

## TELAAH MASA ADAPTASI ANAK SAAT PERTAMA MASUK SEKOLAH DENGAN HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA

**Sulastya Ningsih**

PG PAUD FKIP UAD Yogyakarta

email:sulastyasulas@gmail.com

### Abstrak

Tahun ajaran baru merupakan saat yang menggembirakan sekaligus menakutkan bagi sebagian anak, khususnya anak usia dini. Anak akan mulai belajar melepaskan diri dari ketergantungan bersama orang tuanya. Masa yang menegangkan ketika anak harus bergabung dengan teman dan guru baru yang belum dia kenal sama sekali, sehingga anak merasa bahwa lingkungan baru sangat menakutkan. Namun, ada anak yang mudah beradaptasi dan ada pula anak yang membutuhkan waktu cukup lama untuk beradaptasi dengan sekolah. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga harmonis, dengan jalinan kasih sayang menjadikan anak berfikir positif seperti apa yang dialaminya. Anak akan memandang lingkungan baru terasa nyaman seperti yang ada di dalam rumahnya, walaupun ada perasaan cemas pada awal masuk sekolah. Demikian sebaliknya jika pengalaman bersama keluarga penuh negatif, kurangnya kasih sayang, banyak tekanan serta rendahnya penghargaan terhadap anak. Pengalaman tersebut juga akan membentuk skema berfikir yang negative dan penuh kecurigaan. Hal tersebut menjadikan anak cemas lebih tinggi dan takut dengan lingkungan baru yang akan dimasukinya. Peran orang tua sebagai figur dalam mengukir masa depan anak adalah sangat menentukan. Orang tua adalah guru pertama bagi anak yang dapat meyakinkan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan eksternal selanjutnya.

**Kata kunci:** *masa adaptasi, pola asuh, orang tua*

### PENDAHULUAN

Setiap tahun sekolah dihadapkan dengan masa tahun ajaran baru sehingga sekolah kerepotan mengurus siswa baru. Sebanyak 20%-30% populasi usia 5-6 tahun (Rubin dan Balow,1978; Eedelbrock dan Achenbach,1981) mengalami masalah penyesuaian diri yang cukup serius di kelas dan di sekolah terkait interaksi dan emosional anak. Usaha anak untuk beradaptasi memerlukan sejumlah keterampilan sosial. Anak dituntut mampu untuk menyelesaikan masalah di sekolah.

Saat anak mulai sekolah mereka pasti dihadapan dengan banyak permintaan, tantangan, negosiasi kelas dan sekolah. Terlebih lagi mendapatkan penerimaan dari kelompok teman sebaya yang baru. Saat anak

berkembang selama satu tahun, di sekolah mereka harus berhadapan dengan interpersonal dan tugas kognitif yang semakin banyak. Teori baru-baru ini mengenai kemampuan awal menyesuaikan diri di sekolah (Ladd, 1989) menyatakan bahwa tingkat anak beradaptasi pada tantangan ini yaitu untuk merasa nyaman didalam lingkungan sekolah, maka sekolah tersebut dapat dikatakan berhasil. Anak yang mudah beradaptasi tergantung dari banyaknya *support* yang mereka terima dari guru, orang tua, dan teman kelas.

Dukungan yang diterima anak sangat potensial dan penting adalah dukungan dari teman kelas (Rekeiten, 1961; Levine,1966).

Penelitian (Gary W, 1990) yang di lakukan pada 125 anak di Midwestern

menyebutkan bahwa ada dua perilaku anak yang muncul ketika anak pertama kali beradaptasi dengan lingkungan sekolah yaitu 1) anak dapat melakukan adaptasi atau menyesuaikan diri, 2) anak yang memiliki kecemasan sehingga anak menghindari dalam penyusunan di sekolah.

Kebiasaan di rumah, urutan kelahiran, suasana rumah, interaksi yang terjalin dalam keluarga dan teman bermain dalam lingkungan sangat berperan penting terhadap masa adaptasi anak dalam lingkungan baru.

Anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga harmonis, terbuka, penuh kasih sayang, dan perhatian, akan menjadikan anak berfikir positif seperti apa yang dialaminya di rumah. Anak memandang lingkungan baru terasa nyaman seperti yang ada di dalam rumahnya. Perasaan cemas pada awal masuk sekolah sering terjadi, namun bagi anak yang dibesarkan oleh situasi demikian akan mudah merubah suasana negatif menjadi positif seperti pengalaman yang pernah dialami bersama keluarga. Pengalaman akan membentuk skema berfikir yang mempengaruhi suasana hati dan perilaku. Sebaliknya jika pengalaman bersama keluarga penuh kebencian, kurangnya kasih sayang, banyak tekanan serta rendahnya penghargaan terhadap anak, sehingga terbentuknya skema berfikir yang negatif, skeptik, dan penuh kecurigaan dan menjadikan anak memiliki kecemasannya lebih tinggi dan takut dengan lingkungan baru yang akan dimasukinya. Anak berfikir bahwa teman dan gurunya juga sama dengan apa yang didapatkan dalam hidupnya (Mu'arifah, 2015). Penting bagi orang tua untuk menyiapkan mental anak untuk masuk sekolah. Jauh-jauh hari sebelum anak mau masuk TK, orangtua juga perlu membekali ketrampilan bersosialisasi/berteman pada anak sehingga anak dapat cepat memperoleh teman saat baru masuk sekolah. Selain itu,

kepandaian anak dalam menjalin pertemanan juga akan membuat anak dapat diterima oleh teman-temannya sehingga anak merasa *enjoy* di sekolah.

## PEMBAHASAN

### 1. Masa Adaptasi

Tahun ajaran baru merupakan saat yang menggembirakan sekaligus menakutkan bagi sebagian anak, khususnya anak usia dini. Saat anak mulai masuk ke lingkungan sekolah, anak mulai belajar melepaskan diri dari ketergantungan bersama orang tuanya. Masa tersebut sangat menegangkan bagi anak, karena harus bergabung dengan orang lain seperti teman dan guru baru. Pada masa itu anak akan merasa bahwa lingkungan baru sangat menakutkan. Ada anak yang mudah beradaptasi dan ada pula anak yang membutuhkan waktu lama untuk beradaptasi dengan sekolah.

Setiap anak memiliki kecepatan yang berbeda dalam hal adaptasi di lingkungan sekolah dan menciptakan interaksi dengan teman sebaya atau dengan orang-orang dewasa di sekitarnya. Peran orang tua disini adalah bukan memerintahkan kepada anak secara langsung untuk berteman tetapi bagaimana orang tua dapat mengkomunikasikan supaya anak dapat menerima dengan baik dan memberikan waktu kepada anak untuk mengenal lingkungan dan orang-orang yang ada di sekitar lingkungannya terlebih dahulu. Ada beberapa hal yang perlu di perhatikan oleh orang tua yaitu mengenai bahasa pengantar yang digunakan di sekolah tersebut. Orang tua perlu memperhatikan bahasa yang dikuasai oleh anaknya, serta kendala-kendala anak dalam beradaptasi dengan lingkungan barunya (Zulhaqqi, 2013). Ada beberapa langkah adaptasi yang harus dilalui oleh anak saat masuk *Kindergarten* (TK), antara lain:

- a. Kontak/ Pertemuan pertama

Pertemuan pertama merupakan langkah awal bagi orang tua dan guru untuk membicarakan kebutuhan dan prosedur dalam sekolah secara detail. Kontak ini dilakukan seminggu sebelum jadwal anak masuk sekolah, untuk melakukan perjanjian antara orang tua dengan pihak sekolah. Hal ini merupakan aspek terpenting dalam prosedur adaptasi untuk mengetahui kebutuhan anak saat ditinggalkan di sekolah.

b. Periode dasar tiga hari

Salah satu dari kedua orang tua akan tinggal di sekolah selama tiga hari untuk menjaga anak. Pada tahap ini anak mengikuti kegiatan sekolah sekitar satu jam (dan bertambah jika anak menyukainya). Tiga hari pertama guru tidak memisahkan antara orang tua dan anak. Tujuannya adalah agar anak merasa lebih aman. Guru akan mengajak anak berkomunikasi dan melibatkannya dalam kegiatan di kelas sambil mengamati kondisi anak secara keseluruhan. Anak masih boleh membawa mainan yang disukai dari rumah.

c. Pemisahan pertama dan keputusan sementara mengenai waktu adaptasi yang diperlukan

Pada hari keempat, orang tua dan anak ke *kindergarten*, kemudian mengucapkan selamat tinggal dengan jelas. Orang tua boleh meninggalkan kelas selama 30 menit atau lebih dan menunggu di ruang tunggu. Ada dua peluang yang mungkin terjadi :

- 1) Jika anak menangis namun dapat ditenangkan oleh guru dan anak bisa bermain sendiri selama beberapa waktu berarti mudah beradaptasi.
- 2) Jika anak tidak dapat tenang/menangis tanpa alasan yang jelas dan guru tidak dapat menenangkannya selama

beberapa waktu maka dapat dikatakan anak sulit beradaptasi.

d. Periode penguatan hubungan

Secara perlahan waktu pemisahan dengan anak bertambah hingga saat makan (meski orang tua ada di sekolah). Jika anak memiliki masa adaptasi yang lebih panjang, guru akan mencoba menjalin hubungan lebih kuat pada hari kelima dan keenam. Pada hari ketujuh akan dimulai pemisahan kembali, kemudian akan dilihat reaksi anak untuk menambah waktu berpisah atau masih perlu beradaptasi lagi.

e. Langkah terakhir

Orang tua tidak lagi tinggal di *Kindergarten*, tapi masih bersedia untuk datang saat diperlukan. Masa adaptasi berakhir jika anak sudah merasa nyaman dengan guru dan dapat bermain dengan senang di kelas (Kumalasari, 2014).

Mempersiapkan anak masuk sekolah khususnya anak usia dini, memang susah-susah mudah. Ada anak yang menyambut gembira menghadapi hari pertamanya di sekolah dan ada pula yang tiba-tiba jadi ngambek, tidak mau ditinggal atau tidak mau ikut pelajaran. Menurut (Risatianti, 2015) saat anak menghadapi hari pertama sekolah ini adalah hal yang wajar. Perasaan takut ditinggal sendirian dan kurang nyaman diantara orang-orang yang tidak dikenalnya merupakan perasaan yang wajar yang dirasakan anak saat pertama kali masuk ke sekolah. Bila anak bersikap rewel atau menangis saat hari pertama sekolah disebabkan anak merasa takut berada disuatu lingkungan yang baru. Lingkungan sekolah merupakan sebuah dunia luar pertama bagi anak.

Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi anak di sekolah juga berhubungan dengan *support* guru dan teman sebaya dalam lingkungan sekolah. Guru bisa menjadi

mediator untuk membantu anak merasakan kenyamanan dalam lingkungan sekolah, seperti mengajak anak untuk bermain yang dapat mengalihkan perhatiannya dari kecemasan ditinggal orangtuanya.

Faktor lainnya ialah teman sebaya juga mendukung dalam masa adaptasi anak di lingkungan sekolah. Penelitian (Gary W, 1990) menyebutkan bahwa persepsi dan kecemasan anak *preschool* pada lingkungan sekolah berkurang seiring dengan pertemanan yang dilakukan oleh anak pada 2 bulan pertama di lingkungan sekolah. Anak biasanya menilai sekolah sangat menyenangkan selama tahun tersebut. Anak yang mempunyai persepsi tersebut, cenderung memiliki adaptasi yang lebih lama karena terbentuknya persepsi yang positif tentang sekolah. Pada awal masuk sekolah anak menjalin hubungan pertemanan yang dapat mendukung anak untuk lebih merasa familiar dan nyaman ketika berada di lingkungan sekolah, hal ini menunjukkan bahwa teman sekelas adalah faktor penting yang mendukung adaptasi awal anak di sekolah.

## 2. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua merupakan interaksi antara orang tua dan anak dalam berkomunikasi, mendidik, mengasuh, dan terus berkelanjutan dari waktu ke waktu. Dengan pola asuh yang diterapkan orang tua anak dapat berinteraksi dengan lingkungan mengenai dunia sekitar serta mengenal pergaulan hidup yang berlaku dilingkungannya. Menurut Baumrind ada tiga gaya pola asuh orang tua : Otoritatif, otoriter, dan permisif yang digunakan untuk mengasuh anak berdasarkan tingkatnya pengasuhan (*Nurtering*), tuntutan (*Maturity demands*), komunikasi dan kontrol terhadap perilaku anak. Sikap pola asuh menunjukkan perbedaan alamiah yang muncul dari nilai-nilai

yang diajarkan, perlakuan orang tua, perilaku responsif dan tuntutan (Ribeiro, 2009).

Orang tua otoriter memberlakukan peraturan-peraturan yang ketat dan harus dipatuhi oleh anak. Mereka menganggap bahwa anak-anak harus “berada di tempat yang telah ditentukan” dan tidak boleh menyuarakan pendapatnya. Anak-anak yang orang tuanya otoriter sering kali cemas akan kehidupan sosial, gagal memprakarsai kegiatan, memiliki ketrampilan sosial yang rendah, patuh dan taat terhadap perintah (Wagner, 2009). Sebaliknya, orang tua permisif, berusaha menerima dan mendidik sebaik mungkin tetapi cenderung sangat pasif ketika harus berhadapan dengan masalah penetapan batas-batas atau menanggapi ketidakpatuhan. Misalnya: anak mempunyai kecenderungan kurang berorientasi pada prestasi, ego, suka memaksakan keinginannya, kemandiriannya rendah, serta kurang bertanggung jawab. Anak juga akan berperilaku agresif dan antisosial karena sejak awal tidak diajarkan untuk mematuhi peraturan yang berlaku dilingkungan sosial dan tidak pernah diberi hukuman saat melanggar peraturan yang sudah diterapkan oleh orang tua.

Orang tua otoritatif berusaha mengembangkan batas-batas yang jelas dan lingkungan yang baik untuk tumbuh. Mereka memberi bimbingan tetapi tidak mengatur, dan memberi penjelasan yang mereka lakukan serta membolehkan anak memberi masukan atau pendapat. Kemandirian anak sangat mereka hargai tetapi anak juga dituntut untuk memenuhi standar tanggung jawab yang tinggi kepada keluarga, teman, dan masyarakat. Penelitian (Kopko, 2007) bahwa anak dari orang tua otoritatif lebih cenderung kompeten secara sosial, bertanggung jawab dan mandiri karena mereka telah belajar menggunakan negosiasi.

Dari pola asuh yang ada, maka orang tua di sarankan untuk menggunakan pola asuh

yang otoritatif karena anak di ajarkan bagaimana bersosialisasi, berinteraksi, mengenal pergaulan hidup dengan teman maupun lingkungannya sehingga anak akan mudah dan cepat dalam beradaptasi. Namun ketika anak dihadapkan dengan teman, guru maupun sekolah baru itu merupakan hal yang biasa bagi anak karena pada dasarnya orang tua telah membiasakan dan mengajarkan anak untuk bersosialisasi dengan teman maupun lingkungannya.

Selain pola asuh otoritatif diperlukan adanya keterbukaan, empati, saling percaya, kejujuran, dan sikap suportif. Menjadi orang tua yang baik, kemudian membutuhkan lebih dari sekedar intelektualitas, melainkan juga menyentuh dimensi kepribadian dan melibatkan emosi (Gottman dan De Claire, 1998).

### 3. Kajian Masa Adaptasi Anak Dengan Pola Asuh Orang Tua

Menurut Greenwood (2013) orang tua dengan tipe pola asuh otoritatif menetapkan ekspektasi yang jelas dan standar yang tinggi serta memonitoring perilaku anak. Orang tua perlu menggunakan disiplin penalaran, mendorong anak untuk mengambil keputusan dan belajar dari pengalaman mereka. Orang tua memperlakukan anak mereka dengan kebaikan rasa hormat dan kasih sayang serta membebaskan anak untuk bersosialisasi.

Penelitian (Gary W, 1990) menunjukkan bahwa anak yang mudah beradaptasi dengan teman sebaya di lingkungan sekolah dapat memberikan dukungan emosional bagi anak untuk menerima tuntutan dari lingkungan sekolah, selain itu anak yang mudah bersosialisasi juga akan membantu anak untuk menghilangkan persepsi negatif terhadap sekolah dan anak menemukan kenyamanannya.

Penelitian (Asher, Parkhurst, Hymel, & Williams, 1990) ini menunjukkan bahwa teman sebaya memainkan peran penting dalam banyak aspek terhadap penyesuaian anak di sekolah, baik akademis dan sosioemosional. Hal ini, menunjukkan bahwa orang tua dan teman sebaya memiliki peranan penting dalam proses adaptasi anak di lingkungan sekolah.

Oleh karena itu penting bagi orang tua menanamkan nilai-nilai yang positif kepada anak dan mendidik anak dengan pola asuh yang otoritatif sehingga dengan keadaan yang bagaimanapun anak akan mudah memahami dan akan cepat beradaptasi lingkungan baru.

### PENUTUP

Setiap orang tua pasti memiliki harapan atas perilaku yang ditampilkan oleh anak. Namun demikian, beban di sekolah bukanlah hal yang mudah dan ringan untuk dihadapi oleh anak. Perlu adanya dukungan dan *support* dari orang tua, teman sebaya, maupun sekolah supaya anak mampu beradaptasi dengan baik pada lingkungan baru.

### DAFTAR PUSTAKA

- Kumalasari, Cahaya. 2014. *5 Langkah Adaptasi Masuk TK di Jerman: Model Adaptasi Berlin*. Diakses dari [http://www.kompasiana.com/kumala/5-langkah-adaptasi-masuk-tk-di-jerman-dalam-berliner-eingewohnungsmodell-model-adaptasi-berlin\\_54f777a1a33311bf668b45a6](http://www.kompasiana.com/kumala/5-langkah-adaptasi-masuk-tk-di-jerman-dalam-berliner-eingewohnungsmodell-model-adaptasi-berlin_54f777a1a33311bf668b45a6) pada tanggal 18 Oktober 2015
- Mu'arifah, Alif. 2015. *Mendampingi Anak Pada Awal Masuk Sekolah*. Diakses dari <http://uad.ac.id/id/mendampingi-anak-pada-awal-masuk-sekolah> pada tanggal 18 Oktober 2105

- Nurhayati, Imas. 2013. *Anak Takut Berangkat Sekolah*. Diakses dari <http://www.anakku.net/anak-takut-berangkat-sekolah.html> pada tanggal 18 Oktober 2015
- Wahyuningsih, Hesti. 2015. *Mendampingi Anak Saat Masuk Taman Kanak-Kanak*. Diakses dari <http://www.majalahfahma.com/2015/04/mendampingi-anak-memasuki-taman-kanak.html> pada tanggal 18 Oktober 2015
- Zulhaqqi, Ratih. 2013. *Mengatasi Anak Yang Lama Beradaptasi Di Sekolah Barunya*. Diakses dari <http://health.detik.com/read/2013/07/12/161532/2301160/1528/mengatasi-anak-yang-lama-beradaptasi-di-sekolah-barunya> pada tanggal 18 Oktober 2015
- Ladd, Gary W. 1990. Having Friends, Keeping Friends, Making Friends, and Being Liked By Peers In The Classroom: Predictors of Children's Early School Adjustment. *Child Development*. 61 (4) Hlm 1081-1100
- Ladd, Gary W, & Brich, H Sondra. 1997. The Teacher-Child Relationship and Children's Early School Adjustment. *Journal of school Psychology*. 35 (1). Hlm 61-79.
- Israfil. 2015. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Seminar Psikologi dan Kemanusiaan*. 3 (1).
- Setyowati, Yuli. 2005. Pola Komunikasi Keluarga dan Perkembangan Emosi Anak (Studi Kasus Penerapan Pola Komunikasi Keluarga dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Emosi Anak Pada Keluarga Jawa). *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 2 (1) Hlm 67-78.