

METODE COACHING SEBAGAI PENDEKATAN DALAM POLA ASUH ANAK

Nina Zulida Situmorang
Share Consulting
email: ninasitumorang@yahoo.com

Abstrak. *Orang tua tidak hanya sebagai pendidik utama anak namun juga agen perubahan sosial yang dapat memberdayakan masyarakat melalui keluarga. Perkembangan teknologi, pola asuh, keterbatasan waktu dan keberagaman anak menjadi alasan utama buat orangtua menjadi Coach bagi anaknya. Coaching saat ini menjadi trend tersendiri dalam dunia kerja dan bidang psikologi. Coaching merupakan metode yang dianggap mudah untuk menjadikan pegawai lebih berdaya guna. Namun Coaching juga salah satu metode pengembangan individu menjadi alternatif efektif pola asuh yang humanis yang saat ini paling di harapkan oleh setiap anak, dimana orang tua selalu memberikan perhatian penuh terhadap perkembangan anak baik aspek kognitif, psikomotorik dan afektif di rumah maupun disekolah. Orang tua sebagai coach memungkinkan anak mendapatkan kesadaran dan mengidentifikasi mereka ingin menjadi seperti apa, di mana mereka sekarang, apa pilihan yang mereka miliki untuk membuat mereka bergerak maju dan apa tindakan yang benar-benar akan lakukan untuk bergerak maju. Coaching dalam ICF (International Coaching Federation) terdiri dari 11(sebelas) kompetensi yang harus dimiliki seorang coach dimana orang tua sebagai coach yang efektif memiliki 4 (empat) kompetensi dari 11 kompetensi tersebut. Empat kompetensi tersebut adalah (1) membangun etika dan kesepakatan yakni membahas perbuatan baik dan perbuatan buruk manusia sejauh yang dapat dipahami oleh pikiran manusia seperti prinsip-prinsip moral dan pedoman perilaku (2) meningkatkan hubungan dan kepercayaan yakni membahas perbuatan baik dan perbuatan buruk manusia sejauh yang dapat dipahami oleh pikiran manusia seperti prinsip-prinsip moral dan pedoman perilaku. (3) Komunikasi efektif meliputi pengetahuan Mendengar aktif, komunikasi secara Verbal dan Non Verbal, mendengarkan emosi dan perasaan, tidak menghakimi, pertanyaan yang memberdayakan dan melakukan komunikasi langsung dan (4) memfasilitasi proses belajar dan hasil yakni dengan membangun kesadaran Anak, mendukung anak dalam membuat rencana aksinya, membantu anak dalam membuat perencanaannya dalam mencapai tujuannya dan memantau kemajuan dan menjaga akuntabilitas dan komitmen Anak. Keluarga sebagai basis awal pendidikan dasar anak memiliki peran strategis sebagai agen perubahan sosial. Untuk itu dibutuhkan metode humanis yang sangat dibutuhkan anak saat dari berbagai problema dalam keluarga. Metode coaching menjadi alternatif pendekatan dalam pengasuhan anak. Orang tua harus memiliki empat kompetensi sebagai coach yang diharapkan dapat memunculkan karakter anak-anak yang kuat, berakhlak mulia dan menjadi generasi terbaik bangsa Indonesia.*

Kata kunci : *Metode Coaching, pola asuh anak, kompetensi coaching.*

A. Latar belakang masalah

Orang tua dalam keluarga adalah kelompok sosial yang pertama dan utama dalam kehidupan seorang anak, keluarga sebagai tempat berinteraksi secara sosial, bahasa, pendorong berbagai aspek perkembangan dan agen perubahan sosial yang dapat memberdayakan masyarakat. Perkembangan sosial anak paling besar

dipengaruhi oleh proses sosialisasi di dalam keluarga melalui pola asuh yang diterapkan oleh orangtua terhadap anak. Peran keluarga sangat besar bagi perkembangan anak baik perilaku maupun keterampilan hidup. Perkembangan era digital yang begitu masif dengan berbagai dampaknya membuat orang tua memiliki tantangan yang luar biasa dalam mengasuh anak. Perkembangan teknologi,

pola asuh, keterbatasan waktu dan keberagaman anak menjadi alasan utama buat orangtua memberi metode efektif mengasuh anak.

Keluarga merupakan satu kesatuan hidup dan keluarga menyediakan situasi belajar dan di Indonesia berbentuk keluarga inti (nucleus family), terdiri dari ayah, ibu dan anak atau keluarga yang diperluas yakni kakek/nenek, adik/ipar, om/tante dan lainnya. Ikatan kekeluargaan membantu anak mengembangkan sifat persahabatan, cinta kasih, hubungan antar pribadi, kerja sama, disiplin, tingkah laku yang baik, serta pengakuan akan kewibawaan. Orang tua merupakan pendidik utama dan pertama bagi anak-anak karena dari orang tua anak mula-mula menerima pendidikan. Orang tua dikatakan pendidik pertama karena dari merekalah anak mendapatkan pendidikan untuk pertama kalinya dan dikatakan pendidik utama karena pendidikan dari orang tua menjadi dasar bagi perkembangan dan kehidupan anak dikemudian hari.

Pola asuh orang tua adalah suatu keseluruhan interaksi antara orang tua dan anak, dimana orang tua bermaksud menstimulasi anaknya dengan dengan mengubah tingkah laku, pengetahuan serta nilai-nilai yang dianggap paling tepat oleh orang tua, agar anak dapat mandiri, tumbuh dan berkembang secara sehat dan optimal.

Mengasuh dan membesarkan anak berarti memelihara kehidupan dan kesehatannya serta mendidiknya dengan penuh ketulusan dan cinta kasih. Secara umum tanggung jawab mengasuh anak adalah tugas kedua orang tuanya.

Banyak orang tua yang tidak menyadari bahwa cara mereka mendidik membuat anak merasa tidak diperhatikan, dibatasi kebebasannya, bahkan ada yang merasa tidak disayang oleh orang tuanya. Perasaan-perasaan itulah yang banyak mempengaruhi sikap, perasaan, cara berfikir, bahkan kecerdasan mereka. Perilaku orangtua ini berlangsung melalui ucapan-ucapan, perintah-perintah yang diberikan secara

langsung untuk menunjukkan apa yang seharusnya diperlihatkan atau dilakukan anak. Kadang orang tua bersikap atau bertindak sebagai patokan sehingga orang tua menjadi faktor terpenting dalam menanamkan dasar kepribadian tersebut yang turut menentukan corak dan gambaran kepribadian seseorang setelah dewasa.

Pola asuh anak efektif menuntut orangtua tidak hanya dapat memerankan diri sebagai orang tua namun juga sebagai teman bagi anak-anaknya. Anak-anak membutuhkan pendekatan yang humanis, dimana orang tua selalu memberikan perhatian penuh terhadap perkembangan anak baik aspek kognitif, psikomotorik dan afektif di rumah maupun disekolah. Salah satu metode efektif yang menjadi trend tersendiri dalam dunia kerja dan bidang psikologi belakangan ini adalah metode coaching. Coaching merupakan metode yang dianggap mudah untuk menjadikan pegawai lebih berdaya guna dalam organisasi. Selain itu metode coaching yang digunakan orang tua memungkinkan anak mendapatkan kesadaran dan mengidentifikasi mereka ingin menjadi seperti apa, di mana mereka sekarang, apa pilihan yang mereka miliki untuk membuat mereka bergerak maju dan apa tindakan yang benar-benar akan lakukan untuk bergerak maju.

B. Tujuan penulisan

Metode coaching dalam ilmu psikologi di Indonesia relatif belum banyak mendapatkan perhatian dari para peneliti maupun akademisi. Metode coaching lebih populer dalam ranah pengembangan sumber daya manusia secara individu maupun kelompok. Makalah ini ini bertujuan memberi pemahaman dan pandangan baru dalam bidang pendidikan khususnya dalam pendekatan pola asuh anak yang lebih efektif dan sesuai kebutuhan anak saat ini.

C. Manfaat penulisan

Makalah ini ditulis untuk mempersiapkan orang tua meningkatkan

kemampuan membina dan mengembangkan potensi anak melalui keterampilan Coaching dalam keluarga. Metode coaching bermanfaat bagi orangtua untuk menumbuhkan pendekatan berbeda dalam berinteraksi dengan anak yang lebih sesuai perkembangan zaman.

D. Kajian Teori

Coaching telah ada selama berabad-abad yang lalu seperti selama bertahun-tahun orang-orang berkomunikasi satu dengan yang lainnya.

Coaching telah digunakan sebagai alat untuk mendukung, mendorong dan memotivasi. Hal ini telah berkembang secara bertahap menjadi bentuk yang berbeda dan belakangan menjadi semakin menonjol dalam bidang-bidang seperti 'Life', 'Eksekutif' dan 'Bisnis' Coaching. Coaching dimulai pada awal hingga pertengahan tahun 1900-an ketika filsuf seperti Norman Vincent Peale mulai meneliti formula ajaib dari orang-orang sukses dan menemukan kekuatan berpikir positif dari orang-orang sukses. Konsep coaching terus mendapatkan momentum dari Guru-guru baru seperti Anthony Robbins dan Zig Ziglar yang mulai memperkenalkan 'Motivasi Diri' dan 'Pengembangan Diri' yang dapat digambarkan sebagai sesuatu hal yang menguatkan, mendorong, gairah/passion bahkan mungkin untuk 'menarik perhatian' yang terkadang dengan cara yang tidak realistis (Griffiths, A; 2015).

Kemudian diikuti Psikolog Aaron Beck dan Albert Ellis, yang memunculkan pertama kali pada tahun 1950 yakni praktek Terapi Perilaku Kognitif/ Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Sejak itu, mereka bersemangat untuk mengangkat metode pemecahan masalah dan metode psychoeducational tersebut ke masyarakat. Untuk menjangkau khalayak yang lebih luas lagi misalnya bagi mereka yang tidak membutuhkan terapi, maka didirikan Coaching Perilaku Kognitif/Cognitive Behavioral Coaching (CBC). CBC ini memberikan penjelasan yang lebih ilmiah

tentang bagaimana mengadaptasi diri - membatasi diri, mengalahkan keyakinan diri dan sikap, bagaimana mencapai hal-hal yang diinginkan dan mengatasi hambatan dengan cara-cara yang mungkin tidak dipercayai. Berbeda dengan gaya berpikir terlalu positif, CBC berfokus pada mengadaptasi pemikiran negatif menjadi pemikiran yang realistis dengan bersandar pada pembelajaran positif dan sikap yang kuat untuk 'mampu melakukan' (Griffiths, A; 2015).

Alasan berkembang pesatnya pendekatan coaching menurut Whitworth et al., (2003): “orang-orang membutuhkan coaching karena mereka menginginkan kualitas hidup yang lebih baik, lebih bermakna, lebih seimbang ataupun proses yang berbeda dalam mewujudkan kebutuhan hidup yang maksimal.”

Defenisi coaching menurut banyak ahli memunculkan arti yang berbeda satu sama lain walaupun secara garis besar menunjukkan hal yang sama. Natalie Ashdown dalam bukunya 'Bring out Their Best' mengartikan Coaching sebagai teknik yang sangat kuat dalam mendengarkan dan bertanya yang memungkinkan seseorang mendapatkan kesadaran dan mengidentifikasi mereka ingin menjadi seperti apa, di mana mereka sekarang, apa pilihan yang mereka miliki untuk membuat mereka bergerak maju dan apa tindakan yang benar-benar akan lakukan untuk bergerak maju. (Loop Indonesia, 2015). Sir John Whitmore, '*Coaching for Performance*' Coaching membuka kunci dari potensi seseorang untuk memaksimalkan performanya. Hal tersebut membantu mereka untuk belajar melalui proses coaching bukan dengan mengajarkan mereka. Coaching membantu coachee menggali pikirannya dan membuat proses belajar dari diri mereka dan membuat proses belajar datang dari pikiran dan kesadaran mereka dari pada mengajari mereka. Karena ketika ide-ide datang dari pikiran mereka sendiri dan kesadaran mereka sendiri, mereka akan memaknai tindakannya dan mendorong

mereka untuk memberikan performa terbaik dari diri mereka.

International Coaching Federation (ICF) mendefinisikan Coaching sebagai bentuk kemitraan bersama klien (Coachee) untuk memaksimalkan potensi pribadi dan profesional yang dimilikinya dengan proses yang menstimulasi dan mengeksplorasi pemikiran dan proses kreatif. ICF adalah sebuah organisasi non-profit, yaitu organisasi profesional yang mewakili personal coach dan bisnis coach yang menetapkan standar yang tinggi, memberikan sertifikasi independen, dan membangun jaringan coach yang terpercaya di seluruh dunia (Loop Indonesia, 2015).

Defenisi coaching yang dianggap paling sesuai dalam tulisan ini adalah defenisi yang diberikan oleh ICF yakni bentuk bermitra dengan klien dalam proses pemikiran dan kreatif yang menginspirasi mereka untuk memaksimalkan potensi pribadi dan profesional mereka. Kemitraan adalah bekerjasama dengan klien, memposisikan diri sebagai mitra sejajar, menjaga netralitas hubungan dan saling menghargai satu sama lain.

Proses yang menstimulasi pemikiran dan kreatif – Coach membantu coachee dalam menstimulasi, memprovokasi, menginspirasi pemikirannya sendiri melalui proses coaching dengan menggunakan seluruh kompetensi coach dalam membuat coachee menemukan jawaban dan solusi dari pikirannya sendiri. Memaksimalkan potensi pribadi dan professional – setiap orang memiliki potensi dalam dirinya melalui pribadinya maupun profesionalismenya. Proses coaching membantu coachee untuk memaksimalkan potensi yang ada didalam dirinya. Coaching menciptakan rasa kepemilikan, akuntabilitas dan komitmen dari coachee yang memungkinkan potensinya tergali lebih luas dan mencapai prestasi yang lebih besar dalam pekerjaan, bisnis maupun kehidupan.

Untuk mendukung pemahaman yang lebih besar tentang keterampilan dan

pendekatan yang digunakan dalam profesi coaching saat ini ICF mengembangkan sebelas kompetensi inti coach dalam coaching. Semua kompetensi inti ini dikelompokkan ke dalam empat kelompok yang sesuai dan cocok dipadukan bersama-sama secara logis berdasarkan cara umum untuk melihat kompetensi dalam setiap kelompok. Pengelompokan dan kompetensi individu tidak diberi bobot dan tidak mewakili prioritas apapun karena semua adalah inti atau penting untuk setiap coach yang kompeten dalam menunjukkan kompetensinya.

Empat kelompok kompetensi tersebut adalah:

A. Membangun Dasar

1. Mengikuti Pedoman Etika Dan Standar Profesional

2. Membuat kesepakatan dalam Coaching

B. Membangun Hubungan

3. Membangun Kepercayaan dan keakraban dengan Client

4. Kemampuan untuk menyadari kehadiran coachee.

C. Komunikasi Efektif

5. Mendengar secara aktif

6. Pertanyaan yang berbobot

7. Komunikasi Langsung

D. Penyediaan Fasilitas Proses Belajar dan Hasil

8. Menciptakan Kesadaran.

9. Merencanakan Tindakan

10. Perencanaan dan Menetapkan Tujuan

11. Mengelola Kemajuan dan Akuntabilitas

Berdasarkan sebelas kompetensi tersebut dalam menggunakan metode coaching sebagai pendekatan dalam pola asuh anak membutuhkan empat kompetensi yang harus dimiliki orang tua yaitu: (1). Membangun etika dan kesepakatan; (2). Membangun Kepercayaan dan keakraban dengan Anak; (3). Komunikasi efektif; dan (4). Mengelola Kemajuan dan Akuntabilitas.

E. Analisis kritis

Metode coaching sebagai pendekatan dalam pola asuh anak memiliki empat dasar ketrampilan yang harus dimiliki orang tua:

1. Membangun Etika dan Kesepakatan.

Etika adalah ilmu yang membahas perbuatan baik dan perbuatan buruk manusia sejauh yang dapat dipahami oleh pikiran manusia seperti prinsip-prinsip moral dan pedoman perilaku. Kesepakatan adalah perjanjian dan kesepakatan atas aturan main antara orang tua dan anak. Mengatur dengan sangat jelas hak dan kewajiban anak dan orang tua serta konsekuensinya. Orang tua harus dapat membangun etika dan kesepakatan dengan anak sejak awal proses pengasuhan anak.

Fase ini adalah prinsip dasar agar proses pengasuhan anak berjalan dengan baik. Sejak awal anak-anak dan orang tua diberikan aturan yang memuat hak dan kewajiban yang harus dijalankan dan konsekuensi yang akan diperoleh jika melanggar kesepakatan. Konsekuensi yang diperoleh dapat berbentuk hadiah materi atau non materi seperti pelukan, pujian, tepukan hangat pada anak jika menjalankan aturan. Jika melanggar kesepakatan dapat berbentuk penghentian pada hal-hal yang disukai anak misalnya anak yang senang dibacakan buku sebelum tidur diberi sanksi tidak akan dibacakan buku sebelum tidur jika melanggar aturan.

2. Membangun Kepercayaan dan keakraban dengan Anak

Membangun kepercayaan bersama dimana orang tua mampu percaya pada anak dan sebaliknya anak percaya pada orang tua. Setiap saat anak merasakan kehadiran dan keberadaan orang tua secara fisik maupun non fisik. Jika rasa percaya lebih mendominasi maka anak akan mengembangkan harapan serta keyakinan bahwa mereka dapat memenuhi kebutuhan dan memperoleh keinginan mereka (Erikson, 1982). Apabila rasa tidak percaya yang mendominasi, anak akan memandang dunia sebagai lingkungan yang tidak ramah dan tidak dapat diprediksi dan akan mengalami kesulitan dalam membentuk suatu hubungan. Elemen penting dalam mengembangkan rasa percaya adalah kepekaan, responsivitas dan

pengasuhan yang konsisten (Papalia & Feldman, 2012). Dalam tahap awal terbentuknya sebuah hubungan, adanya pengungkapan diri secara timbal balik juga sangat penting karena seseorang akan mau membuka diri apabila orang lain juga membuka dirinya. Seseorang akan lebih rentan karena ada kemungkinan orang lain dapat mengkhianati kepercayaan atau menolak orang lain karena adanya fakta yang disembunyikan. Perasaan tersebut dapat dikurangi apabila orang lain juga mengurangi kerentanan tersebut dengan membuka diri. Orang tua dapat meningkatkan hubungan dan kepercayaan tersebut dapat dilakukan dengan saling membuka diri satu sama lain.

3. Komunikasi Efektif

Komunikasi efektif meliputi aspek mendengar aktif, memberikan pertanyaan yang berbobot dan komunikasi langsung. Aspek mendengar aktif dilakukan secara verbal yakni dengan mengamati dan mendengarkan dengan baik semua yang dikatakan dan apa yang tidak dikatakan oleh anak. Secara non verbal dapat terlihat dari mimik wajah, gerakan tubuh, gestur anak yang mendukung dengan yang diucapkan atau tidak sesuai dengan ucapan anak. Sehingga orangtua harus dapat membaca pesan sebenarnya yang diinginkan anak, mendengarkan emosi dan perasaan anak tanpa menghakimi. Aspek memberikan pertanyaan berbobot adalah fokus pada pertanyaan terbuka yang membuat anak untuk terbiasa berfikir dan menyelesaikan masalah berdasarkan solusi yang muncul dari dirinya sendiri. Pertanyaan adalah inti dari bagaimana kita mendengarkan, berperilaku, berpikir dan berhubungan dan hampir semua yang dipikirkan dan lakukan ditentukan oleh pertanyaan yang diajukan.

Aspek komunikasi langsung dengan berkomunikasi secara efektif selama sesi Coaching, dan menggunakan bahasa yang memiliki dampak positif terbesar pada anak. Tujuan komunikasi langsung untuk memungkinkan orangtua dengan cepat melihat situasi pada anak sebagaimana apa

adanya pada saat tersebut. Ini adalah kesempatan orang tua untuk berbagi apa yang dipikirkan, intuisi, perspektif dan umpan balik tanpa menghakimi, melengkapi atau mengkritik. Orang tua dapat menggunakan bahasa sederhana yang dipahami, menggunakan analogi sesuai dengan perkembangan usia anak dan memberikan umpan balik positif.

4. Memfasilitasi proses belajar dan hasil akhir.

Proses ini terdiri dari empat aspek yakni membangun kesadaran Anak, mendukung anak dalam membuat rencana aksinya, membantu anak dalam membuat perencanaannya dalam mencapai tujuannya dan memantau kemajuan dan menjaga akuntabilitas dan komitmen Anak. Aspek membangun kesadaran Anak yakni kemampuan orangtua untuk mengintegrasikan dan mengevaluasi berbagai sumber informasi secara akurat dan membuat interpretasi yang membantu anak untuk mendapatkan kesadaran dan dengan demikian mencapai hasil yang disepakati. Aspek mendukung anak dalam membuat rencana aksinya adalah kemampuan orangtua untuk menciptakan peluang dengan anak untuk belajar terus-menerus dan untuk mengambil tindakan baru yang paling efektif dalam kesepakatan hasil coaching. Aspek membantu anak dalam membuat perencanaannya dalam mencapai tujuannya dapat dilakukan orangtua dengan mengembangkan dan menjaga perencanaan dalam coaching yang efektif dengan anak. Aspek memantau kemajuan dan menjaga akuntabilitas dan komitmen Anak adalah kemampuan orang tua untuk mempertahankan perhatian pada hal yang penting pada anak, dan memberikan tanggung jawab anak untuk mengambil tindakan.

Empat kompetensi tersebut menjadi landasan orangtua dalam mengasuh anak

yang dapat diterapkan sejak kecil sampai dewasa secara konsisten. Setiap aspek memiliki kemanfaatannya masing-masing yang tidak dapat dipisahkan.

E. Kesimpulan

Orang tua adalah pendidik pertama dan utama dalam pola asuh anak. Perkembangan teknologi digital, model pola asuh, keterbatasan waktu dan keberagaman anak adalah beberapa kondisi nyata yang dihadapi orang tua saat ini. Untuk itu dibutuhkan pendekatan efektif bagi orangtua untuk mengasuh dan mendidik anak sesuai harapan. Salah satu model efektif belakangan ini adalah metode coaching dengan orang tua sebagai coach dan anak sebagai coachee atau klien.

Ada empat kompetensi yang harus dimiliki orang tua sebagai coach yang terinspirasi dari sebelas kompetensi dalam ICF (*International Coaching Federation*) yakni membangun etika dan kesepakatan; meningkatkan hubungan dan kepercayaan; komunikasi efektif dan memfasilitasi proses belajar dan hasil. Orang tua harus memiliki empat kompetensi tersebut yang diharapkan dapat memunculkan karakter anak-anak yang kuat, berakhlak mulia dan menjadi generasi terbaik bangsa Indonesia.

I. Daftar Pustaka

- Loop Indonesia (2015). Modul 1. *Konsep Dasar Coaching dan Kompetensi Inti dalam Coaching*. www.loop-indonesia.com
- Griffiths, Alison (2015). *Coaching for career enhancement*. www.unicus.co.uk,
Diunduh pada tanggal 3 Juni 2015.
- Whitworth, L., Kimsey-House, H. & Sandahl, P. (2003) *Co-Active Coaching*. Palo Alto, CA: Davies-Black Publishing.