

Pentingnya Membangun Kepercayaan Diri dan Harga Diri Anak Dalam Keluarga

Asmat Purba, Yonce

Dosen Teknik Informatika Politeknik TEDC Bandung

asmatpurba805@gmail.com

Konselor Konseling Keluarga di Bandung

ibuyonce619@gmail.com

ABSTRAK

Artikel ini membahas pentingnya membangun kepercayaan diri dan harga diri anak dalam keluarga. Pendekatan yang dilakukan membahas isu ini ialah pendekatan psikologis, teologis, reflektif dan aplikatif. Setelah membicarakan pemikiran para psikolog, penulis menguraikan bagaimana membangun harga diri anak secara sehat menurut Alkitab, tujuannya agar keluarga dapat memerankannya dalam membangun kepercayaan diri dan harga diri anak mereka. Hambatan-hambatan dalam membangun kepercayaan diri dan harga diri anak dibahas juga, khususnya pengaruh orang tua dan lingkungan hidup anak. Pada bagian akhir, artikel ini membahas usulan bagi peningkatan pendidikan dalam keluarga khususnya bagaimana membangun kepercayaan diri dan harga diri anak.

Kata Kunci: *membangun, kepercayaan diri, harga diri, sehat, anak, keluarga*

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri dan harga diri anak diperoleh sejak masa kanak-kanak. Bagaimana orang tua memperlakukan anak, bagaimana mendidik anak, bagaimana keteladanan yang orang tua berikan, bagaimana pujian dan teguran diberikan, hal-hal tersebut adalah bagian dari pembangunan kepercayaan diri dan harga diri dalam diri seorang anak. Usia kanak-kanak disebut sebagai *golden age* atau usia emas, artinya orang tua memiliki kesempatan emas untuk membangun kepercayaan diri dan harga diri anak dengan baik. Orang tua memegang peranan utama dan penting dalam pendidikan tersebut. Orang tua yang sehat harga dirinya akan mampu membangun kepercayaan diri dan harga diri anak-anak mereka. Hal senada dikemukakan oleh Adventrianis dan Nainggolan bahwa orang tua adalah pendidik pertama dan utama dalam konteks keluarga dan menjadi penentu kualitas anak dalam dimensi spritualitas, sosial, emosi, kepribadian dan lainnya (2020:45-57). Itu sebabnya pasangan

suami-istri yang akan memasuki rumah tangga diharapkan sudah mengalami pemulihan gambar dirinya agar kelak ketika akan membesarkan anak, mereka dapat memberikan yang terbaik bagi anak-anak mereka. Nainggolan dan Harefa dalam artikelnya mengemukakan bahwa apabila sebuah keluarga telah memahami teori dan praktik spritualitas pernikahan Kristen, maka mereka dapat menjadi orang tua yang berdampak positif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak secara utuh, khususnya dalam kepercayaan dan harga diri anak (2020, 1-15).

Tulisan ini membicarakan bahwa keluarga memiliki andil yang besar dalam rangka membangun kepercayaan diri dan harga diri anak. Membangun kepercayaan diri dan harga diri anak membutuhkan pengetahuan psikologi anak dan juga teologi. Pengetahuan itu didapat dari belajar secara otodidak maupun lewat bangku sekolah. Selain pengetahuan psikologi anak, dalam rangka membangun kepercayaan diri dan harga diri anak membutuhkan campur tangan Allah. Pertanyaan pokok yang mengarahkan keseluruhan pemikiran dalam tulisan ini ialah: Bagaimanakah sepatutnya orang tua Kristen membangun kepercayaan dan harga diri anak agar mereka menjadi anak-anak yang sehat jasmani dan sehat rohani? Langkah-langkah apa saja yang penting/harus dilakukan? Jawaban yang akan dikemukakan adalah supaya keluarga dapat berfungsi sebagai sekolah untuk membangun kepercayaan dan harga diri anak dengan baik bahkan dapat membangun kehidupan yang sehat, kreatif dan positif dalam menghadapi berbagai persoalan hidup yang datang menerpa seperti bencana virus corona saat ini dengan berpedoman pada ajaran Alkitab dan berfokus kepada Allah. Tugas dan panggilan keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu sangat signifikan mengingat keluarga adalah persemaian bagi anak-anak. Keluarga adalah instrumen hikmat Allah bagi anak-anak.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah metode kualitatif yang bersifat deskriptif, dengan studi literatur (*library research*). Pengumpulan data dilakukan secara bertahap dan melalui studi dokumen oleh peneliti dengan melakukan penelusuran dan penggalian terhadap jurnal, laporan penelitian, dan buku-buku Psikologi Kristen dan tulisan para pakar Pendidikan Kristen yang terkait dengan topik yang sedang diteliti. Hal ini bermanfaat untuk membangun konsep tentang kepercayaan diri dan harga diri anak. Jika selanjutnya ada data yang kurang relevan atau tidak sesuai, peneliti masih bisa menggunakan data utama dan pendukung lain yang ada (Nainggolan dan Labobar, 2021: 117).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Kepercayaan Diri dan Harga Diri

Kepercayaan diri adalah hal yang sangat indah, yang menguatkan kita untuk menghadapi hidup dengan keberanian, keterbukaan dan kejujuran. Orang Kristen dengan kepercayaan diri yakin bahwa mereka dicintai, berharga, dan aman dalam rencana Tuhan bagi hidup mereka. Saat kita merasa aman, kita akan lebih mudah melangkah keluar dan mencoba hal-hal baru, walaupun mungkin kita membuat beberapa kesalahan di sepanjang perjalanan. Kepercayaan diri memungkinkan kita untuk bergerak maju sambil mengharapakan kesuksesan dibanding sambil mengkhawatirkan kegagalan. (www.jawaban.com>2007). Sedangkan harga diri adalah pandangan keseluruhan individu tentang dirinya sendiri. (www.kompasiana.com, 2015). Arti 'harga diri' oleh Kamus Besar Bahasa Indonesia disebut sebagai kesadaran akan berapa besar nilai yang diberikan kepada diri sendiri. (lektur.id). Kepercayaan diri adalah sesuatu yang menguatkan dalam menghadapi hidup dan harga diri adalah pandangan keseluruhan individu tentang dirinya. Jika keduanya digabungkan maka hal kepercayaan diri erat kaitannya dengan harga diri. Kepercayaan diri didukung oleh harga diri.

Kepercayaan Diri dan Harga Diri Dimulai dari Keluarga

Heath mengatakan: Janin bukan sekedar segumpal daging pada tubuh ibu. Janin itu mempunyai identitas sendiri, dan sejak dahulu kala diakui sebagai pribadi dalam pertimbangan hukum. Janin itu luar biasa. Sekalipun terkurung dan terbatas ruang geraknya, perkembangan dan kegiatannya luar biasa. Kita perlu menimbang beberapa keistimewaan jasmani janin. Janin dapat bergerak sendiri atas kehendaknya sendiri. Kalau tidak senang ia bergerak dan memberikan isyarat yang keras. (Heath, 1995). Agnes Maria Layantara mengemukakan bahwa janin sudah memiliki identitas sendiri dan dapat menerima masukan dari luar. ...ibu-ibu yang pada masa hamil menerima kehamilan itu dengan perasaan berat dan tidak menerima kehadiran bayi mereka dengan sukacita, maka bayi itu akan lahir dengan perasaan tertolak. Jika tidak segera dipulihkan, anak itu kelak akan tumbuh menjadi seorang pemberontak, agresif atau sebaliknya, sangat tertutup dan tidak mampu mengasihi dan menerima kasih. Disadari atau tidak oleh si anak, sebenarnya batin anak ini sudah terluka karena penolakan yang dilakukan orang tuanya semasa kandungan. (Layantara, 2001). Tidak semua keluarga menyadari bahaya penolakan sejak dari kandungan. Apalagi saat ini sedang pandemi Covid-19, dimana banyak keluarga bekerja dari rumah, sehingga suami-istri lebih banyak bersama-sama dan mungkin ada janin di dalam kandungan ibu yang tidak mudah diterima karena alasan sudah banyak anak atau alasan lainnya. Setelah membaca artikel ini, diharapkan pasangan suami istri tidak menolak janin mereka.

Lebih dalam lagi dikemukakan Heath dengan mengatakan bahwa hal-hal yang menunjang kelahiran anak yang sehat jasmani dan mental ialah:

Pertama, ibu bersikap positif menantikan kelahiran anak.

Kedua, sang ayah banyak hadir di rumah dan bersikap penuh kasih mesra dengan istrinya.

Ketiga, musik yang dimainkan tenang, kalau musiknya ribut, bayi bisa lahir sudah *nervous* (gugup).

Keempat, ibu harus bijaksana dalam segala hal, termasuk menjaga keseimbangan diet.(Heath, 1995). Menurut penjelasan ini, berarti bila melakukan hal yang berlawanan, maka bayi yang akan lahir akan merasa terganggu dengan sikap ibunya yang negatif, merasa kurang dikasihi oleh ayah dan ibunya, menjadi gugup, dan fisiknya pun tidak seimbang. Dengan demikian diharapkan anak lahir memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang baik.

Tahap-tahap Perkembangan Anak: Kebutuhan versus Krisis

Stanley Heath mengetengahkan bahwa masalah yang paling penting pada waktu anak memasyarakat ialah supaya dilayani oleh ibunya sendiri. Wanita yang terdekat akan dikenal sebagai ibu sejatinya. Anak kecil belum mengerti hubungan keluarga secara biologis. Ia hanya tahu bahwa orang tertentu merawat dan melindunginya. Orang itu 'ibunya'. Kenyataan ini tidak boleh dianggap sepele. Dinamika pergaulan ini membentuk kepribadian anak, dan dengan demikian berdampak besar kepada kebahagiaan keluarganya pada kemudian hari. Banyak sekali orang lanjut usia menyesali hubungan yang longgar dengan anaknya, sesuatu yang dimulai dengan menyerahkan anak balitanya untuk ditangani orang lain sewaktu kecil. Dalam lubuk hatinya, anak tidak akan merasa bahwa itu ibunya. Ia tidak merasa bertanggung jawab untuk meringankan kesepian ibu atau ayah biologisnya pada masa tua mereka. Merelakan anak dirawat orang lain mengurangi kebahagiaan anak pula. Andaikata pada kemudian hari babu (*baca: Asisten rumah tangga*) anak tadi diberhentikan dan diganti orang lain lagi, berarti anak kehilangan 'ibu'. Harga dirinya hancur. Ia merasa dirinya seorang anak buangan yang tidak dikasihi 'ibunya'. Buktinya, ibunya (pembantu anak) pergi meninggalkan dia. Peristiwa semacam ini dapat berbekas dalam jiwa anak sepanjang hayatnya, merupakan cacat jiwa yang mewarnai seluruh hidupnya. Kalau sudah terjadi lebih dari dua atau tiga kali, bisa saja anak ini menutup dirinya, takut mendekati kepada siapa pun, karena tidak mau disakiti lagi. (Heath, 1995)

Setiap orang dalam setiap tahap pertumbuhan pasti memiliki kebutuhan. Anak-anak juga demikian, mereka memiliki kebutuhan-kebutuhan sesuai tingkatan usianya. Apabila kebutuhan itu tidak terpenuhi dengan sempurna, mungkin mereka tidak terlalu bermasalah. Jika tidak terpenuhi sama sekali, pasti menimbulkan masalah dalam pertumbuhan

selanjutnya. Tidak semua anak-anak hidup dalam kesempurnaan dimana mereka selalu memperoleh kebutuhan di setiap tahap usianya. Ada banyak anak-anak yang berada dalam krisis, misalnya anak-anak yang yatim piatu, atau anak-anak yang diasuh oleh ibu tiri/bapak tiri, anak-anak yang terlantar yang setiap hari hidup di jalanan, trauma perang, korban AIDS, pelecehan seksual, buruh anak, dan masih banyak contoh lainnya. Bagaimana masa depan anak-anak yang hidupnya selalu krisis? Mereka lebih banyak terluka daripada bahagia. Mungkin masa depan mereka sudah hancur? Penulis mencoba menelusuri perjalanan hidup di masa lampau, penulis lebih banyak berada dalam krisis itu. Tidak mudah mengubah diri ini meskipun sudah menempuh berbagai jenjang pendidikan. Menyesali masa lalu tidak akan pernah selesai. Penulis hanya mensyukuri semua perjalanan hidup itu karena Tuhan sudah memilih penulis untuk mengalami pengalaman itu untuk suatu maksud yang baik. Untuk lebih jelasnya kita dapat melihat tabel yang dibuat oleh B.S. Sidjabat (Sidjabat, 2008) tentang tahap perkembangan dari seorang pakar Psikologi bernama Erik H. Erikson seperti berikut ini:

Tabel 1.2. Tahap Perkembangan Erik H. Erikson

Tahap	Periode	Tugas Perkembangan	Hasil Perkembangan	Keutamaan
1	Bayi (0-2 th)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keterikatan sosial 2. Pematangan fungsi indra-motorik 3. Kecerdasan senso-motorik dan kausalitas primitif 4. Permanensi objek 5. Perkembangan emosi 	Kepercayaan dasar (<i>Trust</i>) versus Ketidakpercayaan (<i>Mistrust</i>)	Harapan (<i>Hope</i>)
2	Kanak-Kanak (2-4 th)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perluasan daya gerak 2. Permainan dan fantasi 3. Pengembangan bahasa 4. Pengendalian diri (<i>Self-control</i>) 	Kemandirian (<i>autonomy</i>) versus Rasa malu dan Ragu-ragu (<i>Shame and Doubt</i>)	Prakarsa/ Kehendak (<i>Will</i>)
3	Pra-Sekolah (4-6 th)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi peran seks 2. Perkembangan awal moral 3. Bermain dalam kelompok 4. Perkembangan harga diri 	Inisiatif (<i>Initiative</i>) versus Rasa Bersalah (<i>Guilt</i>)	Tujuan (<i>Purpose</i>)
4	Anak SD	<ol style="list-style-type: none"> 1. Persahabatan (<i>Friendship</i>) 	Ketekunan	Kemampuan

	(6-12 th)	2. Penilaian Diri (<i>Self-evaluation</i>) 3. Pola pikir konkret (<i>Concrete operational</i>) 4. Belajar ketrampilan (<i>Skill learning</i>) 5. Bermain sebagai tim (<i>Team play</i>)	(<i>Industry</i>) versus Rendah Diri (<i>Inferiority</i>)	n (Competence)
--	-----------	--	---	-------------------

Tahap-tahap perkembangan ini mudah dimengerti. Setiap orang dapat mengenal dirinya melalui tabel di atas. Mungkin tidak ada yang sangat sempurna dimana seorang anak selalu memperoleh kebutuhan dari orang tuanya. Penulis yakin bahwa Tuhan memberikan kepada kita sejumlah pengalaman hidup agar ketika kita menjadi orang tua, kita dapat memperbaiki pola asuh anak-anak kita di masa kini dan di masa mendatang.

Paul D.Meier dkk, menjelaskan bahwa pada setiap perkembangan anak dalam teori sosial-emosional Erikson, anak diperhadapkan pada dua pilihan yang mungkin. Meskipun pilihan yang positif lebih disukai daripada negatif, Erikson percaya bahwa idealnya orang yang dewasa secara psikologis mencapai sifat pertama dalam jumlah yang lebih besar, tetapi juga sifat kedua sejauh tertentu. Paul mengutip Clarke-Stewart dan Fein, 1983 yang mengemukakan bahwa Erikson menekankan bahwa masalah utama masa bayi adalah percaya atau tidak percaya. Jika anak-anak melekat pada ibu mereka dan karena itu merasa yakin akan kehadiran dan perhatiannya, mereka cenderung akan mengembangkan ikatan yang kuat yang membuat mereka merasa aman dan ramah pada waktu kemudian. Jika ibu mereka tidak bisa dijadikan sebagai tempat bergantung, pada akhirnya anak-anak itu menjadi sangat tergantung dan tidak mempercayai orang-orang yang ada di sekitarnya. Meskipun semua anak kadang-kadang melekat pada orang lain, anak-anak yang melekat terlalu berlebihan sampai masa prasekolah, terutama jika mereka melekat pada setiap orang, hal itu mungkin karena mereka tidak memiliki tempat melekat yang aman pada masa bayi. Riset terbaru menekankan pentingnya anak-anak melekat pada seseorang untuk perkembangan sikap percaya, meskipun anak-anak bisa melekat pada ibu pengganti atau bahkan mungkin pada beberapa orang sekaligus.

Lebih lanjut Paul Meier mengemukakan bahwa selama masa belajar berjalan, fokus anak tertuju pada sikap mandiri atau malu. Anak yang berusia dua atau tiga tahun menginginkan kebebasan (beberapa ahli memandang masa ini sebagai masa remaja pertama), dan anak-anak harus diberi kebebasan sejauh tertentu. Kecenderungan beberapa orang tua adalah bereaksi terhadap keinginan anak untuk mandiri dengan kendali berlebihan, yang

cenderung menimbulkan rasa malu yang berlebihan pada anak itu. Hal ini mungkin bisa terus dibawa sampai masa dalam bentuk kekhawatiran yang berlebihan terhadap apa yang dipikirkan orang lain tentang dirinya. Erikson memandang inisiatif versus rasa bersalah sebagai masalah terpenting selama tahun-tahun prasekolah. Rasa bersalah mengacu pada pelanggaran patokan-patokan internal yang dipertentangkan dengan rasa malu yang merupakan pelanggaran terhadap patokan-patokan eksternal. Erikson menekankan bahwa kita harus mendorong inisiatif dalam diri anak pada usia ini dan menghindari hal-hal yang membuat anak-anak merasa bersalah secara berlebihan, yang akan dibawa sampai masa dewasa. (Meier, 2004).

Pentingnya Penghargaan Diri Yang Sehat Sejak Usia Dini

Sebuah tulisan dari seorang editor buku “Anak Dalam Krisis” Phyllis Kilbourn berkata begini: Anak-anak hadir dalam aneka ragam bentuk, ukuran dan warna kulit. Mereka memiliki kegembiraan, pikiran, harapan dan mimpi yang berbeda. Allah telah merencanakan secara unik tiap-tiap anak dengan citranya sendiri-sendiri, menciptakan masing-masing sebagai suatu berkas kemampuan yang menggairahkan. Ia juga telah merencanakan masa kanak-kanak sebagai suatu masa khusus untuk memelihara bakat-bakat serta kemampuan-kemampuan yang diberikan Allah kepada mereka. Dengan bantuan dan dorongan keluarga, teman-teman dan anggota-anggota keluarga yang besar, anak-anak seharusnya merasakan masa kanak-kanak sebagai suatu masa untuk menemukan pribadi mereka seperti yang dikehendaki Allah. (Kilbourn, 1996).

B.S.Sidjabat seorang pakar pendidikan Kristen mengetengahkan satu aspek penting lagi sebagai kebutuhan dan pergumulan anak usia ini ialah penerimaan dan penghargaan diri (*self-esteem*). Kalau pada waktu berusia 2-4 tahun anak bersikap “keras kepala” untuk mewujudkan kehendaknya, pada usia ini anak lebih bersedia mendengar, mengamati, melihat apa yang dikatakan dan dilakukan orang lain. Pada waktu anak banyak melakukan eksplorasi untuk menemukan banyak hal di luar dirinya atau di luar rumah karena naluri inisiatifnya, ia membutuhkan pengakuan dan dukungan orang tua, pengasuh, bahkan dari teman sebaya. Semangat anak untuk mencoba-coba aktivitas baru akan lebih bertumbuh ketika orang tua menaruh perhatian atau minat. Misalnya dengan mengatakan: “Wah, bagus sekali yang kamu kerjakan ini! Apakah kamu bisa memberitahu Mama bagaimana melakukannya?” Kalau dalam tindakan penyelidikan itu justru ia mendapat hambatan dan kritikan bahwa yang dikerjakan itu salah dan didiamkan, anak menyadari dirinya tidak bersikap dan bertindak seperti yang diharapkan. Artinya penghargaan orang tua atau pengasuh atas dirinya dirasakan

buruk. Perasaan kesal, kesepian dan tidak berarti dapat terjadi karena pengalaman itu (Sidjabat, 2008).

Akibat Tidak Memiliki Kepercayaan Diri dan Harga Diri Pada Anak

Tidak memiliki kepercayaan diri dan harga diri berarti anak sedang mengalami krisis kepercayaan diri dan harga diri. Artinya anak tersebut sedang mengalami sakit psikis yang masih mungkin dipulihkan. Jika masih ada kesempatan untuk mengubah pola hidup dalam keluarga, anak-anak akan mengalami pemulihan. Stanley Heath penulis buku Psikologi Yang Sebenarnya, Seorang dewasa merupakan akibat pendidikan dan pengarahan yang diberikan di bawah usia remaja. Bahkan banyak kasus yang kita hadapi dalam hal psikologi konseling merupakan kelangsungan dari masalah-masalah yang belum terselesaikan di bawah tangan orang tua. (Heath, 1997). Masalah yang belum terselesaikan itu sudah menjadi krisis di usia selanjutnya. Seandainya persoalan masa lalu bisa diulang mungkin masih bisa diperbaiki kembali, namun hal itu mustahil. Masa kini masih dapat dipulihkan walaupun memakan waktu yang lama, di dalam Tuhan Yesus selalu ada harapan untuk pulih. Yesus berkata: “Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu”. (Mat.11:28).

Agnes Maria Layantara menjelaskan dalam bukunya, pengenalan dan penerimaan diri merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang tidak dapat ditawar lagi. Kurangnya pemenuhan terhadap kebutuhan ini akan berdampak pada seluruh aspek kehidupan manusia, terutama dalam pertumbuhan rohani dan jiwanya. Padahal, pengenalan dan penerimaan diri seseorang sangat bergantung pada konsep dirinya sendiri. Dengan kata lain, manusia dapat mengenali dan menerima dirinya tergantung dari konsep terhadap dirinya sendiri. Gambaran mental seseorang tentang diri sendiri terhadap apa yang dialaminya. Apa yang dialami seseorang, pengalaman buruk atau menyenangkan, akan membentuk konsep diri orang itu. Jika seseorang dalam hidupnya mengumpulkan lebih banyak hal yang positif dibandingkan dengan hal negative, maka orang itu cenderung memiliki kehidupan yang produktif serta mengalami suka cita dan kepuasan. Sebaliknya, jika lebih banyak hal negatifnya, maka orang itu cenderung tidak dapat mengalami kepuasan dalam hidupnya. Ia melihat dirinya pada cermin yang keliru. Ia tidak peduli betapa hebat keadaan dirinya ataupun prestasi yang sudah dicapainya. (Layantara, 2001).

Mengembangkan Harga Diri Yang Sehat

Citra diri atau harga diri yang sehat berasal dari pendidikan keluarga dan pendidikan itu disampaikan hingga membentuk konsep diri positif dalam diri anak. Paul Meier dkk

mengemukakan pada umumnya orang dalam berbagai cara, sepanjang hidup mereka telah diberi tahu bahwa mereka kurang hebat. Pesan ini bisa bersifat verbal atau pun non-verbal, sengaja atau tidak sengaja. Pesan ini menghambat perkembangan kesan harga diri yang kuat. Tanpa kesan harga diri semacam itu orang tidak akan mengalami kehidupan yang menyedihkan, tetapi juga tidak akan mampu mencapai potensi yang ditetapkan Allah untuk mereka penuhi. Anak-anak muda mudah menerima kesan bahwa mereka kurang hebat karena secara fisik mereka lebih kecil daripada orang dewasa di sekitar mereka. Ketika mereka pergi ke sekolah, perhatian selalu dipusatkan pada kesalahan yang mereka perbuat. Faktor-faktor ini mempersulit perkembangan konsep diri yang sehat. Faktor utama dalam perkembangan harga diri adalah pengaruh dari system nilai orang tua. Tidak peduli apapun yang dikatakan orang tua, perhatian mereka biasanya terletak pada materi, atletik, penampilan yang bagus, inteligen, atau kemanusiaan, dan bukan pada karakter kesalehan.

Pertama, Materialisme. Mendasarkan harga diri kita pada kekayaan merupakan dosa. Meskipun beberapa tokoh Alkitab yang paling saleh adalah orang yang sangat kaya di bumi dalam hal materi – seperti Abraham, Ishak, Yakub, Ayub, dan Daud – harga diri mereka di dasarkan pada iman mereka kepada Allah.

Kedua, Pendidikan. Beberapa orang menekankan rangking yang tinggi dan nilai yang sempurna dalam tes. Tekanan pada pendidikan, meskipun penting, pada beberapa keluarga terlalu berlebihan.

Ketiga, Atletik. Harga diri anak muda sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka dipandang oleh teman sebaya. Atletik bisa menghancurkan harga diri bahkan mengajarkan nilai-nilai sisopatik. Jika ayah bermain *baseball* dengan anak-anaknya, apakah ia memuji mereka ketika melakukan sesuatu dengan benar, atau apakah ia tetap diam ketika mereka memukul atau menangkap bola dan mengkritik mereka jika gagal? Pelatih yang sehat secara emosional membantu mengembangkan karakter anak-anak muda.

Keempat, Penampilan. Jutaan orang Amerika mengalami perasaan rendah diri karena membandingkan cacat fisik mereka, baik yang nyata maupun khayalan, dengan kelebihan fisik orang lain. Baik untuk laki-laki maupun perempuan, system nilai yang salah ini dipelihara terus-menerus jika gadis kecil dipuji berulang-ulang karena kecantikannya, atau anak laki-laki kecil dipuja karena ketampanannya, tetapi mereka tidak pernah dipuji atas hal yang lain. Tidak ada salahnya untuk kadang-kadang memuji anak-anak atas penampilan mereka yang cakap, tetapi merupakan hal yang tidak sehat secara psikologis untuk memuji penampilan mereka yang baik dengan mengorbankan hal-hal penting lainnya, seperti ciri pembawaan yang salah. Beberapa orang tua bahkan menyombongkan penampilan anak

mereka yang cakap kepada orang lain di depan anak mereka. (Meier, 2004). Berdasarkan keempat penjelasan ini, kepercayaan diri dan harga diri bukan dibangun atau diperoleh atas dasar kekayaan materi, bukan karena keberhasilan dalam pendidikan, bukan karena prestasi seseorang atletis, dan bukan juga karena penampilan yang tampan dan cantik.

Lebih lanjut Meier mengatakan mendasarkan harga diri pada kekayaan merupakan dosa. Paulus berkata bahwa ia mengalami keadaan berkelimpahan atau kemiskinan, popularitas atau penghinaan; tetapi ia mendasarkan harga dirinya pada hubungannya dengan Allah sehingga ia sanggup berkata, “Aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan” (Flp.4:11). Sama halnya, Kristus berkata, “Tetapi carilah dahulu Kerajaan Allah dan kebenarannya, maka semuanya itu akan ditambahkan kepadamu” (Mat.6:33). Kehidupan di bumi merupakan ziarah yang bersifat sementara. Mengembangkan karakter yang saleh lebih penting daripada mengejar uang. (Meier, 2004).

Bagaimana seharusnya orang Kristen memandang dirinya? Banyak orang mendefinisikan harga diri sebagai “perasaan layak dan berharga yang berasal dari kepandaian, prestasi, status, sumber daya keuangan, atau penampilan yang dimiliki seseorang.” Harga diri semacam ini dapat menyebabkan seseorang merasa independen, sombong dan memuja diri sendiri, yang pada akhirnya menumpulkan keinginannya untuk mencari Allah. Orang Kristen mendapatkan martabat dan harga dirinya melalui hubungan yang benar dengan Allah. Kita bisa tahu kalau kita sangat berharga karena Allah telah membayar kita dengan mahal melalui darah anak-Nya Yesus Kristus. (www.gotquestions.org)

Keluarga Kristen Harus Membangun Kepercayaan Diri dan Harga Diri Anak

Mengapa keluarga Kristen harus membangun kepercayaan diri dan harga diri pada anak mereka? Bukankah hal itu tumbuh dengan sendirinya dalam keluarga? Tidak! Kepercayaan diri dan harga diri harus dibangun, karena tidak terjadi secara alamiah, juga tidak turun dari langit atau bawaan dari lahir seorang anak, tetapi orang tua harus memperjuangkan melalui latihan-latihan dalam keluarga. Ada kalanya orang tua gagal melaksanakannya dan mungkin juga berhasil. Dalam sebuah artikel Badan Pendidikan Kristen Penabur mengemukakan: Anak-anak dengan harga diri tinggi umumnya akan menjadi lebih sukses dalam hidup. Sebagai orang tua, membangun kepercayaan diri dan harga diri anak merupakan tanggung jawab Anda (*baca: orang tua*). Anak-anak dengan harga diri tinggi memiliki kepercayaan diri untuk mencoba aktivitas baru dan merasa bangga dengan pencapaiannya. Ada banyak hal yang dapat Anda lakukan untuk membuat anak

merasa percaya diri dan kompeten. Berikut delapan cara membangun kepercayaan diri dan harga diri anak.

Pertama, Cintai anak Anda tanpa syarat. Setiap anak harus percaya bahwa apapun yang mereka lakukan, berhasil atau tidak, orang tua mereka akan tetap menyayangi mereka dan akan terus ada untuk mereka. Pertimbangkan pengaruhnya terhadap harga diri seorang anak ketika mereka yakin bahwa mereka hanya dicintai ketika mereka berperilaku dengan cara tertentu atau mencapai hasil tertentu.

Kedua, Bantu anak untuk menetapkan tujuan yang ingin dicapai. Beberapa hal yang lebih bermanfaat bagi harga diri daripada kesuksesan. Bekerjalah dengan anak untuk mendapatkan tujuan ini. Mulailah dengan tujuan yang mudah dicapai. Beri anak Anda rasa sukses dan kepercayaan diri yang menyertainya. Misalnya, tujuan yang baik untuk membujuk anak membersihkan kamar mereka.

Ketiga, Ajarkan ketekunan. Sukses dan ketekunan berjalan beriringan. Temukan keberanian pada anak Anda untuk menjadi gigih dan Anda menunjukkan kepada mereka bagaimana menjadi sukses. Puji anak Anda saat mereka menghadapi tantangan yang sulit dan jangan menyerah! Salah satu cara dapat membantu anak adalah dengan memberikan contoh yang baik. Tunjukkan pada mereka apa artinya bertahan.

Keempat, Beri anak Anda pilihan. Sulit untuk memiliki harga diri jika Anda tidak memiliki kendali atas hidup Anda sendiri. Untuk memberikan rasa pengendalian diri, berikan anak pilihan. Ini bisa sederhana memberi mereka dua pilihan untuk makan siang atau membiarkan mereka memiliki sepatu apa yang ingin mereka kenakan pada hari itu.

Kelima, Hindari kesempurnaan. Hindari anak untuk mencoba menjadi sempurna, semua manusia bahkan tidak akan bisa. Harga diri anak Anda akan terganggu ketika mereka menyadari bahwa mereka tidak pernah bisa sempurna. Tunjukkan pada anak bahwa Anda menghargai usaha dan kemajuan. Ini adalah tindakan yang dapat dicapai oleh siapa saja.

Keenam, Hindari memuji secara berlebihan. Anak tahu saat pujian Anda berlebihan. Berikan pujian saat waktunya anak dipuji. Juga, puji anak karena telah berusaha dengan baik. Perlu dicatat bahwa pujian yang berlebihan telah terbukti merusak kepercayaan diri anak daripada meningkatkannya.

Ketujuh, Biarkan anak mendengar Anda memujinya. Seorang anak mendapat dorongan besar untuk harga diri mereka ketika mereka mendengar orang tua memuji mereka kepada orang dewasa lainnya. Anak-anak Anda selalu memperhatikan. Gunakan itu untuk keuntungan Anda.

Kedelapan, Jaga diri baik-baik. Merawat diri sendiri dengan baik juga menunjukkan kepada anak bahwa Anda penting. Mereka akan percaya bahwa mereka penting dan harus menjaga diri mereka sendiri juga. Anda dapat mencontohkan bagaimana menjadikan diri mereka sebagai prioritas. Membangun kepercayaan diri dan harga diri anak bukanlah hal yang mudah, meskipun Anda sudah menyekolahkan di sekolah terbaik. Namun, sebagai orang tua, Anda perlu berjuang lebih keras untuk mendidik calon pemimpin di masa depan! (Penabur, 2020)

Lebih lanjut B.S.Sidjabat mengemukakan, di rumah, pendidikan juga berlangsung, yakni dari orang tua kepada anak. Dalam konteks khusus ini, pendidikan terlaksana melalui pengajaran, pemberitahuan, nasihat, disiplin, percontohan hidup dan interaksi kebersamaan. Perkara penting yang ditransfer orang tua kepada anaknya ialah nilai-nilai hidup. Termasuk ke dalamnya nilai iman dan kepercayaan, nilai uang atau materi, nilai relasi dan kebaikan. Di masyarakat kita juga dapat belajar banyak. Misalnya, ketika menghadiri upacara adat-istiadat, atau ketika menyaksikan suatu peristiwa kecelakaan, tentulah ada perkara yang menjadi masukan informasi bagi diri sendiri. Pendidikan dengan corak demikian dapat disebut bersengaja maupun tidak, dan sering dinamakan pendidikan informal. (Sidjabat, 1996). Dengan demikian orang tua tidak lagi memandang bahwa hanya di sekolahlah anak-anak memperoleh pelajaran, bukan hanya dari guru-guru Sekolah Minggu anak-anak memperoleh pengetahuan Alkitab, guru bukan satu-satunya sumber pengetahuan bagi anak melainkan orang tua juga.

Phyllis Kilbourn mengetengahkan Orang tua harus mengetahui pola perlindungan masa kanak-kanak berdasarkan Alkitab. Pemazmur mengingatkan kita bahwa anak-anak merupakan suatu pemberian-suatu warisan-dari Allah (Mzm.127:3). Tentunya Allah mengharapkan agar kita memelihara pemberian-Nya dengan hati penuh kasih: kasih seperti yang digambarkan oleh Paulus dalam 1 Korintus 13:7 yaitu:

Pertama, kasih selalu melindungi. Dalam rumah tangga yang sehat dimana hubungan antara anggota keluarga didasarkan atas kasih dan saling mempercayai, rasa harga diri anak-anak berkembang dan membentuk identitas mereka. Hubungan yang sehat juga memberi dasar bagi perkembangan pertumbuhan dan keutuhan jiwa. Dalam lingkungan seperti ini, anak-anak diberi perlengkapan untuk menemukan diri mereka seperti yang dikehendaki Allah. Dorongan-dorongan yang diberikan dan rasa harga diri yang ditanamkan di rumah menghasilkan anak-anak yang berbahagia yang dapat mempercayai dunia mereka, perasan mereka dan, akhirnya Allah mereka.

Kedua, Kasih selalu berharap, selalu menanggung segala sesuatu. Kasih orang tua kepada anak-anak membuat mereka mengharap yang terbaik bagi anak-anak mereka. Mereka tahu bahwa harapan-harapan itu membutuhkan kesabaran dalam melatih yang akan menyiapkan anak-anak mereka menjadi orang dewasa yang penuh tanggung jawab pada waktunya. Dengan bekerja bersama, orang tua mengajarkan ketrampilan yang mereka harapkan pada suatu hari bisa digunakan di rumah sendiri atau di tempat pekerjaan. Dalam latihan tersebut selalu ditekankan pentingnya rasa tanggung jawab dan bekerja sebaik-baiknya. (Kilbourn, 1996).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan di atas, maka penulis memberikan kesimpulan singkat sebagai berikut:

1. Kepercayaan diri dan harga diri pada anak-anak dalam keluarga harus dibangun oleh orang tua. Orang tua harus belajar mendidik anak dengan benar. Saat ini ada begitu banyak pelajaran yang dengan mudah diperoleh di gadget yang mereka punyai. Daripada menonton yang kurang berguna, maka lebih baik banyak belajar dari pakar psikologi dan teologi.
2. Kepercayaan diri dan harga diri anak perlu sehat agar anak-anak tidak tumbuh dalam kekeliruan terhadap kehidupan ini. Anak-anak memiliki tahap-tahap perkembangan yang harus diketahui oleh orang tua agar jangan secara sengaja atau tidak sengaja melahirkan krisis dalam diri anak.
3. Orang tua membutuhkan latihan mengembangkan harga diri yang sehat pada anak. Orang tua mesti belajar mempraktekkan cara membangun kepercayaan diri dan harga diri anak. Orang tua harus mengetahui pola perlindungan masa kanak-kanak berdasarkan Alkitab. Kasih selalu melindungi, kasih selalu berharap dan kasih menanggung segala sesuatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Daeli Adventrianis, Nainggolan, Alon Mandimpu (2020). Persepsi Jean Charlier De Gerson dan Tuhan Yesus Kristus Mengenai pendidikan agama kristen anak. *Montessori: Jurnal Pendidikan Kristen Anak Usia Dini*. Vol. 1 No. 2, h. 45-57. <https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/montessori/article/view/496/360>.
- Heat, W. Stanley (1995). *Psikologi Yang Sebenarnya*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Killbourn Phyllis, (1996). *Anak-anak Dalam Krisis: Suatu Komitmen Baru*. Judul Asli: *Children In Crisis: A New Commitment*. Penerbit: YPPI Batu-Malang Jawa Timur.
- Maria Layantara, Agnes (2001) *Luka Batin. Penyebab, Dampak dan Pertumbuhannya*. Yayasan Maranatha Krista
- Nainggolan, Alon Mandimpu, Harefa, Tirai Niscaya (2020). CHRISTIAN MARRIAGE SPIRITUALITY: Spiritual Values in Christian Marriage. *Diagesis: Jurnal Teologi*, Vol. 5 No. 1 (2020), h. 1-15. <http://sttbi.ac.id/journal/index.php/diagesis/article/view/28>. <https://doi.org/10.46933/DGS.vol5i1%25p>.
- Nainggolan, Alon Mandimpu, Labobar Feni Yuni (2021). Menggagas Penggunaan Benih dalam Perayaan Paskah: Analisis Biblikal Yohanes 12:20-26. *Epigraphe: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani*. Vol. 5 No. 1, h. 113-125. <http://www.stttorsina.ac.id/jurnal/index.php/epigraphe/article/view/239>. <http://dx.doi.org/10.33991/epigraphe.v5i1.239>.
- Sidjabat, B.S. (1996) *Strategi Pendidikan Kristen*. Yogyakarta: ANDI
- Paul D.Meier.M.D, Frank B.Minirth., Frank B.Wichern., Donald E.Ratcliff (2004) *Pengantar Psikologi dan Konseling Kristen 1 & 2*. Judul asli: *Introduction to Psychology and Counseling*. Yogyakarta, Penerbit Buku dan Majalah Rohani www.kompasiana.com/tyo2889. *Pentingnya Harga Diri* lektur id> arti kata harga diri di *Kamus Besar Bahasa Indonesia* www.gotquestions.org. *Bagaimana Seharusnya Orang Kristen Memandang diri?* www.gotquestions.org > Indonesia. (2021). *Bagaimana seharusnya orang Kristen memandang harga diri?*
- Badan Pendidikan Kristen Penabur (2020) bpkpenabur.or.id/news/blog>, 8 *Cara Membangun Kepercayaan Diri dan Harga Diri Anak*. www.jawaban.com/2007. *Percaya Diri Di Dalam Tuhan-Jawaban.com*