

PENTINGNYA BUDAYA MENGHARGAI DALAM KELUARGA

Budi Andayani

Interaksi antar manusia terjadi pada dasarnya adalah karena adanya saling ketergantungan. Seseorang tidak akan dapat memenuhi kebutuhannya sendiri tanpa ada orang lain, apalagi jika kebutuhan tersebut adalah kebutuhan sosial yang banyak disebut-sebut dalam psikologi sebagai salah satu kelompok motif yang mendasari perilaku manusia. Oleh karena itu, manusia disyaratkan mempunyai berbagai keterampilan sosial agar dapat memenuhi kebutuhannya, dan di lain pihak, menjadi sumber pemenuhan kebutuhan orang lain.

Satu perilaku yang dibutuhkan dalam interaksi interpersonal adalah perilaku memberikan penghargaan. Perilaku ini akan sangat penting karena melalui perilaku ini banyak kebutuhan dapat dipenuhi baik pada pihak orang lain, mau pun pihak diri sendiri meski secara tidak langsung.

Salah satu kebutuhan manusia, sebagaimana disebut-sebut oleh teori-teori motivasi, adalah untuk dihargai. Kepuasan seseorang akan dirinya salah satunya bersumber dari pemuasan kebutuhan untuk dihargai ini. Kebutuhan ini adalah kebutuhan yang menurut teori Maslow (Cofer & Appley, 1964) termasuk dalam kelompok kebutuhan akan harga diri (*esteem needs*). Kebutuhan ini dijabarkan sebagai "...kebutuhan akan reputasi atau prestise (disebut sebagai rasa hormat atau *esteem* dari orang lain), status, dominasi, pengakuan, perhatian, mendapat pengakuan, dibutuhkan, dan apresiasi." Menurut Maslow pemenuhan kebutuhan ini akan membawa "perasaan percaya diri, berguna, kuat, dan mampu."

Pemenuhan kebutuhan untuk dihargai merupakan suatu proses yang melibatkan umpan balik sehingga dengan demikian membutuhkan orang lain. Seseorang dalam interaksinya dengan orang lain akan mendapat umpan balik positif atau negatif, atau bahkan tidak mendapat umpan balik samasekali, akan perilakunya. Umpan balik ini akan memberikan gambaran pada diri seseorang akan posisinya dalam kelompok, manfaat dirinya dalam kelompok, dan tentang baik-buruknya diri seseorang dalam kelompoknya.

Gambaran yang terbentuk dari umpan balik ini akan membantu pembentukan konsep diri seseorang. Umpan balik, dalam kehidupan seseorang akan datang mengikuti setiap perilakunya. Seseorang akan mengevaluasi berbagai umpan balik yang diterimanya. Selanjutnya, dari berbagai umpan balik yang dia terima dia akan mempersepsi kecenderungan umpan balik tersebut. Jika umpan balik yang diterimanya cenderung positif maka gambaran diri yang terbentuk pun akan cenderung positif pula, sehingga ia merasa berharga, diakui sisi positifnya oleh kelompoknya. Sebaliknya, umpan balik yang cenderung negatif akan membentuk gambaran diri yang negatif pula pada diri seseorang, kecuali orang tersebut dapat secara positif menanggapi umpan balik yang negatif. Orang yang tidak mendapat umpan balik samasekali akan berkembang menjadi orang yang tidak punya kebanggaan tentang dirinya, tidak mempunyai orientasi hidup, dan merasa tidak berharga. Dengan demikian, seseorang yang konsep dirinya tidak memuaskan dirinya, akan merasa tidak puas pula dengan dirinya sendiri.

Umpan balik, jika ditinjau dari teori belajar kondisioning operan (Kimble, Garnezy & Zigler, 1980), dapat menjadi penguah bagi suatu perilaku. Selanjutnya, jika penguah tersebut dipersepsi sebagai sesuatu yang menyenangkan maka perilaku yang mendapat penguah cenderung akan diulangi lagi. Apabila seseorang mendengar dirinya dinilai "hebat" maka ia akan mempunyai kebanggaan pada dirinya dan kemudian akan mempertahankan "kehebatannya" tersebut. Perlu dicatat, bahwa cerita tentang "kehebatan" belum tentu merupakan cerita dari sisi positif seseorang. Seseorang yang sering mendengar dia diceritakan dari sisi kebajikannya, akan bangga dengan kebajikannya tersebut. Tetapi seseorang yang mendengar dia dibicarakan tentang perilaku tidak wajarnya, mungkin saja menjadi bangga dengan ketidak-wajarannya, apalagi jika cerita tentang kehebatannya dari sisi baik jarang didengar. Misalnya, seorang supir *angkot* yang mengemudikan kendaraannya dengan cepat, berzig-zag, dan mendahului kendaraan lain dengan berani mendengar kondektornya berkata "...*wuuuhh!*". Bagi supir ini ungkapan yang sederhana tapi diucapkan dengan tekanan yang penuh arti dimaknai sebagai penghargaan terhadap keberaniannya. Tentunya supir ini akan bangga dengan "kejagoannya" mengendarai dan mempertahankan caranya mengemudikan kendaraannya.

Uraian di atas menunjukkan bahwa konsep diri seseorang yang terbentuk berdasarkan umpan balik dari lingkungan, dapat menjadi positif atau negatif. Konsep diri yang terbentuk pun akan menjadi dasar perilaku seseorang, cara orang tersebut menghadapi situasi kehidupannya.

Keluarga adalah organisasi sosial pertama bagi seorang anak. Interaksi dalam keluarga akan membuat anak belajar bersosialisasi, berhubungan dengan orang lain yang nantinya akan dia bawa keluar ke organisasi yang lebih besar yaitu sekolah dan masyarakat. Keluarga sebagai tempat anak tumbuh dan berkembang sudah seharusnya lah memberikan fasilitas yang optimal bagi anak-anak. Hal ini termasuk dalam hal pembentukan konsep diri anak, yang kemudian akan terkait dengan harga diri dan kepercayaan diri anak.

Keluarga, dalam fungsinya membentuk konsep diri anak, mempunyai suatu instrumen yang sebagaimana disebutkan di atas adalah memberikan umpan balik dan salah satunya adalah dengan memberikan penghargaan. Nolte (Nuryoto, 2002) mengungkapkan bahwa anak yang mendapatkan penghargaan akan berkembang menjadi orang yang mampu memberikan penghargaan. Dengan demikian, anak seperti ini mempunyai keterampilan sosial yang dibutuhkan dalam interaksi sosial yang lebih luas pula. Namun demikian, tidak jarang ditemukan keluarga yang tidak memanfaatkan instrumen ini.

Penulis, dalam konseling kasus anak, sering menjumpai kasus yang menurut interpretasi tes grafis dikatakan anak "merasa tidak berarti, membutuhkan pengakuan". Anak-anak dan remaja yang mengalami masalah seperti ini pada umumnya perilakunya "nakal", memberontak, mengikuti kemauan sendiri, atau justru pasif, tidak percaya diri, mempunyai ketergantungan yang cukup tinggi. Sebagai contoh adalah kasus Ardi (nama samaran), kelas III SD. Ia dikeluhkan nakal, susah diatur, prestasi belajar buruk. Kecenderungan Ardi melakukan tindak agresif cukup besar. Arti, kelas III SD, mau menang sendiri jika di rumah, tetapi di sekolah dia tidak berani berbuat apa-apa, merasa tidak bersemangat, keinginannya berubah dengan cepat misalnya mau les piano dan setelah dituruti bermalas-malasan mengikutnya, minta baju baru yang setelah dibeli karena selernya sendiri hanya dipakai satu kali saja. Cindy, kelas V SD, dikeluhkan kurang dalam bersosialisasi, semaunya sendiri, hasil belajar sangat rendah. Kasus lain adalah Nisya, kelas V SD. Ia cenderung regresif, lebih menyukai sosialisasi dengan anak-anak yang usianya di bawah dia, tidak terampil secara sosial, suka ngambek dan harus dituruti kemauannya. Yudha, kelas III SMU, tidak menyukai kegiatan sosial di kampungnya, tidak berani ikut bimbingan belajar jika satu-satunya teman dekatnya tidak ikut. Rozak seorang mahasiswa tahun ke dua merasa apatis, tidak bergairah dan bingung tidak tahu apa yang dia inginkan (informasi merupakan data yang diperoleh dari konseling masalah anak yang dilakukan penulis di Unit Konsultasi Psikologi Fakultas Psikologi UGM, 1998-2002).

Kasus-kasus di atas pada eksplorasi lebih lanjut mengarah pada rendahnya harga diri, konsep diri yang tidak positif, dan kepercayaan diri yang rendah. Klien sering "unjuk gigi" di lingkungan rumah tetapi tidak berdaya di lingkungan sekolah. Kemungkinan lain adalah klien menjadi "hebat" dalam kenakalannya tetapi "tidak ada apa-apanya" dalam bidang akademis.

Penulis berminat untuk mengeksplorasi lebih lanjut mengenai kasus-kasus anak seperti disebutkan di atas dengan menanyakan pada orangtua, bagaimana respon mereka ketika anak melakukan sesuatu yang "baik", atau kapan mereka memberikan umpan balik yang positif yang dapat berupa pujian atau penghargaan pada anak-anak mereka. Tidak sedikit orangtua yang terhenyak atau tersipu-sipu menyatakan bahwa mereka merasa **belum pernah** memberikan pujian pada anak.

Mengapa hal ini terjadi? Alasan pertama yang banyak dikemukakan oleh orangtua adalah tidak adanya perilaku yang patut dipujikan. Orangtua merasa bahwa memberikan pujian haruslah ketika anak menunjukkan perilaku yang mengandung nilai prestasi. "*Bagaimana ya...dia selama ini belum pernah menunjukkan prestasi yang dapat dipuji...*" Sementara itu, anak yang bermasalah ini perilakunya lebih sering mengarah pada hal-hal yang negatif, tidak disukai orangtua, dan menjengkelkan sehingga orangtua tidak melihat prestasi yang perlu dipujikan pada anak, justru selalu mendapatkan omelan dan kemarahan.

Alasan ke dua orangtua adalah kekhawatiran anak akan menjadi besar kepala jika mendapat pujian dan tidak lagi mau berusaha. Pernyataan ini memberikan gambaran bahwa anak memang sudah mempunyai prestasi, tetapi orangtua tidak merespon secara positif. Hal ini juga memberikan gambaran bahwa prestasi yang dipujikan cenderung hanya yang bersifat akademis, tidak mencakup hal-hal lain dalam kehidupan anak.

Alasan ke tiga adalah **orangtua berasal dari keluarga yang tidak pernah** memberikan pujian. Hal ini dapat saja dilatarbelakangi oleh alasan ke dua di atas, sehingga "budaya" memuji memang tidak ada. Seorang ibu mengatakan: "*...saya memang dari keluarga yang tidak pernah memuji. Kedua orangtua saya adalah guru dan bagi mereka prestasi belajar yang bagus adalah keharusan...*" Akibat dari hal ini adalah orangtua tidak mampu secara "otomatis" memberikan pujian.

Alasan ke empat adalah orangtua merasa hidupnya dahulu penuh dengan penderitaan dan kerja keras sehingga perilaku anaknya sekarang belum memenuhi standar untuk mendapat pujian. Anak yang hidupnya mendapat fasilitas yang lebih baik "seharusnya" akan berusaha lebih baik untuk masa depannya. Padahal, anak yang

mempunyai fasilitas baik justru merasa tidak perlu "berjuang" untuk mendapatkan apa yang diinginkannya.

Alasan ke lima adalah tidak adanya pujian akibat orangtua terlalu disibukkan oleh stres mereka sendiri. Orangtua seperti ini lebih terfokus pada diri sendiri dan emosional sehingga anak dihadapi dengan sikap "harus menurut" atau "tidak bikin ulah". Sikap seperti ini menyebabkan orangtua lebih peka terhadap perilaku nakal anak dibanding perilaku positifnya.

Alasan-alasan di atas adalah alasan yang sering ditemui dalam konseling. Namun tidak sedikit pula orangtua yang menegaskan bahwa mereka telah memasukkan pujian dalam cara mereka mengasuh anak. Penulis menggali lebih lanjut tentang bagaimana pernyataan orangtua dalam memberikan pujian. Contoh dapat dikemukakan di sini:

"Nah, kalau nilaimu begini 'kan baik. Kalau kamu terus belajar dan nilaimu selalu begini 'kan kamu bisa mencapai cita-citamu..."

Pernyataan ini diucapkan ketika anak menunjukkan hasil ulangannya yang lumayan. Pernyataan lain adalah:

"Kalau nilaimu bagus senang toh? Kamu bisa menjadi seperti orang-orang pintar itu..."

Pernyataan seperti di atas memang sudah dapat dikatakan sebagai perilaku memberi pujian. Namun dari pernyataan tersebut tampak bahwa orangtua "tidak sabar" dan menuntut anak untuk mencapai suatu standar tertentu. Penulis menyebutnya sebagai "pujian dengan pesan sponsor", suatu pujian yang tidak tulus ditujukan semata-mata untuk memuji, tetapi diselipi tuntutan atau nasihat. Apabila anak sudah paham dengan "apa" yang ada di balik sebuah pujian, ia akan lebih merasa bahwa selama ini ia belum memenuhi standar orangtuanya, dan merasa usahanya tidak berarti apa-apa bagi orangtuanya.

Kadang-kadang kekakuan formulasi pujian seperti di atas disebabkan orangtua tidak tahu bagaimana formulasi sebuah pujian, dan kurang spontan dalam memberikan pujian. Akibatnya kecenderungan yang muncul adalah pujian diberikan dengan kalimat yang panjang, dan celakanya, justru membawa orangtua pada kecenderungan menyelipkan "pesan sponsor" tersebut.

Kalau pun sudah ada, pujian kadang-kadang menjadi suatu strategi untuk memanipulasi anak. Ada seorang ibu yang mengamati bahwa putranya mempunyai sifat *bombongan*, setelah mendapat pujian anak itu pasti mau melakukan apa saja yang diperintahkan. Si Ibu memanipulasi anak dengan memberikan pujian agar anak

melakukan apa yang diinginkan si Ibu, tetapi si Ibu "lupa" memberikan pujian lagi setelah si anak melakukan perintah ibunya. Pada kasus ini anak kemudian belajar apa artinya "menyuap" demi mendapatkan apa yang diinginkannya.

Keadaan seperti ini apalagi jika anak lebih banyak porsi mendapat celaan, omelan, kritikan, atau kemarahan daripada pujian, tentunya tidak akan banyak memberikan umpan balik yang positif bagi anak.

Dari uraian di atas tampak bahwa ternyata memberikan penghargaan melalui pujian belum menjadi kebiasaan bagi banyak keluarga. Tidak adanya kebiasaan ini menyebabkan orangtua memujikan anaknya ketika mereka menceritakan "kehebatan" anaknya pada orang lain. Dengan kata lain, orangtua tidak memuji anak secara langsung atau anak tidak mendengar sendiri pengakuan atas "kehebatannya". Ada orangtua yang menyatakan:

"...waktu itu kami bertanya-tanya, kok dia tidak seperti biasanya, mau membantu ibunya mengatur belanjaan di almari..."

Kedua orangtua ini sebenarnya sudah mengamati adanya perubahan perilaku atau munculnya perilaku positif pada putri mereka. Namun hal itu tidak segera diumpan-balikkan pada putri mereka.

Uraian dan contoh-contoh kasus di atas menunjukkan bahwa masalah kebiasaan menghargai belum menjadi budaya pada keluarga, terutama keluarga yang sedang mempunyai masalah dengan perilaku anaknya. Tidak ada atau tidak terbentuknya budaya saling memuji dapat ditinjau dari sisi arti memuji itu sendiri. Memuji atau menghargai pada dasarnya adalah sebuah pengakuan akan superioritas orang lain. Pengakuan semacam ini di lain pihak sebenarnya adalah pengakuan akan inferioritas diri dalam bidang yang sama. Padahal, seperti dikatakan Maslow (Confer & Appley, 1964), setiap manusia mempunyai kebutuhan akan *esteem* yang tingkat pemenuhannya juga akan berbeda-beda. Mereka yang kurang terpenuhi kebutuhan *esteem*nya, akan merasa terancam "kekuatan"nya ketika melihat kelebihan orang lain. Akibatnya, orang tersebut akan berusaha menjaga *esteem*nya dengan melakukan tindakan yang berusaha menonjolkan sisi buruk orang lain (meniadakan pengakuan terhadap kelebihan orang lain). Dengan kata lain, orang tersebut menjaga *esteem*nya dengan cara "menjelek-jelekan" orang lain.

Menghargai atau memuji adalah bagian dari pola asuh orangtua. Satir (Goldenberg & Goldenberg, 1985) menyatakan bahwa orangtua meletakkan *esteem* mereka pada anak-anak mereka. Tidak ada orangtua yang ingin tampak buruk sebagai orangtua, sehingga mereka cenderung menuntut anak-anak agar memenuhi standar

mereka dan, dengan demikian, menjaga *esteem* mereka sebagai orangtua. Standar perilaku bagi anak-anak, yang tentunya sedang dalam proses tumbuh dan berkembang, akan mendasari cara orangtua dalam berinteraksi dengan anak-anaknya. Standar yang terlalu tinggi sehingga anak-anak mengalami kesulitan untuk mencapainya akan menyebabkan orangtua selalu merasa kecewa terhadap penampilan anak-anak mereka. Situasi seperti ini akan lebih banyak diikuti oleh komunikasi yang sifatnya mencela dan menuntut, sementara itu penghargaan dan pujian akan menjadi "barang yang mahal."

Tidak munculnya perilaku saling menghargai atau memuji dalam keluarga dapat juga dipengaruhi oleh budaya. Koentjaraningrat (1985) menyebutkan bahwa mengekspresi afeksi secara terbuka antara suami dan isteri adalah hal yang "saru" dalam budaya Jawa. Jika penghargaan dan pujian merupakan suatu cara untuk menunjukkan perhatian dan afeksi secara verbal, maka perilaku semacam ini pun akan sulit dimunculkan dalam interaksi suami-isteri. Penelitian Koentjaraningrat memang dilakukan pada tahun '80an ke bawah sehingga tampaknya tidak relevan dengan budaya sekarang ini. Namun demikian, budaya tersebut menjadi relevan jika generasi sekarang dididik oleh orangtua-orangtua yang tidak ekspresif dalam menunjukkan perhatian dan afeksinya. Orangtua generasi sekarang tidak mempunyai model dan pembiasaan dalam mengekspresikan afeksinya sehingga mereka tidak mempunyai keterampilan tersebut ketika menghadapi anak-anak mereka sendiri.

Dari uraian di atas tampak bahwa perilaku menghargai dan memuji sangat berarti dalam perkembangan anak, dan bahwa ternyata perilaku ini masih menjadi hal yang langka pada banyak keluarga. Oleh karena itu, penulis merasa perlu menyadarkan para orangtua akan pentingnya belajar memuji.

Belajar memuji mencakup pengamatan yang jeli terhadap perilaku anak sehingga orangtua dapat dengan segera dan spontan memberikan pujian. Pengamatan perilaku ini juga perlu diperluas pada berbagai sisi kehidupan anak, tidak hanya seputar prestasinya saja. Di samping itu, orangtua perlu mengevaluasi standar yang dipatokkan. Pujian dapat diberikan pada perilaku dari yang paling mudah kemudian meningkat ke yang lebih rumit. Sebagai contoh, pujian diberikan ketika anak tidak bertengkar dengan adik selama 10 menit, dan kemudian meningkat sampai dengan jika anak dapat mengajak adiknya bermain secara kooperatif untuk waktu 10 menit. Pernyataan pujian yang diberikan pun jelas menunjuk pada perilaku yang memang ingin diberi penghargaan, bukan dalam pernyataan umum, misalnya: "*kamu memang pandai...*" tanpa menunjukkan di mana letak kepandaiannya.

Sebagai penutup, penulis ingin menekankan bahwa belajar saling memuji dan membentuk budaya memuji dalam keluarga bukanlah suatu hal yang merugikan. Asalkan memuji dilakukan dengan tulus pujian akan dapat dimaknai sebagai pemberian perhatian, dan kemudian diyakini oleh orang yang dipuji sebagai suatu "kebenaran" tentang dirinya sehingga konsep diri yang positif dapat terbentuk.

DAFTAR PUSTAKA

- Cofer, C.N. & Appley, M.H. 1964. *Motivation: Theory and Research*. New Delhi: Wiley Eastern Limited.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. 1985. *Family Therapy: an Overview*. 2nd ed. Pacific Grove, Ca.: Brooks/Cole Publishing Company.
- Kimble, G.A., Garnezy, N. & Zigler, E. 1980. *Principles of General Psychology*, 5th ed. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Koentjaraningrat, R.M. 1985. *Javanese Culture*. Singapore: Oxford University Press.
- Nuryoto, S. 2002. *Transisi Remaja dan Masalahnya. Pidato Ilmiah Lektor Kepala*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.