

Penerapan CBT Untuk Menangani Masalah Strict Parents Pada Siswa SMP Nurul Falah Kecamatan Silo

Safura Nazihah A.R¹, Rhesty Panca Mei S², dan Alifia Agustarika H³

SMK N 3 Jember

Email: rhestysaputri@gmail.com

Info Artikel

Korespondensi:

Safura Nazihah A.R
rhestysaputri@gmail.com

Keywords:

CBT, Strict Parents, Students

Abstrak:

Studi ini mengkaji anak yang menerima pola asuh otoriter dan pengaruhnya terhadap perilaku mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana anak merespons pola asuh otoriter serta dampaknya terhadap perilaku anak di SMP Nurul Falah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), melalui teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Data penelitian diperoleh dari seorang siswa yang menunjukkan permasalahan perilaku. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa dampak negatif pola asuh otoriter pada anak antara lain adalah kecenderungan untuk berbohong, memberontak, dan kurang peduli terhadap keluarga; kesulitan berkomunikasi dengan orang tua; kecenderungan memendam perasaan dan *overthinking*; kesulitan dan rasa takut dalam bertindak; preferensi untuk mencari kebebasan di luar rumah; potensi perilaku ekstrem; serta kecenderungan membolos dan mencontek; dan perasaan terpaksa dalam mematuhi perintah orang tua. Meskipun demikian, pola asuh ini diterapkan dengan maksud baik, yaitu agar anak menjadi lebih disiplin, berperilaku positif, serta menjaga nama baik diri sendiri dan keluarga. Namun, dari sudut pandang anak, pola asuh otoriter dianggap kurang sesuai, karena menimbulkan perasaan terbebani, terbatas, dan tidak nyaman. Hasil penelitian ini dengan penerapan CBT untuk menangani masalah Strict Parent Metode CBT telah menunjukkan efektivitasnya dalam menanggulangi beragam masalah strict parents yang dihadapi siswa SMP Nurul Falah Kecamatan Silo.

Abstract:

This study examined children who received authoritarian parenting and its influence on their behavior. The purpose of this study is to understand how children respond to authoritarian parenting and its impact on children's behavior in Nurul Falah Junior High School. This study uses a qualitative method with a Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach, through observation techniques, in-depth interviews, and documentation. The research data was obtained from a student who showed behavioral problems. The findings of the study show that the negative impact of authoritarian parenting on children include the tendency to lie, rebel, and lack of concern for the family; difficulty communicating with parents; a tendency to harbor feelings and overthink; difficulty and fear in acting; a preference for seeking freedom outside the home; potential for extreme behavior; as well as the tendency to skip and cheat; and feeling compelled to obey the orders of the elders. Nevertheless, this parenting style is applied with good intentions, namely so that children become more disciplined, behave positively, and maintain the good name of themselves and their families. However, from the child's point of view, authoritarian parenting is considered inappropriate, as it causes feelings of burden, limitation, and discomfort. The results of this study with the application of CBT to handle Strict Parent problems The CBT method has shown its effectiveness in overcoming various strict parent problems faced by Nurul Falah Junior High School students, Silo District.

PENDAHULUAN

Keluarga diartikan sebagai poros kekuatan utama dan tumpuan dalam memupuk ketangguhan serta kekuatan pada anak. Keluarga menjadi wadah yang pertama dan paling penting dalam proses Pendidikan bagi anak, karena keluarga bertanggung jawab penuh terhadap Pendidikan, perlindungan serta perawatan anak agar tumbuh kembang anak berjalan secara maksimal. Semua orang tuapasti menginginkan yang terbaik anaknya dan cara mereka memberikan pola asuh bagi anaknya akan berpengaruh besar bagi tingkah laku dan sikap anak nantinya. Berkaitan dengan hadits Nabi SAW. “Muliakanlah anak-anak kalian dan perbaikilah adab-adab mereka (HR. Ibnu Majah)”. Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam terbentuknya karakter anak, karena mereka di besarkan dalam keluarga, anak-anak akan memperoleh pemahaman tentang elemen social, seperti interaksi social, moralitas, dan etika yang semuanya akan sangat penting bagi masa depan mereka.

Seorang ibu mempunyai peran menjadi madrasatul ula atau pendidik utama bagi buah hatinya, seorang ibu memiliki peran yang sangat penting dan mulia. Peran seorang ayah tidak hanya mencakup pada pemberian nafkah berupa uang dan memenuhi kebutuhan anaknya, tetapi juga memberikan pengasuhan yang baik untuk membentuk kepribadian dan karakter yang baik bagi anak-anaknya nanti, karena ayah menjadi contoh dan panutan bagi keluarga. Oleh karena itu, keluarga di harapkan dapat mendidik anak-anak mereka secara moral untuk mempersiapkan mereka hidup di masa depan. Pola asuh atau parenting adalah komponen yang sangat penting dalam mempengaruhi perilaku anak. Pola asuh adalah cara orang tua mengajarkan dan mendidik perilaku anak melalui aturan, pengajaran, kasih sayang, contoh, pujian, dan *punishment*. Pola pengasuhan memiliki pengaruh besar pada kehidupan seseorang, mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Namun, para orang tua menerapkan pola asuh yang tanpa di sadari mengikuti pengalaman bahaya masa kecil mereka. Metode pengasuhan anak meliputi afeksi dan perhatian yang di berikan orang tua kepada anaknya, setiap interaksi antara orang tua dengan anak, dan Tindakan orang tua terhadap anak. Anak-anak belajar dari ayah, ibu, guru, dan lingkungan di sekitarnya. Namun, pendidikan yang paling penting di berikan oleh ayah dan ibunya. Membentuk anak yang cerdas saja tidak cukup, mereka juga harus memiliki kepribadian dan sikap yang positif, yang nantinya akan memunculkan karakter positif mereka.

Istilah *strict parents* yang belakangan ini marak di kalangan remaja dan di media sosial digunakan sebagai bentuk kritik terhadap pola asuh yang diterapkan oleh orang tua mereka. Orang tua yang tegas mengacu pada pola asuh di mana orang tua menetapkan aturan, batasan, atau tuntutan tertentu kepada anak mereka, serta mewajibkan anak untuk bertindak sesuai dengan keinginan mereka (1). Orang tua *strict parents* cenderung menggunakan otoritas untuk memastikan tuntutan mereka dipatuhi, mendukung pemberian hukuman sebagai cara untuk menegakkan aturan, dan memandang kepatuhan anak sebagai hal yang wajib dilakukan (2). Pola asuh ini memiliki tanda orang tua yang mempunyai sifat kaku, cenderung emosional, suka menghukum, bersifat mendikte anak (memerintah tanpa kompromi) dan bersifat menolak (3).

Dalam beberapa keluarga penerapan pola asuh yang ketat dari orang tua sangat penting karena beberapa faktor yang mempengaruhinya faktor- faktor tersebut sebagai berikut: faktor pendidikan, pendidikan merupakan komponen utama dan bagian terpenting dalam menerapkan pola asuh kepada anak. Orang tua yang berpendidikan tinggi pasti dapat membedakan cara yang baik

untuk mendidik anaknya. Sebaliknya, orang tua yang tidak berpendidikan tinggi atau kurang dalam segi pendidikan cenderung akan menerapkan pola asuh turun temurun dan tidak mengikuti perkembangan parenting pada saat ini. Selain itu, faktor ekonomi termasuk dalam faktor yang mempengaruhi terjadinya pola asuh otoriter atau *strict parents*. Beberapa orang zaman dulu banyak yang putus sekolah karena tidak memiliki biaya atau kekurangan dalam segi ekonomi. Jadi, ketika mereka dewasa dan menjadi orang tua, mereka belum cukup memiliki pemahaman yang baik tentang bagaimana mereka harus mendidik anak-anak mereka, sehingga banyak dari mereka yang menerapkan pola asuh orang tuanya terdahulu dalam mendidik anak-anaknya sudah sangat jelas jika mendidik anak zaman sekarang sangatlah berbeda dengan parenting yang diberikan pada anak zaman dahulu. Dari segi perkembangan zaman saja sudah sangat terlihat perbedaan karakter anak, lingkungan keluarga, serta lingkungan pertemanan antara anak zaman dahulu dengan anak zaman sekarang. Yang dimana tentu untuk memberikan Pendidikan atau parenting juga perlu adanya perubahan dari sebelumnya.

Ketika pola asuh yang *strict parents* diimbangi dengan sikap responsif dari orang tua (otoritatif), hal ini dapat memberikan dampak positif pada anak, seperti membantu mereka berkembang menjadi individu yang disiplin, bertanggung jawab, dan memahami batasan diri. Sebaliknya, jika *strict parents* disertai dengan sifat tidak responsif (otoriter) cenderung berdampak pada anak, terutama pada kesehatan mentalnya (2).

Latar belakang masalah kasus penelitian ini adalah klien sering menghabiskan waktu secara diam-diam di malam hari bersama teman-temannya. Klien melakukan banyak hal, seperti berbicara atau bercerita panjang lebar, biasanya tentang pelajaran, film, idola, atau pria yang ditaksir; menikmati suasana yang menyenangkan saat klien berada di luar rumah; dan melakukan hal-hal lainnya yang menurut klien menyenangkan. Klien sebenarnya tidak memiliki alasan untuk keluar malam; dia hanya ingin bermain dengan teman-temannya dan melepas penat. Salah satu alasan klien sering keluar rumah pada malam hari adalah rasa bosan. Klien sering mengalami frustrasi dan tekanan batin jika berada di rumah. Klien mungkin merasa tidak nyaman dan terganggu oleh peraturan yang dibuat oleh orang tuanya atau hubungan keluarga mereka. Klien sering keluar pada malam hari tanpa sepengetahuan orang tua karena orang tua mereka bekerja hingga larut malam. Meskipun tidak melakukan hal yang buruk, perilaku keluar malam ini pasti akan berdampak buruk pada klien. Keluar malam membuat klien tetap di rumah pada dini hari, yang mengurangi jam tidurnya. Akibatnya, mereka bangun kesiangan dan sering tertidur saat di kelas. Sering keluar malam tentu berdampak buruk pada kesehatan klien, yang menyebabkan klien sering tidak pergi ke sekolah karena sakit. Dan juga karena klien ini hidup di desa tak sedikit dari para tetangga yang menganggap klien ini anak yang tidak benar, anak yang nakal, sehingga klien juga merasa tidak nyaman berada di lingkungan rumahnya.

Undang-undang Nomor 35 Tahun 2014, khususnya Pasal 26 ayat 1, mengatur perihal perlindungan anak. Pasal ini menekankan bahwa orang tua memiliki kewajiban dan tanggung jawab untuk merawat, membesarkan, mendidik, dan melindungi anak, serta memfasilitasi perkembangan anak sesuai dengan potensi, bakat, dan minatnya. Bantuan dan motivasi yang diberikan oleh orang tua selama masa pertumbuhan dan perkembangan anak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kehidupan anak (4).

Generasi muda memegang peranan penting dalam keberlangsungan dan kemajuan sebuah bangsa, karena merekalah yang akan melanjutkan estafet kepemimpinan di masa mendatang. Oleh karena itu, orang tua memiliki tanggung jawab besar untuk memperhatikan berbagai aspek yang berkaitan dengan pendidikan dan pembinaan anak. Penerapan metode pengasuhan yang kurang sesuai berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap pembentukan karakter anak (5).

Berdasarkan perolehan observasi di desa Harjomulyo kecamatan Silo kabupaten Jember, terdapat remaja di suatu keluarga yang memperlihatkan sikap tertentu, misalnya sering berbohong, tidak betah dirumah, kurang terbuka dengan orang tua, memiliki adrenalin yang sangat tinggi terhadap apapun, cenderung tidak patuh terhadap peraturan yang berlaku di sekolah. Ini terjadi di karenakan beberapa faktor yakni, orang tua yang terlalu ketat, tidak memberikan dispensasi untuk besenang-senang dengan teman-temannya, dalam hal ini orang sama sekali tidak memberikan hak untuk menentukan pilihannya yang dimana ia diharuskan mengikuti semua pilihan dan keinginan orang tua tanpa terkecuali, tidak diberikan kepercayaan, sering kali dipersalahkan secara berlebihan, serta jarang memiliki komunikasi hangat dengan orang tua. Studi-studi sebelumnya yang menelaah perihal pengasuhan ketat (*strict parents*) mencakup riset dengan judul "Modifikasi perilaku kenakalan remaja dengan metode CBT dan terapi keluarga (6). Penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh *strict parents* dapat memengaruhi kualitas hubungan antara anak dan orang tuanya, termasuk anak yang tertutup terhadap orang tuanya, sering menghindari komunikasi dengan orang tuanya, kurangnya kepercayaan antara anak dan orang tuanya, dan seringnya berbohong kepada orang tuanya (7).

Pengasuhan dalam lingkungan keluarga inti, yang dijalankan oleh ayah dan ibu, memegang peranan krusial dan memberikan pengaruh signifikan terhadap tumbuh kembang anak. Istilah "pola asuh" merujuk pada relasi timbal balik antara anak dan orang tua dalam rangka memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani anak, termasuk memberikan afeksi, membangun rasa aman, serta menanamkan nilai-nilai kedisiplinan dalam perilaku dan pemahaman. Pengasuhan juga dapat diartikan sebagai suatu sistem atau pendekatan yang diterapkan untuk memfasilitasi anak berkembang menjadi pribadi yang selaras dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Salah satu maksud dari pengasuhan adalah membimbing anak-anak agar mampu mengendalikan diri dan bertindak sesuai dengan kaidah yang berlaku. Metode pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan karakter dan perilaku anak. Pendampingan yang dilakukan orang tua melalui penerapan pola asuh yang tepat merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan anak. Sadar atau tidak, pola asuh memiliki dampak signifikan pada perilaku dan perkembangan anak, baik secara positif maupun negatif, karena anak belajar berinteraksi dengan dunia melalui pola asuh tersebut dan Anak membentuk identitas diri mereka melalui pengalaman dan interaksi yang dilakukan bersama orang tua.

Orang tua berperan menjadi contoh utama bagi anaknya, anak akan meniru dari apa yang mereka lihat dan lakukan di rumah, oleh sebab itu orang tua harus memperlihatkan perilaku positif seperti berbicara menggunakan bahasa yang baik, kesabaran, serta menunjukkan rasa empati yang tinggi. Orang tua memiliki peran utama dalam mengajarkan nilai-nilai seperti kebenaran, berkata jujur, pantang menyerah, dan rasa hormat terhadap sesama. Disamping itu, memberikan *parenting* yang hangat serta penuh kasih sayang akan membuat anak-anak memiliki rasa aman, merasa dicintai serta dihargai. Menciptakan komunikasi yang terbuka antara orang

tua dan anak memungkinkan anak untuk memiliki pemahaman yang jelas tentang apa yang mereka butuhkan dan bagaimana mereka berperasaan. Orang tua juga harus mengajarkan anak akibat apa yang akan diperoleh dari tindakannya dengan memberikan batasan dan disiplin yang konsisten. *Parenting* yang mendukung bisa membantu anak menjadi orang yang tidak mudah minder, berempati, dan mandiri ketika mereka dewasa. Sebaliknya, pola asuh yang tidak mendukung dapat berdampak buruk yang signifikan pada pertumbuhan anak.

Secara umum pola asuh terdiri dari 3 jenis, diantaranya yakni pola asuh demokratis, otoriter dan permisif. (8) Pola asuh yang demokratis adalah pendekatan yang dimana kemandirian dan kreativitas anak selalu didukung secara penuh oleh orang tua, tapi tetap menetapkan aturan serta mengawasi perilaku mereka. (9) Pola asuh permisif merupakan cara mendidik di mana orang tua memberikan kebebasan terhadap perilaku anak. (10) Pendidikan ini bisa membuat anak susah mengendalikan sikapnya saat dewasa nanti dan jika menginginkan sesuatu maka harus terpenuhi. Pola asuh otoriter adalah cara pendidikan dimana orang tua berfokus pada aturan dan pengawasan terhadap anak-anaknya agar anak patuh dan taat pada perintah orang tua. (11) Pola asuh otoriter adalah pola pengasuhan di mana orang tua menekankan pengawasan ketat dan aturan untuk memastikan anak mematuhi segala perintah mereka.

Di era modern seperti sekarang ini, orang tua harus lebih siaga dalam melakukan pengawasan terhadap anak-anak mereka. Semakin berkembangnya zaman yang diikuti oleh teknologi yang semakin maju berpengaruh besar terhadap pertumbuhan, pergaulan dan perkembangan anak-anak, orang tua tidak boleh lengah dalam mengawasi anak-anaknya dan harus memiliki sifat liberal. Namun, orang tua juga tidak boleh untuk membatasi anak mengikuti perkembangan zaman. Seperti ungkapan Ali bin Abi Thalib ”didiklah anak-anakmu sesuai dengan zamannya, karena mereka tidak hidup di zamanmu”(12). Saat ini, dalam era globalisasi, anak-anak mudah terpapar pada berbagai pengaruh budaya, teknologi, dan informasi yang dapat mempengaruhi perkembangan mereka, (13) oleh karena itu, pola asuh yang tepat menjadi semakin penting untuk membantu anak mengembangkan kontrol diri dan nilai-nilai yang kuat.

Semakin berdampaknya pola asuh orangtua pada anak, perlunya peneliti menerapkan penelitian yang berdampak positif pada subjek, salah satu penerapan penelitian dengan memberikan intervensi berupa konseling dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*. (14) menunjukkan hasil penelitiannya bahwa *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* merupakan intervensi yang efektif untuk gangguan kecemasan remaja dengan keterlibatan orangtua. Lebih lanjut dalam (15) membandingkan efektivitas terapi berbasis orangtua dengan CBT tradisional untuk anak-anak dengan gangguan kecemasan, hasilnya menunjukkan bahwa intervensi yang melibatkan orangtua secara langsung dapat sama efektifnya dengan CBT konvensional. Pendekatan ini efektif dengan diperkuat dengan hasil penelitian (16) yang menunjukkan bahwa pendekatan CBT menekankan pada perubahan skema kognitif seperti tujuan, harapan hasil, dan keyakinan normatif tentang agresi.

Semua orang tua di muka bumi ini mengetahui bahwasannya cara pembimbingan yang di gunakan sudah sesuai dan terbaik. Sejumlah faktor dapat berdampak pada metode pengasuhan anak oleh orang tua, misalnya level edukasi orang tua, lingkungan masyarakat, adat istiadat, kedudukan sosial, riwayat dalam membesarkan anak, tekanan mental, dan relasi antara pasangan. Dari berbagai masalah tersebut, kami tertarik untuk menyelami lebih jauh mengenai pola asuh *strict parents* dengan mengambil judul “Penerapan CBT Untuk Menangani Masalah *Strict*

Parents Pada Siswa SMP Nurul Falah Kecamatan Silo”. Studi ini akan menelaah dampak pola asuh otoriter atau pengasuhan yang sangat ketat terhadap tingkah laku anak. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah: Bagaimana pengasuhan yang keras dapat memengaruhi perilaku anak. Dan, bentuk-bentuk perilaku apa saja yang timbul sebagai konsekuensi dari penerapan pola asuh yang demikian.

METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan metode penelitian kualitatif yang bersifat paparan. Metode ini bermaksud untuk mendeskripsikan dan memaknai objek penelitian secara apa adanya. Pada riset kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan dan analisis data. Penelitian ini berlokasi di desa Harjomulyo, kecamatan Silo, kabupaten Jember. Partisipan dalam studi ini adalah siswa berusia 13 tahun yang tinggal di wilayah penelitian. Data penelitian juga diperoleh dari sumber-sumber lain yang berkaitan dengan topik pengasuhan yang sangat ketat (*strict parents*). Studi ini menggunakan landasan teori *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), yang dicetuskan oleh psikiater Aaron T. Beck pada dekade 1960-an. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) adalah salah satu jenis terapi psikososial yang berfokus pada transformasi pola pikir negatif menjadi positif, dengan demikian perilaku negatif yang bersumber dari pola pikir yang keliru dapat diubah menjadi perilaku yang konstruktif. Observasi dilaksanakan untuk mengidentifikasi perilaku anak yang dipengaruhi oleh pola asuh yang keras (*strict parents*), selanjutnya dilakukan pemahaman dan analisis kebutuhan intervensi yang tepat bagi anak agar permasalahan yang dihadapi dapat segera diselesaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Strict Parents

Konsep *strict parents* belakangan ini kerap diperbincangkan di antara kaum muda dan tersebar luas di platform media sosial sebagai bentuk representasi kritik terhadap metode pengasuhan yang diimplementasikan oleh orang tua mereka. Contohnya di Dusun Sumber Lanas, Desa Harjomulyo, Kecamatan Silo, anak-anak yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan *strict parents* mendambakan otonomi serupa rekan-rekan sebaya mereka, tetapi enggan menyuarakannya kepada orang tua karena khawatir mendapat teguran.

Semua orang tua pasti menginginkan yang terbaik bagi putra-putri mereka, tetapi seringkali metode yang mereka terapkan sulit dipahami oleh anak. Kurangnya komunikasi yang jujur dan terbatasnya dialog dengan anak mengenai penetapan aturan tersebut menyebabkan anak merasa terbatas oleh aturan-aturan tersebut. Pemberian tuntutan yang berlebihan atau pembatasan terhadap aktivitas yang ingin dilakukan anak dapat memicu perasaan tertekan dan menghambat pengembangan minat dan bakat yang dimiliki anak. Dalam konteks pengasuhan, istilah *strict parents* merujuk pada orang tua yang menerapkan disiplin tinggi dan menetapkan harapan yang signifikan bagi perkembangan anak-anak mereka. Penekanan pada perilaku yang baik, pencapaian akademis, dan ketaatan terhadap aturan menjadi ciri khas gaya pengasuhan ini. Meskipun demikian, orang tua dengan pendekatan ini umumnya juga berupaya menjalin komunikasi yang baik dengan anak dan memberikan penjelasan logis terkait aturan yang

diberlakukan. Tujuan utama dari pola asuh ini adalah membentuk individu yang resilien dan siap menghadapi berbagai rintangan di masa depan.

Pada masa kini, peranan keluarga bagi perkembangan anak sangat krusial. Keluarga, khususnya orang tua, berfungsi sebagai model atau contoh bagi anak dalam berperilaku, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Seiring dengan kemajuan teknologi yang pesat, orang tua turut berperan penting dalam perkembangan pengasuhan dan pendidikan anak. Lingkup keluarga juga merupakan wahana utama bagi anak untuk pertama kalinya memahami dan mempelajari emosi, termasuk cara mengidentifikasi, mengalami, merespons, dan meluapkan emosi. Melalui interaksi di dalam keluarga, anak belajar mengutarakan isi hatinya dan mencontoh cara orang tua dalam merespons dan mengungkapkan emosi, baik dengan cara lisan maupun non-lisan. (Tari & Tafonao, 2019).

2. Akibat Pola Didik Otoriter pada Tabiat Anak

Pola asuh yang di berikan mempunyai pengaruh yang besar terhadap tingkah laku anak. Kontribusi ayah dan ibu memegang peranan krusial dalam perkembangan anak, mengingat ibu sebagai pendidik pertama dan ayah sebagai penentu arah dalam keluarga. Baik peran ibu maupun ayah sama-sama esensial dalam pembentukan karakter dan perilaku anak. Kerja sama yang sinergis antara ibu dan ayah dalam proses pengasuhan sangat diperlukan demi keberhasilan mendidik anak-anak menjadi individu yang berbudi pekerti luhur, beretika, dan resilien dalam menghadapi tantangan di masa depan.

Gaya pengasuhan yang ketat (*strict parenting*) tidak selalu berdampak positif, melainkan bergantung pada karakter dan pendekatan orang tua. Orang tua yang menerapkan pengasuhan ketat dengan otoritas yang kaku, menolak aspirasi anak, dan cenderung reaktif secara emosional, berpotensi menimbulkan dampak yang kurang baik bagi anak. Anak-anak dalam situasi ini cenderung menarik diri dari interaksi keluarga dan berpotensi mengembangkan sikap memberontak sebagai bentuk upaya untuk didengar. Sebaliknya, pengasuhan ketat yang diimbangi dengan responsivitas umumnya lebih dapat diterima oleh anak. Seiring waktu, anak akan memahami alasan di balik sikap ketat orang tua, yaitu demi kepentingan dan kebaikan mereka sendiri. Seperti yang terjadi di dusun Sumber Lanas, anak *strict parents* di dusun ini ada tidak menerima karena orang tuanya bertindak otoriter, tidak memberikan ruang untuk anak berpendapat dan cenderung emosional. Apalagi kakak laki-lakinya yang merasa harus melindungi adik perempuannya sehingga kakak nya ini sangat protektif terhadap adiknya melebihi orang tua nya. Anak-anak yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan yang ketat (*strict parenting*) cenderung menunjukkan penghormatan yang lebih besar kepada orang yang lebih tua dibandingkan dengan mereka yang tidak dibesarkan dengan gaya pengasuhan serupa, karena sejak usia dini mereka diajarkan etika dan kepatuhan terhadap orang tua. Beberapa anak yang diasuh dengan *strict parenting* juga menunjukkan prestasi akademik yang baik di sekolah, serta Tingkat otonomi dan kepatuhan yang lebih besar. Hal ini disebabkan oleh penerapan kebiasaan serta didikan sejak dini. Faktor penting lainnya yang berkontribusi pada pembentukan karakter positif anak adalah orang tua yang peka, terbuka terhadap komunikasi dengan anak, kerap memberi nasihat, selalu mensupport hal-hal positif yang kerjakan oleh anaknya.

Salah satu potensi dampak positif dari gaya pengasuhan yang ketat (*strict parenting*) adalah kontribusinya terhadap perkembangan moral anak. Sejak usia dini, anak membutuhkan arahan dari orang tua untuk membentuk moralitasnya, dengan tujuan mencegah keterlibatan dalam perilaku menyimpang di masa remaja. Di samping potensi manfaat tersebut, *strict parenting* juga dapat memunculkan konsekuensi negatif. Anak-anak mungkin menunjukkan resistensi terhadap kontrol yang berlebihan, misalnya dengan berbohong untuk memperoleh otonomi, melanggar peraturan secara sengaja, menunjukkan perilaku bermasalah di lingkungan sekolah, atau menyembunyikan informasi dari orang tua karena khawatir dimarahi atau tidak dipahami. Gaya pengasuhan ini juga dapat memengaruhi kemampuan anak dalam menghadapi kegagalan, karena tekanan untuk selalu sukses. Maka dari itu, orang tua wajib untuk menuntun anaknya agar belajar dari kesalahan dan tidak menetapkan ekspektasi kesuksesan yang konstan.

Orang tua yang menerapkan disiplin ketat seringkali menaruh ekspektasi yang tinggi pada anak-anaknya. Akibatnya, ketika anak bertindak di luar harapan atau menunjukkan perilaku yang dianggap kurang baik, orang tua cenderung meningkatkan pengawasan. Situasi ini berpotensi memicu perselisihan antara orang tua dan anak, karena anak merasa ruang geraknya sangat terbatas. Masa remaja merupakan fase krusial dalam pencarian identitas diri, di mana anak berusaha melepaskan citra kekanak-kanakan dan mendambakan kebebasan. Akan tetapi, jika orang tua masih berpandangan dan melihat anaknya sebagai putri kecil yang perlu terus diawasi, maka kesalahpahaman antara kedua belah pihak sulit dihindari. Situasi ini juga menyebabkan anak merasa enggan untuk berbagi masalah yang dialami dengan orang tua, yang pada akhirnya menghambat komunikasi di antara mereka. Proses mendidik anak yang dianggap sulit diatur memerlukan kehadiran orang tua yang mampu mendengarkan dan memahami perspektif anak. Interaksi yang positif dan dukungan yang konstruktif dapat memfasilitasi anak dalam mengatasi kesulitan dan berkembang menjadi individu yang tangguh dan bertanggung jawab. Anak yang digambarkan dalam ilustrasi tersebut dikategorikan sebagai anak yang menunjukkan perilaku menantang, sehingga ibunya menerapkan batasan yang cukup tegas dalam mendidiknya dengan tujuan mencegah pergaulan yang negatif dan perilaku yang melanggar norma, misalnya dengan membatasi interaksi sosial dan menuntut anak untuk memenuhi ekspektasi yang diinginkannya. Sedangkan nenek nya tidak terlalu memberikan aturan yang ketat kepada alfi sehingga kadang alfi merasa kesepian dan merasa tidak ada yang melindungi ketika sang nenek ini pergi ke rumah anak nya yang lain.

Selain sikap positif orang tua dan metode pengasuhan yang tepat, faktor lingkungan juga memengaruhi perilaku anak. Suasana yang mendukung berkontribusi pada pembentukan karakter anak agar selaras dengan kaidah dan ketentuan yang berlaku dalam konteks tersebut. Namun, jika lingkungan kurang memadai, sekalipun orang tua telah mengimplementasikan metode pembinaan dan pembelajaran yang tepat, capaiannya bisa jadi kurang maksimal. Aspek-aspek lingkungan ini mencakup edukasi, relasi sosial anak di ranah domestik maupun institusi pendidikan, norma-norma dan kultur masyarakat, dan sebagainya.

A adalah anak yang besar di lingkungan dan keluarga yang *sederhana*, lingkungan di rumahnya juga cukup acuh tak acuh sehingga tak jarang A pun merasa sendiri ketika ada di rumah, jadi A juga sering berbohong kepada orang tua nya. Lingkungan yang seperti ini berdampak pada sikap A yang di mana dia selalu mencari ketenangan nya di luar rumah dan ketika dia sudah ada di luar rumah dia juga enggan untuk kembali lagi ke rumah karena dia akan

mendapatkan aturan yang ketat lagi, dan pastinya akan merasa kesepian karena kurangnya komunikasi antara alfi dan juga orang tuanya. Orang tua A menerapkan disiplin yang sangat ketat dalam mendidik A, terutama terkait penampilan, interaksi sosial, pendidikan, dan moralitas. Walaupun tuntutan akan keberhasilan dan prestasi dapat membebani A, ia tetap berupaya memberikan yang terbaik bagi orang tuanya. Sebaliknya, orang tua A juga sebaiknya tetap memberikan dukungan, bahkan ketika A memiliki aspirasi yang berbeda dari harapan mereka, asalkan aspirasi tersebut masih berada dalam batasan yang positif.

Untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh alfi kami menggunakan metode pendekatan *Cognitive behavioural therapy* (CBT) yang dimana metode ini merupakan pendekatan terapi pertama yang berpusat pada proses berfikir dan kaitannya dengan keadaan emosi, perilaku, dan psikologi.

Terapi Perilaku Kognitif (CBT) berlandaskan gagasan bahwa seseorang mampu memodifikasi cara berpikirnya, yang berdampak pada perubahan kondisi emosionalnya. Metode CBT telah menunjukkan efektivitasnya dalam menanggulangi beragam masalah psikologis yang dihadapi individu. *Cognitive Behavior Therapy* memiliki kelebihan dibandingkan metode terapi lainnya, yaitu kemampuannya untuk memfasilitasi klien dalam mengidentifikasi pola pikir maladaptif, mereduksi pemikiran irasional, dan memodifikasi perilaku maladaptif. Terapi ini dianggap lebih unggul dibandingkan terapi kognitif yang hanya menitikberatkan pada perbaikan pola pikir yang salah tanpa diiringi perubahan perilaku klien. Gaya pengasuhan yang menekankan kedisiplinan terkadang dibutuhkan dalam membesarkan anak, misalnya dalam menanamkan disiplin waktu, pembentukan moral dan etika, serta kewajiban belajar baik di lingkungan sekolah, kegiatan keagamaan, maupun di rumah. Penerapan gaya pengasuhan ini secara tepat dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan anak. Komunikasi yang efektif juga berperan penting agar anak memahami alasan di balik aturan yang ditetapkan oleh orang tua di rumah. Dengan demikian, anak tidak hanya merasa dibatasi, tetapi juga merasakan kasih sayang dan perhatian. Sebagai contoh, A menceritakan bahwa ia memiliki aturan untuk tidak bepergian sendiri, bahkan untuk kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Ia harus didampingi oleh teman atau anggota keluarga, dan ia juga harus kembali tepat waktu.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan dengan tujuan mengubah perilaku klien yang memiliki kebiasaan keluar malam dari frekuensi awal yang bisa mencapai setiap hari menjadi bertahap hingga tiga kali seminggu dan akhirnya tidak lagi keluar malam dapat diuraikan sebagai berikut. Pada hari pertama, klien disarankan untuk mengalihkan keinginan keluar malam dengan melakukan aktivitas yang disukai, seperti hobinya menggambar. Akan tetapi, setelah berhasil menerapkan saran tersebut, klien hanya bertahan hingga pukul 21.00 dan kemudian mengajak temannya untuk keluar. Pada hari kedua, klien masih belum mampu mengendalikan dorongan untuk keluar malam. Pada hari ketiga, yang bertepatan dengan hari libur sekolah, kami memanfaatkan kesempatan ini untuk menganjurkan klien agar beristirahat atau menghabiskan waktu bersama keluarga dengan bercerita. Namun, klien tetap memilih untuk bermain di luar rumah hingga larut malam.

SIMPULAN

Metode pengasuhan merupakan pendekatan yang diterapkan orang tua dalam memberikan arahan, menyediakan kebutuhan, menanamkan nilai-nilai, dan menyampaikan berbagai informasi kepada anak. Secara umum, metode pengasuhan diklasifikasikan dalam tiga kategori, yaitu otoriter, demokratis, dan permisif. Semua keluarga menginginkan yang terbaik bagi anak-anaknya. Maka dari itu, pemilihan metode pengasuhan yang sesuai sangat penting untuk membentuk perilaku positif pada anak. Sebagai tambahan, sikap dan model yang dicontohkan oleh orang tua sebagai figur pendidik awal bagi anak-anak, didukung oleh lingkungan yang positif, akan semakin meningkatkan pembentukan akhlak dan identitas anak. Pengasuhan dengan penekanan pada kedisiplinan (sering disebut *strict parents*) adalah metode di mana orang tua menerapkan aturan yang tegas dengan tujuan menanamkan rasa bertanggung jawab, disiplin, dan keyakinan moral yang kuat pada anak-anak mereka. Orang tua dengan pendekatan ini umumnya menetapkan standar yang tinggi terkait prestasi akademik, kedisiplinan, dan tingkah laku.

Metode pengasuhan yang menekankan kedisiplinan (sering disebut *strict parenting*) dapat memberikan pengaruh yang beragam terhadap tingkah laku anak, bergantung pada cara penerapan orang tua, pemahaman anak, serta faktor-faktor lingkungan yang turut berperan. Apabila pendekatan ini diimbangi dengan sikap responsif dari orang tua, dampaknya cenderung positif, misalnya anak berkembang menjadi individu yang disiplin, rajin, memiliki kesadaran akan batasan diri, bermoral, dan bertanggung jawab. Akan tetapi, jika pendekatan ini didominasi oleh sikap otoriter yang tinggi, maka dapat menimbulkan konsekuensi negatif bagi anak, seperti perasaan kurang dicintai, kecenderungan untuk memberontak, berbohong, kurang terbuka dengan orang tua, berperilaku nakal, dan sengaja melanggar aturan sebagai bentuk upaya mencari kebebasan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adeyola, A. P., Septriani, T., & Haryati A. Remaja, Analisis Pola Asuh Strict Parents Terhadap Anak di Keluarga. 2024;5(1):95–103.
2. Sinarsi Meliala, Siska Dwi Ningsih IS. Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dengan Kemandirian Remajadi Sma Negeri 1 Singkohor kabupaten Aceh SingkiL. 2021;2:12–18.
3. Ilham. L. Dampak Pola Asuh Otoriter Terhadap Perkembangan Anak. Islam EduKids, \ <https://doi.org/1020414/iek.v4i25976>. 2022;4(2):63–73.
4. Endang Hadiati¹, Sumardi² SM. Emosional Anak 4-5 tahun di RA AL-ISHLAH: Pola Asuh Otoriter dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak 4-5 Tahun di RA AL-ISHLAH. Early Child J Pendidik. 2021;5(2):68–79.
5. Mardiah, L. Y., & Ismet S. Dampak pengasuhan otoriter terhadap perkembangan sosial anak. JCE (Journal Child Educ. 2021;5(1):82–95.
6. Wijaya DC. Modifikasi Perilaku kenakalan remaja dengan metode CBT dan terapi keluarga. Univ Muhammadiyah Jakarta. 2024;

7. Arlincya DI. Dampak Strict Parents Terhadap Hubungan Anak Dengan Orang Tua Perspektif Hukum Islam. [Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung] <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/29228>. 2023;
8. Suryandari S. Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kenakalan Remaja. *J Inov Pendidik Dasar*, https://www.researchgate.net/profile/Rully_Prahmana/publication/304022469_Peningkatan_Kemampuan_Penalaran_Matematis_Siswa_Menggunakan_Pendekatan_Pendidikan_Matematika_Realistik/links/5763a4e508ae192f513e458e.pdf. 2020;4(1):23–29.
9. Tabi'in A. Pola Asuh Demokratis sebagai Upaya Menumbuhkan Kemandirian Anak di Panti Asuhan Dewi Aminah. *Kindergarten J Islam Early Child Educ* <https://doi.org/1024014/kjiece.v3i19581>. 2020;3(1):30.
10. Nuryatmawati, 'Azizah Muthi,' & Fauziah P. Pengaruh Pola Asuh Permisif Terhadap Kemandirian Anak Usia Dini. *Pedagog J Anak Usia Dini Dan Pendidik Anak Usia Dini*. 2020;6(2):81–92.
11. Bahran taib, Dewi Mufidatul Ummah YB. Analisis Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Moral Anak. *J Ilm Cahaya Paud*, 2(1), 128–137 <https://doi.org/1033387/cp.v2i12090>. 2020;P-ISSN. 24(E-ISSN. 2807-5552).
12. Rouf A. Reaktualisasi dan Kontekstualisasi Kearifan Lokal dengan Manhaj Global: Upaya menjawab problematika dan tantangan pendidikan di era Society 5.0 dan Revolusi Industri 4.0. *Proceeding Semin Nas Pascasarja UNNES*. 2019;2(1):910–914.
13. Hermawan A. Urgensi Pola Asuh Anak Dalam Keluarga Di Era Globalisasi. *Injunct (Interdisciplinary J Commun* <https://doi.org/1018326/inject.v3i1105-123>. 2018;3(1):105.
14. Jessica Louise Cardy¹ · Polly Waite² · Francesca Cocks³ · Cathy Creswell⁴. A Systematic Review of Parental Involvement in Cognitive Behavioural Therapy for Adolescent Anxiety Disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review* (2020) 23:483–509; 2020. p. 483–509.
15. Lebowitz ER, Marin C, Martino A, Shimshoni Y, Silverman WK. Parent-Based Treatment as Efficacious as Cognitive-Behavioral Therapy for Childhood Anxiety: A Randomized Noninferiority Study of Supportive Parenting for Anxious Childhood Emotions. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020 Mar 1;59(3):362–72.
16. Matthys W, Dennis ·, Schutter JLG, NI M. Involving Parents in Cognitive Behavioral Therapy for Children and Adolescents with Conduct Problems: Goals, Outcome Expectations, and Normative Beliefs About Aggression are Targeted in Sessions with Parents and Their Child. 2024;27:561–75. Available from: <https://doi.org/10.1007/s10567-024-00486-3>.