

*Mengenang Mereka
yang Telah Berpulang*

GP. SINDHUNATA, SJ

UTUSAN

DALAM SEGALA MENCARI DIA

JALAN BERLIKU BUKANLAH JALAN BERTU

nugera yang
enyemakan

atara
Liturgi

Penjaga Benteng
Kekatolikan

Rp20.000,00
(Belum termasuk ongkos kirim)

NO. 11 TAHUN KE-74, NOVEMBER 2024
utusan.net

UTUSAN

Majalah Rohani Katolik

Izin: No. 1200/SK/DITJEN PPG/STT/1987 Tanggal 21 Desember 1987 **Penerbit:** Jaringan Doa Bapa Suci Sedunia-Indonesia **Pemimpin Redaksi/Penanggung Jawab:** G.P. Sindhunata, S.J. **Wakil Pemimpin Redaksi:** C. Bayu Risanto, S.J. **Koordinator Umum:** Slamet Riyadi **Redaktur Pelaksana:** A. Willy Satya Putranta **Redaktur:** Bambang Shakuntala **Kontributor:** Yohanes Muryadi, Ivonne Suryanto, P. Citra Triwamwoto **E-mail Redaksi:** utusanredaksi@yahoo.com **Keuangan:** Ani Ratna Sari, Widarti **Iklan:** Slamet Riyadi **Administrasi/Distribusi/Sirkulasi:** Anang Pramuriyanto, Francisca Triharyani **Alamat Redaksi/Administrasi/Distribusi:** Jl. Pringgokusuman 35, Yogyakarta, 55272 **Telp & Fax.:** (0274) 546811, **Mobile:** 085729548877, **E-mail Administrasi:** utusan.adisi@gmail.com **E-mail Iklan:** utusaniklan@gmail.com **Percetakan:** PT Kanisius Yogyakarta.

CARA BERLANGGANAN: Hubungi agen setempat atau langsung ke bagian Distribusi Majalah UTUSAN. Harga eceran: @ Rp20.000,00 langganan 12 bulan Rp240.000,00 (belum termasuk ongkos kirim), langganan 1 tahun dibayar di muka.

Redaksi menerima kiriman naskah 1-2 halaman A4 ketikan 1 spasi (file tipe rtf). Khusus naskah hasil reportase hendaknya disertai foto (3-5 foto). Naskah dan foto yang dimuat akan mendapatkan imbalan. Redaksi berhak menyunting naskah sejauh tidak mengubah substansi maupun isinya.

Daftar isi

Padupan Kencana	2	Psikologi	22
Pembaca Budiman	3	Literasi Keuangan	24
Katekese	5	Menjadi Sehat	26
Bejana	6	Pustaka	27
Keranjang	9	Jendela	28
Spiritualitas Kristiani	10	Pengalaman Doa	30
Latihan Rohani	12	Paroklopedia	31
Jalan Hati	13	Udar Rasa	32
Liturgi	14	Taruna	34
Pewartaan	16	Seninjong	36
Kitab Suci	17	HaNa	39
Benih Sabda	18	Pak Krumun	Cover 3
Sejarah Gereja	20		



Cover:
Harry Setianto Sunaryo, SJ

PEMBAYARAN MELALUI

1. Wesel Pos ke Distribusi Majalah UTUSAN Jl. Pringgokusuman 35 Yogyakarta 55272
2. Transfer: Bank BCA 1263333300 a.n. Yayasan Basis. Setiap transfer mohon diberi keterangan untuk Pembayaran Langganan Majalah UTUSAN, nomor dan nama pelanggan, serta copy bukti transfer dikirim ke Distribusi Majalah UTUSAN.



Majalah Utusan



@majalahutusan



085729548877



utusan.net • s.id/majalahutusan

PT. KUDA-KUDA TOTAL PRIMA

INNOVATE TO BE THE BEST



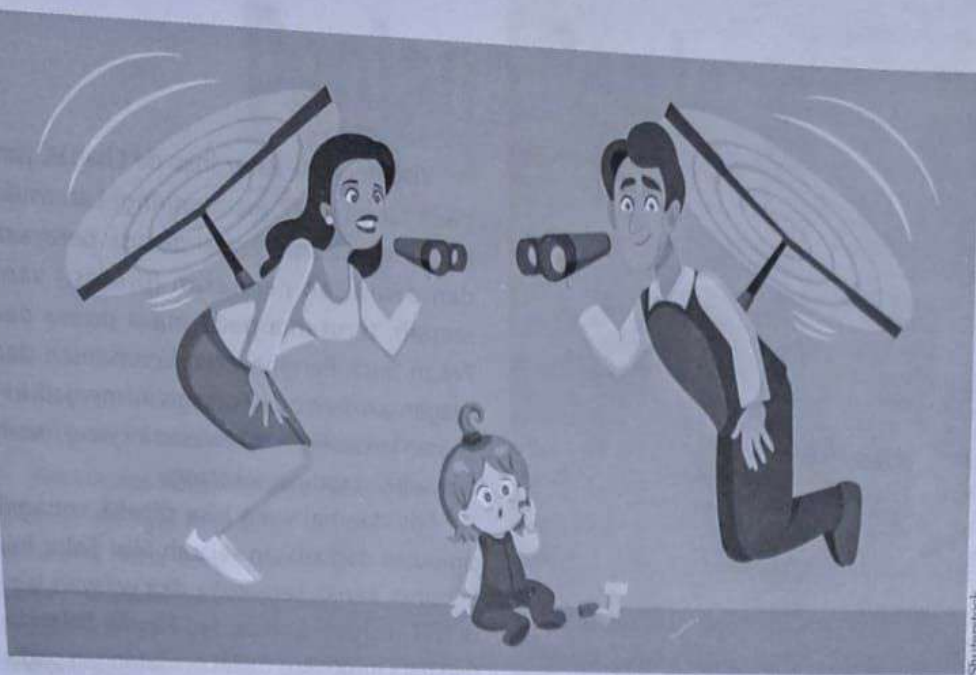
GALVASTEEL
— YANG TERBAIK DARI ANAK BANGSA UNTUK BANGSA —

GALVA PRO

TOTALroof

0274 897 046/048
0811 2800 7800

KTPGALVA@GMAIL.COM
WWW.GALVASTEEL.CO.ID



Shutterstock

Helicopter Parenting

Kenali Tanda-tandanya, Waspada! Kerugiannya

Dr. Titik Kristiyani, M.Psi., Psikolog

Dosen Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma

Salah satu tantangan dalam kehidupan di keluarga, yang terjadi dari waktu ke waktu adalah pola asuh orang tua. Tantangan makin besar pada era digitalisasi dan modern saat ini, yakni perkembangan anak, dari kanak-kanak hingga beranjak dewasa, sangat kompleks dan sarat akan berbagai pengaruh sehingga membutuhkan pendekatan yang tidak bisa lagi bersifat konvensional. Di tengah makin banyaknya kedua orang tua pada keluarga-keluarga saat ini yang bekerja di luar rumah, tantangan memilih dan menjalankan pola asuh tertentu menjadi makin tidak mudah juga.

Banyaknya peningkatan permasalahan psikologis yang dialami anak dan remaja dari waktu ke waktu sangat besar kaitannya dengan pola asuh yang diterapkan orang tua di rumah. Fenomena ini makin menambah tantangan keluarga saat ini. Sebagian besar

permasalahan psikologis anak muncul dari keluarga dengan pola asuh yang tidak efektif. Lalu, bagaimana sebenarnya pola asuh yang efektif itu?

Berbagai penelitian dari waktu ke waktu menemukan bahwa pola asuh yang dianggap terbaik adalah pola asuh yang memberikan keseimbangan antara pemberian struktur disiplin orang tua dengan kemandirian pada anak sehingga anak dapat tumbuh dalam batasan yang wajar dan mampu mengeksplorasi kemampuan diri secara optimal. Dengan kata lain, pola pengasuhan yang baik itu dapat dilihat dari seberapa optimal anak mampu mengeksplorasi segala potensi dirinya tanpa ada gangguan dalam relasinya dengan orang lain.

Menciptakan kondiri yang ideal sebagai gambaran pola asuh yang dianggap efektif

tersebut tentu merupakan tantangan tersendiri, di tengah ketidakberdayaan orang tua memberi perhatian penuh dari segi waktu, energi, dan pikiran di satu sisi, tetapi di sisi lain orang tua juga banyak dibuat cemas oleh perkembangan teknologi dan informasi saat ini serta banyaknya masalah-masalah sosial emosional seperti *bullying*, yang marak muncul dari waktu ke waktu. Di tengah situasi tersebut, tidak jarang orang tua zaman sekarang yang menerapkan pengasuhan helikopter (*helicopter parenting*), baik disadari maupun tidak.

Apa itu *helicopter parenting*?

Helicopter parenting atau pola asuh helikopter adalah suatu gaya pengasuhan yang overprotektif atau perhatian dan keterlibatan yang sangat berlebihan dalam kehidupan anak, tanpa memberikan kesempatan bagi anak untuk menyelesaikan masalahnya dan membuat keputusan sendiri. Orang tua yang menerapkan gaya pengasuhan ini bertanggung jawab secara berlebihan dan ingin selalu melindungi anaknya dari rasa sakit dan kecewa.

Seperti istilahnya, helikopter itu melingkupi semua yang di bawahnya. Orang tua yang menerapkan model pengasuhan jenis ini juga merasa harus secara penuh melingkupi anak-anaknya serta terlibat penuh dalam semua aspek kehidupan anak, yang tidak jarang justru merugikan perkembangan anak.

Pola asuh helikopter dapat diterapkan pada usia berapa pun. Pada masa balita, pola asuh helikopter dicontohkan dengan orang tua yang terus-menerus mengikuti ke mana anak berada, selalu mengarahkan jadwal bermain, jenis permainan dan perilaku anak, sehingga anak tidak diberi waktu sendiri sama sekali.

Pada anak di usia sekolah, pola asuh helikopter sering kali diterapkan untuk membantu anak-anak di usia sekolah dengan tugas-tugas yang sebetulnya dapat dilakukan anak-anak itu sendiri, misalnya menghubungi guru untuk urusan di kelas, mengatur jadwal harian anak, mengatur pilihan ekstrakurikuler, memilih teman-teman bermain, dan lain sebagainya.

Bahkan, ketika anak berada di jenjang perguruan tinggi, orang tua dengan pola asuh

helikopter masih terus mengintervensi kuliah anak dengan menghubungi dosen saat anak terlihat ada masalah studi, menunggu saat ujian, dan perilaku-perilaku intervensif lainnya.

Pola asuh helikopter umumnya dipandang tidak efektif karena didasari beberapa hal yang bersumber dari ketakutan dan kecemasan berlebihan dari orang tua, seperti ketakutan akan konsekuensi buruk yang akan dialami anak, kompensasi rasa bersalah orang tua yang memiliki kesibukan banyak di luar rumah, pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan dari orang tua, serta adanya tekanan dari orang tua lain yang memberikan kemanjaan pada anak-anak mereka.

Mengapa *helicopter parenting* perlu diwaspadai?

Banyak pola asuh helikopter yang sebenarnya dimulai dengan intensi baik. Keterlibatan orang tua tentu sudah banyak terbukti memberi banyak dampak positif bagi anak, seperti perasaan dicintai dan diterima, kepercayaan diri meningkat, serta kesempatan untuk bertumbuh.

Namun, masalahnya, ketika orang tua menerapkan pola asuh helikopter didorong karena banyak ketakutan dalam dirinya atau pengambilan-pengambilan keputusan berdasar ketakutannya tersebut, maka akan sulit bagi anak untuk belajar mandiri. Dalam banyak hal, pengalaman kegagalan dan tantangan akan mengajarkan anak-anak keterampilan baru, dan yang paling penting adalah mengajarkan anak-anak bahwa mereka dapat mengatasi kegagalan dan tantangan.

Ada beberapa hal yang menjadi dampak negatif bagi anak dengan orang tua yang menerapkan *helicopter parenting*. Dampak

negatif tersebut di antaranya menurunkan kepercayaan dan harga diri, yakni anak merasa tidak dipercaya orang tua serta merasa tidak mampu. Keterampilan hidup dan keterampilan mengatasi masalah anak juga kurang berkembang jika anak terlalu banyak dilindungi dan dibebaskan dari tugas-tugas yang mengasah tanggung jawabnya.

Jika orang tua selalu mencegah anak mengalami masalah, anak akan kehilangan kesempatan untuk belajar mengatasi kekecewaan. Pola asuh helikopter juga dapat membuat anak merasa memiliki banyak hak untuk mendapat fasilitas dari orang tua secara sangat mudah baik secara material, sosial, maupun akademik.

Ini tentu membuat anak menjadi orang yang kurang berusaha. Anak yang selalu diakomodasi oleh orang tua ketika berurusan dengan pihak lain juga akan menurunkan kemampuan bantu diri sendiri. Mereka akan kehilangan kesempatan untuk bertanya, membuat klarifikasi, dan berbicara saat membutuhkan sesuatu.

Strategi menghindari *helicopter parenting*

Untuk menghindari dampak-dampak buruk bagi perkembangan anak, tentunya penerapan *helicopter parenting* perlu dihindari. Orang tua dapat mengasuh anak tanpa membuat anak kehilangan kemampuan untuk belajar keterampilan-keterampilan dasar dalam hidup.

Tugas sebagai orang tua memang tidak mudah. Di satu sisi orang tua perlu memastikan keamanan anaknya, tetapi di sisi lain anak-anak perlu dilatih untuk menghadapi situasi-situasi yang sulit. Dalam konteks

praktis, orang tua perlu membiarkan anak-anak berjuang, membiarkan anak-anak kadang-kadang mengalami kekecewaan, dan membantu anak dapat berhadapan dengan kegagalan. Anak juga perlu dibiarkan menjalankan tugas-tugas yang secara fisik dan mental dapat mereka lakukan.

Intinya, keseimbangan dan memperhatikan situasi

Meskipun terkesan lebih banyak hal-hal negatif, pola asuh helikopter tidak selamanya buruk. Dalam beberapa hal pola asuh jenis ini memang diperlukan. Misalnya, jika anak cenderung kurang mampu secara akademis, orang tua perlu melakukan hal-hal yang dapat mendukung permasalahan tersebut. Demikian juga saat anak sakit, mengalami *bullying*, atau masalah kesehatan mental.

Orang tua dengan pola asuh helikopter perlu memastikan masalah-masalah tersebut dapat diatasi dengan baik. Kuncinya, orang tua perlu terlibat dengan tetap memberikan ruang bagi anak untuk bertumbuh, belajar keterampilan-keterampilan baru, serta mengolah kegagalan yang dialami. Oleh karena itu, keseimbangan antara perhatian dan pemberian ruang bertumbuh serta memerhatikan situasi yang dialami anak merupakan kunci dari penerapan pola asuh helikopter agar meminimalkan dampak negatif. ●



Omah Petroek Karangklethak

- ✓ Wisma
- ✓ Museum Anak Bajang
- ✓ Book Shop Omah Petroek
- ✓ Kedai Kopi Petroek
- ✓ Pusat Data Kompas
- ✓ Perpustakaan

Alamat: Wonorejo Hargobinangun Pakem Sleman Yogyakarta

"Kita Berteman
Sudah Lama"



Informasi: 085 7424 72 038