

TEACHING WITH HEART; MENDIDIK ANAK TANPA HUKUMAN

Ana Maghfiroh

Email : ana_maghfiroh83@yahoo.com

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Abstrak

Di dunia pendidikan, kata disiplin seringkali disandingkan dengan hukuman, tanpa hukuman rasanya satu hal mustahil dapat membuat anak disiplin dan mentaati peraturan yang ada. Yang diperoleh dari proses pendisiplinan seperti tersebut diatas adalah kurangnya kesadaran anak terhadap pentingnya mentaati disiplin, sikap yang kurang bertanggung jawab anak terhadap perilaku dan tindakannya, dan rasa takut bukan pada ketidakmampuannya menepati disiplin namun pada hukuman jika ia melanggar disiplin. Oleh karenanya, dibutuhkan kemampuan orang tua dan guru untuk mengajarkan disiplin yang penuh makna, agar anak dapat memahami dan melaksanakan disiplin dengan penuh tanggungjawab. Teaching by heart, adalah suatu cara mendidik dan mengajarkan kedisiplinan dengan langsung menyentuh hati anak, tanpa adanya pemaksaan atau hukuman kepada anak. Tanpa adanya hukuman maka anak tidak perlu merasakan kecemasan, kekhawatiran, atau ketakutan dalam bertindak, namun akan melakukan setiap tindakan dengan penuh pertimbangan, pemikiran tentang baik buruknya, dan bertanggung jawab atas konsekuensi dari tindakannya tersebut.

Kata Kunci: Disiplin, Hukuman, Kosekuensi Logis

PENDAHULUAN

Disiplin seringkali diidentikkan dengan hukuman, atau harus diikuti dengan hukuman yang jelas supaya disiplin dapat ditegakkan, karena ia dianggap satu hal yang dapat mendisiplinkan anak. Ketakutan dan kekhawatiran anak akan hukuman yang akan diterimanya ketika ia melanggar peraturan atau disiplin yang akhirnya mendorongnya untuk mematuhi dan melaksanakan disiplin yang ada.

Budaya untuk mematuhi peraturan karena takut akan hukuman akhirnya secara tidak langsung membentuk anak yang hanya akan mematuhi peraturan dihadapan orang yang memberikan peraturan, penuh keterpaksaan dalam menjalankan tugas dan

kewajibannya, sehingga ketika berada dibelakang peraturan ia akan melanggar dan bertindak yang lebih menyimpang dari peraturan tersebut. Ia juga kurang bertanggung jawab terhadap perilaku dan tindakannya, atau mungkin akan membentuk anak menjadi penakut dan penuh kecemasan. Hal ini terjadi karena adanya ancaman yang selalu membayangkan tindakan dan perilakunya setiap hari, sehingga anak melakukan sesuatu atau melaksanakan suatu kebaikan sesuai peraturan yang ada karena ketakutan dan keterpaksaan semata.

Masih sedikit sekali bentuk disiplin yang dapat membentuk anak menjadi anak yang menyadari pentingnya perilaku dan

tindakan yang dilakukan, atau perlunya ia mematuhi peraturan yang ada untuk kepentingan dirinya sendiri. Disiplin yang demikian akan membantu anak mengenali bagaimana dirinya sebelum melaksanakan disiplin tersebut, dan bagaimana ia akan menjadi setelah melakukan dan mematuhi disiplin tersebut. Ia juga akan merasakan kenyamanan ketika melakukan tindakan sesuai disiplin dibandingkan ia melanggarnya.

Perilaku menyimpang masih sering dipandang sebelah mata, bahwa anak yang berperilaku menyimpang, melanggar peraturan dianggap sebagai suatu kesalahan, ketidakwajaran, suatu hal yang butuh perhatian dan tindakan khusus seperti peringatan atau hukuman yang akan membuat si anak jera dan tidak akan pernah mengulangi tindakannya. Yang terjadi ada dua kemungkinan, si anak benar-benar jera dan berhenti melanggar peraturan dan bertindak menyimpang, dan kemungkinan yang lain ia akan mengulanginya karena mungkin sudah kebal dengan hukuman yang ada, atau ia mengulanginya karena ia merasa lebih diperhatikan oleh guru atau orangtuanya ketika ia berperilaku menyimpang.

Oleh karenanya, orang tua dan pendidik hendaknya mengajarkan anak tentang suatu hal kebaikan, baik berupa tindakan, sikap, maupun suatu nilai dengan penuh kebermaknaan. Memberikan contoh atau modelling akan lebih mengena daripada harus mendung-dungungkan peraturan tersebut. Selanjutnya, membentuk sikap dengan membuat rutinitas dan kebiasaan, dan memberikan penghargaan bagi setiap tindakan dan perilaku yang baik yang dilakukan anak, sehingga secara tidak langsung kita dapat menyentuh hatinya.

A. Disiplin VS Hukuman

Disiplin biasanya dibuat dengan tujuan untuk menertibkan suatu hal yang dianggap belum berjalan dengan baik, untuk menciptakan kebiasaan dan budaya baru, atau membangun perilaku baik dikalangan siswa atau anak. Disiplin yang efektif seharusnya dapat membantu siswa mengontrol perilakunya sesuai dengan tata nilai yang berlaku atau yang diinginkan, seperti untuk bersikap jujur disetiap perkataan dan tindakan, bukan karena takut akan disiplin yang berjalan, namun sepenuhnya karena mereka memahami bahwa tidak baik untuk berbuat menyimpang dan berbohong.

Disiplin adalah sebuah usaha untuk mengajar atau melatih seseorang untuk mematuhi peraturan atau sebuah tindakan yang diinginkan baik dalam jangka waktu pendek maupun panjang. Jadi disiplin digunakan sebagai alat untuk mengembangkan dan mengontrol perilaku anak. Tindakan disiplin dimaksudkan untuk mengajarkan ia tentang *self control* atau kontrol diri dan kepercayaan diri dengan memfokuskan diri pada apa yang kita ingin dari anak untuk belajar dan apa yang anak-anak kita bisa pelajari. Hal ini merupakan dasar dari membimbing anak bagaimana menjadi diri yang harmonis bagi diri mereka sendiri ataupun ketika bergaul dengan orang lain.

Tujuan dari disiplin adalah mengajarkan anak untuk bertanggung jawab terhadap tindakan mereka sendiri, bagaimana mengambil inisiatif, mengambil keputusan, dan mengambil resiko atau konsekuensi dari tindakannya sendiri, juga bagaimana menghargai dan menghormati

dirinya sendiri dan orang lain. Sehingga terdapat perpaduan antara proses berpikir positif dengan perilaku positif yang akan dilakukan seumur hidupnya. Disiplin secara tidak langsung akan dapat membentuk sikap, kebiasaan, dan perilaku anak dalam jangka waktu yang panjang. Disiplin ini yang membantu anak untuk belajar tentang kontrol diri ketika diiringi dorongan oleh orang dewasa, tanpa rasa sakit, ketakutan dan kekhawatiran, dan konsekuensi yang penuh arti.

Disisi lain, hukuman berarti satu tindakan untuk mengontrol tindakan dan perilaku dengan cara negatif. Hukuman diberikan untuk tujuan menghentikan anak untuk berperilaku menyimpang dan tidak sesuai dengan aturan atau tata nilai yang ada, atau tidak sesuai dengan harapan orang tua, namun dengan memberikan sesuatu hal yang menyakitkan ataupun tidak menyenangkan bagi si anak. Maka memang benar suatu ketika hukuman tersebut dijatuhkan pada anak yang melanggar disiplin atau berperilaku menyimpang ia akan secara langsung dan spontan menghentikan tindakan tersebut, membuat anak takut dan jera untuk mengulangnya lagi, namun ia tidak mampu memahami anak tentang pentingnya ia untuk berperilaku baik dan meninggalkan perilakunya yang tidak baik.

Seringkali para orang tua dan guru terjebak untuk langsung menggunakan hukuman dalam mendisiplinkan anak-anak, tanpa melihat seberapa berat pelanggaran yang dilakukan anak, hukuman dianggap sebagai alat yang paling mujarab. Dalam (*Discipline and Punishment*, 2009) disebutkan:

There are basically four kinds of punishment (1) physical punishment -

slapping, spanking, switching, paddling, and using a belt or hair brush. (2) verbal punishment - shaming, ridiculing, using cruel words, saying "I don't love you." (3) withholding rewards - "You can't watch TV if you don't do your homework." (4) penalties - "You broke the window so you will have to pay for it with money from your allowance."

Secara umum hukuman dapat digolongkan menjadi empat hal, hukuman fisik seperti memukul atau berdiri dalam waktu tertentu, hukuman lisan dengan berteriak, mengomel atau mengumpat, dengan memotong atau mengurangi fasilitas kesenangan anak, atau dengan pinalti. Hukuman pertama dan kedua (hukuman fisik dan lisan), seringkali dianggap paling banyak bekerja dan efektif untuk mendisiplinkan anak, paling mudah dilakukan karena seringkali ia merupakan spontanitas orang tua untuk melakukannya, namun sesungguhnya hukuman fisik seringkali membuat anak marah dan kehilangan rasa penyesalan, sehingga disaat lain ia akan kembali melakukan tindakan menyimpang, atau lebih parah lagi si anak akan meniru apa yang dilakukan orang tua atau gurunya kepadanya. Ia menjadi seorang anak yang temperamen atau gampang marah, mengumpat, atau berbuat kasar baik terhadap dirinya sendiri atau bahkan kepada orang lain.

Hukuman yang ketiga dan keempat (memotong dan mengurangi kesenangan anak, dan pinalti) merupakan satu pilihan hukuman yang mungkin dapat lebih mendidik anak untuk merasa bertanggung jawab atas setiap tindakan yang ia lakukan. Dengan memotong dan mengurangi fasilitas dan kesenangan yang biasanya ia miliki dikarenakan perilaku menyimpang yang ia lakukan, maka ia akan belajar bahwa setiap tindakan memiliki akibat dan konsekuensi, ia akan lebih bertanggung jawab dan bersikap berhati-hati untuk melakukan sesuatu.

B. Teori Otak Triune

Dr. Paul Maclean mencetuskan tentang teori tiga otak dalam kepala manusia. Pertama otak reptil yang berfungsi sebagai pusat kendali, sistem saraf otonomi, dan mengatur fungsi utama tubuh seperti denyut jantung dan pernafasan. Selain itu, otak reptil juga berfungsi mengatur reaksi seseorang terhadap bahaya atau ancaman dengan menggunakan pendekatan lari atau lawan. Saat otak reptil aktif orang tidak akan bisa berpikir logis. Yang berperan dalam keadaan ini adalah insting atau cara berpikir dan bertindak berdasarkan hasil latihan. Otak reptil akan aktif bila seseorang merasa takut, stress, terancam, marah, atau kondisi tubuh dan pikirannya lelah.

Kedua adalah otak mamalia (*limbic*) berperan mengatur kebutuhan akan keluarga, strata sosial, dan rasa memiliki. Otak ini juga memberi arti pada suatu emosi atau kejadian. Selain itu otak mamalia berperan dalam mengendalikan sistem kekebalan tubuh, hormon, dan memori jangka anjang. Otak mamalia juga berperan sebagai saklar yang menenukan otak mana yang aktif, otak reptil atau otak berpikir. Bila seseorang sedang tegang, stress, takut, marah, maka informasi yang diterima otak mamalia diteruskan ke otak reptil. Sebaliknya saat seseorang dalam keadaan tenang, bahagia, dan percaya diri maka informasi tersebut akan diteruskan oleh otak mamalia ke otak berpikir.

Ketiga adalah otak berpikir atau *neo cortex*. Fungsi dari otak ketiga ini adalah memikirkan secara logis apa yang seharusnya dilakukan oleh seseorang. Otak

berpikir merupakan 80% dari total otak manusia.

Berdasarkan teori otak ini anak yang mendapatkan sanksi akan menyadari kesalahannya dan mengeti alasan mengapa ia mendapatkan sanksi, lalu sistem *limbic*-nya mendorong otak berpikir (*neo-cortex*) untuk aktif dan hal ini membuatnya sadar tidak mengulangi perbuatan yang mendorongnya mendapatkan sanksi lagi.

Sebaliknya pada anak yang mendapatkan hukuman, ia merasa tidak bersalah atas apa yang telah ia lakukan, atau ia tidak menerima cara hukumannya diberikan, yaitu misalnya dengan mempermalukan dirinya didepan orang lain, maka sistem limbicnya akan merangsang otak reptil untuk aktif. Dengan aktifnya otak pertama ini maka akan muncul dua kemungkinan. Pertama, anak akan menerima saja hukuman dari orang tuanya karena tidak ada kekuatan untuk melawan. Anak seperti ini akan tumbuh menjadi anak yang minder dan kurang percaya diri. Kedua akan muncul keberanian dan kebanggaan pada dirinya karena ia merasa kuat untuk menghadapi hukuman tersebut.

C. Menghilangkan Ancaman dan Kekhawatiran Anak

Dalam pembelajaran salah satu hal yang sangat penting adalah membangun motivasi, dan keberanian anak, serta menghilangkan rasa takut dan kecemasan pada diri anak. Keberanian dan kecemasan anak semuanya bisa berasal dari diri siswa sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Dan guru adalah salah satunya yang seharusnya dapat membangkitkan keberanian dan motivasi siswa, namun

sekaligus terkadang adalah sumber dari kekhawatiran dan ketakutan anak.

Sikap guru yang terkesan kurang bersahabat, keras, atau galak, diikuti dengan kata-kata yang kasar dan menyakitkan pada akhirnya yang membuat anak menjadi pribadi yang penakut, penuh kecemasan, dan perasaan tidak nyaman selama proses pembelajaran. Dan ketika rasa tidak aman dan nyaman tersebut berkembang pada diri siswa maka ia akan merasakan kesulitan untuk memproses apapun yang disampaikan guru selama pembelajaran.

Memperhatikan hal tersebut diatas, maka sebaiknya guru dan orang tua melakukan hal-hal sebagai berikut:

1. Memperhatikan perhatian yang lebih terhadap perkembangan sikap, emosi dan perilaku anak, sama halnya dengan perhatiannya terhadap perkembangan kognisi anak.
2. Membuat rutinitas yang dapat membangkitkan semangat, motivasi dan keinginan siswa untuk belajar, menanyakan kabar dan keadaan siswa, atau memulai pelajaran dan melakukan aktifitas-aktifitas yang menyenangkan bagi siswa.
3. Membiasakan memberikan pujian dan penghargaan atas setiap pencapaian anak sekecil apapun, bahkan kemauan anak untuk berubah dari sikapnya yang kurang baik menjadi baik.
4. Tidak bersikap reaktif terhadap perilaku-perilaku siswa yang melanggar atau menyimpang dari yang seharusnya, dan tidak memberikan perhatian berlebihan

terhadap perilaku menyimpang tersebut dengan memberikan hukuman atau sanksi yang berlebihan, namun memberikan konsekuensi atas tindakan menyimpang tersebut.

5. Mengurangi atau menghilangkan hukuman verbal maupun fisik bagi perilaku yang menyimpang, dan menggantinya dengan konsekuensi yang lebih berhubungan erat dengan perilaku atau tindakan menyimpang yang
6. Memikirkan dan mencari tahu alasan anak berperilaku menyimpang, bukan memikirkan hukuman apa yang tepat bagi pelanggaran tersebut.

D. Peraturan untuk Mendisiplinkan Anak

Dalam menjalankan sebuah disiplin, peraturan yang jelas merupakan salah satu hal yang sangat penting, untuk membuat tindakan dan perilaku anak lebih terarah, sesuai harapan dan ketentuan yang ada. Bagaimana bisa anak yang belum mengetahui peraturan dengan jelas, akan berperilaku sesuai disiplin yang ada, kecuali ia diberitahu dan dibiasakan dengan peraturan tersebut. Anak-anak seringkali merasa bingung untuk bersikap dan berperilaku, terutama di lingkungan yang baru, ia harusnya terlebih dahulu dikenalkan dengan aturan yang berlaku di daerah tersebut.

Terdapat beberapa poin penting dalam menetapkan dan menjalankan sebuah peraturan diantaranya:

- a. Peraturan yang dibuat bersama antara yang terkena peraturan dan

yang akan menjalankan peraturan, meningkatkan kesadaran untuk sama-sama menepati peraturan tersebut.

- b. Anak-anak lebih mudah memahami peraturan yang berupa gambar, simbol dan ilustrasi dibandingkan dengan susunan kata yang rumit dan membosankan.
- c. Peraturan butuh tindakan dan contoh, bukan hanya berupa tulisan yang panjang dan sulit dimengerti. Lingkungan berperan penting dalam menunjukkan seberapa pentingnya peraturan tersebut untuk dipenuhi.
- d. Membangun peraturan sama halnya seperti membangun rutinitas dan kebiasaan baru, yaitu dengan melunturkan kebiasaan lama dan menggantinya dengan kebiasaan baru yang sangat membutuhkan usaha keras dari semua orang, bukan hanya dari diri pribadi si anak.
- e. Melakukan bersama-sama peraturan yang dibuat antara yang terkena peraturan dan yang menjalankan peraturan akan membuat pelaku peraturan merasa lebih ringan dan dengan suka rela menepati peraturan yang ada.
- f. Mentaati peraturan karena mengetahui manfaatnya akan sangat membantu dan mendukung ditepatinya peraturan.
- g. Adanya konsekuensi dari sebuah peraturan akan membuat anak berpikir ulang untuk melanggar peraturan, seperti jika ia tidak melaksanakan peraturan ia akan kehilangan jam bermainnya dsb.

E. Mananamkan Disiplin dengan Konsekuensi Logis

Mengubah kebiasaan orang tua dan guru untuk menjalankan disiplin tanpa hukuman memang bukan hal mudah. Spontanitas guru untuk berteriak, berkata-kata keras, dan memberikan hukuman fisik pada setiap anak yang berperilaku menyimpang atau tidak sesuai dengan yang dikehendaki telah menjadi kebiasaan dan sikap pilihan guru. Sehingga mereka menganggap bahwa disiplin hanya akan dapat berjalan baik jika diiringi dengan hukuman dan kekerasan.

Beberapa orang yang masih bertahan pada metode disiplin dengan menggunakan hukuman, biasanya berpendapat bahwa:

- a. Mereka berpikir dan berkata: “Sudah tidak ada satupun yang berhasil”, selain hukuman.
- b. Beberapa orang tua sedang melampiaskan kemarahannya terhadap pasangannya kepada si anak.
- c. Mereka tidak memikirkan hal lain kecuali hukuman.
- d. Para orang tua tidak mengetahui bagaimana disiplin yang paling efektif.
- e. Mereka melampiaskan rasa frustrasi dan stresnya melalui menghukum anaknya.
- f. Hukuman adalah cara paling mudah, tanpa membutuhkan banyak waktu dan pemikiran, dibaningkan dengan cara lainnya.
- g. Beberapa orang tua ingin menegakkan disiplin, tanpa perlu dipertanyakan apa maksudnya membuat peraturan dan disiplin semacam itu.

Sesungguhnya, disiplin dapat pula ditanamkan dengan membiasakan anak merasakan konsekuensi langsung atau konsekuensi alami terhadap setiap tindakan, hingga dia merasakan pentingnya ia melaksanakan dan bertindak sesuai disiplin yang ada, sampai pada pemahamannya tentang manfaat disiplin terhadap dirinya sendiri. Sehingga, dengan mengetahui konsekuensi langsung dari setiap tindakannya anak akan menjadi lebih bertanggung jawab dan terbiasa mandiri dalam berpikir dan memutuskan mana hal yang baik dan yang buruk.

Natural Consequences, atau Konsekuensi alami seperti diatas memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar dari kejadian alami di dunia ini, tentang akibat alami yang akan ia terima jika ia melakukan kesalahan. Misalnya, jika ia tidak makan maka ia akan lapar, jika ia malas belajar maka ia akan mendapatkan nilai yang rendah. Orangtua merelakan anaknya merasakan hal yang tidak menyenangkan namun alami terjadi kepada anaknya jika si anak tidak melakukan seperti yang diharapkan. Konsekuensi logis disusun oleh orang tua. Konsekuensi yang ditentukan, secara logis mengikuti perilaku anak.

Konsekuensi logis dan alami mengajarkan anak tentang tanggung jawab. Seperti konsekuensi untuk memakai baju kotor sebagai akibat tidak meletakkan baju kotor ditempatnya, seperti yang telah diminta ibu. Maka ketika datang hari giliran memakai baju seragam, dan didapati baju tersebut belum tercuci karena diletakkan dilantai di kamar anak bukan ditempat yang seharusnya, tanggung jawabnya tetap diberikan kepada si anak, bukan ibu yang

harus mengambil alih tanggung jawab dengan mengambil baju kotor yang diletakkan tidak pada tempatnya dan mencucinya, atau memintakan ijin kepada guru untuk tidak memakai seragam, namun membiarkan si anak memakai baju kotor tersebut.

Ketidak nyamanan yang ia rasakan selama memakai baju kotor itu karena baunya atau karena kotornya akan mengajarkannya untuk bertanggung jawab dan tidak akan mengulangi kesalahan yang sama. Sebaliknya jika kita sebagai orang tua seringkali mengambil alih tanggung jawab si anak terhadap perilakunya, maka perilaku merekapun tidak akan berubah menjadi lebih baik. Sayangnya, tidak semua orang tua tega atau rela jika anaknya berpakaian kotor dan lecek meski itu adalah akibat dari kesalahan si anak sendiri.

Dari penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

- a. Konsekuensi logis perlu ditetapkan oleh orang tua untuk menghadapi setiap perilaku anak yang tidak seharusnya.
- b. Sejak awal harus diberitahu tentang konsekuensi yang bakal diterima sebagai akibat dari tindakan atau keputusan yang diambilnya.
- c. Orangtua harus menyediakan pilihan bagi anak, untuk mengikuti atau memenuhi aturan sesuai yang kita harapkan atau jika tidak sesuai berarti dia memilih siap menerima konsekuensi dari tindakannya.
- d. Konsekuensi alami, (seperti jika anak tidak makan berarti ia akan lapar), akan dianggap lebih logis bagi anak, sebagai akibat dari kesalahan atau tindakannya yang

kurang tepat, dan anak akan lebih mudah menerima konsekuensi tersebut.

- e. Konsekuensi logis mengajarkan anak tentang tanggung jawab, kemandirian, dan berhati-hati untuk memilih atau memutuskan sesuatu agar tidak berakibat buruk baginya.
- f. Konsekuensi adalah salah satu cara mengenalkan kedisiplinan kepada anak tanpa hukuman.
- g. Konsekuensi alami atau konsekuensi logis mengurangi kekhawatiran anak selama proses belajar, karena konsekuensi memiliki wujud dan tampilan berbeda dari hukuman.
- h. Membiarkan dan merelakan anak untuk merasakan konsekuensi berarti memberikan kesempatan langsung kepada anak untuk belajar langsung kepada pengalaman.

KESIMPULAN

Disiplin adalah sebuah usaha untuk mengajar atau melatih seseorang untuk mematuhi peraturan atau sebuah tindakan yang diinginkan baik dalam jangka waktu pendek maupun panjang. Jadi disiplin

digunakan sebagai alat untuk mengembangkan dan mengontrol perilaku anak. Tindakan disiplin dimaksudkan untuk mengajarkan ia tentang *self control* atau kontrol diri dan kepercayaan diri dengan memfokuskan diri pada apa yang diinginkan dari anak untuk belajar dan apa yang anak-anak kita bisa pelajari. Untuk mendidik dengan hati, orang tua atau guru perlu merasionalkan hukuman, memperjelas peraturan yang ditetapkan, memberikan contoh, membuat rutinitas sesuai disiplin, dan menghargai setiap usaha dan pencapaian anak. Dengan demikian akan dapat dicapai tujuan dilaksanakannya disiplin.

DAFTAR PUSTAKA

Brophy, Jare. 2004. *Motivating Student to Learn*. New Jersey: LEA Publisher.

Jinan, Miftahul. 2012. *Orang Tua Hobi Menghukum*. Surabaya: Filla Press.

_____. 2009. *Discipline for Young Children*. United State: Virginia Tech.

_____. 2009. *Positive Discipline, Alternatives to Corporal Punishment*. Uganda: Raising Voices