waktu kalau sempat saya akan bahas ilustrasi pertanyaan sederhana di atas.

RASA PENASARAN DAN PENDIDIKAN KITA

“Mari silahkan, ada pertanyaan?” hampir semua dosen di kampus melontarkan kalimat serupa sesaat sebelum sesi diakhiri. Sudah hampir 10 tahun juga saya melontarkan kalimat serupa di akhir sesi perkuliahan. Namun, saya selalu saja menemukan kelas yang hening, tanpa pertanyaan. Itulah mengapa saya teringat momen saat masih duduk di sekolah dasar, harus *anteng*, duduk diam dengan sikap sempurna untuk mendapatkan giliran pulang lebih dulu.

Setiap orangtua mendambakan kata pertama keluar dari mulut bayi mereka. Saat telah mahir berbicara, kebanyakan dari orangtua mulai kuwalahan memberikan tanggapan dan jawaban atas parade pertanyaan anak-anak mereka. Saat sekolah, jamak kita temukan kelas yang memaksa setiap murid duduk dan mendengarkan materi, mengabaikan segudang rasa penasaran dan pertanyaan yang ada dalam kepala mereka. Tidak heran, pada level pendidikan menengah atau tinggi, sedikit dari mereka yang masih menjadi manusia penasaran dengan segudang pertanyaan.

“Terlalu sering mendapatkan larangan saat mengajukan pertanyaan waktu kecil, menjadikan mereka tidak memiliki keberanian bertanya saat remaja atau dewasa” begitu pameo terkait hilangnya rasa ingin tahu anak-anak di sekolah. Itu bisa

menjadi pemandangan hampir semua sekolah. Anak-anak, penuh dengan pertanyaan tentang hal-hal yang menarik minat mereka, tidak mendapatkan jawaban untuk itu. Bahkan, mungkin mendapat teguran dan peringatan karena dianggap bertanya di luar konteks pelajaran. Mereka dipaksa untuk belajar hal-hal yang belum menarik minat mereka, sekaligus mengabaikan rasa penasaran yang menarik minat mereka. Inilah awal bencana, awal terbunuhnya salah satu kompetensi yang paling dibutuhkan manusia berprestasi.

Kompetensi untuk Siap Belajar

Karakteristik sosial-emosional dianggap perlu sebagai modal kesiapan sekolah (baca: belajar). Banyak penelitian merujuk kapasitas anak untuk menemukan (*invention*), imajinasi (terutama rasa ingin tahu (*curiosity*), ketekunan (*persistence*), perhatian pada tugas (*attentiveness to tasks*), kemampuan untuk membentuk serta mempertahankan hubungan sosial (*relationship skill*), serta kapasitas untuk mengelola emosi (*self-regulation*) dianggap sebagai modal paling penting anak untuk siap belajar dan siap sekolah. Saya tidak ingin membahas semua faktor penting tersebut, namun hanya ingin melihat bagaimana kita dan sekolah merawat salah satu faktor di atas, yaitu imajinasi dan rasa ingin tahu.

Apa susahnyanya mempunyai rasa ingin tahu kemudian merawatnya. Begitu mungkin jawaban seketika ketika saya menyodorkan rasa ingin tahu sebagai salah satu faktor penting anak untuk terus belajar dan berprestasi. Namun nyatanya, banyak kelas di sekolah kita selesai saat guru menyelesaikan keterangannya di depan. Jarang sekali ada pertanyaan, bisa dibilang hampir tidak ada. Padahal merujuk hasil penelitian, rasa ingin tahu merupakan pondasi awal yang harus lebih ditekankan

ketika kita melihat prestasi akademik. Salah satunya adalah penelitian yang dipublikasikan *International Pediatric Research Foundation* tahun 2018. Setelah meneliti lebih dari 6200 anak-anak dengan melakukan kunjungan rumah dan observasi di sekolah, Dr. Prachi Shah dan kolega menemukan bahwa terdapat korelasi antara anak-anak penuh rasa ingin tahu dengan kinerja akademik di sekolah. Artinya, semakin tinggi rasa ingin tahu, semakin besar potensi anak-anak untuk mendapatkan prestasi akademik di sekolah.

Studi lain menyatakan betapa menakjubkannya keingintahuan anak-anak pada usia dini. Setiap anak sanggup bertanya sebanyak 107 pertanyaan setiap jamnya. Itu artinya, setiap menit mereka mengajukan tidak kurang dari 2 pertanyaan. Michelle M. Chouinard dan kolega menemukan fakta tersebut dari penelitian yang dilakukannya bersama tim dengan melakukan observasi kepada anak-anak berusia 14 bulan sampai 5 tahun. Menakjubkan!

Sayangnya, kita seringkali dibuat repot dengan pertanyaan-pertanyaan anak kecil di sekitar kita. Sekolah formal adalah penyebab utama mengapa jumlah pertanyaan anak seperti terjun bebas.

Bagaimana Merawatnya?

Keingintahuan merupakan bakat bawaan setiap manusia. Dengannya, anak-anak menjadi lebih jeli dan memikirkan banyak hal serta mencoba untuk memecahkannya. Ketika anak-anak mengeksplorasi rasa ingin tahu mereka, mereka memperluas kosa kata mereka saat mereka menggunakan bahasa untuk menggambarkan apa yang mereka pikirkan, lihat, dengar atau alami. Ilmuwan perkembangan percaya bahwa dengan memelihara keingintahuan, kita otomatis memelihara keinginan untuk belajar secara mendalam dan terus menerus.

Keingintahuan membantu anak-anak belajar secara efisien. Semacam detektor kebaruan, pendorong bagi anak untuk menemukan penjelasan yang tak terduga dan menyelesaikan ketidakpastian. Dengan menggunakan semua indera, anak menjelajahi sesuatu yang tidak dikenal terus menerus, sampai merasa menemukan jawabannya. Itu artinya, setiap pertanyaan yang tidak kita jawab saat mereka antusias akan menimbulkan lubang keingintahuan mereka. Mereka tidak menemukan kebahagiaan. Itu karena selain antusias karena motivasi, rasa ingin tahu juga ditandai dengan kegembiraan saat anak menemukan jawaban atas keingintahuannya. Rasa senang dari keberhasilan mendapatkan jawaban inilah yang menjadi semacam bahan bakar bagi anak-anak untuk menebalkan keingintahuan selanjutnya, memupuk motivasi mereka.

Sumber Bacaan:

Chouinard, M., Harris, P., & Maratsos, M. (2007). Children's Questions: A Mechanism for Cognitive Development. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 72(1), 1-129. Retrieved February 12, 2020, from www.jstor.org/stable/30163594.



PENGASUHAN

MENGAPA ANAK GEMAR BERMAIN GAWAI?

“Your kid is not weak-willed because he can’t get off his phone. Your kid’s brain is being engineered to get him to stay on his phone.” (Ramsay Brown)

Tempo hari seorang teman bercerita bahwa anaknya yang masih berusia 6 tahun kecanduan smartphone. *“Awalnya saya kasih HP biar gak rewel, namun sekarang malah sulit untuk menarik (HP) dari tangannya”*, begitu keluhan salah satu teman saya tempo hari.

Gawai dan internet merupakan paket komplit yang menyusahkan kebanyakan orangtua hari ini. Entah terpikirkan langsung atau tidak, apa yang dirasakan teman saya juga dirasakan banyak orangtua lainnya, termasuk saya. Banyak orangtua yang menyangka anak-anak mereka telah menjadi korban gawai, kecanduan.

Apakah mereka kecanduan gawai?

“Terlalu mudah”, Begitu mungkin kalimat yang tepat untuk menggambarkan klaim dari sebagian orangtua tentang kondisi anak-anak mereka saat menggunakan gawai. Kecanduan (*Addiction*) bukanlah istilah sembarangan. Kata kunci kecanduan adalah kurangnya kontrol seseorang terhadap hal-hal yang

berdampak negatif pada dirinya. Pertanyaannya, apakah anak-anak kita menyadari bahwa gawai adalah hal yang buruk dan merugikan? Pertanyaan paling ekstremnya adalah apakah kita menyediakan pilihan aktivitas lainnya yang lebih menarik minat mereka?

Jika kedua pertanyaan tersebut tidak mamapu kita jawab, maka perilaku mereka berselancar dan lengket dengan gawainya bukanlah perilaku pecandu. Kalau masih tidak percaya, silahkan cek definisi kecanduan dalam (Today, 2020) dan (WHO, 2018) . *Tuh kan*, banyak banget yang harus dipenuhi jika kita ingin mengatakan bahwa seseorang kecanduan.

Mengapa (Anak) kita menyukai gawai?

Jangankan anak-anak, banyak orang dewasa juga kesusahan untuk tidak lekat dengan gawainya *kan*? Bersedia atau tidak jika saya kasih satu pertanyaan lagi, *hehe*. Begini, kita semua *kan* memiliki hobi, jadi, kira-kira apa yang kita sebut dengan hobi dan mengapa kita siap terpaku dengannya untuk waktu yang lama? Kira-kira begitulah gawai menyaru dalam kehidupan anak-anak kita.

Begini agar lebih jelas, kata kuncinya adalah bahwa hobi dan gawai memiliki kesamaan, yaitu menyenangkan. Gawai berhubungan langsung dengan kebutuhan dasar psikologis kita. Secara mendasar, manusia minimal membutuhkan tiga hal, yaitu kompetensi, otonomi dan keterikatan. Hal tersebut menurut teori *self determination theory* (SDT) milik Edward Deci dan Richard Ryan (Deci & Ryan, 1985). Sejak tahun 1985, teori ini banyak dirujuk dalam psikologi untuk melihat bagaimana manusia terdorong untuk memenuhi kebutuhan psikologisnya dan membentuk kepribadiannya.

Mudahnya begini, anak merasa memiliki dan terus meningkatkan kompetensinya dengan bermain *game*, media sosial (*Medsos*) atau apapun yang berasal dari gawainya. Setiap *game* tentu memiliki level, menyelesaikan sebuah level dan mencapai level baru merupakan salah satu hal yang dirasa anak dapat mengembangkan kompetensinya. Selain itu, jika dia main *medsos*, seberapa banyak teman yang menyukai atau mengomentari apa yang dia lemparkan sama saja menjadi pemenuhan kompetensi baru bagi anak. Begitu juga saat mereka bermain youtube dan semacamnya, banyak hal-hal baru yang mereka ketahui. Permasalahannya, apakah kita memberikan sesuatu yang dirasa anak sebagai sebuah kompetensi baru setiap harinya? Jika tidak, jangan salahkan anak-anak jika mereka lebih memilih bermain dengan gawainya.

Kebutuhan kedua yang membuat anak-anak kita terpaku pada layar gawainya adalah perasaan otonom, independen atau mandiri. *Game* dan *medsos* memberikan pemain banyak pilihan dan membebaskannya untuk memilih. Ambil contoh dalam *game*, anak bisa saja memilih untuk menembak, menghindar, merangkai dan lain-lainnya. Begitu juga dalam menggunakan gawainya secara keseluruhan, dia bisa memilih sebuah aplikasi, menginstalnya, menggunakannya dan kemudian mencopotnya (*Uninstall*) sesuai dengan keinginannya. Inilah kebutuhan anak (Dan juga manusia pada umumnya), mereka membutuhkan dirinya mendapatkan otonomi dari hari ke hari.

Kebutuhan psikologis pokok ketiga yang membuat anak tidak mau melepaskan gawainya adalah keterikatan. Perasaan terikat dan mengembangkan hubungan dengan sebanyak mungkin manusia lainnya adalah kebutuhan dasar manusia. Gawai dengan internetnya memenuhi kebutuhan anak untuk terikat dengan banyak orang. Anak bisa mengintip profil orang-orang sebelum dia membuka komunikasi dan menciptakan

hubungan baru. Kelebihan lainnya adalah pengguna bisa kapanpun juga memutuskan hubungan (Hampir) tanpa konsekuensi sosial seperti hubungan sosial dalam kenyataan.

Desain dan tujuan yang berbeda

“Your kid is not weak-willed because he can’t get off his phone. Your kid’s brain is being engineered to get him to stay on his phone”, ujar Ramsay Brown yang dikutip oleh Haley Sweetland Edward (2018) dalam kolomnya di time.com. Jadi, jangan salahkan anak-anak kita. Brown adalah salah satu pendiri Boundless Mind, sebuah perusahaan *startup* teknologi yang berjuang melawan kecanduan manusia terhadap teknologi. Kutipan di atas kurang lebih berarti bahwa anak-anak bukanlah manusia yang lemah dan tunduk dengan gawainya, melainkan karena gawai dengan teknologinya telah membuat anak-anak kita tunduk tak berdaya terus berada di depannya. Dengan kata lain, gawai dan segala apa yang ada di dalamnya dan apa yang bisa dijangkaunya adalah hal yang telah didesain sedemikian rupa untuk membuat manusia *kerasan* dan terlena.

Jangankan anak-anak, kita juga susah kan lepas dari gawai? Mungkin juga saat membaca tulisan ini, saudara sekalian mengabaikan komunikasi manusia-manusia di sekitarnya, *hehe*. Sekarang sudah semakin paham kan, tujuan kita (Orangtua) dengan perusahaan teknologi jelas berbeda. Jika kita tidak berharap anak-anak kita bergantung dengan gawainya, mereka malah sebaliknya, karena itulah sumber penghasilan mereka.

Bagaimana menyikapinya?

Ini permasalahan yang boleh dikatakan sulit dan serius, namun juga bisa dikatakan mudah dan santai. Pada dasarnya, hal pertama yang harus kita sepakati adalah bahwa anak –seberapa kecilpun dia— adalah manusia. Selayaknya manusia lainnya, anak

membutuhkan hal-hal untuk terus hidup. *Okeelah*, jika kita sudah memberinya asupan gizi yang baik untuk tubuhnya, tapi apakah iya kita sudah memberikan asupan juga untuk jiwanya? *Ciee*.

Penjelasan yang agak panjang di atas sudah dipahami kan? Jadi, sudah tidak terkejut lagi kan dengan anak-anak yang lengket seperti perangko dengan gawainya? Intinya, anak dan kita (Orang dewasa) memiliki tiga kebutuhan dasar yang harus terpenuhi, yaitu ingin terus berkembang kompetensinya, ingin memiliki kebebasan menentukan pilihan (Mandiri/independen) dan juga ingin tetap terhubung dengan dunia sosial. Nyatanya gawai dengan internet sepertinya mampu memberikan asupan ketiga kebutuhan tersebut.

Coba cek kembali kalimat terakhir yang saya tulis, "Sepertinya". Artinya, seolah-olah atau nampak. Sama halnya dengan iklan kecantikan, 'nampak' cerah dan berkilau. Tapi, apakah iya cerah dan berkilau sungguhan? Itu artinya, pasti ada celah yang bisa kita gunakan untuk menarik kembali anak-anak kita ke dunia yang nyata dan fana ini. Meskipun dunia ini fana bapak/ibu sekalian, namun dunia internet lebih fana lagi *lo hehe*.

Okeelah kalau begitu. Kata kunci adalah apakah kita menginginkan anak-anak kita tumbuh secara nyata atau *abal-abal*? Bila kita menginginkan mereka kembali 'menginjak bumi', maka kita harus tunjukkan bahwa kenyataan ini lebih menarik dari gawai-nya. Banyak cara yang bisa orangtua lakukan untuk mengurangi intensitas mereka dengan gawai. Ajaklah mereka berkomunikasi dan beraktivitas yang menarik minat mereka. Jangan sedikit-sedikit dikasih gawai, nanti jadi bukit *lo*. Jalan-jalan, mewarna, menggambar berkebon, membuat kerajinan sederhana adalah hal-hal yang membuat mereka mendapatkan hal-hal baru dalam kehidupannya. Tentu masih banyak lagi selain itu.

Memberikan mereka kebebasan adalah tugas kita selanjutnya saat sedang bersama anak-anak. Saya ambil contoh, ketika kita mengajaknya berkebun misalnya, biarkan mereka berkreasi. Memang *sih*, seringkali mereka membuat ‘kekacauan’. Tapi memang itulah mereka, tidak usah sedikit-sedikit diatur, karena itulah dunianya. Bila niatnya menanam tanaman dan jadinya banyak tanaman yang rusak, ya itukan hal yang bisa kita ajarkan pada mereka. Bahwa hasil dari pekerjaan mereka seperti itu, namun *toh* bisa diperbaiki lain waktu *kan*? Itu satu contoh, dan banyak contoh lainnya kegiatan yang dapat melibatkan anak-anak kita. Bahkan, bisa saja kita libatkan mereka dalam aktivitas membersihkan rumah, mulai menyapu, mengepel, membuang sampah dan lainnya.

Kebutuhan terakhir menurut SDT adalah memenuhi kebutuhan anak akan keterikatan. Tidak usah *muluk-muluk*, untuk mengikutsertakan mereka perlombaan secara rutin, mulai saja dulu dalam rumah kita. Apakah komunikasi mereka dengan kita (Orangtua) telah berjalan sesuai dengan keinginan mereka? *Hayo*, yang suka main gawai saat anaknya mengajak berbicara siapa? Angkat tangan! Ayolah, kurangi kekecewaan mereka dengan komunikasi yang hangat. Ajaklah mereka berbicara, tanyakan aktivitasnya sehari-hari, di sekolah misalnya. Syukur-syukur jika bapak-ibu sekalian masih mau bercerita untuk mereka secara rutin. Apa? Tidak bisa cerita? Beneran? Pasti bisa, *wong* sehari-hari di tempat kerja atau dengan tetangga juga kita *nerocos* mulu *kan*. Kalau kesulitan membuat cerita, *kan* banyak *tuh* buku cerita, atau kalau masih alasan juga buat beli buku cerita, ya tanya aja *almukarom* google. Pasti ada tuh jutaan cerita yang dimiliki mbah google.

Oh iya, saran ini bukan seperti tata cara masak *p*p mie lo*, jadi mungkin efeknya tidak akan bisa langsung seperti menyeduh dan menyajikan *mie*. Anak kita kan manusia duhai bapak-ibu,

bukan *ind*mie* dan sejenisnya. Lakukan saja secara bertahap, dengan adonan kasih sayang yang cukup dan konsisten. Semoga saja berhasil.

Masalah anak masih sering terobsesi main gawai-nya, ya itu wajar. Kasih saja kesempatan, tapi ingat, dampingi mereka. Jadilah partner yang menarik untuk mereka saat bermain gawai.

Sumber:

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior (Perspectives in Social Psychology)*. Amazon. <https://www.amazon.com/Intrinsic-Motivation-Self-Determination-Perspectives-Psychology/dp/0306420228>

EDWARDS, H. S. (2018). *You're Addicted to Your Smartphone. This Company Thinks It Can Change That*. Time.Com. <https://time.com/5237434/youre-addicted-to-your-smartphone-this-company-thinks-it-can-change-that/>

Today, P. (2020). Addiction. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/basics/addiction>

WHO. (2018, September 14). Addictive behaviours: Gaming disorder. *World Health Organization (WHO)*. <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gaming-disorder>

BAGAIMANA MENDETEKSI ANAK KECANDUAN GAWAI?

Melihat anak-anak kecil membungkuk dan fokus ke layar gawai mungkin menjadi pemandangan wajar hari ini, terutama anak-anak pada keluarga muda. Pertanyaannya, apakah hal tersebut merupakan hal wajar atau merupakan ancaman bagi anak-anak hari ini? Sebagai orangtua, seringkali saya juga khawatir terkait teknologi untuk anak-anak saya. Gawai utamanya. Perasaan yang (Mungkin) jamak dirasakan orangtua lain di sudut dunia manapun. Orangtua modern kemudian memiliki musuh baru, ketakutan baru, yaitu kecanduan layar (Gawai) pada anak-anak mereka.

Mengubah Pandangan tentang Gawai

Kebanyakan, orangtua merasa bermain gawai terlalu lama dan sering adalah hal yang buruk sekaligus berbahaya bagi anak-anak. Namun, pendapat tersebut sedikit disangkal oleh penelitian terbaru yang dilakukan oleh sekelompok peneliti di Universitas Michigan. Sarah Domoff dan koleganya menyatakan bahwa kita selama ini terjebak dalam perdebatan tentang berapa banyak yang dihabiskan oleh anak-anak kita di depan layar gawai, sehingga kita lebih memperhatikan berapa jam per hari batasan normal seorang anak boleh menggunakan gawai (Radesky et al.,

2014). Kita lupa bahwa hal tersebut tidak otomatis mampu memprediksi masalah emosi dan sosial anak-anak kita.

“Our study has demonstrated that there is more to it than number of hours. What matters most is whether screen use causes problems in other areas of life or has become an all-consuming activity”, begitu kata Domoff.

Terdapat minimal tiga hal penting dalam kutipan pernyataan tersebut, yang *pertama* adalah kita terlalu memperdebatkan sisi kuantitas penggunaan gawai, *kedua* yaitu apakah penggunaan gawai mengganggu sisi kehidupan lain dan *ketiga* apakah hal tersebut sangat menyita waktu anak-anak kita.

Keterangan di atas menunjukkan bahwa seringkali kita terkecoh terkait gawai dan anak-anak. Banyak orangtua mencari tahu, bertanya dan berdebat perihal, *“Berapa jam sebaiknya anak bermain gawai perhari?”*. Banyak juga yang melupakan bahwa teknologi adalah zaman, dia tidak bisa dilawan, sehingga harusnya kita lebih berfokus pada, *“Apakah gawai membantu atau mengganggu anak-anak kita?”*

Data Ilmiah Terkait Dampak Buruk Internet dan Gawai

Banyak penelitian telah mengupas dampak buruk interaksi (Berlebih) manusia dengan teknologi informasi melalui gawai. Salah satunya adalah penelitian yang dipresentasikan dalam pertemuan ilmiah tahunan *Radiological Society of North America* (RSNA) oleh seorang Profesor dari Korea Selatan bernama Hyung Suk Seo. Profesor Korea University dan rekannya menggunakan *Magnetic Resonance Spectroscopy* (MRS) – merupakan merupakan tipe khusus MRI yang mengukur komposisi kimia otak- untuk mendapatkan wawasan unik tentang otak remaja yang kecanduan internet (RSNA, 2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan internet memiliki kadar GABA (*Gamma Aminobutyric Acid*) tinggi

(Bergland, 2017). GABA dikenal sebagai jenis *neurotransmitter* di otak yang menghambat atau memperlambat sinyal otak, selain itu GABA juga terlibat dalam penglihatan, kontrol motorik dan regulasi berbagai fungsi otak, termasuk kecemasan. Peningkatan kadar GABA di otak, menurut peneliti dapat menyebabkan banyak hal seperti depresi, kegelisahan, insomnia, dan impulsivitas yang jauh lebih tinggi secara signifikan.

Sementara banyak penelitian lain juga mengemukakan bahwa kecanduan menggunakan internet sangat berdampak pada isolasi sosial. Sherry Turkle menyentil hal tersebut dalam buku yang ia beri judul *Alone Together*.

Mendeteksi Kecanduan Sedari Dini

Menemukan penelitian tentang dampak buruk gawai terkesan sangat mudah, namun jika kita mau lebih teliti melihatnya, sangat jarang penelitian yang mengarahkan fokusnya pada kecanduan ini pada level anak usia dini dan kanak-kanak. Inilah yang dibidik oleh Sarah Domoff dan koleganya dalam penelitian yang saya jelaskan di awal. Mereka kemudian merumuskan 9 tanda peringatan bagi orangtua untuk mendeteksi bahwa anak-anak mereka telah terpapar internet secara berlebihan, atau bahkan tersesat di dunia maya "*Lost in cyberspace*". Berikut adalah Sembilan tanda yang dapat menjadi acuan apakah anak kita berada dalam zona bahaya berselancar di dunia maya (Bergland, 2017a):

1. *Unsuccessful Control*, yaitu saat anak mulai kesulitan untuk berhenti menggunakan gawainya;
2. *Loss of Interest*, setiap kali perangkat gawai tidak ditangannya, anak kehilangan motivasi;
3. *Preoccupation*, selalu menantikan secara berlebihan untuk dapat menggunakan perangkat elektroniknya. Biasanya kehilangan fokus saat mereka di sekolah atau mengerjakan hal-hal kecil tanpa gawainya;

4. *Psychosocial Consequences*, sulit untuk diajak komunikasi. Meskipun yang mengajak adalah orang terdekat seperti orangtua dan keluarga;
5. *Serious Problems Due to Use*, gawai mulai menuai masalah, terutama dalam hubungan keluarga. Hal tersebut terlihat dari penolakan-penolakan anak atas hal-hal kecil dengan keluarganya;
6. *Withdrawal*, anak mulai merasa frustrasi dan menarik diri dari komunikasi saat tidak diperbolehkan menggunakan gawai;
7. *Tolerance*, dari waktu ke waktu anak menginginkan lebih banyak waktu untuk berselancar di dunia maya menggunakan perangkat gawainya;
8. *Deception*, anak mulai mengambil kesempatan, menyelinap secara sembunyi-sembunyi hanya untuk bermain menggunakan gawai;
9. *Escape/Relieve Mood*, saat berhadapan dengan masalah, gawai tampaknya menjadi satu-satunya solusi untuk membantunya lebih baik.

Menilik sembilan hal tersebut, beruntunglah bagi orangtua jika saat pulang bekerja anak-anak menyambut kita di depan rumah. Mereka antusias dengan kedatangan kita. Orangtua atau keluarga terdekat merupakan salah satu faktor utama bagi anak-anak untuk tidak tersesat saat berselancar dalam dunia maya. Manfaatkanlah sedikit waktu dengan keluarga dengan sebaik-baiknya. Bisa jadi penolakan-penolakan kecil yang kita lakukan kepada anak-anak kita, membuatnya beralih pada dunia maya. Saat asyik berselancar mereka terlena dan lupa, mereka tersesat. Bisa jadi saat itulah mereka mencandu.

Sumber Bacaan:

Bergland, C. (2017a, Desember). *9 Warning Signs Your Child May Be Lost in Cyberspace*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-athletes->

way/201712/9-warning-signs-your-child-may-be-lost-in-cyberspace

Bergland, C. (2017b, November 30). *The Neurochemistry of Smartphone Addiction*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/blog/the-athletes-way/201711/the-neurochemistry-smartphone-addiction>

Radesky, J., Kistin, C., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., Augustyn, M., & Silverstein, M. (2014). Patterns of Mobile Device Use by Caregivers and Children During Meals in Fast Food Restaurants. *Pediatrics*, *133*. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3703>

RSNA. (2017, November 30). *Smartphone Addiction Creates Imbalance in Brain*. CISION PR NEWSWIRE. <https://www.prnewswire.com/news-releases/smartphone-addiction-creates-imbalance-in-brain-300558945.html>

BERBOHONG, TANDA ANAK MENGEMBANGKAN KECERDASANNYA

Tidak ada satupun manusia suka mendapatkan kebohongan. Entah itu terkait hal sepele ataupun serius. Semua budaya, agama dan bangunan moral lainnya menempatkan bohong sebagai musuh utama mereka. Setiap masyarakat memiliki kisah, dongeng sampai mitos sendiri untuk membentengi bangunan moral dari gerogotan kebohongan. Lihat saja kisah para Nabi, dongeng Pinokio dan juga penggembala dan serigala, kesemuanya mendidik generasi manusia untuk menjauhi perilaku bohong.

Tapi penelitian menunjukkan hal yang lain tentang berbohong. Dalam beberapa hal, berbohong dianggap sebagai indikator valid untuk melihat kecerdasan pada anak. Studi ilmiah telah menemukan bahwa manusia mulai berbohong saat usia mereka 2 tahun.

Ilmuan psikologi Michael Lewis telah melakukan penelitian jangka panjang terkait perilaku berbohong anak pada tahun 1980-an. Eksperimen dilakukan dengan menempatkan anak pada ruangan dimana terdapat mainan yang disembunyikan dalam ruangan tersebut. Perintahnya sederhana, anak-anak diminta untuk tidak mengintip mainan tersebut saat peneliti keluar dari ruangan. Beberapa menit kemudian, peneliti kembali dalam ruangan dan bertanya apakah mereka mengintip mainan tersebut?

Terdapat dua temuan yang konsisten dari percobaan tersebut. Pertama, sebagian besar anak-anak melanggar perintah dan mengintip mainan tersebut saat mereka sendiri dalam ruangan. Kedua adalah sebagian besar dari anak yang melanggar berbohong atas pelanggaran mereka. Rentang usia anak yang berbohong dalam penelitian tersebut adalah anak berusia 2, 3 dan 4 tahun. Terlepas dari jenis kelamin, ras dan agama (orangtua) mereka.

Penelitian lain dipublikasikan di Jurnal *Child Development* tahun 2008 oleh Victoria Talwar dan Kang Lee sampai menyebutkan bahwa anak-anak yang berbohong pada usia 2,3 dan 4 tahun perlu dirayakan oleh orangtuanya. Alasannya?

Berbohong dan potensinya bagi anak

Menurut serangkaian penelitian, berbohong merupakan salah satu indikator yang baik bagi potensi kecerdasan anak usia dini. Penelitian di atas menyebutkan bahwa anak-anak yang berbohong memiliki skor IQ verbal lebih baik 10 poin dibandingkan dengan anak-anak yang tidak berbohong. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa dengan berbohong, anak-anak menunjukkan potensi yang kuat dalam *executive functioning skill* (EFS) dan *theory of mind* (TM). EFS merupakan kemampuan yang memungkinkan anak dapat menahan dorongan dan tetap fokus pada sebuah (tugas) tindakan, sedangkan TM merupakan untuk melihat dunia dari perspektif orang lain.

Berbohong merupakan tindakan sengaja membuat pernyataan salah dengan maksud untuk menanamkan kepercayaan salah ke dalam pikiran penerima pernyataan tersebut. Untuk sukses berbohong, seseorang harus dapat memiliki penilaian yang tepat atas keadaan mental mereka sendiri dan keadaan mental penerima. Misalnya, apakah penerima tidak tahu tentang keadaan

sebenarnya yang diketahui oleh para pembohong itu sendiri. Setelah itu, pembohong juga harus membuat dan menghasilkan pernyataan palsu yang berbeda dari kepercayaan sejati mereka tentang keadaan. Pembuatan pernyataan palsu harus disusun dengan hati-hati sehingga tidak menimbulkan kecurigaan. Inilah susahnya berbohong. Mengapa susah, karena dengan berbohong kita dituntut untuk konsisten pada perilaku dan pernyataan yang salah sembari menyembunyikan perilaku dan pernyataan yang sebenarnya.

Jadi, dengan memeriksa perilaku bohong pada anak-anak, kita dapat memperoleh wawasan penting tentang bagaimana anak belajar menggunakan teori pikiran mereka dalam situasi kehidupan sehari-hari untuk tujuan adaptif atau mal-adaptif. Keterangan di atas menggambarkan bahwa berbohong pada usia dini sangatlah baik bagi perkembangan kognitif mereka.

Apakah berbohong mengkhawatirkan?

Temuan-temuan tersebut ibarat sebuah paradoks bagi kebanyakan orangtua. Semua orangtua menginginkan anak-anak mereka menjadi manusia jujur, namun bukti empiris menunjukkan bahwa berbohong memiliki manfaat bagi perkembangan kognitif mereka. Kejujuran dibutuhkan anak-anak bukan hanya bagi bangunan moral mereka, namun juga dalam kasus-kasus khusus seperti kasus kriminal dan pelecehan seksual. Pertanyaannya adalah bagaimana kita dapat memastikan perilaku berbohong tersebut tidak bertahan sampai tahapan usia selanjutnya?

Sudah sejak lama, psikologi menyepakati penguat perilaku positif daripada hukuman untuk mengubah perilaku ke arah yang lebih positif. Salah satunya adalah melatih anak-anak kita untuk berkomitmen, bahasa orang dewasa adalah melatih menepati janji. Psikolog Angela Evans menemukan bahwa anak-anak cenderung tidak mengintip mainan saat eksperimen dilakukan.

Jika sebelumnya mereka diajak untuk bersepakat tidak melakukan hal tersebut. Ini aneh, mengingat anak usia dini belum mampu memahami istilah “janji”. Itu artinya anak usia dini mampu memahami pentingnya menjaga komitmen yang telah dibangun. Temuan tersebut membuka perspektif baru bagi kita semua bahwa pada usia dini, pesan kebaikan yang menanamkan manfaat perilaku jujur lebih bermanfaat daripada memberikan pesan ancaman berupa akibat buruk sebuah kebohongan.

Bagaimana bila tidak?

Pertanyaan selanjutnya adalah bagaimana jika anak kita tidak melewati fase berbohong pada tahapan anak usia dini? Talwar dan koleganya menyebut bahwa fungsi eksekutif dan teori pikiran dapat saja dilatihkan dengan stimulasi yang lain. Misalnya lewat permainan interaktif dan bermain peran. Dengan bermain peran misalnya, anak-anak diajarkan untuk meninggalkan identitas aslinya sementara. Hal tersebut memberikan kesempatan pada mereka untuk menjalankan teori pikiran, yaitu melihat dunia dari perspektif orang lain. Artinya, jangan kaget jika anak kita pada usia dini (sampai 6 tahun) mulai bisa berbohong, justru kita harus merayakannya. Namun, berbohong bukanlah satu-satunya jalan untuk meningkatkan kapasitas intelektual anak.

Sumber:

Talwar, Victoria & Lee, Kang. (2008). Little Liars: Origins of Verbal Deception in Children. 10.1007/978-4-431-75179-3_8.

ANAK REWEL SAAT SEKOLAH PERTAMA, BAGAIMANA?

Musim sekolah telah tiba. Kebanyakan anak akan menyambutnya dengan antusias dan gembira. Orangtua juga tidak kalah antusias, selain mempersiapkan perangkat sekolah, orangtua *zaman now* juga sibuk memotret bauh hati menggunakan seragam baru, mengedit serta menunggah di lini masa internet *plus caption* motivasi yang tidak jarang susah dipahami.

Dibalik itu semua, sebagian orangtua, terutama dengan anak usia dini yang baru pertama kali masuk sekolah. Musim sekolah baru mungkin malah diisi dengan hal sebaliknya, kekhawatiran dan air mata. Sebagian anak akan protes dan menangis bahkan bersifat agresif saat akan ditinggal di sekolah, pada sisi lain orangtua juga tidak tega melihat hal tersebut. Sehingga menjadi pemandangan umum saat musim sekolah tiba, orangtua terutama ibu-ibu memenuhi halaman lembaga pendidikan anak usia dini (PAUD). Bahkan tidak jarang parkir sekolah meluber dan membuat macet.

Berpisah dengan buah hati merupakan hal yang sulit. Itu hal wajar, sama wajarnya dengan tangisan anak-anak saat akan kita tinggalkan. Psikologi menyebutnya kecemasan akan perpisahan (*separation anxiety*), yaitu semacam perasaan takut, tertekan atau perasaan susah yang dapat dirasakan oleh orangtua atau anak saat mereka berpikir akan berpisah dengan rumah atau

orang-orang terdekat dan lekat dengannya. Psikologi menyebut jenis kecemasan seperti ini adalah hal yang wajar pada bayi dan biasanya akan berakhir pada usia 2 tahun. Namun pada kenyataannya banyak anak-anak dan orangtua tidak mampu mengontrol emosi sedih saat momen perpisahan tiba. Oke, marilah kita bicarakan sedikit lebih banyak untuk mendapatkan momen perpisahan yang sebaik mungkin.

Kenali ciri-ciri kecemasan perpisahan

Sekali lagi, pada umumnya kecemasan jenis ini adalah hal yang normal. Namun, jika tindakan anak semakin agresif saat ditinggalkan, maka hal tersebut bisa disebut sebagai sebuah gangguan. Mari kita kenali gejala kecemasan perpisahan untuk mempersiapkan langkah yang tepat saat menghadapinya. Berikut adalah gejala pada anak:

1. Anak mengalami distres yang berlebih saat terpisah dari orangtua atau orang yang paling dekat dengannya
2. Tidak berani keluar rumah, atau kamar karena takut ditinggal orangtua
3. Tidak berani bermain dengan anak lain, kecuali jika orangtuanya ikut didekatnya
4. Seringkali tidak bisa tidur jika tidak menempel dengan orangtua
5. Sering tidur tidak nyenyak atau terbangun saat ditinggal oleh orangtua ditengah tidur

Pada orangtua, gejalanya adalah:

1. Khawatir tentang kehilangan atau memiliki pikiran-pikiran negatif (terjatuh, sakit dll) tentang keadaan anak saat ditinggal
2. Ketakutan akan kesepian saat tidak bersama buah hati
3. Mimpi buruk saat tidak bersama anak
4. Terkadang juga diikuti somatisasi, seperti sakit kepala dan mual saat berpisah dengan anak.

Persiapan sebelum sekolah

Setelah kita mengenali gejala kecemasan perpisahan, saatnya kita mempersiapkan hal-hal yang dapat mengurangi ketegangan perpisahan dengan anak sekolah.

1. Sebaiknya anda mengenalkan kegiatan sekolah sebelum mereka sekolah, seperti menggambar, menggunting, dan bercerita;
2. Kunjungi sekolah, khususnya ruangan kelasnya sebelum anak sekolah, untuk memperkenalkan dan mebiasakannya;
3. Perkenalkan anak dengan calon gurunya;
4. Biasakan anak dengan kondisi perpisahan. Coba aja sesekali anda pamit untuk ke pasar, keluar atau anda titipkan ke sanak saudara. Namun, jangan tinggalkan diam-diam saat mereka bermain.

Bagi orangtua, pastikan beberapa hal untuk memantapkan dan mengurangi emosi negatif saat anda berpisah dengan anak:

1. Cari tahu struktur dan jadwal harian sekolah;
2. Tidak ada salahnya jika anda bertanya pada pihak sekolah tentang prosedur penanganan saat anak anda tidak nyaman dan menangis;
3. Berikan tips khusus untuk menangani anak anda pada guru dan staf di sekolah.

Saat mengantar anak pertamakali di sekolah

Beberapa dari kita, para orangtua justru melakukan hal-hal yang dapat meningkatkan potensi kecemasan berlebih pada anak saat akan berpisah dengan kita. Memasang muka sedih, terlalu lama di halaman sekolah atau area yang dapat dilihat anak, atau bahkan ikut menunggu mereka di kelas merupakan hal-hal yang dapat meningkatkan potensi gangguan kecemasan berlebih anak kita saat berpisah dengan orangtuanya. Berikut adalah hal-hal yang sebaiknya kita lakukan saat hari pertama sekolah untuk anak kita:

1. Buatlah komitmen dengan anak sesaat sebelum mereka diantar ke sekolah. Jelaskan pada mereka, bahwa mereka akan sekolah, dianter dan akan kembali dijemput;
2. Ingatkan sekali lagi sesaat sebelum mereka memasuki gerbang atau wilayah sekolah;
3. Berikan perlakuan selamat tinggal dengan baik, ramah, meyakinkan dan tidak terlalu lama. Misalnya, beri pelukan ciuman dan salam tangan. Pastikan sekali lagi bahwa anda akan menjemputnya;
4. Pastikan langkah anda tidak ragu saat meninggalkan anak di sekolah/kelas. Santai dan rileks saja saat melangkah menjauh dari pandangan anak. Jangan menoleh atau bahkan melangkah kembali, lebih-lebih ikut masuk kelas;
5. Jangan mengendap-ngendap atau mencuri kesempatan untuk meninggalkan mereka tanpa pamitan. Perhatikan bahwa perpisahan adalah hal biasa, positif dan tidak berbahaya bagi mereka;
6. Berhubungan dengan komitmen, berikan token untuk prestasi mereka. Siapkan hadiah untuk kemandirian mereka. Semisal, saat anak tidak menangis dan pulang tanpa rewel, beri mereka tanda senyum untuk ditempel atau disimpan. Saat telah terkumpul beberapa berikan hadiah pada mereka.

Tidak semua anak membutuhkan penanganan khusus seperti yang telah saya uraikan di atas. Banyak anak yang mampu mengembangkan otonomi diri mereka dan lebih mandiri dari waktu ke waktu. Jadi untuk kebanyakan anak, hal ini hanyalah urusan waktu. Namun sebagian lainnya, butuh perlakuan khusus untuk mendirikan otonomi dan kemandiriannya, agar aktivitas sosial mereka berkembang dengan baik dan tidak terhambat.

MENGAJARKAN ANAK KECAKAPAN EMOSI

Saat menunggu anak pulang sekolah di gerbang sekolah, saya mendengar sekelompok ibu-ibu tengah asyik membicarakan perilaku anak yang disebut mereka sebagai anak yang *ngelamak*. “*Kemarin pas marah itu mama-nya dipukul pakai sandal di depan kita-kita lo bu*”, begitu kata salah satu ibu-ibu menguatkan argumen bahwa anak tersebut susah diatur.

Sebagai anugerah, semua anak harus kita yakini sebagai sesuatu yang terbaik untuk setiap keluarga. Nyatanya, banyak sekali orangtua yang mengeluhkan perilaku anak-anak mereka, mulai dari susah diatur, sampai melawan orangtua. Bahkan banyak diantara mereka yang terjebak pada kondisi frustrasi dan *pasrah bongkokan* (Menyerahkan begitu saja anak-anak mereka) pada pihak sekolah. Ketika kondisi tersebut terjadi, tidak jarang pihak sekolah juga *kelabakan* mencari solusi. Jika dibiarkan, mereka takut perilaku tersebut mempengaruhi siswa yang lain, tapi jika diberi tindakan, orangtua tidak bisa lagi dijadikan mitra.

Tentang Kesehatan dan Kecakapan Emosional

Sama seperti manusia lainnya, saya rasa setiap anak ingin merasa baik. Persis seperti kita (Manusia dewasa) anak-anak juga merasakan bahwa mengontrol diri sendiri bukanlah urusan yang mudah. Jika kita yang dewasa saja masih sering mendapatkan diri

kita dalam kesalahan ketika mengekspresikan emosi, apalagi para manusia kecil yang ada di rumah kita?

Orangtua bisa saja memilihkan sekolah terbaik untuk anak-anak mereka, namun apakah itu merupakan jaminan jika mereka tidak diperlakukan sebagai ‘manusia’ saat di rumah? Berhentilah menempatkan sekolah (Pastinya guru-guru disana) sebagai dewa penyelamat anak-anak kita. Mereka tidak akan mampu mengembangkan potensi dan kepribadian anak-anak kita secara optimal tanpa ada kerjasama yang produktif dengan orangtua.

“It is our responsibility to learn to become emotionally intelligent. These are skills, they’re not easy, nature didn’t give them to us—we have to learn them”, begitu ahli psikologi Paul Ekman berkata tentang kecakapan dan kecerdasan emosi (Healy, 2019).

Selain sebagai tugas setiap manusia, kecerdasan emosional disebut Ekman sebagai kecakapan/keterampilan. Tidak ada satupun keterampilan yang tidak bisa dipelajari. Itulah kata kuncinya. Jika kita bersepakat dengan itu, artinya kita wajib menjadikan pengasuhan sebagai taman belajar bagi anak-anak kita untuk mendapatkan kecakapan tersebut.

Menilik laman casel.org, kemampuan sosial-emosional nyatanya dapat diajarkan dengan mengidentifikasi lima kompetensi dasarnya. Mulai dari bagaimana mengajarkan anak untuk dapat mengidentifikasi-kan emosinya, lalu mengaturnya. Bahwa marah, senang, sedih, terkejut, takut dan nikmat itu memang ada dan dimiliki semua manusia. Masalahnya adalah, apakah anak kita tahu bahwa mereka sedang marah (Identifikasi)? Apa yang harus mereka lakukan ketika marah (Kontrol)? Jadi, alih-alih balik memarahi mereka saat mereka melampiaskan kemarahannya, harusnya kita justru membimbing mereka untuk mengidentifikasi kemarahan tersebut.

Apakah mengidentifikasi dan mengontrol saja cukup? Menilik laman casel.org, masih terdapat tiga kecakapan lagi yang harus dikuasai anak menuju kesehatan sosial-emosional. Langkah ketiga adalah kemampuan memahami lingkungan sosial. Ajarkan anak-anak sejak dini untuk memahami etika dan norma sosial, tujuannya adalah mengenali sumber daya dan dukungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Pemahaman tentang konteks lingkungan sosial sangatlah penting bagi kontrol emosi. Mengekspresikan emosi adalah wajib, namun mengganggu orang disekitarnya itu adalah masalah. Tengok saja bagaimana kelakuan pemuda yang merusak sepeda motor saat ditilang. Bukan saja gagal mengontrol emosi yang berakibat buruk pada dirinya, kelakuan tersebut malah menimbulkan dampak sosial yang merugikan.

Pemahaman akan lingkungan sosial sangat berguna untuk kecakapan keempat yang bisa kita ajarkan pada anak untuk perkembangan emosinya, yaitu kecakapan membangun hubungan dengan orang lain. Kemampuan keempat ini meliputi bagaimana anak mampu berkomunikasi dengan jelas, mendengarkan dengan baik, bekerja sama dengan orang lain, melawan tekanan sosial yang tidak pantas, menegosiasikan konflik secara konstruktif, dan mencari dan menawarkan bantuan ketika dibutuhkan.

Empat kecakapan diatas merupakan pondasi bagi kecakapan terakhir yang menentukan kesehatan dan kecakapan emosional anak sepanjang hidupnya, yaitu kemampuan untuk mengambil keputusan yang bertanggung jawab. Jika setiap detik kita dihadapkan dengan berbagai macam pilihan, maka kemampuan kita untuk memilah dan memilihnya adalah kunci kehidupan. Identifikasi dan kontrol diri dibutuhkan untuk membimbing anak mengendalikan dorongan internalnya, sedangkan kesadaran sosial dan kemampuan menjalin hubungan digunakan untuk mengontrol tekanan sosial. Kesehatan dan kecakapan emosi adalah dua hal yang saling berkaitan. Manusia yang berhasil

adalah manusia yang mampu menyeimbangkan tekanan internal dan eksternal. Tingkat keberhasilannya adalah mengambil keputusan yang konstruktif dan tidak merugikan dirinya (Internal) dan juga lingkungan sekitarnya (Eksternal).

Bagaimana Caranya?

Jika melihat kasus di atas –seorang anak tanpa ragu memukul ibunya di depan umum, saya tidak hendak ikut mengadili anak tersebut sebagai anak nakal atau bahkan terburu-buru melabeli orangtuanya sebagai orangtua yang tidak cakap. Saya lebih suka menerka dengan pertanyaan, “Mengapa seorang anak berani melakukan tindakan tersebut?”.

Terdapat banyak kemungkinan, mulai dari urutan kelahiran dan kemungkinan sebagai anak tunggal, atau terdapat dua pengasuhan berbeda (Juga diasuh oleh kakek-neneknya), sampai pada kurangnya pemahaman orangtua tentang emosi anak dan bagaimana mengelolanya. Saya lebih suka menerka yang terakhir sebagai kemungkinan utamanya. Lalu, apa yang harus dilakukan jika anak sedang marah?

Perlu diketahui, bahwa marah adalah satu diantara beberapa (Ada yang mengatakan 6 ada yang 8) emosi dasar manusia. Jadi, jika kita hanya berkonsentrasi pada satu jenis emosi saja, maka kecakapan anak menguasai dirinya tidak akan sebaik jika mengenalkan kesemuanya pada mereka, terlebih membiasakan dengan berbagai cara mengontrolnya.

Kita bisa **memulai** dengan memberikan label emosi dengan bahasa. Sebut saja marah, sedih, takut, bahagia, heran, jijik, percaya, antisipasi dan nikmat. Ajaklah anak-anak untuk berbicara saat mereka tenang, untuk menanyakan emosi-emosi yang telah mereka ekspresikan setiap harinya. Misalnya pertanyaan, “Mas, tau *gak* kenapa tadi mas memukul bunda?”. Biarkan mereka menjawab dan menjelaskan.

Saat mereka menjelaskan apa yang mereka alami, kita telah masuk pada sesi **kedua**, yaitu memberikan pemahaman tentang jenis emosi dan apa yang mereka rasakan saat emosi tersebut muncul. Pastikan anak-anak memahami dan menginternalisasikan obrolan tersebut dengan kembali mengulangi pertanyaan, “Jadi kalau mas lagi sedih, itu seperti apa?”

Pemahaman tentang jenis emosi tersebut penting untukantisipasi awal bagaimana anak-anak dapat mengendalikan emosinya. **Berikan latihan**, strategi ketika mereka kembali berhadapan dengan emosi-emosi tersebut. Misalnya menarik napas dalam-dalam saat mereka mulai merasakan kemarahan. Menahan beberapa detik sebelum bertindak, mencari objek (Benda) untuk ekspresi kemarahan atau teknik yang lainnya.

Kita juga bisa menggunakan teknologi seperti video youtube atau film yang mengajarkan anak-anak untuk mengekspresikan emosinya secara konstruktif, tentu dukungan dan dampingan orangtua adalah hal utama.

Yang perlu diingat

Cara-cara yang saya paparkan bukanlah petunjuk praktis menyajikan makanan instan, jadi jangan berharap dapat dipraktikkan dengan sekali jalan. Dampingi anak-anak kita setiap hari, minimal kita ada untuk mereka menjelang mereka tidur, untuk sekedar bercerita. Kenapa? Ya karena anak kita bukan makanan instan, mereka juga manusia, sama seperti kita 😊

Sumber Bacaan:

Healy, M. (2019, January 31). *How to Raise an Emotionally Healthy Child: Understanding and teaching emotional health*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/nz/blog/creative-development/201901/how-raise-emotionally-healthy-child>

KEMAMPUAN BICARA ANAK DAN TEKNOLOGI

Pencarian cepat terkait "Penundaan pidato teknologi" menghasilkan banyak artikel berita tentang bagaimana penggunaan teknologi oleh anak-anak yang berkontribusi pada penundaan ucapan. Sebuah studi baru-baru ini terhadap hampir 900 anak menunjukkan bahwa, mereka yang menghabiskan lebih banyak waktu menggunakan layar mengalami penundaan di berbagai bidang perkembangan bahasa seperti jumlah kata yang digunakan atau menggunakan *langauge* untuk mendapatkan perhatian. Waktu layar menggantikan interaksi orang dengan orang tua, dan inilah mengapa waktu layar mengganggu perkembangan sehat bagi anak kecil.

Penelitian menunjukkan bahwa konteks lingkungan adalah kunci dalam membentuk pengembangan bahasa. Orangtua dapat mendukung perkembangan bahasa anak-anak dengan bersikap responsif terhadap anak-anak ketika mereka mencoba berkomunikasi melalui bahasa atau suara. Selain itu, pengasuhan yang sensitif, atau menanggapi kebutuhan emosional dan fisik anak, terkait dengan pertumbuhan dalam bahasa yang reseptif dan ekspresif. Bahasa reseptif adalah pemahaman anak terhadap bahasa yang digunakan oleh Anda, sedangkan bahasa ekspresif adalah anak yang dapat berkomunikasi menggunakan bahasa.

Perkembangan bahasa terjadi secara bertahap, dimulai dengan mengoceh dan mengenali nama benda pada masa bayi, untuk menanggapi nama mereka dan memahami pertanyaan sederhana pada anak usia 1-2 tahun, untuk menamai tindakan dan memiliki kosa kata 1000 kata pada usia 3 tahun, hingga bisa mengikuti percakapan dan menggunakan kata-kata masa depan dan masa lalu serta kata ganti yang tepat nanti di prasekolah. Bagan ini (Tautan bersifat eksternal) sangat membantu untuk akun yang lebih terperinci tentang tonggak perkembangan di berbagai usia.

Untuk anak usia 1 tahun, ibu yang lebih sensitif (Menjadi hangat, membaca isyarat anak dan merespons dengan benar) guna semakin banyaknya kosa kata anak-anak. Pada saat anak-anak berusia 3 tahun, meskipun, memberikan aktivitas merangsang anak-anak menyumbang lebih banyak pada kosakata anak daripada mengasuh anak yang sensitif. Interaksi orang tua-anak tentu merupakan salah satu jenis rangsangan yang membantu perkembangan bahasa. Namun, tayangan televisi ramah anak atau permainan di perangkat teknologi mungkin menjadi pertimbangan lain.

Mengenai hal itu, *American Academy of Pediatrics* membuat rekomendasi baru untuk waktu layar, atau waktu yang terkait dengan perangkat teknologi (Misalnya waktu yang dihabiskan di iPad, telepon seluler orang dewasa, menonton TV, atau menggunakan komputer), untuk anak kecil di tahun 2016, yang mencakup tidak ada penggunaan waktu layar untuk anak-anak di bawah 18 bulan, waktu layar minimal dan hanya pemrograman berkualitas tinggi dengan keterlibatan orang dewasa untuk anak-anak berusia 18-24 bulan, dan waktu menonton hingga 1 jam per hari dengan keterlibatan orang dewasa untuk anak-anak usia 2-5 tahun. Pedoman ini sejalan dengan penelitian bahwa pola asuh yang sensitif paling penting pada masa balita, namun stimulasi

kognitif selama 3 tahun memainkan peran juga, dengan waktu layar mungkin memberikan beberapa stimulasi, namun hanya jika orang tua menonton dengan anak-anak mereka dan terlibat dalam diskusi. Perihal apa yang sedang diawasi Kuantitas dan kualitas interaksi orang tua-anak, sangat terkait dengan perkembangan bahasa, dan bila interaksi ini ditandai oleh responsivitas dan positif, anak-anak dapat belajar lebih banyak lagi dan didorong untuk membalas perilaku verbal. Berbicara dengan, membaca, dan melibatkan anak penting untuk pengembangan bahasa, namun interaksi berbahasa-bahasa ini paling efektif bila sensitif, responsif, dan positif.

Mengurangi risiko anak Anda untuk penundaan bicara juga bermanfaat bagi area pengembangan lainnya. Anak-anak yang mengalami penundaan bicara seringkali mengalami masalah dalam interaksi sosial karena bahasa adalah fondasi bagi interaksi semacam itu. Jika anak-anak dengan penundaan bicara tidak mengejar teman sebayanya, mereka mungkin akan berjuang mengikuti instruksi berikut di sekolah dan memahami situasi sosial, sehingga sulit bagi mereka untuk berteman. Hal ini dapat berkontribusi menurunkan harga diri dan kurang percaya diri.

Jika Anda menduga anak Anda mungkin mengalami keterlambatan wicara, mencari layanan sejak dini dapat membantunya mengejar dan mengurangi risiko penundaan perkembangan lebih lanjut. Ada Layanan Intervensi Dini yang didanai pemerintah yang tersedia untuk anak-anak dengan penundaan ucapan. Meskipun rincian spesifik tentang bagaimana menerima layanan ini bervariasi menurut negara, deskripsi program ini dan langkah-langkah yang biasanya dilakukan untuk memulai dapat ditemukan di sini (Tautan bersifat eksternal).

Orang tua harus mengurangi lamanya waktu yang dihabiskan anak mereka untuk terlibat dengan perangkat teknologi untuk mencegah penundaan bicara. Meskipun penelitian belum

menunjukkan bahwa penundaan ucapan yang disebabkan oleh teknologi secara khusus disebabkan oleh interaksi manusia yang berkurang, kita tahu bahwa orang tua memainkan peran kunci dalam mendukung perkembangan bahasa anak mereka. Jadi, orang tua mungkin ingin mempertimbangkan untuk mengganti waktu yang digunakan anak-anak untuk digunakan dengan perangkat yang berkualitas waktu dalam interaksi orang tua-anak. Dengan berbicara kepada anak-anak, secara eksplisit mengajari mereka kata-kata baru, dan menciptakan dialog bersama melalui kegiatan seperti membaca buku dan bermain. Keterampilan bahasa dapat dipupuk. Bagi beberapa orang tua, bagaimanapun, mungkin tidak mudah untuk segera mulai terlibat dalam jenis interaksi ini dengan anak-anak mereka. Beberapa kegiatan yang disarankan untuk mengganti waktu layar dan mendukung perkembangan bahasa anak Anda adalah (Thompson, 2018):

1. Waktu cerita

Membaca mendukung banyak bidang perkembangan anak, namun percakapan yang Anda lakukan saat membaca adalah sesuatu yang benar-benar membuat perbedaan dalam perkembangan bahasa. Ketika orang tua menggambarkan karakter, mintalah anak-anak untuk meramalkan apa yang mungkin terjadi selanjutnya, atau secara berkala merangkum alur ceritanya, anak-anak mengembangkan keterampilan bahasa yang lebih maju. "*Reading is Fundamental*, memberikan panduan dan tip (Link bersifat eksternal) untuk melibatkan anak-anak dari berbagai umur dalam cerita. *E-book* dapat menjadi hal yang sama positifnya untuk anak-anak saat percakapan terjadi dengan cara yang sama. Namun, menonton video dan menggunakan aplikasi di iPad biasanya tidak disertai pertanyaan dan kedalaman keterlibatan yang sama seperti membaca, membuat mereka kurang bermanfaat untuk anak-anak terlebih perkembangan bahasanya.

2. Permainan papan

Orang tua dapat menggunakan permainan papan untuk memudahkan berinteraksi dengan anak mereka dan terlibat dalam diskusi pemecahan masalah. Dengan memvalidasi pendekatan anak Anda terhadap permainan, dan mengajari mereka apa yang harus dilakukan jika merasa frustrasi, Anda bersikap responsif dan peka terhadap kebutuhan mereka. Selain itu, Anda dapat memastikan permainan ini merangsang secara kognitif dengan mendorong mereka untuk menghitung ruang, menyusun strategi, dan mengikuti peraturan. Balita menyukai permainan seperti *Lucky Bebek* yang interaktif dan dengan aturan yang mudah diikuti. Beberapa permainan klasik untuk anak-anak prasekolah adalah *Candy Land* and *Chutes and Ladders*, yang juga memungkinkan anak-anak untuk menunjukkan kosakata warna dan angka ekspresif mereka saat bermain. Sewaktu anak-anak memasuki sekolah dasar, mereka mulai menikmati permainan dengan peraturan yang lebih rumit seperti *Sorry* atau *Trouble*.

3. Pura-pura bermain

Bermain pura-pura dapat membantu Anda memahami pandangan anak tentang dunia, dan dapat menyoroti kebutuhan emosional yang mungkin dialami anak Anda dengan berkomunikasi secara langsung, yang memungkinkan Anda lebih peka terhadap kebutuhannya. Bermain pura-pura juga merupakan bentuk rangsangan kognitif yang berbeda dari permainan papan. Melalui bermain pura-pura mendorong anak Anda untuk melibatkan imajinasi mereka dan berpikir kreatif. Bermain pura-pura melibatkan transformasi objek untuk mewakili sesuatu yang lain, seperti menggunakan tongkat untuk mewakili sendok, dan permainan peran, seperti bermain rumah dengan satu orang yang bertindak sebagai ibu dan satu lagi sebagai bayi. Jadi, jika Anda sedang berjuang untuk memulai, cukup ambil

tongkat dan gunakan sebagai alat bantu dan biarkan anak Anda membimbing Anda dari sana!

4. Jalan-jalan

Berjalan adalah cara yang bagus untuk meningkatkan kosa kata anak dan menumbuhkan keterampilan dalam interaksi sosial. Anda dapat menunjukkan hal-hal baru yang Anda lihat di sepanjang jalan dan mengajukan pertanyaan kepada anak, mengajarkan kosakata baru seperti warna, jenis binatang, atau jenis mobil yang Anda temui. Anda juga dapat terlibat dalam percakapan yang sedang berlangsung dengan sedikit gangguan untuk meningkatkan kelancaran pidato anak dan kemampuannya untuk mempertahankan interaksi.

5. Bicara di dalam mobil

Saat mengemudi, daripada menyalakan video favorit anak Anda, berbicara adalah cara yang bagus untuk meningkatkan kemampuan bahasa anak Anda. Serupa dengan jalan-jalan, mobil menyediakan lingkungan yang relatif tidak terganggu untuk berbicara dengan anak. Mungkin dapat dengan menunjukkan hal-hal yang Anda lewati sepanjang rute Anda, dan mengajukan pertanyaan untuk melibatkan anak Anda dalam percakapan. Apabila mobil menepi, trotoar jalan juga dapat digunakan anak untuk menggambar bentuk dengan menggunakan sesuatu yang ada di sekitarnya. Hal tersebut dapat meningkatkan kemampuan bahasa reseptif anak. Selama kegiatan menggambar tersebut, Anda dapat menyuruh anak untuk menggambar dan memberi tahu Anda tentang gambar apa yang mereka gambar. Hal tersebut dapat meningkatkan kemampuan bahasa ekspresif. Jika anak Anda sudah cukup besar, Anda juga bisa mengajaknya untuk menuliskan kata-kata yang berkaitan dengan apa yang anak suka. Keponakan saya contohnya, dia suka menulis nama-nama karakter *Toy Story* favoritnya, mendiskusikan setiap karakter

secara mendetail, dan kami memanfaatkan waktu tersebut untuk menstimulus kemampuan berbahasa ekspresifnya.

Semua ini dikatakan, apabila orang tua sedang butuh istirahat, atau sedang memasak atau melakukan aktivitas lain dimana alangkah lebih baik bagi orangtua untuk menjauh dari beberapa saat agar tidak ada potensi menyakiti anak akibat kesibukkan kita. Ketika orangtua disibukkan dengan urusannya, teknologi hadir sebagai perangkat yang menjadi pengganti interaksi antara orang tua dengan anak. Jangan biarkan anak larut bermain dengan iPhone dan tabletnya, meskipun mereka menyukainya, itu tidak berarti mekanisme terbaik untuk pengembangannya. Ketika Anda merasa seperti itu, yang harus Anda lakukan adalah mengosongkan jadwal Anda untuk tidak bekerja selama beberapa menit, dan ajak anak untuk melihat *e-book* atau aplikasi pembelajaran lain yang dapat memberikan efek positif pada perkembangan bahasa anak. Sehingga mendorong anak untuk terlibat dengan jenis aplikasi tertentu secara terkontrol. Namun, jika Anda memiliki tempat yang aman di mana anak Anda dapat bermain dengan mainan secara terpisah ketika Anda sedang beristirahat atau menyelesaikan tugas yang tidak dapat didekati oleh anak, mendorong mereka untuk bermain sendiri selama beberapa menit bahkan lebih bermanfaat bagi anak-anak dari pada bermain dengan gawainya. Dengan belajar bermain sendiri, anak-anak belajar pentingnya mengatur diri sendiri dan bahkan bisa meningkatkan kemampuan bahasa dengan terlibat dalam *self-talk*.

Saran Tambahan untuk Orangtua Anak Autis:

Meskipun ini bukan ulasan komprehensif untuk mempromosikan pengembangan bahasa khusus untuk anak-anak penderita autisme, beberapa adaptasi terhadap gagasan yang disajikan di

atas dapat membantu menerapkan strategi serupa dengan anak-anak penderita autisme.

Untuk permainan papan, orang tua mungkin ingin menyesuaikan peraturan agar sesuai dengan tingkat perkembangan anak mereka. Jika anak Anda berjuang dengan permainan papan terstruktur, permainan yang serasi mungkin merupakan cara lain untuk mencapai tujuan serupa. Anda bahkan bisa menciptakan permainan pencocokan Anda sendiri dengan kartu yang sesuai dengan minat khusus anak Anda, menurunkan hambatan untuk percakapan yang mungkin sudah sangat sulit bagi anak Anda. Setiap permainan yang melibatkan *turn-taking* sangat membantu anak-anak autis untuk mempraktikkan pemberian dan interaksi sosial juga!

Anak autis biasanya memiliki defisit dalam berpura-pura bermain. Dikarenakan tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengganti penggunaan teknologi dengan aktivitas yang akan mendukung pengembangan bahasa anak Anda, Anda bisa mulai dengan bermain fungsional, seperti mobil bergulir dan truk di lantai, untuk mendorong interaksi tanpa permintaan berpura-pura.

Sumber Bacaan:

Thompson, B. N. (2018, January 25). *Less Tech, More Talk: Fostering Speech Development in Kids*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/socioemotional-success/201801/less-tech-more-talk-fostering-speech-development-in-kids>

CARA MENOLONG ANAK SAAT MEREKA MARAH

Diantara banyak emosi dasar, marah merupakan jenis yang jarang mendapatkan tempat yang sesuai dalam kategori perilaku (Budaya) kita. Mengapa demikian? Saya tetap meyakini setiap budaya memiliki cara yang adaptif dalam mengekspresikan setiap emosi manusia, termasuk emosi marah. Bahkan sampai saat ini saya masih percaya 100% keseluruhan budaya manusia menyepakati bahwa marah atau kemarahan adalah salah satu simbol kualitas kemanusiaan. Dia harus terlebih dulu ditaklukkan manusia guna strata kemanusiannya. Jadi masalahnya adalah terkadang cara-cara budaya kita seringkali tereduksi oleh cara berpikir instan yang mengedepankan hasil tanpa menikmati prosesnya.

Layaknya kebanyakan orangtua, saya juga terkadang lupa dan merasa frustrasi dengan ekspresi marah anak-anak. Secepatnya saya merasa ingin mengalahkan kemarahan anak saya dan mengakhiri konflik menurut cara saya sendiri. Orangtua secara jamak disebut malu untuk mengakui bahwa mereka terbebani oleh perilaku anak-anak mereka yang dianggap “Sering” marah. Bagi kebanyakan kita (Orangtua/dewasa), marah seolah-olah hanya hak manusia dewasa, anak-anak dan masa kecilnya tidak behak mengekspresikan emosi tersebut. Kita bahkan

menyebut ekspresi marah anak sebagai perilaku yang melulu buruk.

Tulisan saya **sebelumnya**, telah sedikit mengulas tentang bagaimana paradigma kita terkadang melulu mengejar “Prestasi” akademik anak tanpa mengindahkan sisi emosional mereka. Lihat saja cara kita memilihkan sekolah untuk anak-anak kita. *Tren* memilih sekolah dengan indikator “Bangunan fisik” merupakan salah satu bukti bahwa pendidikan sosioemosional belum masuk agenda orangtua. Jika terkait kemarahan mereka, kita dengan enak mengutipkan ayat suci atau hadist tentang kemarahan, bahkan terkadang menghardik mereka bahwa marah itu tidak baik, temannya syetan dan masuk neraka. Kita lupa, mereka membutuhkan seperangkat cara untuk mengendalikan dan mengekspresikan emosinya secara tepat.

Apakah Marah itu? Apakah itu Buruk?

Marah dan kemarahan merupakan salah satu emosi dasar manusia. Kemarahan adalah perasaan *neurofisiologis* dasar, primal, spontan, namun sementara. Kemarahan seringkali dipicu oleh semacam frustrasi dan sering dianggap sebagai keadaan yang tidak menyenangkan. Sebagai salah satu jenis emosi, kemarahan adalah nyata dan sangat kuat, namun tapi tidak perlu ditakuti, ditolak, atau dianggap buruk (Baik dalam dan dari dirinya sendiri).

Nyatanya, semua makhluk hidup pasti pernah bertemu dengan keadaan frustrasi, yaitu keadaan dimana kita merasa apa yang kita inginkan (*Goal*) sedang berada pada ancaman kegagalan atau bahkan sudah pasti gagal. Jadi, jangan *ke-GR-an*. Jangankan anak-anak (Manusia), hewan saja juga mengalami keadaan frustrasi. Oleh karenanya, hewan juga memiliki emosi

marah. Masalahnya adalah, “Apakah kita ingin membedakan diri kita dengan hewan atau tidak?”.

Kembali ke budaya, jika masih ada yang mengatakan bahwa budaya kita melarang kita untuk marah, saya rasa mari kita uraikan sebab-musababnya. Lebih tepat kalau kita mengatakan bahwa yang dilarang bukanlah marah atau kemarahan, namun bagaimana kita memilih ekspresinya.

Membedakan Marah dengan Ekspresinya

Sudah kita selesaikan bahwa marah adalah emosi, dia jelas alamiah. Cara atau metode kita dalam ekspresi kemarahan yang seringkali menjadikan *label* negatif bagi marah. Pertanyaannya adalah, “Apakah terdapat pilihan ekspresi marah yang lebih adaptif?”. Saya menyebut adaptif karena emosi kita akan selalu berhubungan dengan lingkungan, sehingga butuh adaptasi. Bukankan sesuatu yang adaptif lebih diterima di lingkungan?

Mari kita telusuri alur ekspresi kemarahan dari akarnya, yaitu saat masa anak-anak. Acapkali anak-anak mengadopsi atau belajar dari orang dewasa dalam kehidupan mereka bahwa agresi (Seperti berteriak, menyebut nama, mempermalukan, atau melakukan kekerasan fisik) adalah strategi untuk mengekspresikan kemarahan. Perilaku agresif yang mereka lihat secara langsung ataupun melalui media telah mengajari anak-anak bahwa perasaan sesaat mereka lebih penting daripada hak orang lain. Dalam keadaan frustrasi, mereka bebas untuk bertindak atas perasaan mereka terhadap orang lain, tidak peduli apa dampaknya.

Mungkin kita telah berusaha menjadi contoh yang baik, dengan berusaha menekan tindakan agresif di rumah. Tapi jangan lupakan juga, kebanyakan dari kita memilih titik ordinat berseberangan dengan tindakan agresif dengan menekan sama

sekali ekspresi kemarahan. Dengan dalih sebagai tindakan ke-timur-an, kita menerapkan standar kesempurnaan. Sama sekali tidak boleh marah karena marah adalah buruk, perilaku syetan, masuk neraka dan lain sebagainya. Kita memaksa anak-anak kita untuk terus menekan emosi marah dan menyembunyikan dari orang lain. Berbagai penelitian menyatakan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang “Emosional” seperti ini belajar sejak usia dini untuk menyembunyikan atau menyangkal perasaan alami mereka. Menekan dan menyembunyikan kemarahan mungkin tampak jauh lebih baik daripada ekspresi agresif, namun bukanlah cara yang tepat.

Emosi yang terus ditekan (Represi) akan berdampak saat mereka beranjak dewasa dan berhubungan dengan banyak dimensi kemanusiaan. Penelitian dengan gamblang menyebutkan bahwa depresi adalah salah satu jenis gangguan sebagai represi emosi, atau melakukan perilaku **agresi yang bersifat pasif** untuk menyakiti orang lain dengan cara tersembunyi (Sekarang banyak dilakukan melalui media sosial/internet).

Bagaimana Membedakan Ekspresi Marah yang Sehat dengan yang Tidak Sehat?

Kemarahan yang sehat (Adaptif) ditandai dengan komunikasi asertif. Saat marah, seseorang dikatakan sehat apabila dia mengekspresikan dengan jujur, secara langsung dan jelas kepada orang lain apa yang terjadi dan telah mengganggu mereka. Mereka mengakhiri kemarahannya dengan mengajukan permintaan spesifik kepada orang lain untuk mengubah perilakunya (yang menjadi sumber frustrasi mereka) atau untuk memperbaiki kesalahannya. Itulah komunikasi asertif. Suatu kemampuan untuk menyampaikan pesan terkait apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain, namun

dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain.

Membedakan ekspresi kemarahan yang adaptif dengan yang tidak sehat tentu hal yang mudah. Saat anak kita memilih tindakan-tindakan agresif dan langsung, jelas dia tengah terjebak dalam marah yang tidak sehat. Hal lainnya yang juga tidak sehat adalah saat anak-anak kita dengan sadar justru menghindari dan menjauhkan diri mereka dari sumber kemarahannya secara terus menerus. Keadaan menghindar biasanya sering terjadi dalam lingkungan di luar, karena mereka merasa terancam jika mengekspresikan kemarahannya dengan cara yang lain. Misalnya, di lingkungan sekolah, anak (pelajar) sering tidak memiliki kekuatan sosial untuk bisa 100% jujur dan tegas dengan guru yang (menurut mereka) telah memperlakukan mereka secara tidak adil.

Kemarahan yang bermasalah terjadi ketika seseorang (dengan kemarahannya) melanggar hak orang lain melalui semacam agresi fisik, pelecehan verbal, atau sarana lain untuk membalas dendam. Kemarahan yang bermasalah adalah tentang bagaimana seseorang membuat orang lain (sumber frustrasi) untuk merasakan frustrasi yang sama dengan dirinya atau bahkan lebih buruk. Jelas kemarahan jenis ini dengan marah yang sehat, adaptif dan konstruktif, yaitu kemarahan yang berusaha mencari sumber marah dan menyelesaikannya.

Bagaimana Mengajarkan Marah Adaptif kepada Anak?

Saat anak kita mampu memberikan pesan secara langsung, jujur, jelas tentang apapun yang menjadi sumber masalah dan meminta kita untuk menyelesaikannya, saat itulah kita harus segera meresponnya dengan tepat. Membantu mereka mengurai dan menyelesaikan masalahnya. Jika anak-anak kita belum terbiasa dengan model komunikasi asertif, biasakanlah. Tanyakan

langsung saat dia marah atau tunggu saat kemarahannya mereda. Latihlah berulang-ulang dalam situasi kemarahan.

Salah satu masalah besar bagi kebanyakan kita adalah konsistensi. Seringkali kita memberikan respon yang sulit dipahami anak-anak kita. Terkadang kita langsung membentak mereka, terkadang juga kita mendekat dan memberikan pemahaman, tidak jarang kita membiarkannya, lain waktu kita kembali meledak.

Setiap manusia di usia berapapun dapat mengetahui bahwa mereka memiliki pilihan untuk mengekspresikan kemarahannya. Kabar baiknya adalah bahwa sama seperti agresi, ketegasan (tindakan asertif) juga merupakan pilihan perilaku untuk mengekspresikan kemarahan. Pemahaman ini harus dijadikan cara berpikir tentang ekspresi marah. Pendampingan kita dan lingkungan akan mempermudah anak-anak untuk memilih dengan tegas. Ketika anak-anak menyadari bahwa pilihan mereka membawa hasil yang baik mereka akan terus mengembangkan sikap asertif, namun jika tidak mereka akan memilih strategi yang lain.

Para ahli juga menyarankan kita untuk memperkaya strategi melalui berbagai metode, seperti bermain, berolahraga, perhatian penuh, dan yoga terbukti efektif dalam membantu anak-anak belajar menenangkan otak mereka dan mendapatkan kontrol lebih besar atas pilihan mereka dalam perilaku sehat.

Terkait tulisan kemarin, saya berharap bahwa sistem pendidikan kita memasukkan keterampilan manajemen emosi sebagai bagian dari kurikulum reguler. Jika berkaitan dengan *Sosial Emotional Learning* (SEL), manajemen emosi merupakan salah satu indikator dari aspek kesadaran diri (*self awareness*).

PENTINGNYA BERBICARA ‘BANTER’ PADA ANAK

Jika ingin melatih bahasa anak Anda, sering-seringlah berbicara banter. Bagi Anda orang Jawa, mungkin bertanya: kok banter? Bukannya kita harus mendidik anak dengan penuh kasih dan kelembutan? Saya tidak sedang memprofokasi Anda untuk melakukan tindak kekerasan kepada anak-anak.

Memang dalam bahasa Jawa, banter dalam konteks komunikasi didefinisikan dengan menggunakan volume yang besar/keras dalam berbicara. Namun saya tidak dalam konteks berbicara istilah tersebut. Banter yang saya maksudkan adalah istilah dalam bahasa Inggris yang diartikan sebagai percakapan yang lucu dan tidak serius (Kamus Online Cambridge, 2015) yang diarahkan untuk candaan dan godaan tanpa maksud yang jahat (kamus Online Oxford, 2015). Jadi yang saya maksudkan adalah berbicara, bercanda dan menggoda secara informal dan spontan untuk mengisi waktu senggang.

Banter merupakan isu yang sangat menarik dalam pengasuhan anak akhir-akhir ini. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa banter dapat memberikan manfaat bagi anak-anak. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Hart dan Risley pada tahun 2003 menemukan bahwa 86% – 96% kata-kata yang dikuasai oleh anak-anak usia dini berasal dari kosakata yang

digunakan orang tua mereka. Mereka menyebut bahwa anak-anak bukan hanya menggunakan kata-kata identik dengan orang tua mereka, tetapi juga rata-rata jumlah kata yang digunakan, durasi percakapan mereka, dan juga pola bicara mereka sangat mirip dengan orang tua atau pengasuh mereka. Dalam eksperimennya mereka menemukan bahwa banter atau berbicara dengan bercanda secara informal dengan anak dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan kosakata anak dan memiliki efek jangka panjang pada kinerja anak di kemudian hari. Berikut ini saya uraikan manfaat banter pada anak:

Memperkaya kosakata anak

Banter adalah salah satu cara yang bagus untuk membangun lingkungan yang kaya bahasa pada anak usia dini. Berbicara tentang tetangga, profesi, cuaca, rencana liburan, hal-hal lucu yang pernah Anda lewatkan, cerita tentang leluhur, bangunan jalan, taman, hewan peliharaan dan lainnya akan meningkatkan kemampuan bahasa anak Anda.

Mengembangkan intelektual anak

Coba goda anak Anda dengan aktivitas yang Anda lakukan dalam hari itu. Terutama hal-hal yang berkaitan dengan problem-problem yang Anda lewati. Tentu harus dibingkai dengan bahasa anak. Misalnya berbicara tentang kemacetan dan pulang terlambat, Anda bisa bertanya pada mereka: “pasti kamu barusan nunggu ayah sampai nagis kan?” atau “tau gak, ayah tadi naik bus yang penumpangnya meluber sampai halaman rumah..”. Pertanyaan penuh canda akan memantik rasa ingin tahu anak dan kemudian menstimulasi imajinasinya. Beberapa contoh tema lainnya seperti tema tentang hujan dan genteng bocor, bercanda tentang bagaimana gerakan tergesa-gesa kita saat menyelamatkan cucian dari hujan, dan masalah ringan lainnya. Selain

masalah-masalah ringan keseharian, ceritakan juga pengalaman Anda saat Anda melihat kereta api, pesawat terbang, truk besar, bis yang penuh dengan penumpang, rasa masa jeruk, rasa manis mangga, rasa lezat masakan dan lainnya.

Coba tanyakan kepada mereka, apa kira-kira solusi yang mereka miliki tentang masalah kita. Coba juga tanyakan keinginan mereka tentang rasa-rasa makanan yang ingin mereka rasakan. Mempertanyakan kembali adalah pelibatan pengalaman dan pengetahuan kita pada ranah kognitif mereka. Hal tersebut juga sekaligus juga sebagai bentuk rehearsal (pengulangan) bagi mereka. Karena hanya satu prinsip yang secara ilmiah mampu membawa informasi ke dalam memori jangka panjang, yaitu pengulangan. Informasi yang tersimpan dalam memori jangka panjang kemudian menjadi basis pengetahuan yang mengembangkan intelektual anak kita.

Menjaga kegembiraan dan membentuk *coping*

Mengapa banter merupakan hal yang mudah sekaligus murah untuk anak kita? Kegembiraan adalah kata kuncinya. Berbicara spontan dan penuh canda lawakan akan membawa kebahagiaan tersendiri bagi anak kita. Perasaan rileks akan membawa informasi lebih cepat dikoding (encode) oleh otak kita. Itulah mengapa banter memiliki sisi yang tidak dimiliki metode lainnya, karena banter melibatkan spontanitas, faktual dan juga penuh canda.

McGonigal (2011) menyatakan bahwa menggoda secara ilmiah telah terbukti efektif meningkatkan dan menjaga perasaan positif satu sama lain. Kisah-kisah lucu seperti kisah lupa dengan barang belanjaan, kisah tentang kesalahan tukang cukur, jatuh saat berjalan di depan umum dan kisah lucu lainnya akan membawa anak-nak kita untuk belajar coping sejak dini. Coping

merupakan hal-hal yang secara psikologis kita siapkan untuk mengantisipasi hal-hal yang tidak kita inginkan.

Menembus batas hubungan orangtua-anak

Banter dengan segala spontanitasnya akan membawa Anda untuk lebih dekat dengan anak-anak Anda. Bangunan relasi melalui bercerita, berbagi pengalaman, dan juga mendengarkan pendapat anak tentang apa yang Anda ceritakan merupakan hal yang sedemikian cepat terjadi dalam banter. Kebanyakan dari kita tidak memiliki waktu atau bahkan tidak mau menjalin hubungan yang spontan dengan anak. Seringkali kita lebih memilih untuk membangun hubungan yang formal, serius dan juga penuh etika. Bercanda dan humor merupakan seni yang bisa menembus batas apapun. Coba luangkan waktu Anda dan lihat betapa batas-batas itu akan terlewati melalui banter. Bukankah pengasuhan akan menjadi lebih mudah kalau kita mampu melewati batas-batas formal karakter kepribadian masing-masing?

Melatih keterampilan sosial

Akan begitu susah ketika kita berbicara dengan anak usia dini tentang bagaimana mengembangkan keterampilan sosialnya. Bagaimana mengelola emosi kita, membangun kepercayaan kepada orang lain, dan juga bersifat empatik kepada orang lain. Banter membantu Anda untuk mengenalkan sekaligus menginternalisasikan nilai-nilai sosial budaya kepada anak. Cerita abunawas yang kocak, kancil yang cerdik, dan juga tukang sayur yang lucu bisa Anda kemas dalam percakapan keseharian Anda dengan anak-anak Anda. Dengan begitu, pengetahuan dan keterampilan anak akan berkembang.

Setiap dari kita memiliki pengalaman yang unik. Itulah mengapa banter terkadang sangat subjektif, potensial dan sangat

kaya. Banyak topik lain mungkin sesuai hidup Anda yang unik, dan disanalah banter menemukan potensinya untuk membangun pancaran komunikasi positif antara orangtua dan anaknya. Banter yang terbaik adalah kombinasi yang menarik dari mengajukan pertanyaan, mendengarkan, tertawa, dan mengembangkan topik. Banter sangat cocok untuk waktu santai, seperti makan bersama, perjalanan ke sekolah, menunggu antrean, waktu mandi, menunggu anak-anak untuk bersiap-siap untuk sekolah, atau saat berjalan-jalan. Selamat mencoba

Sumber bacaan:

Hart, B & Risley, T.R. (1995). *Meaningful Differences in the Everyday Experiences of Young American Children*. Baltimore, MD: Brookes Publishing.

McGonigal, J. (2011). *Reality Is Broken: Why Games Make Us Better and How They Can Change the World*. New York : Penguin Press.

Narsz. (2013). Trash talking Vs. Banter: The Psychology of Teasing in Video Games. <http://www.girlgamervogue.com>. Diunduh 1 Februari 2016.



SOSIAL-POLITIK

TUMAN! CARA JENAKA MEMBALAS PERILAKU MENYEBALKAN ORANG TERDEKAT

Sambil terus menatap layar gawainya, Dedi tertawa lepas. Ketika saya bertanya apa yang dia baca sampai tertawa, dengan sedikit sisa tawa dia menjawab: “dia sudah melihat status saya”. Saya kemudian melihatnya, dia memasang status *meme* ‘tuman’ dengan konten “minjem duit sampe ngemis2, giliran ditagih galak. TUMAN!!!”

Ketika menulis ini, penelusuran Google dengan kata kunci ‘meme’ menghasilkan 2.030.000.000 hasil dalam 0,34 detik. Ketika kata kunci saya tambah menjadi ‘meme tuman’ dalam 0,31 detik Google menyodorkan sebanyak 153.000. Sebagian besar jenis *meme* ‘tuman’ berbentuk gambar ikonik karakter bocah botak menampar temannya yang juga botak.

Sedikit tentang *meme*

Adalah Richard Dawkins, seorang ahli biologi yang pertamakali mempopulerkan istilah meme dalam bukunya yang berjudul *The Selfish Gene* tahun 1976. Istilah tersebut digunakan Dawkins untuk menjelaskan mengapa beberapa perilaku (dari perspektif evolusi) tampak tidak masuk akal, tetapi entah bagaimana ditemukan sangat umum dalam masyarakat (Dawkins, 2006). Pengikut Darwin yang juga seorang ateis ini menukil istilah tersebut dari bahasa Yunani ‘mimeme’ atau hal yang ditiru. Namun jika kita mau menilik lebih jauh, awal 1900an, seorang zoologis dan ahli biologi evolusi asal Jerman Richard Wolfgang Semon, juga telah menulis tentang *mneme*. Terinspirasi dari

muse anak dewa memori bangsa Yunani *Mnemosine*.

Kita hari ini kemudian menyebut *meme* sebagai produk budaya berupa ide (bisa berupa teks, gambar, video pendek, GIF dan lainnya) yang menular melalui internet. Seperti dalam evolusi biologi, beberapa *meme* terkena seleksi alam internet dan hilang dari peredaran, beberapa diantaranya terus direplikasi dan berevolusi dalam waktu lama, seperti *meme* ‘tuman’.

Syarat *meme* menyebar dan viral

Kembali pada Dawkins, *meme* harus memiliki minimal tiga faktor untuk mewabah:

1. *Copy-fidelity*, atau ide memungkinkan untuk diadaptasi, ditiru, dan *dicopy* oleh siapapun juga. Artinya, ide yang punya potensi jadi *meme* adalah yang bisa ditiru.
2. *Fecundity*, Bukan hanya *dicopy*, fekunditas adalah masalah proses kecepatan ide tersebut *dicopy*. Bukan hanya ditiru, namun juga cepat dan gak ribet.
3. *Longevity*, merupakan daya tahan ide dalam waktu.

Ketiga kriteria di atas dibutuhkan agar elemen budaya dapat menjadi *meme*. Dawkins juga memprediksikan *meme* yang paling potensial adalah *meme* yang menanggapi kebutuhan budaya tertentu atau yang khususnya selaras dengan keadaan kontemporer. Dengan kata lain, menarik perhatian, menginspirasi rasa memiliki dan keterhubungan dengan orang yang berbagi dengan kita, dan mendorong kita untuk berbagi dengan orang lain. Secara sosiologis, *meme* potensial adalah yang mampu memantapkan dan memperkuat ikatan sosial dan solidaritas sosial.

Coba kita perhatikan *meme* ‘tuman’, apakah tiga kriteria di atas telah terpenuhi? Secara visual, karakter dan perilaku karakter kontan bertolak belakang. Karakter dua anak gundul yang menggemaskan namun melakukan agresi fisik menampar adalah hal yang memenuhi semua syarat keganjilan (*incongruity*). Selera humor manusia sangat menyukai hal yang ganjil. Booth-Butterfield dan Wanzer (2007) dalam

bukunya *Humorous communication as goal-oriented communication* menyebut keganjilan sebagai salah satu teori humor selain teori keunggulan (*superiority*), dan teori gairah/pembangkit (*arousal*). Karena keganjilan visual inilah *meme* ‘tuman’ memenuhi ketiga kriteria di atas. Secara visual lucu, sehingga layak untuk *dicopy*, direplikasi dan juga bertahan lama karena replikasi berbagai seting lainnya.

Melawan mekanisme pertahanan diri

Psikoanalisis, sebuah aliran besar psikologi menyebut manusia sebagai makhluk yang menginginkan kenyamanan dalam hidupnya. Bahkan, Sigmund Freud sebagai pendiri aliran tersebut menyakini bahwa manusia memiliki mekanisme (yang seringkali tidak disadari) untuk melawan kecemasan ketika berbuat hal-hal yang dianggap keliru dalam masyarakat. Dia menyebutnya sebagai mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism/DM*) dan jenisnya sangat beragam. *Meme* ‘tuman’ yang menyebar dalam minggu ini memiliki banyak konten sindirian pada perilaku-perilaku keseharian yang dianggap merugikan. Konteksnya bisa sangat beragam, namun kebanyakan diarahkan pada teman dekat, rekan kerja sampai saudara. Kebanyakan objek perilaku tersebut adalah mekanisme pertahanan diri jenis *denial* dan *rationalization*. Perilaku menghindar dari janji hutang, janji ketemuan ataupun yang lain adalah DM jenis *denial*. Sedangkan perilaku menyodorkan segudang alasan untuk menutupi kesalahan adalah DM jenis *rationalization*.

Otoritas dan menjaga hubungan

Terkait konten, ‘tuman’ merupakan istilah bahasa Jawa yang biasa digunakan untuk memberikan label pada perilaku (terutama keliru) yang terus berulang. *Tuman* dalam konteksnya (dulu) digunakan sebagai peringatan terakhir, agar perilaku (buruk/keliru) tidak diulangi terus menerus. Apakah peringatan tersebut dilakukan dengan agresif seperti menampar? Hal tersebut sangat bergantung otoritas yang memberikan peringatan. Orangtua dulu bisa saja memukul, menampar atau mencubit anaknya yang mengulangi kesalahan terus menerus. Dalam dalam konteks pertemanan, saya rasa hal tersebut sulit untuk dilakukan.

Banyak kegelisahan dalam keseharian yang kita tekan (represi), semisal hal-hal kecil seperti alasan gagal ngopi bareng, nyeroobot antrian, tidak membalas chating sampai alasan tidak membayar hutang. Masih banyak lagi varian ‘tuman’ yang direplikasi untuk hal-hal semacam itu. Secara psikologis hal tersebut menarik, karena hanya dengan *meme* kita dapat mengekspresikan kecemasan. Hampir mustahil kita melakukan hal-hal agresif hanya untuk peristiwa yang dianggap kecil, seperti nyeroobot antrian. Jelas kita tidak memiliki otoritas seperti otoritas orangtua atau guru pada masa lalu. *Meme* ‘tuman’ mewakili ekspresi tersebut, penyebar merasa hal tersebut cukup membalas tindakan yang tidak mengenakan namun dengan cara jenaka. Kita tidak mungkin melakukan agresi secara langsung, selain tidak memiliki otoritas, kebanyakan dari kita juga menghindari konfrontasi. Jika tidak percaya coba saja.

Sumber Bacaan:

- Dawkins, R. (2006). *The Selfish Gene: 30th Anniversary edition* (30th Anniversary ed. edition). OUP Oxford.
- Warren, J. (2007). *The Head Trip: Adventures on the Wheel of Consciousness* (First Edition,). Random House Canada.
- Booth-Butterfield, M., dan Wanzer, M. (2010). *Humorous communication as goal-oriented communication*. In D. Fassett dan J. Warren (Eds.), *SAGE Handbook of Communication and Instruction*. City, State: Sage.

PARKIR DAN POTENSINYA SEBAGAI JURUS PAMUNGKAS PERTARUNGAN POLITIK KOTA MALANG

Suatu ketika, Ahmad dibuat jengkel karena tidak diperbolehkan parkir di area parkir rumah sakit daerah Malang dengan alasan parkir penuh. Padahal, dia sedang tergesa-gesa mengurus administrasi anaknya yang akan masuk ruang operasi. Lain cerita dengan Agung, seorang mahasiswa, yang berjibaku melawan rasa takut karena terintimidasi saat dia tidak punya uang sepeserpun untuk membayar parkir di depan ATM. Saat itu Agung masuk ke ATM dengan motor pinjaman, namun sayang rekeningnya dibawah limit sehingga dia tidak dapat menarik uang tunai.

Parkir adalah kebutuhan pokok bagi pemilik kendaraan bermotor, namun juga sekaligus sebagai sebuah problem besar bagi tiap kota yang berkembang dan disesaki kendaraan bermotor. Selain masalah penataan kota, parkir juga bersinggungan langsung dengan banyak hal, seperti pendapatan daerah, keamanan, keselamatan dan juga masalah kesejahteraan psikologis masyarakat. Dari dua ilustrasi di atas misalnya, parkir jelas menimbulkan masalah psikologis bagi masyarakat perkotaan. Tarif parkir yang telah ditetapkan masing-masing oleh daerah melalui Perda tidak serta merta berjalan seperti yang di atas kertas.

Menilik Regulasi Parkir di Malang

Peraturan Daerah Nomor 3 Tahun 2015 tentang Retribusi Jasa Umum di Kota Malang menyebutkan parkir sebagai “keadaan kendaraan berhenti atau tidak bergerak untuk beberapa saat dan ditinggalkan pengemudinya”. Keadaan parkir tersebut membutuhkan lahan yang dapat saja disebut sebagai tempat parkir umum dan tempat parkir insidental, sehingga pada Bab II Pasal 2 poin C kemudian disebutkan bahwa keadaan tersebut dapat dikenakan Retribusi Pelayanan Parkir di Tepi Jalan Umum. Tarif parkir di Malang ditetapkan bervariasi sesuai dengan tempat parkir dan jenis kendaraan. Berikut adalah tarif retribusi pelayanan parkir di tepi jalan umum Kota Malang:

No	Jenis Kendaraan	Tempat Parkir Umum	Tempat Parkir Insidental
1	Truk Gandeng, Truk Trailer dan bus besar	10.000	-
2	Truk dan Minibus serta sejenisnya	5000	20.000
3	Mobil sedan, Jeep, Pick-Up dan sejenisnya	3000	5000
4	Sepeda Motor	2000	3000

Parkir, problem dan potensinya

Seperti yang kita ketahui bersama, Malang merupakan kawasan yang berkembang pesat dalam 20 tahun terakhir. Bagi generasi yang merasakan hidup di Malang era sampai awal tahun 2000-an, tentu tahu persis bagaimana Malang bergerak begitu cepat setelah era tersebut. Mulai berubahnya paradigma masyarakat tentang pendidikan tinggi kemungkinan besar merupakan sumbangan utama padatnya Kota Malang. Berkembangnya kampus di Malang menjadi efek domino bagi perkembangan

Malang Raya secara keseluruhan, termasuk bertambah padatnya kendaraan bermotor.

Mau ataupun tidak, parkir merupakan fenomena yang harus ditangani secara formal oleh pemerintah. Naiknya jumlah kendaraan tanpa diikuti oleh jumlah ruas jalan dan juga lahan parkir menjadikan parkir sebagai satu dari sekian masalah pelik setiap perkotaan. Bayangkan saja, jika setiap kendaraan hanya digunakan tidak lebih dari 4 jam dalam sehari, maka satu kendaraan membutuhkan lahan untuk parkir hampir 20 jam dalam sehari. Tinggal saja dikalikan dengan jumlah kendaraan dan potensi pertumbuhannya dari tahun ke tahun.

Pada satu sisi, jelas hal tersebut merupakan potensi untuk bertambahnya Pendapatan Asli Daerah. Namun pada sisi lain, parkir layaknya sekam yang menyimpan bara api. Seperti yang telah diwartakan oleh beberapa laman berita, bahwa PAD dari retribusi di Kota Malang terus meningkat setiap tahun. Kontributor Tempo.co Rully Widayati (2015) menulis angka 4 Milyar pada tahun 2015, kemudian naik menjadi 6,6 Milyar pada tahun 2016 dan 7,1 Milyar pada tahun 2017 seperti yang ditulis kontributor Liputan6.com Zainul Arifin (2018). Namun bara api tetap saja harus diwaspadai, mulai dari kecurigaan atas korupsi (Arifin, 2018) sampai pada ketimbangan dana yang digunakan untuk pembinaan tukang parkir (Amamoto, 2016). Belum lagi hal-hal lain seperti munculnya parkir plus tukang parkir liar layaknya jamur di musim hujan. Hal tersebut bahkan telah disuarakan melalui laman petitionline.net yang ditulis oleh Helmy dan telah ditandatangani oleh puluhan ribu orang.

Fenomena di atas tentu saja tidak dapat dianggap biasa. Itulah mengapa dalam berbagai kesempatan, Walikota Malang menyampaikan komitmennya untuk perbaikan pelayanan parkir di Kota Malang. Dalam dua waktu yang berbeda, kontributor detik.com Muhammad Aminuddin meliput tindakan yang

dilakukan oleh Pemkot Malang dalam menyikapi keresahan masyarakat akan parkir. Mulai dari membuat kontak aduan atau *hotline* pada nomor 081333471111 pada tahun 2016 sampai pada operasi gabungan bersama Dishub dan Kepolisian pada tahun 2017. Pertanyaannya adalah, apakah hal tersebut telah cukup membantu?

Parkir dan diskriminasi kelas ekonomi

Perda nomor 3 tahun 2015 tidak secara gamblang menyebutkan hal-hal terkait aturan parkir. Pada satu sisi parkir disebut sebagai sebuah retribusi atas layanan, namun nyatanya terjadi ketimpangan yang sangat antara layanan parkir kendaraan roda dua dengan kendaraan roda empat, terutama mobil pribadi. Menilik tarif parkirnya, retribusi sebesar Rp. 2.000,00 adalah 2/3 dari tarif parkir mobil pribadi Rp 3.000,00, namun apa yang terjadi di lapangan? Pengguna kendaraan roda dua mendapatkan diskriminasi layanan yang begitu kentara. Selain memarkirkan kendaraan secara mandiri, kendaraan roda dua seringkali tidak mendapatkan perlakuan ramah layaknya mereka yang menumpang mobil pribadi. Padahal, lahan yang digunakan roda dua bisa jadi hanya ¼ dari lahan yang dibutuhkan untuk parkir mobil. Artinya, baik dari sudut pandang layanan (jika parkir adalah jasa layanan) maupun lahan (jika parkir disebut sewa lahan) kendaraan R2 jelas mendapat diskriminasi.

Perda tersebut juga tidak menyebutkan dengan jelas durasi parkir dan batasan tempat yang dapat disebut sebagai area atau tempat parkir. Karena tempat parkir hanya disebut sebagai “tempat yang berada di tepi jalan atau halaman pertokoan yang tidak bertentangan dengan rambu-rambu lalu lintas dan tempat-tempat lain yang sejenis yang diperbolehkan untuk tempat parkir umum dan dipergunakan untuk menaruh kendaraan bermotor dan/atau tidak bermotor yang tidak bersifat sementara”. Ketidakjelasan lahan parkir membuat hampir setiap sudut kota

berdiri para juru parkir liar, mulai dari mesin ATM sampai pada warung-warung makan kecil, semuanya terkena parkir, padahal tempat parkir yang digunakan bukanlah bahu jalan umum.

Hal lain yang seringkali luput dari perhatian kita adalah pada beberapa wilayah Kabupaten Malang terutama wilayah yang berbatasan langsung dengan Kotamadya tarif parkir dikenakan sama dengan Kotamadya. Padahal jelas tarif Kabupaten berbeda dengan Kotamadya.

Apa kata penelitian psikologi?

Boleh jadi, bagi kebanyakan kita, parkir merupakan hal kecil yang tidak perlu diributkan. Bagaimana mau serius meributkan, *la wong* uang yang kita keluarkan saja uang recehan. Belum lagi kita harus menghadapi tukang parkir yang kebanyakan memiliki nyali lebih *gede* dari nyali yang kita punya. Itulah mengapa kita lebih memilih 'memaksa' memori kita untuk tidak mengingat-ingat kenangan yang tidak mengenakan tentang parkir. Inilah yang dalam psikologi disebut represi. Apakah hal tersebut baik? Sangat bergantung pada potensi diri kita dan lingkungan dalam mengelolanya. Namun sebaik-baiknya kondisi psikologis manusia adalah kondisi yang minim tekanan.

Tahun 2010, *National Highway Traffic Safety Administration*, sebuah lembaga keselamatan lalu lintas di Amerika menyatakan bahwa 66% korban kecelakaan di Amerika disebabkan oleh dorongan agresif pengemudi saat di jalan raya. Para ahli menyebut dorongan tersebut dengan istilah *road rage*. Seorang psikolog forensik Amerika Samantha Smithstein dalam laman *psychologytoday.com* menyebut bahwa kemarahan di jalan biasanya hanya dipicu oleh hal-hal kecil seperti kemacetan, kehilangan arah dan tidak mendapatkan tempat parkir. Masalahnya kita tidak akan pernah mampu memprediksi tekanan psikologis yang telah dibawa seseorang sebelum mereka mengemudi di jalanan. Tentu fakta

tersebut tidak bisa kita abaikan begitu saja, mengingat tekanan kehidupan masyarakat perkotaan dan semakin padatnya lalu lintas di kota ini.

P(olitik) parkir

Tiga pasang calon telah mendeklarasikan dirinya untuk dipilih sebagai pasangan pemimpin Kota Malang. Saya berharap parkir tidak dianggap sebagai masalah remeh bagi ketiganya. Masih banyak pekerjaan rumah yang perlu disusun untuk menyelesaikan permasalahan parkir. Bukan hanya operasi gabungan musiman ataupun hotline aduan, namun masih butuh lagi pendekatan menyeluruh dengan sosialisasi terus menerus. Perbaharuan regulasi parkir berupa perda melalui kajian yang komprehensif dengan melibatkan kaum akademis seperti halnya perlu segera dilakukan untuk memperjelas regulasi. Jangan lupakan juga infrastruktur parkir, seperti lahan, rambu, papan sosialisasi di setiap titik serta teknologi parkir yang tepat guna.

Bayangkan, berapa pemilik kendaraan di Kota Malang? Sebanyak itulah wacana ini dapat melibatkan pemilih untuk berpartisipasi dalam pemilihan. Meskipun terlihat sepele, saya sangat berharap pertarungan program para calon juga memperlihatkan jurus penataan parkir di Kota Malang. Bukankah hal-hal besar biasanya dimulai dari sesuatu yang kecil?

MEMDEFINISIKAN PASAR DAN FENOMENA PENGUSURAN

“Ke pasar yang mana ini nda?” tanyaku kepada istri pagi itu sesaat setelah kami mulai melaju dengan motor menuju ke pasar.

“Ke Merjosari aja yah”

“Loh, bukannya sudah dibongkar?” sahutku.

“Masih tetap buka di parkir kok, lagian yang pindah kan hanya toko-toko aja. Kita kan belanja kebutuhan masak aja” jawab istriku santai.

Pagi itu mungkin bukan hanya saya saja yang bertanya hal tersebut, tapi banyak suami lainnya di daerah sekitaran Dinoyo, Kota Malang yang saya rasa menanyakan hal serupa. Tidak lain karena pemindahan pasar sementara atau pasar penampungan, Pasar Merjosari kembali ke pasar Dinoyo yang lagi-lagi tidak berjalan dengan mulus. Saya rasa kita sudah terbiasa mendengarkan berita tentang konflik pemindahan pasar “tradisional”.

Ceritanya begini, seingat saya dulu pasar Dinoyo yang terletak di ruas utama jalur Malang-Batu Dinoyo samping kampus Universitas Islam Malang (Unisma) merupakan salah satu dari beberapa pasar “tradisional” yang terkena dampak revitalisasi Pemkot Malang tahun 2010. Akibatnya pedagang dipindahkan “sementara” ke lokasi lumayan jauh dari ruas jalan utama, daerah

kelurahan Merjosari (tidak jauh dari Universitas Islam Negeri (UIN) Malang dan Universitas Gajayana). Beberapa media gencar memberitakan relokasi saat itu mendapatkan resistensi dari pedagang serta mediasi yang dilakukan oleh Komnas HAM. Sampai akhirnya pada bulan November tahun 2012 pedagang bersedia untuk pindah ke pasar sementara Merjosari dengan beberapa kesepakatan yang terdaftar di Kepaniteraan Pengadilan Negeri Malang dengan Nomor Register 21/UR/V/2012. Kebetulan saat itu saya juga melihat dan berbicara secara langsung dengan beberapa pedagang (langganan istri) yang mengeluh saat rencana relokasi sampai saat awal pedagang menempati pasar sementara Merjosari. Kata langganan istri saya, banyak teman-teman pedagang khawatir dengan nasib dagangan mereka mengingat lokasi pasar penampungan boleh dikatakan jauh dari jalur utama kota. Mereka khawatir dagangan mereka sepi pembeli, belum lagi mereka juga mulai kasak-kusuk dan saling mencurigai akibat pembagian lokasi toko (*bedak*) yang dianggap tidak adil.

Hampir lima tahun setelah relokasi, saat ini pasar kembali dipindahkan ke daerah Dinoyo, atau ke lokasi semula pasar Dinoyo yang telah berdiri sejak tahun 1972. Lagi-lagi resistensi pedagang kembali mengemuka mengiringi “pemulangan” kembali ke lokasi pasar Dinoyo.

Pertanyaannya adalah mengapa setiap kali relokasi pasar selalu terjadi penolakan?

Konsepsi Pasar Tradisional dan Paradoksnya

Sebagai tempat bertemunya penjual dan pembeli, konsepsi tentang pasar terus berkembang dari waktu ke waktu. Entah kapan munculnya *embel-embel* “tradisional” dan “modern” untuk pasar, yang pasti penambahan label tersebut menjadikan dinamika luar biasa bukan hanya pada ranah kebijakan (politik-

pemerintahan) tetapi juga pada ranah persepsi penjual dan pembeli.

Kata tradisional kemudian menjadi hal yang sepertinya harus dihadapkan dengan kata modern, tradisional sebagai yang *ringih* dan pecundang, modern sebagai yang kuat, dominan dan pemangsa. Inilah yang kemudian mendorong pemerintah dan dinas pasar di berbagai wilayah membuat program revitalisasi pasar dengan label tradisional menjadi pasar modern. Pemerintah lupa bahwa transformasi tradisional-modern melibatkan berbagai aspek yang kesemuanya harusnya mendapatkan sentuhan yang proporsional. Lihat saja berapa banyak media yang mewartakan penolakan pedagang atas pemindahan atau revitalisasi pasar tradisional dari tahun ke tahun. Kalau tidak percaya silahkan *sowan* ke mbah google dengan kata kunci sekitar “relokasi pasar tradisional” atau “pedagang pasar tolak penggusuran” atau kata kunci sejenis.

Sudah saatnya kita jujur tentang konsepsi tradisional dan modern. Jika kita melihat dari perspektif bahwa itu adalah sebuah urutan arus zaman, terang saja seolah-olah yang tradisional dianggap sudah tertinggal dan dipaksakan untuk berubah menjadi modern. Coba kita lihat tradisional-modern dari perspektif yang lain yang tidak harus membuat keduanya seolah rival. Misalnya kita lihat dari perspektif budaya, bahwa pasar tradisional memiliki budaya pasar yang berbeda dengan pasar modern. Bahwa di pasar tradisional kita akan menemukan budaya komunikasi yang lebih dinamis antara pembeli dan pedagang melalui budaya tawar-menawar. Kita juga bisa menemukan kohesivitas yang kuat antara pedagang satu dengan pedagang yang lain, belum lagi kita bisa menemukan aneka produk serba terjangkau yang mengajak kita bernostalgia dengan nuansa tempo dulu. Jenis pasar dikategorikan tradisional juga tidak lepas dari keberadaan pedagang dadakan atau pedagang yang tidak memiliki lapak

“resmi”—ini yang kemudian menjadi salah satu problematika yang rumit saat pasar akan dipindah. Hal tersebut jelas berbeda dengan budaya pasar modern yang lebih mengedepankan gaya komunikasi terbuka dan tegas, artinya kita sulit menemukan produk yang bisa kita tawar seperti di pasar tradisional. Aneka produk pasar modern juga mengutamakan kualitas (terutama pengemasannya) disertai dengan pelayanan yang penuh dengan standar operasional profesionalitas.

Jika kita mampu melihat pasar tradisional dan modern dari perspektif yang lebih ramah, kita tidak akan tergesa-gesa membandingkan dan menilainya. Karena budaya sejatinya adalah nilai yang disepakati dan dianut bersama, artinya ini hanya masalah selera dan tawaran yang berbeda. Lagi-lagi konsumen yang akan memilih kemana mereka akan membeli barang untuk keperluan kesehariannya. Bagi sebagian orang (termasuk keluarga saya) masalah berbelanja di pasar modern atau tradisional bukan hanya soal barang, biaya dan layanan, tapi juga soal waktu dan (terkadang) keinginan. Semisal, saat pagi hari senggang kami tentu akan lebih *enjoy* jika berbelanja di pasar tradisional. Berbeda jika waktu siang atau sore hari, kami lebih “ingin” ke pasar modern dibandingkan ke pasar tradisional. Karena saya merasakan nuansa yang berbeda dari keduanya, dan keduanya memiliki waktu yang berbeda juga untuk dinikmati.

Pasar tradisional sebagai indikator kepercayaan masyarakat terhadap pemerintah

Dalam berbagai hal, pasar tradisional dan pedagang kaki limanya terlihat sepele dan tidak terlalu berpengaruh pada perekonomian nasional. Namun, tidak bisa dipungkiri bahwa isu pasar tradisional dan bagaimana memperlakukan pedagang kecil dengan baik turut mengantar seseorang menjadi Presiden negeri ini. Lihat saja kisah Pak Jokowi yang sukses dalam merelokasi pedagang kecil di Solo

sewaktu beliau menjabat walikota, kisah tersebut mau tidak mau menjadi bumbu penyedap utama yang sukses mengharumkan nama beliau untuk menapaaki jalan politik nasional. Dari kisah Pak Jokowi, kita bisa melihat bahwa pasar tradisional yang hampir seluruhnya diisi oleh pedagang kecil merupakan tolok ukur bagi pemerintah dalam berbagai hal. *Pertama* harmonisnya pasar tradisional dalam sebuah wilayah merupakan salah satu indikator keberhasilan gaya komunikasi pemerintah dengan rakyatnya. Mau ataupun tidak, kita wajib mengakui bahwa salah satu sumber informasi masyarakat adalah pasar tradisional. *Kedua* keberadaan pasar tradisional yang dikelola dengan baik menunjukkan bahwa pemerintah setempat peduli terhadap nasib *wong cilik*. Kalaupun terjadi revitalisasi dan relokasi, harusnya pemerintah benar-benar tahu *basic need* pedagang pasar, sehingga tidak terjadi kegaduhan dan konflik yang jelas berakibat bagi ciitra pemerintahan.

Menyelaraskan keinginan pemerintah dengan pedagang

Kembali pada kasus ramai-ramai pindahan pasar Dinoyo Malang. Saya kok melihat pola yang sama dimana konflik relokasi pasar tradisional (pedagang) selalu bermula dari tidak selarasnya keinginan pemerintah dengan keinginan kelompok pedagang. Kalau dilihat dari dimensi bahwa pemerintah adalah pelayan rakyat, harus diakui pemerintah kurang *pas* dalam menilai kebutuhan dasar (*basic need*) pedagang dan dinamika pasar tradisional sebagai dasar kebijakan. Saya percaya usaha maksimal sudah dilaksanakan pemerintah kota Malang untuk mengembalikan pasar penampungan Merjosari ke pasar Dinoyo, namun tidak ada salahnya jika kita belajar dari fenomena ini untuk mengantisipasi hal-hal serupa pada wilayah lainnya.

Diatas telah disinggung bahwa dulu tahun 2012 pedagang pasar Dinoyo akhirnya bersedia untuk direlokasi sementara ke Merjosari melalui mediasi oleh Komnas HAM dengan

menghasilkan kesepakatan di pengadilan negeri. Namun mengapa ketika bangunan pasar Dinoyo telah siap, justru pedagang yang dulunya tidak mau pindah sekarang malah tidak mau kembali? Apakah ada kesepakatan yang dilanggar oleh pihak pemerintah? Atau ada hal lainnya? Sekali lagi saya ber-*khusnudzon* dengan pemerintah bahwa tidak ada kesepakatan yang dilanggar. Saya hanya ingin mengingatkan konteks dan dinamika pasar saja.

Salah satu keunikan pasar tradisional adalah terkadang lebih banyak pedagang *tanpa* lapak/lokasi jualan “resmi” dibandingkan dengan pedagang yang “resmi” memiliki lokasi jualan. Pedagang-pedagang dadakan inilah yang menurut hemat saya merupakan *magis* mengapa pasar dianggap tradisional. Mereka biasanya berjualan di samping tempat parkir, di depan *bedak* (toko) orang lain, lorong jalan dan bahkan di atas saluran pembuangan atau lebih hebat lagi ada yang disamping tempat sampah sementara. Komoditas yang mereka tawarkan juga unik, mulai dari sayur, buah, jajan pasar sampai komoditas musiman. Pilihan waktu berdagang juga tidak kalah unik, banyak yang berdagang di waktu-waktu yang tidak biasa dan tutup pada waktu yang tidak biasa juga, seperti buka dini hari dan tutup menjelang jam tujuh pagi. Adanya mereka (pedagang dadakan) justru yang membuat pasar semakin terlihat penuh sesak dan ramai. Jujur saja, bagi anda yang sering ke pasar tradisional, tentu kaki anda minimal pernah kesenggol barang dagangan pedagang model ini.

Dinamika pasar tradisional sangat dipengaruhi oleh keberadaan pedagang-pedagang dadakan dan tidak “resmi” ini. Istilah kerennya, keberadaan mereka bisa dikatakan berada ada dan tiada, ini unik. Dikatakan ada adalah karena mereka memang berjualan dan bahkan banyak, dikatakan tiada karena susah bagi dinas pasar untuk menjelaskan keberadaan mereka melalui data resmi pasar. Inilah yang kemudian membuat relokasi pasar (mungkin selamanya) tidak pernah berjalan mulus, masalah data!

Karena konsep revitalisasi pasar tradisional selalu menekankan hal-hal seperti rapi, higienis dan tertib. Bangunan fisik pasar baru akan selalu menjadi masalah karena kebanyakan pedagang yang barusan saya jelaskan tidak terdata. Itu artinya, bangunan pasar baru sulit mengakomodir keberadaan pedagang-pedagang dadakan yang tidak “resmi”.

Dua kubu kelompok pedagang

Dalam kasus “pengembalian” pasar Dinoyo, banyak media menulis terdapat dua kubu pedagang.

“Sudah ada 700 pedagang resmi Pasar Merjosari yang bersedia dipindah ke Pasar Dinoyo sedangkan 600 sisanya yang merupakan PKL tanpa lapak masih menolak,” begitu kata Kepala Dinas Perdagangan Wahyu Setianto yang saya kutip dari Republika (Christiyaningsih, 2017) Detik juga mengutip pernyataan yang serupa, bahwa terdapat dua jenis pedagang dan menjadi dua jenis kelompok juga (Mohammad Aminuddin, 2017)

Tidak menutup kemungkinan kejadian serupa juga telah terjadi dan akan terjadi ketika ada kebijakan relokasi atau revitalisasi pasar tradisional. Selain alasan yang sudah saya uraikan di atas, keberadaan pedagang-pedagang baru pasar memang tidak akan mungkin bisa diprediksi. Bertambahnya konsumen, bertambahnya produk, kebangkrutan dan juga jumlah usia produktif merupakan alasan mengapa jumlah pedagang pasar tradisional mustahil untuk diprediksi. Lagian siapa juga yang bisa mengontrol alur rezeki dari Tuhan, hehe. Itulah mengapa menjadi penting bagi pemerintah untuk mengkaji lebih dalam apabila harus mengeluarkan kebijakan revitalisasi pasar.

Taruhlah, saat pindah dari pasar Dinoyo data pedagang semisal berjumlah 800 orang. Harusnya pembangunan pasar Dinoyo juga mengantisipasi dengan memprediksi jumlah ledakan

pedagang ketika bangunan pasar baru berdiri. Prediksi bisa dilakukan dengan studi bersama yang menganalisis data jumlah penduduk, pendatang dan animo pasar. Bisa jadi jumlah lokasi yang harus disiapkan membengkak dua kali lipat. Meskipun hal tersebut belum tentu cukup, minimal hal tersebut dapat mengurangi potensi konflik.

Masalah rupiah dan perlawanan pedagang

Jumlah rupiah adalah masalah paling rumit yang mengiringi pemindahan pasar. Pedagang, dengan adanya revitalisasi mau ataupun tidak diminta untuk menyetorkan sejumlah uang untuk kompensasi biaya sewa lapak baru dan lainnya. Bagi pedagang kelas menengah-atas, hal tersebut mungkin tidak akan menjadi masalah, tapi hal tersebut tentu berbeda bagi pedagang dadakan dan tidak “resmi”. Kebijakan yang baik adalah kebijakan yang manusiawi, kebijakan yang mengakomodir kebutuhan dan kekuatan pedagang.

Bila seperti yang sudah saya uraikan, jumlah pedagang dadakan seimbang atau lebih banyak dari pedagang resmi, maka penolakan dan perlawanan pasti akan mereka lakukan. Karena tidak ada satu manusiapun yang rela nafas kehidupannya direnggut.

Akibatnya, meskipun pengumuman pasar Merjosari resmi ditutup per tanggal 14 mei 2017, nyatanya para pedagang “tanpa” lapak melakukan perlawanan dengan tetap berjualan di tempat yang dulunya area parkir utama pasar, sebelah utara pasar penampungan Merjosari. Sesuai dengan asumsi saya di atas, bahwa salah satu ciri utama pasar tradisional adalah mereka, maka anda dapat menyaksikan bahwa pasar “perlawanan” di Merjosari lebih ramai pembeli daripada pasar resmi yang mulai buka di Dinoyo.

Mengantar istri ke pasar merupakan salah satu, diantara banyak rutinitas suami yang awalnya terkesan membosankan. Bahkan bagi beberapa suami mungkin aktivitas yang tidak lebih dari buang-buang waktu –menambah tidur. Tapi kalau saya boleh sedikit *ngeles*, banyak hal bisa kita dapatkan hanya dengan mengantar istri di pasar. Oia, pasar yang saya maksudkan adalah pasar yang seringkali disebut sebagai pasar tradisional.

Sumber bacaan:

Christiyaningsih. “Pemindahan Pasar Merjosari Malang Berakhir Ricuh.” *Republika*, 6 Apr. 2017, <https://nasional.republika.co.id/berita/nasional/daerah/17/04/06/onzc59383-pemindahan-pedagang-pasar-merjosari-malang-berakhir-ricuh>.

Mohammad Aminuddin. “Pembongkaran Pasar Merjosari Diwarnai Perlawanan Dari Pedagang.” *DetikNews*, 6 Apr. 2017, <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-3466936/pembongkaran-pasar-merjosari-diwarnai-perlawanan-dari-pedagang>.

KEKHAWATIRAN ABAH ANTON TERBUKTI

Kota Malang menjadi berita utama karena korupsi yang membabat hampir semua anggota dewan. Secara tidak sengaja, saya menemukan apa yang sekarang menjadi *headline* hampir pada semua media nasional ternyata telah diprediksi sendiri oleh Wali Kota Malang saat itu, Moch. Anton.

Adalah Republika yang (secara tidak sengaja) mengabadikan prediksi super akurat tersebut. Pada paragraf ke empat berita yang diberi judul “Kota Malang Rencanakan Pembangunan Islamic Center” saya menemukan petikan wawancara yang secara luar biasa menggambarkan kejadian hari ini.

"Harapan saya kita mulai awal pembangunan yang besar ini dengan era keterbukaan dan transparansi kita ciptakan. Saya harap ada laporan terus menerus kepada masyarakat biar terbuka dan dilihat masyarakat. Jangan sampai niatan mulia untuk kemaslahatan umat ini menjadi suatu persoalan bagi kita semua" begitu kata Moch. Anton sebagai Wali Kota Malang saat meresmikan mega proyek Islamic Center seperti diliput Republika (12/7/2017).

Apa yang dikhawatirkan Abah Anton (panggilan akrab Moch. Anton) pada kalimat terakhir yang dinukil Republika tersebut pada akhirnya menjadi kenyataan 14 bulan kemudian. Senin, 3

September 2018, 22 anggota DPRD Kota Malang ditetapkan menjadi tersangka kasus suap dan gratifikasi Anggaran Pendapatan Belanja Daerah-Perubahan (APBD-P) Pemkot Malang Tahun Anggaran 2015. Tambahan 22 orang tersebut melengkapi tersangka menjadi 40 orang (sebelumnya 18 orang ditetapkan sebagai tersangka pada Maret lalu). Praktis hanya tinggal 5 anggota DPRD yang tersisa di Kota Malang Hari ini, itupun 2 diantaranya bukan anggota yang menjabat sejak awal karena menjadi anggota dewan hasil Pergantian Antar Waktu (PAW). Artinya, sampai hari ini, hanya 3 orang yang benar-benar tidak terlibat kasus tersebut. Ini jelas hal mengerikan, karena mungkin hanya Malang satu-satunya Kota di dunia ini yang tidak memiliki Walikota dan juga kehilangan 88% anggota Dewan. (Mufti Sholih, 2018)

Islamic Center sebagai Paradoks

Kita kembali pada pernyataan Abah Anton di atas, sekilas memang terlihat pernyataan biasa pada saat itu. Sebagai *abang lambe* atas berjalannya salah satu mega proyek Islamic Center di Malang. Namun ternyata setelah kejadian luar biasa ini, kita bisa mengoreksi pernyataan tersebut sebagai sebuah paradoks dan kecemasan.

Saya katakan paradoks, karena pada kalimat pertama dan kedua Abah Anton menyebut pembangunan Islamic Center sebagai ‘pembangunan yang besar’. Proyek ini memang mendapatkan apresiasi dari banyak pihak pada awalnya. Karena dianggap sebagai lompatan besar dalam memajukan budaya Islam di Kota Malang. Sayangnya proyek ini justru diawali dari persekongkolan jahat korupsi. Inilah paradoksnya, Islam sebagai lambang keluhuran justru akan dibangun dengan sesuatu yang tidak luhur, korupsi.

Prediksi Rambu Lalu Lintas Abah Anton

Pada sisi lain, tiga kalimat yang dikutip *Republika* tersebut juga menunjukkan kecemasan. Alurnya seperti rambu lalu lintas, hijau, kuning dan merah. Kalimat pertama terlihat seperti hijau, karena seperti optimisme. Saya nukilkan lagi, “Harapan saya kita mulai awal pembangunan yang besar ini dengan era keterbukaan dan transparansi kita ciptakan.” Optimis bukan? Saya melihat kalimat kedua (“Saya harap ada laporan terus menerus kepada masyarakat biar terbuka dan dilihat masyarakat.”) sebagai sebuah anjuran kehati-hatian yang itu sama saja seperti fungsi lampu kuning dalam rambu lalu lintas. Yang kemudian diakhiri dengan kalimat yang sarat dengan kecemasan “Jangan sampai niatan mulia untuk kemaslahatan umat ini menjadi suatu persoalan bagi kita semua”. Inilah kecemasan dan lampu merahnya.

Sayangnya kita baru bisa menganalisa dengan tepat setelah semuanya telah menjadi bubur (tersangka korupsi KPK). Coba ada ahli yang waktu itu juga menafsirkan dengan tepat, seperti halnya kejadian hari ini jalannya akan sedikit berbeda.

Sumber Bacaan:

Mufti Sholih, and Mufti Sholih. “Profil 5 Anggota DPRD Kota Malang Yang Tidak Menjadi Tersangka.” *Tirto.Id*, 4 Sept. 2018, <https://tirto.id/profil-5-anggota-dprd-kota-malang-yang-tidak-menjadi-tersangka-cWQC>.

Winda Fizriyani. “Kota Malang Rencanakan Pembangunan Islamic Center.” *Republika.Co.Id*, 12 July 2017, <https://www.republika.co.id/berita/nasional/daerah/17/07/12/osz0or-kota-malang-rencanakan-pembangunan-islamic-center>.

JOKO WIDODO

Mendekati 2014, secara keseluruhan masyarakat di Indonesia semakin antusias. Mengingat tahun tersebut adalah tahun yang dibuat untuk ditunggu sebagai tahun demokrasi, pemilihan umum. Selain itu, perlu diingat juga, masyarakat kita adalah masyarakat bola yang juga menunggu gelaran ter-akbar dalam sepakbola, piala dunia Brazil. Sekali lagi bola berada gengsi dengan politik di Negara ini. Tapi saya yakin masih banyak yang menunggu piala dunia ketimbang pileg dan pilpres.

Jagad politik kita sudah menetapkan 12 partai peserta pemilu, sedangkan jagad sepakbola dunia telah meloloskan 21 tim dari 32 kursi. Dalam tataran ini, baik tim sepakbola maupun partai politik melewati jalan yang cukup terjal mencapai singgasana peserta piala dunia dan pemilu. Dalam bola kita mengenal play-off yang memperebutkan 6 jatah lolos, kalau pemilu juga ada play-off yaitu perjuangan dua partai terakhir melalui babak play-off di MK. Baik pemilu ataupun piala dunia memiliki sistem kompetisi yang hampir mirip, salah satunya adalah penentuan tim unggulan dan underdog. Tim macam Brazil, Spanyol, Jerman, Argentina sepertinya sejajar dengan PDI-P, Golkar dan Demokrat. Sedangkan tim calon kuda hitam macam Belgia, Columbia, Bosnia, Rusia rasanya memiliki kesempatan layaknya Gerindra, Hanura

dan NasDem. Bedanya, kalau dalam bola tim pejuang dari play-off memiliki kemungkinan besar untuk menjadi kuda hitam kejuaraan, tapi kalau dalam politik sepertinya susah tim *play-off* dapat berbicara banyak dalam pemilu.

Level pemain juga menarik untuk kita bicarakan. Sebagian besar mata dunia tertuju pada pemain pada bintang macam Messi, Ribery, Rooney, Neymar, Goetze, serta hidup mati antara Ronaldo dan Ibrahimovic. Di jagad dunia politik kita ada megabintang Jokowi, bintang-bintang kawakan macam Megawati, Prabowo, JK, ARB, Wiranto, serta rising star seperti Mahfud MD dan Dahlan Iskan.

Dalam pemilihan pemain terbaik, sepakbola menggunakan model demokrasi yang menurut saya elegan, yaitu oleh pelatih dan kapten tim nasional anggota FIFA. Disini jarang terjadi friksi dan intrik yang kurang sehat antara para pemilih ataupun jajaran petinggi FIFA. Mengingat ukuran yang dipakai jelas, selain *skill* pemain, prestasi juga menjadi pertimbangan dominan. Tidak ada kampanye meningkatkan elektabilitas dengan pencitraan dan uang selain tarian pemain di lapangan dan intensitas mereka mengangkat trofi.

Berbeda dengan jalan perebutan singgasana menuju figur terbaik dalam dunia politik untuk menjadi RI 1. Jalan ini sangat terjal, penuh dengan pencitraan, uang dan juga penjatuhan pada lawan politik. Sang figur didandani sedemikian rupa oleh tim suksesnya masing-masing dalam berbagai dimensi untuk mendapatkan atensi pemilih, salah satunya lewat poling. Sejauh ini sang megabintang Jokowi masih menguasai hasil poling di berbagai lembaga (terkecuali lembaga poling internal partai). Secara pribadi, saya ikut-ikutan melihat bagaimana tingkah polah pemilih di Indonesia dengan menggunakan bantuan mbah Google. Ternyata hasilnya tidak mengagetkan bagi saya,

mengingat lagi-lagi Jokowi memimpin dalam mesin pencarian Google dengan sangat signifikan.

Berikut adalah datanya:

No	Nama Figur	Waktu	Jumlah data dalam Google
1	Jokowi	0,14 detik	Sekitar 11.000.000
2	SBY	0,16 detik	Sekitar 8.310.000
3	Prabowo	0,29 detik	Sekitar 3.010.000
4	Mahfud MD	0,25 detik	Sekitar 2.700.000
5	Wiranto	0,20 detik	Sekitar 2.520.000
6	Jusuf Kalla	0,33 detik	Sekitar 1.750.000
7	Aburizal Bakrie	0,25 detik	Sekitar 1.690.000
8	Boediono	0,44 detik	Sekitar 1.680.000
9	Megawati Soekarno Putri	0,17 detik	Sekitar 1.640.000
10	Surya Paloh	0,17 detik	Sekitar 1.170.000

Dari data sederhana diatas, saya hanya terkaget-kaget ketika melihat bagaimana Jokowi dapat berada diatas SBY. Padahal jelas SBY memiliki akses untuk masuk dalam lalulintas internet lebih lama daripada Jokowi. Hitung saja SBY sudah jadi Presiden mulai tahun 2004, padahal Jokowi tahun tersebut (mungkin saja) baru mencalonkan diri sebagai Walikota Solo. Saya juga terheran-heran kenapa masih ada beberapa poling yang berani-beraninya menaruh Jokowi dibawah figur-figur yang lainnya. Kalau ini mungkin mereka memiliki objektivitas keilmiahannya sendiri.

Coretan ini hanya otak-atik penulis dengan cara paling awam saja, mengingat bagaimanapun sepak bola tidak mungkin bisa dibandingkan dengan politik. Peta dalam politik berubah dengan sangat cepat, banyak faktor penentu tingkat popularitas

dan elektabilitas, berbeda dengan sepakbola yang membutuhkan waktu cukup lama untuk merubah peta kekuatan. Butuh bertahun-tahun Negara membangun timnas lewat pembinaan akademi bibit muda mereka. Wajar jika kita hanya dapat melihat tokoh dadakan atau instan dalam politik (biasanya artis) bukan dalam bola. Kepopuleran artis dapat mudah menaklukkan pemilih, namun seorang Messi atau Ronaldo mengorbankan waktu kecil dan remajanya bertahun-tahun untuk menjadi bintang bola. Jangan lupa pula bahwa sepakbola mengagungkan spotivitas, sedangkan politik memilih memandang semuanya dengan kepentingan belaka.

MENGAHA HAL PALSU MENJADI NYATA DI MEDIA SOSIAL

Bertahun-tahun lalu sebelum teknologi gawai seperti sekarang, kita tidak pernah saling mengundang, membagi-bagikan dan mengumbar setiap saat kehidupan kita. Akses internet melimpah membuat jalur jejaring sosial mengalir dalam sendi kehidupan manusia hari ini. Inilah kita, manusia hari ini, bagian dari masyarakat perangkat. *Facebook, Twitter, Instagram* dan media sosial lainnya membawa kepribadian ke tahapan baru secara massal. Tidak peduli berapa usia kita, dari mana asal kita dan sedang dalam kondisi apa hidup kita, dengan mudah kita dapat memilih dan mengambil persona sesuai impian kita.

“Kami mengklik sebelum kami berpikir dan memposting sebelum kami mempertimbangkan konsekuensi kedepannya” begitu mungkin adagium masyarakat gawai. Karena komoditas utama masyarakat gawai adalah kecepatan, siapa cepat maka dia ada. Kecepatan adalah keinginan yang menjadi kebutuhan, kita tidak perlu mengunyah lebih lama, kita hanya perlu menelannya. Kecanduan akan kecepatan mendorong dan memojokkan kita untuk menelan semua informasi yang ada, kita dipaksa untuk lupa bahwa kita mampu mengunyah.

Cambridge Analytica, semoga saja kita telah mendengarnya. Bahwa semua data kita tersimpan oleh perusahaan pada satu sisi, dan bahwa hal yang tersimpan dapat saja dibeli, dicuri atau dirampok oleh pihak lain ada pada sisi lain. Data adalah kitab suci manusia modern. Betapa mudahnya seseorang atau perusahaan dengan data untuk mengarahkan manusia kepada arus tertentu. Mereka memiliki data diri kita, rekam jejak kita, apa yang kita sukai, apa yang ingin kita dapatkan dan apa yang tengah kita perhatikan, bahkan kesalahan-kesalahan kita di masa lampau. Bayangkan jika anda memiliki itu semua? Betapa mudahnya kita memperbudak manusia lainnya. Hmm, benarkah semudah itu?

Bagaimana informasi atau merangsek di depan mata kita?

Bahwa tenaga asing dari negeri China membanjiri Indonesia, hutang negara terus bertambah, harga kebutuhan pokok tidak lagi terjangkau merupakan beberapa topik yang terus berhembus pada satu sisi. Pada sisi lainnya menyatakan bahwa pemerintah terus bekerja membangun infrastruktur, beberapa negara memuji perkembangan Indonesia dan perkembangan ekonomi terus membaik. Apakah anda pernah membaca, mendengar dan melihat informasi di atas? Manakah yang anda percayai? Apakah anda telah memastikan informasi tersebut berdasarkan fakta? Ataupun malahan anda ikut sibuk membantah dan atau menyebarkan?

Informasi berbau politik merupakan jenis informasi yang cepat berkembang seperti gulma digital. Adalah pekerjaan tersendiri jika kita berniat melakukan verifikasi data dari informasi tersebut. Memang, selain informasi politik, banyak informasi “liar” lainnya yang bertebaran tanpa dasar, seperti informasi kesehatan, agama dan juga kriminalitas. Namun sepertinya informasi politik adalah juaranya.

The New York Times (2017) menulis selama kampanye presiden 2016, Facebook menjual lebih dari 100.000 iklan ke perusahaan yang terkait dengan Kremlin (Rusia), dan Google menjual lebih dari 4.500. Melalui akun-akun palsu, iklan-iklan tersebut disinyalir digunakan oleh pihak tertentu untuk mempengaruhi pemilih guna menguntungkan salah satu calon. Caranya dengan memproduksi sekian banyak informasi palsu guna menaikkan citra salah satu calon dan menurunkan citra calon lainnya. Hal tersebut membuat *Facebook, Google, Twitter* dan perusahaan raksa lainnya terdesak dan mengeluarkan kebijakan baru untuk melawan dan menangkal berita palsu yang difabrikasi atau biasa kita sebut sebagai berita auta, hoaks (*hoaxes*).

Psikologi sebagai ilmu yang paling dekat hal ini menyediakan beberapa alternatif jawaban atas fenomena tersebut. Media sosial disebut sebagai tempat berinteraksi antara teknologi dengan bias psikologis manusia yang seringkali bersifat bawah sadar. Kecepatan informasi dalam media sosial membuat kita rentan terhadap kesalahan. Sebenarnya kita memiliki modal untuk tetap mendapatkan informasi yang faktual, modal itu bernama skeptisisme. Mempertanyakan dan menelusuri sumber informasi. Namun, kemasan informasi, tampilan grafis dan 'meme', duplikasi, algoritma serta lingkungan 'masyarakat internet' membuat modal satu-satunya tersebut rentan untuk tidak berfungsi.

Pada saat kita belum sempat mengaktifkan radar skeptisisme, internet telah membanjiri kita dengan informasi yang telah dipersiapkan sebelumnya. Pilihan kata kunci kita dengan cepat diolah menggunakan algoritma, tiba-tiba menempatkan kita di tengah kepungan banjir informasi. Inilah yang disebut Brendan Nylan (2018), seorang profesor di Dartmouth College yang juga kolumnis, sebagai bias psikologis. Keadaan dimana kecepatan teknologi mengalahkan kecepatan pengambilan keputusan manusia.

Keadaan dimana kita sebenarnya secara halus diarahkan untuk menikmati hidangan yang belum tentu kita butuhkan. Collen Seifert, seorang profesor psikologi Universitas Michigan, menyebut hal ini sebagai kecanggihan teknologi melalui algoritmanya untuk memprediksikan minat kita dan menjaga mata (keinginan) kita untuk tetap terfokus pada layar gawai. Persis seperti anak-anak yang penasaran saat bermain game. Inilah kurasi informasi. Facebook dan media sosial lain adalah distributor informasi dari siapa yang membayar mereka. Dari sinilah tuduhan *cambridge analytica* dimulai. Facebook dianggap lalai menjaga informasi pengguna dan mempergunakannya untuk mereka yang memasang iklan.

Kurasi semacam itu bertindak sebagai pupuk penyubur informasi kebohongan. Secara simultan, media sosial menggunakan istilah “meme” dan “viral” untuk bermain pada bias individu dan alam bawah sadar penggunanya.

Atensi dan kepompong informasi

Berbicara proses beripikir manusia adalah berbicara misteri. Jauh sebelum memahami dan mempercayai informasi, manusia terlebih dahulu melakukan seleksi. Proses seleksi inilah dalam psikologi kognitif disebut perhatian/atensi (*attention*). Atensi merupakan kunci karena pada tahapan tersebut kita menyingkirkan dan memilih informasi. Apa yang kita pikirkan sangat bergantung pada seleksi atensi kita. Akan menjadi masalah jika kita tidak dapat mengontrol atensi diri kita sendiri. Inilah kira-kira yang ditemukan oleh Xiaozan Qui dan empat koleganya dalam penelitian yang dipublikasikan *Nature Human Behaviour* (2017). Bahwa manusia memiliki keterbatasan dalam proses penerimaan informasi dan mengolahnya. Manusia memiliki kapasitas terbatas, sehingga ketika orang dibanjiri informasi baru, mereka akan kelebihan beban. Keterbatasan (waktu) membuat

orang akan cenderung bergantung pada mekanisme penanganan yang kurang ideal untuk membedakan yang baik dari yang buruk, dan akhirnya mengistimewakan popularitas, alih-alih kualitas informasi. Ini kombinasi mematikan dari kejenuhan data dan terbatasnya rentang atensi manusia, celah tumbuh suburnya jalur penyebaran hoaks.

Penelitian tersebut memberikan gambaran pada kita bahwa bisa saja mekanisme berpikir kita telah dikontrol sejak awal. Proses pengontrolan tersebut dimulai dari penyediaan informasi yang kemudian didorong (*data driven*) dengan menggunakan algoritma internet. Facebook dan media sosial lainnya adalah distributor informasi utama yang bisa saja menentukan persepsi masyarakat. Terlebih algoritma media sosial membuat manusia hidup dalam ruang kepompong informasi. Apa yang tersedia di layar sangat bergantung pada apa ‘kata kunci’ terakhir kita klik dan telusuri. Jangan heran jika layar anda dipenuhi oleh informasi positif tentang pemerintah, karena anda telah mengirimkan sinyal melalui penelusuran sebelumnya. Atau sebaliknya, layar anda dipenuhi dengan berita negatif tentang pemerintah. Kata kunci algoritma media sosial berada pada klik, varian teman, like, penyebaran atau durasi menonton video. Tidak heran kan jika salah satu dari teman atau keluarga kita setiap hari hanya berbicara satu tema saja? Karena mereka lahir dari kepompong media sosial.

Seberapa jauh hoaks mempersuasi perilaku politik masyarakat?

Menjelang pemilihan presiden 2019, sangat wajar jika kekhawatiran meningkat terkait penggunaan media sosial dengan situasi politik nasional. *We Are Social* menyebut lebih dari 130 juta jiwa Indonesia menggunakan medsos dengan rata-rata 3 jam per hari. Jika negara seperti Amerika Serikat saja terjadi skandal

pengelolaan data media sosial, apalagi indonesia? Begitulah kira-kira alur berpikirnya.

Sayangnya tidak semudah itu seseorang dapat dipengaruhi. Setidaknya suara tersebut dikemukakan oleh beberapa hasil temuan ilmiah yang menyatakan persuasi politik melalui media sosial memiliki pengaruh yang tidak sekencang riuhnya media sosial. Joshua Kalla dan David E. Broockman (2018) menerbitkan hasil analisisnya terhadap 49 penelitian (meta-analisis) tentang penggunaan media sosial untuk persuasi politik. Kajian yang diterbitkan jurnal *American Political Science Review* tersebut menyebut bahwa pengaruh informasi kandidat politik dalam media sosial adalah nol. Cukup mengagetkan bukan? Apalagi bagi kita yang setiap hari berperan sebagai serdadu dalam perang media sosial.

Berbagai argumen ilmiah dikemukakan oleh Kalla dan Broockman atas hasil penelitiannya yang tidak sesuai dengan pendapat umum. Pertama-tama adalah pilihan politik adalah sesuatu yang fundamental, data ilmiah menunjukkan bahwa dasar penentuan pilihan politik sangat dominan dipengaruhi oleh pihak mana yang sebelumnya mereka dukung dan keadaan yang langsung orang rasakan seperti keadaan ekonomi dan lainnya. Sehingga jangan berharap fabrikasi berita bohong akan berhasil membujuk orang-orang yang telah menentukan pilihannya. Bagi yang belum menentukan pilihan (*swing voter*), Kalla dan Broockman menyebut hal-hal yang mereka rasakan langsung masih mendominasi pengambilan keputusannya saat hari pemilihan, jadi bukan dari hoaks.

Argumen selanjutnya adalah seberapa banyak orang membaca isi berita (materi) hoaks sebelum mereka menyukai atau menyebarkannya? Statistik menunjukkan bahwa berita yang menjadi viral belum tentu berita yang dipercayai orang, termasuk oleh mereka yang memberikan respon positif dalam media sosial

(menyukai dan menyebarkan). Hal tersebut bisa kita lihat pada kolom komentar pada berita tersebut, kebanyakan isi komentar sama sekali tidak mendiskusikan isi berita. Pada lingkup sebaran berita, kita biasanya juga terkecoh karena kebanyakan akun penyebar berita tersebut adalah akun robot yang dibuat untuk fabrikasi.

Yang lebih mencengangkan adalah data yang menyebutkan bahwa pembaca berita hoaks politik merupakan orang-orang yang telah menentukan pilihan politiknya atau pembaca kelas menengah-atas dalam strata politik. Bukti tersebut juga diamini oleh kolumnis *The New York Times*, Brendan Nyhan (2018). Bersama dua koleganya Nyhan mengolah data kunjungan pemilih Trump dalam pemilu 2016 pada situs berita hoaks yang dianggap menguntungkan Trump. Mereka hanya menemukan 40 persen pendukung Trump yang mengunjungi situs berita yang tidak kredibel selama masa kampanye. Jika ditotal dari keseluruhan konsumen situs palsu, angka tersebut hanyalah 13,1 persen. Sangat sedikit bukan?

Titik jenuh dan saatnya kembali menginjak bumi

Sayangnya saya tidak menemukan penelitian yang memaparkan secara ilmiah seberapa lama orang-orang *keranjingan* bermain media sosial? Saya sendiri merasakan bahwa saya telah bertransformasi dalam menggunakan media sosial. Jika dulu sering mengumbar aktivitas pribadi sekarang tidak lagi, bahwa dulu sering menyebarkan informasi yang menurut saya pribadi menarik, sekarang mempertimbangkan siapa yang akan untung dan rugi atas informasi tersebut. Untuk itulah saya yakin ada batasan-batasan tidak kasat mata yang membedakan kita dari waktu ke waktu dalam menggunakan media sosial.

Di awal tulisan saya telah menyebut kesangsian atau adalah kunci. Periaku skeptis adalah awal kualitas literasi kita, awal

pemikiran kritis kita. Dengan meragukan, kita akan melakukan jeda, tidak terburu-buru. Akan ada banyak waktu koreksi dan penelusuran sumber data. Skeptis akan menyelamatkan kita dari banjir informasi. Bagaimanapun, secara ilmiah kita tidak sepatutnya terlalu mengkhawatirkan hoaks. Karena pada kenyataan, dunia tak seriu media sosial.

Sumber Bacaan:

- Kalla, J. L., & Broockman, D. E. (2018). The Minimal Persuasive Effects of Campaign Contact in General Elections: Evidence from 49 Field Experiments. *American Political Science Review*, 112(01), 148–166. <https://doi.org/10.1017/S0003055417000363>
- Nyhan, B. (2018, February 16). Fake News and Bots May Be Worrisome, but Their Political Power Is Overblown. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2018/02/13/upshot/fake-news-and-bots-may-be-worrisome-but-their-political-power-is-overblown.html>
- Qiu, X., F. M. Oliveira, D., Sahami Shirazi, A., Flammini, A., & Menczer, F. (2017). Limited individual attention and online virality of low-quality information. *Nature Human Behaviour*, 1(7), 0132. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0132>
- Vogel, K. P., & Kang, C. (2017, October 21). Senators Demand Online Ad Disclosures as Tech Lobby Mobilizes. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/10/19/us/politics/facebook-google-russia-meddling-disclosure.html>

MASKER DAN ILUSI PSIKOLOGI

Yono merasa jengkel saat mobilnya diberhentikan oleh petugas dan dikenakan sanksi gegara tidak menggunakan masker dengan benar. “saya sedang berbicara dengan istri, dan kaca mobil juga tidak terbuka sedikitpun” sanggahnya saat petugas menjatuhkan denda akibat perbuatannya yang dianggap melanggar protokol kesehatan.

Masker ditetapkan sebagai salah satu perangkat yang harus digunakan saat kita hendak keluar dari rumah atau menuju tempat keramaian di masa pandemi. Masker disebut WHO sebagai salah satu cara paling mudah dan efektif untuk mencegah penularan virus. Beberapa daerah bahkan menerapkan sanksi jika terdapat ketidakpatuhan, mulai dengan sanksi sosial seperti menyapu jalan hingga sanksi finansial berupa denda uang. Masyarakat kita memiliki karakteristik yang unik dan berbeda dengan bangsa-bangsa lainnya, terutama dalam hal kedisiplinan. Bukan pekerjaan mudah mensosialisasikan kebiasaan baru seperti menggunakan masker.

Dalam kacamata hukum, apa yang dilakukan Yono dianggap sebagai pelanggaran, sedangkan dalam perspektif kesehatan mungkin masih menjadi perdebatan, pasalnya Yono di dalam ruangan dan bersama orang terdekatnya (istri) dan tidak melakukan kontak dengan orang lain. Psikologi, dalam hemat saya

bisa saja melihat tindakan Yono dalam perspektif yang berbeda. Meskipun masker dipandang sebagai salah satu cara mudah dan efektif untuk mencegah penularan, namun secara psikologis dapat saja mengganggu gaya komunikasi. Saat berbicara menggunakan masker, apa yang kita lihat dan dengar bisa saja menjadi tidak selaras atau paling tidak masker membuat kita merasa sulit untuk mengikuti percakapan, atau bahkan salah menafsirkan apa yang sedang dibicarakan.

Efek McGurk

Kabar baiknya adalah, bahwa kita memiliki otak yang sangat fleksibel dan efisien. Otak membantu manusia untuk memahami dan mengontrol dunia (lingkungan sekitarnya). Namun, terkadang kabar tersebut menjadi paradoks. Sisi fleksibilitas dan efektivitas otak terkadang juga menjadi kabar buruk, karena mengarahkan manusia pada kesalahan memahami lingkungannya. Inilah yang menjadi dasar dari teori Harry McGurk dan John MacDonald (1976).

Kemudian hari, psikologi lebih mengenalnya dengan sebutan efek McGurk (*McGurk Effect*). Saat otak melakukan kesalahan dan membimbing manusia untuk menjadi penafsir yang keliru. Efek McGurk adalah fenomena komunikasi saat seseorang merasa gerakan bibir orang tidak sama dengan apa yang mereka ucapkan (Tiippana, 2014). Bahkan, bagi sebagian orang, mereka mendengar hal yang sama sekali berbeda dengan apa yang sebenarnya dikatakan. Hal ini dikarenakan otak bekerja meyakinkan telinga bahwa mereka mendengar sesuatu yang sama sekali berbeda.

Efek McGurk ditemukan secara kebetulan ketika seorang psikolog bernama Harry McGurk secara keliru percaya bahwa dia mendengar suara “da” setelah menonton video. Padahal suara asli video tersebut adalah “ba” hasil *dubbing* dari mulut seorang

gadis yang mengatakan “ga”. Secara umum efek McGurk terjadi karena otak mencoba menyelesaikan kode suara dengan apa yang dilihat, dan terjadi kekeliruan.

Masker dan Efek McGurk

Mengapa di awal tulisan saya utarakan bahwa bisa saja apa yang dilakukan Yono adalah sebuah hal yang penting. Karena secara umum, komunikasi sangat bergantung pada isyarat verbal dan juga non-verbal. Dengan menutupi sebagian wajah kita menggunakan masker, efek McGurk akan memperlihatkan kebenarannya. Berbicara tanpa melihat bibir dan sebagian wajah adalah sesuatu yang cukup menyulitkan. Memang kita masih bisa menggunakan mata dan telinga untuk memahami apa yang sedang dibicarakan saat sebagian besar wajah tertutup, namun menurut teori ini, hal tersebut terkadang memberikan hasil yang tidak akurat. Masker (menutupi sebagian wajah) dalam teori McGurk disebut menyulitkan orang untuk mengetahui isyarat non-verbal yang biasanya berisi pesan emosional.

Bagaimana Mengurangi Efek McGurk saat Menggunakan Masker?

Beberapa komunikasi intens dan emosional saya sebut di awal akan sangat terganggu dengan menggunakan masker. Namun, bukan berarti dengan itu kita harus melanggar protokol kesehatan. Efek McGurk sejatinya dalam berbagai penelitian dapat diminimalisir dengan memaksimalkan bagian-bagian tubuh yang terlihat. Mata, alis, tangan dan tulang belakang (yang mengontrol badan) adalah bagian yang dapat kita maksimalkan untuk dapat maksimal menyampaikan pesan saat berbicara. Baru-baru ini Jurnal Schizophrenia Research menyebut terdapat tiga bagian tubuh yang dapat membuat komunikasi tetap efektif saat menggunakan masker, yaitu alis, tangan dan gerakan badan

(Mehta dkk., 2020). Alis bisa mewakili keterkejutan kita dan ketika membentuk “V” dia akan menyampaikan kemarahan. Orang dengan gangguan pendengaran menggunakan alis untuk membaca pesan emosional lawan bicaranya. Untuk mengekspresikan ketertarikan dan memberikan penekanan, kita bisa menggunakan gerakan tangan. Sedangkan gerakan badan dapat menunjukkan banyak hal tentang perasaan. Seperti membungkuk saat berada dalam tekanan, sedangkan tegak menunjukkan tingkat waspada dan ketegangan.

Banyak yang mengira bahwa percakapan hanyalah urusan indera pendengaran. Nyatanya, percakapan adalah salah satu bentuk komunikasi yang membutuhkan tiga hal sekaligus, yaitu penglihatan, pendengaran dan pengamatan. Setidaknya inilah yang dikatakan Magnotti dan Michael Beauchamp, dua orang ahli saraf dari *Baylor College of Medicine* di Texas dalam sebuah penelitiannya yang dipublikasikan di Jurnal *PLOS Computational Biology*. Menggunakan masker dalam percakapan yang melibatkan emosi, akan sangat menyulitkan. Kita kemungkinan akan kehilangan sebagian atau keseluruhan penekanan emosional seseorang, apakah dia sedang sedih, gembira, terpesona atau bahkan marah (Magnotti & Beauchamp, 2017). Jika kita kehilangan pesan emosional, kemungkinan kita juga akan melakukan respon yang keliru. Itulah mengapa tindakan Yono dalam kasus di atas bisa jadi adalah sebuah hal penting bagi dirinya. Bisa jadi dia tidak menggunakan masker dengan sempurna karena sedang terlibat percakapan yang intens dan emosional dengan istrinya.

Sumber Bacaan:

Magnotti, J. F., & Beauchamp, M. S. (2017). A Causal Inference Model Explains Perception of the McGurk Effect and Other Incongruent Audiovisual Speech. *PLOS Computational*

Biology, 13(2), e1005229. <https://doi.org/10.1371/journal.pcbi.1005229>

McGurk, H., & Macdonald, J. (1976). Hearing lips and seeing voices. *Nature*, 264(5588), 746–748. <https://doi.org/10.1038/264746a0>

Mehta, U. M., Venkatasubramanian, G., & Chandra, P. S. (2020). The “mind” behind the “mask”: Assessing mental states and creating therapeutic alliance amidst COVID-19. *Schizophrenia Research*, 222, 503–504. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2020.05.033>

Tiippana, K. (2014). What is the McGurk effect? *Frontiers in Psychology*, 5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00725>

BIODATA PENULIS



Akhmad Mukhlis adalah pengagum sepakbola yang kebetulan menjadi kolumnis dan dosen Psikologi di Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Ayah dari 4 Anak Kelahiran Rembang Jawa Tengah ini juga merupakan *founder* Komunitas Dulinan Malang. Korespondensi sila hubungi akhmadmu@uin-malang.ac.id