



PENERBIT
UNIVERSITAS
CIPUTRA

Berduet Menumbuhkan Motivasi Berprestasi Anak

Menciptakan Keselarasan Ayah - Ibu
untuk Motivasi Berprestasi Anak

JENNY LUKITO SETIAWAN
JESSICA CHRISTINA WIDHIGDO
PRAMESTI SANISCARA



Berduet Menumbuhkan Motivasi Berprestasi Anak

—
Menciptakan Keselarasan Ayah - Ibu
untuk Motivasi Berprestasi Anak

JENNY LUKITO SETIAWAN
JESSICA CHRISTINA WIDHIGDO
PRAMESTI SANISCARA



PENERBIT
UNIVERSITAS
CIPUTRA

**BERDUET MENUMBUHKAN MOTIVASI BERPRESTASI ANAK:
MENCiptAKAN KESELARASAN AYAH-IBU UNTUK
MOTIVASI BERPRESTASI ANAK**

ISBN:

Penulis:

Jenny Lukito Setiawan
Jessica Christina Widhigdo
Pramesti Saniscara

Editor:

Jandy Thenariato

Jumlah halaman: 101 halaman, Uk. 15x23 cm

Hak Cipta @2026 - Pada Penulis

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang mengutip, menerbitkan kembali, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari Penerbit Universitas Ciputra, kecuali kutipan untuk keperluan akademis, referensi, publikasi, atau kebutuhan non-komersial dengan jumlah tidak sampai satu bab.

Mohon untuk menyebutkan Penerbit Universitas Ciputra jika mengutip materi di dalamnya.

Foto serta ilustrasi gambar yang berada di dalam buku ini dibuat untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada pembaca tanpa ada maksud untuk melanggar atau merendahkan ajaran agama apapun, norma budaya serta kode etik yang berlaku di masyarakat Indonesia.

PENERBIT UNIVERSITAS CIPUTRA

Penerbit Universitas Ciputra
Citraland CBD Boulevard, Kel. Made, Kee. Sambikerep,

Surabaya, Jawa Timur, 60219
Email: penerbit@ciputra.ac.id

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	2
KATA PENGANTAR	4
MOTIVASI BERPRESTASI	7
"Dapur Pemacu" Anak Menghadapi Kehidupan dan Dunianya	7
Tantangan Perkembangan Usia Dini dan SD	11
Tantangan Ekstra di Era Digital: Membangun <i>Sense of Competence</i> di Tengah Layar dan <i>Instant Gratification</i>	14
DUA SISI KOIN	18
Harapan untuk Berhasil (<i>Hope of Success</i>) dan Takut akan Kegagalan (<i>Fear of Failure</i>)	18
Menumbuhkan <i>Growth Mindset</i> pada Anak: Ketika Orang Tua Memuji Proses, bukan Sekedar Hasil Akhir	22
Pertolongan Pertama Saat Anak Gagal: Respon Kompak <i>Moms and Dads</i> Saat Anak Patah Semangat	25
PERAN KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGEMBANGAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA ANAK	29
Manfaat Keterlibatan Ayah	30
Risiko dan Dampak Ketidakhadiran Ayah	34

Mengikis Stigma Pengasuhan	35
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI GAYA PENGASUHAN	39
Mengolah <i>Parenting Triggers</i>	41
Prinsip <i>United Front</i>	51
DUET CO-PARENTING TALK	61
Yuk Berefleksi	62
Yuk Berstrategi	74
Yuk Haha Hihi	81
PENUTUP	94
REFERENSI	95
TENTANG PENULIS	100

KATA PENGANTAR

Dari harmoni dalam pengasuhan, tumbuh semangat berprestasi anak

Orang tua mana yang tidak ingin anaknya menyukai tantangan, tidak mudah menyerah, senang menerima masukan, serta berjuang dan bangga atas usahanya sendiri? Tentu saja hal-hal positif tersebut tidak terjadi dengan sendirinya, tetapi banyak dipengaruhi oleh pola pengasuhan serta keharmonisan dalam pengasuhan yang dilakukan oleh ayah dan ibu.

Buku *Berduet Menumbuhkan Motivasi Berprestasi Anak: Menciptakan Keselarasan Ayah-Ibu untuk Motivasi Berprestasi Anak* ditulis dengan mempertimbangkan kenyataan banyaknya ketidakselarasan antara ayah dan ibu dalam pengasuhan. Ketidakselarasan dalam pengasuhan memberikan dampak yang kurang positif pada pertumbuhan anak, karena anak menjadi bingung dan kurang percaya diri. Hal-hal ini juga membuat perkembangan semangat berprestasi pada anak menjadi terhambat.

Buku ini ditulis untuk memberi kesempatan bagi *Moms and Dads* membangun relasi pengasuhan sehingga tercapai simfoni yang indah dalam pengasuhan dan berdampak positif bagi tumbuhnya semangat berprestasi pada anak.



Buku ini terbagi dalam dua bagian besar. Bagian pertama mengajak *Moms and Dads* mempunyai pemahaman tentang motivasi berprestasi, bagaimana menyeimbangkan “harapan untuk berhasil” dan “takut akan kegagalan” pada anak, pentingnya keterlibatan ayah selain ibu, faktor-faktor yang membentuk masing-masing gaya pengasuhan, cara mengolah *parenting triggers* yang muncul dari pengalaman masa lalu, dan bagaimana membangun *united front* atau satu suara di depan anak.

Bagian kedua adalah *DUET Co-Parenting Talk*. Di bagian ini *Moms and Dads* mempraktikkan semua pemahaman tersebut dalam tiga bagian: bersama-sama melakukan refleksi mengenai kondisi anak dan diri sendiri sebagai orang tua (*Yuk berefleksi*) dan mendiskusikan strategi yang hendak diterapkan untuk membangun motivasi berprestasi anak (*Yuk berstrategi*). Menariknya, buku ini juga memberikan kesempatan bagi *Moms and Dads* untuk santai bersama dan bercanda berdua untuk menghangatkan relasi (*Yuk haha hihi*). Buku ini dikembangkan dari kartu-kartu *DUET Co-Parenting Talk* yang hasil diskusinya dicatat bersama. Di dalam buku ini *Moms and Dads* bersama-sama mengisi jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang diberikan dan mendiskusikannya.

Buku ini bukan untuk dibaca dan dihabiskan sekaligus. Buku ini juga bukan untuk dibaca sendiri. Tetapi buku ini perlu dibaca bersama pasangan bagian per bagian secara



santai. Ketika *Moms and Dads* membaca pertanyaan, *Moms and Dads* menjawab pertanyaan tersebut secara bergantian.

Ciptakan waktu bersama untuk ngobrol yang bermakna dan bertujuan untuk menciptakan keselarasan dalam membangun motivasi berprestasi anak. Selamat membangun harmoni dalam pengasuhan!

MOTIVASI BERPRESTASI

“Dapur Pemacu” Anak Menghadapi Kehidupan dan Dunianya

Pernahkah *Moms and Dads* melihat seorang anak balita yang sedang menyusun balok-balok kayu setinggi mungkin? Ia berkonsentrasi penuh, menyusun balok satu per satu dengan tekun hingga tinggi, tanpa putus asa, sekalipun sesekali balok yang disusunnya jatuh. Ketika balok yang disusunnya jatuh, ia tidak menangis; ia tidak menyerah, tetapi mengambil ulang baloknya dan menyusunnya kembali dengan semangat dan tekun.

Pernahkah *Moms and Dads* mengamati seorang anak yang mengikuti lomba lari dengan semangat, sekalipun ia tahu bahwa ia akan kalah? Ketika berlari, ia fokus pada tujuan menyelesaikan lintasan larnya dan ia bangga ketika dapat menyentuh garis finish. Sekalipun ia kalah cepat dibandingkan dengan peserta lomba larnya dan didahului oleh peserta lomba yang lain, ia tetap menyelesaikan dan menuntaskan larnya dan bangga menyelesaikan bagian lari yang menjadi tantangan.

Pernahkah *Moms and Dads* menemukan seorang anak yang membuat rumah-rumahan dari kardus untuk bonekanya? Ia menggunakan lem, krayon, spidol, dan gunting, membuat kreasi-kreasi untuk “rumah” bonekanya. Hasilnya barangkali tidak sesempurna rumah-rumahan yang dijual



di toko mainan, tetapi ia puas dan bangga atas karya yang berhasil dihasilkannya.

Contoh-contoh di atas memberi gambaran akan motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi dapat didefinisikan sebagai keinginan atau dorongan untuk memenuhi dan bahkan melebihi standar kompetensi yang dimiliki oleh seseorang. Seseorang yang memiliki motivasi berprestasi biasanya memacu dirinya sendiri untuk maju mencapai suatu standar kompetensi. Bahkan orang tersebut biasanya tidak berpuas diri setelah mencapai suatu standar kompetensi, tetapi melampaui standar kompetensi yang telah ditetapkan.

Hal yang menarik dari contoh-contoh di atas adalah bahwa anak-anak tersebut menghadapi kesulitan, tetapi tidak putus asa. Mereka bertahan dan mencoba berbagai cara untuk tetap menghadapi dan menyelesaikan tugasnya, dan.... Ketika berhasil, mereka merasakan kepuasan intrinsik... atau kepuasan dari dalam diri mereka sendiri.

Jadi, apa yang dimaksud dengan motivasi berprestasi? Motivasi berprestasi adalah keinginan atau dorongan seseorang untuk memenuhi, bahkan melebihi standar kompetensi.

Motivasi berprestasi bukanlah keinginan untuk menjadi juara atau keinginan untuk menang atas orang lain. Seseorang yang memiliki motivasi berprestasi merasakan



kepuasan tersendiri ketika ia berhasil mencapai goal yang penuh tantangan. Jadi ukurannya bukan “menang atas orang lain”; ukurannya bukan sekadar hasil, tetapi proses mencapai goal.

Biasanya anak-anak yang memiliki motivasi berprestasi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- Punya keinginan yang kuat untuk menetapkan target dan mencapai target tersebut
- Target tersebut telah diperhitungkan dengan cermat, tidak asal menetapkan target
- Ia telah menghitung dengan cermat risiko-risiko untuk mencapai goalnya
- Bertanggung jawab atas upaya yang perlu dilakukan untuk mencapai target
- Mampu menilai diri sendiri, kelebihan maupun kekurangannya

Mengingat ia ingin mencapai target yang telah ditetapkan, ia sangat suka menerima umpan balik mengenai capaian yang sudah diperolehnya. Jadi ia akan frustrasi kalau tidak mendapatkan umpan balik, karena ia tidak tahu apakah ia sudah atau belum mencapai target. Umpan balik ini sangat ia butuhkan untuk tahu sampai di mana dan apa yang masih perlu dikerahkan untuk mencapai tujuan.



Mengapa Penting?

Mengapa motivasi berprestasi perlu dimiliki oleh anak-anak kita? Apakah itu berarti bahwa anak *Moms and Dads* harus selalu menang lomba, tidak boleh kalah?

Memiliki motivasi berprestasi tidak sama dengan keinginan untuk menang lomba. Memiliki motivasi berprestasi berkaitan dengan keinginan untuk menguasai kesulitan dan mengatasi tantangan. Memiliki motivasi berkaitan dengan keinginan untuk memenuhi kompetensi tertentu atau melebihi standar kompetensi tertentu. Jadi, ukurannya bukan menang dalam pertandingan atau kompetisi.

Menyamakan motivasi berprestasi dengan keinginan untuk menang lomba itu tampaknya terlalu menyederhanakan arti motivasi berprestasi.

Ketika *Moms and Dads* membangun motivasi berprestasi anak, sesungguhnya *Moms and Dads* sedang menanamkan jiwa *entrepreneurial*, yaitu suatu mentalitas tidak takut mencoba, tidak mudah menyerah, belajar dari kekeliruan dan kegagalan, dan terus berjuang.

Motivasi berprestasi adalah bekal kehidupan yang jauh lebih penting daripada selebar ijazah kelulusan atau sekadar piagam penghargaan sebagai juara.



Anak yang punya motivasi berprestasi akan menjadi pribadi yang:

- Tahan banting, tidak mudah menyerah, atau istilah kerennya adalah resilien
- Selalu punya semangat untuk maju, ingin berkembang, bukan hanya untuk mendapat piala
- Punya inisiatif untuk membuat perubahan yang lebih baik pada dirinya
- Anak jadi pembelajar sepanjang hayat, tidak pernah berhenti berkembang karena rasa ingin tahunya besar
- Percaya diri dan tidak bergantung pada dorongan atau pujian orang lain untuk berjuang
- Tidak bergantung pada perintah orang lain, tetapi dapat memacu diri sendiri dan mengambil langkah pertama

Bagaimana, *Moms and Dads*, apakah tertarik untuk mengembangkan motivasi berprestasi pada anak?

Tantangan Perkembangan Anak Usia Dini dan SD

Moms and Dads, setelah kita memahami betapa krusialnya motivasi berprestasi sebagai "dapur pemacu" dalam diri anak, pertanyaan selanjutnya adalah: Mengapa membangunnya justru paling menantang, sekaligus paling krusial di usia dini dan SD?





Untuk menjawabnya, kita perlu menengok apa yang sebenarnya terjadi di dalam jiwa dan otak anak-anak kita pada fase sekitar usia 3 hingga 12 tahun. Di periode inilah, anak-anak menghadapi dua tantangan perkembangan yang sangat besar: membangun *Sense of Competence* (rasa bahwa dirinya mampu) dan melakukan transisi besar dari dunia bermain yang bebas ke sekolah formal yang penuh aturan.

Mari kita bedah satu per satu ya, *Moms and Dads*.

1. *Sense of Competence*: Ketika Anak Bertanya, "Apakah Aku Mampu?"

Dalam psikologi perkembangan yang dicetuskan oleh Erik Erikson, anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan yang disebut *Industry vs. Inferiority* (Kegigihan vs. Rasa Rendah Diri).

Di fase ini, ada satu pertanyaan tersirat yang selalu bergema di dalam batin anak: "Apakah aku bisa melakukan hal ini dengan baik? Apakah aku mampu?"

Ketika anak berusaha menyusun balok, mengikat tali sepatu sendiri, belajar membaca, atau menyelesaikan soal matematika, mereka tidak sekadar melakukan aktivitas. Mereka sedang menguji kapasitas diri.

Jika mereka didukung, diberi kesempatan mencoba, dan dipuji atas usaha (prosesnya), mereka akan

mengembangkan *Sense of Competence* yaitu sebuah keyakinan internal bahwa "Aku mampu menghadapi tantangan ini jika aku berusaha."

Sebaliknya, jika usaha mereka terlalu sering dikritik, dibanding-bandingkan, atau dimanjakan (segala hal dibantu karena orang tua tidak sabar), anak berisiko mengembangkan rasa rendah diri (*inferiority*) dan *learned helplessness* (perasaan pasrah bahwa mereka tidak akan pernah bisa).

Moms and Dads, Sense of Competence inilah yang menjadi "bahan bakar utama" dari motivasi berprestasi. Anak yang merasa dirinya mampu tidak akan takut mengambil risiko atau mencoba hal baru. Sebaliknya, anak yang krisis *sense of competence* akan menarik diri sebelum bertanding, karena di dalam benaknya sudah tertanam keyakinan: "Ah, aku pasti gagal."

2. Transisi Besar: Dari Dunia Bermain ke Sekolah Formal
Coba *Moms and Dads* bayangkan: Selama usia balita dan TK, dunia anak didominasi oleh bermain (*play-based learning*). Bermain adalah cara alami otak anak belajar. Di sana tidak ada benar atau salah yang kaku, tidak ada tuntutan nilai, dan tenggat waktu.

Namun, begitu melangkah ke jenjang SD, dunianya berubah drastis secara tiba-tiba. Anak dituntut duduk

tenang selama berjam-jam, ada instruksi terstruktur yang harus diikuti, dan mulai ada penilaian formal (nilai 1–100, huruf A/B/C, peringkat, atau asesmen). Hasil karya dan kemampuan mereka mulai diperhatikan serta dibandingkan secara terbuka di lingkungan sosial.

Perubahan ini bukan sekadar transisi fisik, melainkan transisi psikologis dan kognitif yang luar biasa berat bagi anak. Jika proses transisi ini tidak dikelola dengan bijak oleh orang tua dan guru, anak bisa mengartikan sekolah sebagai tempat yang mengancam keselamatan emosional mereka. Kegagalan pertama di sekolah (misalnya dapat nilai jelek atau belum lancar membaca) bisa meremukkan *sense of competence* yang baru saja mulai tumbuh.

Tantangan Ekstra di Era Digital: Membangun Sense of Competence di Tengah Layar dan Instant Gratification

Moms and Dads, jika membangun *sense of competence* pada anak di zaman dahulu sudah menantang, jujur saja tantangan orang tua di era digital saat ini berkali-kali lipat lebih kompleks.

Anak-anak kita hari ini lahir dan tumbuh sebagai *digital natives*. Gadget, media sosial, *game online*, dan platform video singkat (*short-form content*) seperti *TikTok* atau



YouTube Shorts sudah menjadi konsumsi sehari-hari. Tanpa kita sadari, realitas digital ini membawa dampak besar terhadap cara anak membangun rasa mampu (*sense of competence*) dan motivasi berprestasi mereka.

Mari kita lihat apa saja tantangan nyata di era digital ini dan bagaimana dampaknya pada anak:

1. Jebakan *Instant Gratification* vs. Proses Belajar Nyata
Dunia digital menawarkan serba instan. Anak hanya perlu menggeser jari (*swipe*) untuk mendapatkan hiburan baru, atau memencet satu tombol untuk langsung “menang” dalam sebuah game. Otak anak dibanjiri oleh lonjakan hormon dopamin secara cepat dan mudah (*instant gratification*).

Padahal, untuk membangun *sense of competence* di dunia nyata, seperti belajar membaca, menyelesaikan soal matematika, belajar memainkan alat musik, atau berlatih olahraga, dibutuhkan proses, repetisi, dan kesabaran.

Dampaknya, anak-anak era digital rentan menjadi cepat frustrasi dan mudah menyerah ketika menghadapi tugas nyata yang tidak memberikan hasil seketika. Ketika mereka merasa tugas itu “susah”, mereka cenderung menarik diri dan menganggap diri mereka “tidak mampu”.

- 
2. Ilusi "Serba Mudah" dan Menurunnya Daya Tahan
Dalam game online, jika anak kalah, mereka bisa dengan mudah menekan tombol "*Replay*" atau "*Restart*" tanpa konsekuensi fisik atau emosional yang berarti. Namun, di dunia nyata, kegagalan di sekolah atau tantangan sosial membutuhkan daya tahan emosional (*resilience*) dan regulasi diri.

Ketika anak terlalu banyak mengonsumsi stimulasi digital yang cepat, rentang perhatian (*attention span*) dan daya juang mereka saat menghadapi kesulitan nyata cenderung berkurang.

3. Bahaya Komparasi Sosial yang Terlalu Dini
Di era media sosial dan internet, anak-anak usia SD akhir mulai terpapar pada standar-standar ideal yang tidak realistis. Mereka melihat anak lain di YouTube yang sangat mahir main game, pandai menari, atau memiliki barang-barang mewah.

Jika tidak dibimbing, anak usia SD, yang menurut Erik Erikson sedang sensitif terhadap rasa minder (*inferiority*), akan mudah merasa runtuh *sense of competence*-nya karena terus membandingkan proses belajarnya yang "biasa saja" dengan hasil akhir orang lain yang tampak "sempurna" di internet.

Melihat berbagai tantangan di atas, pastinya *Moms and Dads* bertanya-tanya: bagaimana caranya menumbuhkan



motivasi berprestasi anak di tengah dunia yang serba cepat dan penuh dengan perbandingan ini? Salah satu kuncinya terletak pada bagaimana anak memaknai dua dorongan besar yang selalu berdampingan dalam dirinya: “harapan untuk berhasil” dan “takut akan kegagalan”. Kita akan bahas dua sisi ini lebih dalam di bab berikutnya.

DUA SISI KOIN

Harapan untuk Berhasil (*Hope for Success*) dan Takut akan Kegagalan (*Fear of Failure*)

Motivasi berprestasi sering kali dijelaskan lewat dua sisi utama, yaitu *hope for success* (Harapan untuk berhasil) dan *fear of failure* (Ketakutan akan gagal). Keduanya bukan lawan, tetapi dua sisi dari energi yang sama. Anak yang berprestasi biasanya memiliki semangat untuk mencapai hasil terbaik, sekaligus kewaspadaan agar tidak sembarangan dan tetap bertanggung jawab. Perpaduan inilah yang membuat mereka tumbuh menjadi pribadi yang gigih, tekun, dan mampu belajar dari pengalaman.

1. *Hope for Success* yaitu dorongan untuk maju dan mencoba. Anak dengan *hope for success* cenderung:
 - Berani mencoba hal baru meski belum yakin hasilnya.
 - Melihat tantangan sebagai kesempatan, bukan ancaman.
 - Percaya bahwa kemampuan bisa berkembang lewat latihan.
 - Merasa puas saat berproses, bukan hanya ketika menang.
 - Menikmati kerja keras karena tahu itu bagian dari pencapaian.

Contoh sederhana:

- Saat nilai ulangnya turun, anak berkata, “Aku tahu bagian mana yang salah. Nanti aku belajar lagi.”
- Ketika gagal di lomba, anak justru semangat memperbaiki diri: “Aku mau coba lagi tahun depan.”

Sikap ini membuat anak punya optimisme dan daya juang tinggi. Mereka tidak takut gagal karena fokusnya adalah bagaimana menjadi lebih baik.

2. *Fear of Failure* yaitu sikap hati-hati yang membuat anak lebih bertanggung jawab. Sementara itu, sedikit rasa takut gagal juga penting. Bukan untuk membuat anak cemas, tetapi agar ia tetap berhati-hati, mempersiapkan diri, dan menghargai proses. Anak dengan *fear of failure* yang sehat biasanya:

- Teliti dan ingin memastikan hasil kerjanya baik.
- Tidak mau mengecewakan diri sendiri atau orang lain.
- Mempersiapkan diri sebelum melakukan sesuatu.
- Belajar mengatur waktu agar tidak tergesa-gesa.
- Menunjukkan rasa tanggung jawab terhadap tugasnya.

Contoh sederhana:

- Sebelum tampil di panggung, anak mengecek ulang alat musiknya karena takut salah nada.

- Saat mengerjakan PR, ia bertanya kepada orang tua untuk memastikan jawabannya benar.

Rasa takut gagal yang sehat bisa menjadi rem alami yang membantu anak menahan diri, berpikir lebih matang, dan berusaha lebih sungguh-sungguh.

Bagaimana caranya? Dalam mendampingi anak berprestasi, peran *Moms and Dads* ibarat pengemudi yang harus kompak memainkan pedal gas dan pedal rem. Satu orang tua bisa menjadi “gas” yang memberi dorongan, motivasi, dan semangat maju. Sementara yang lain bisa menjadi “rem” yang menenangkan, menstabilkan, dan membantu anak melihat risiko dengan bijak. Keduanya sama-sama penting karena anak membutuhkan keberanian untuk mencoba, sekaligus kebijaksanaan untuk berhati-hati.

Masalahnya, sering kali gas dan rem ini tidak berjalan seimbang. Ada kalanya satu pihak terlalu menekan agar anak berprestasi, sementara pihak lain terlalu protektif karena takut anak kecewa. Kalau keduanya tidak sejalan, anak bisa bingung: “Sebenarnya aku harus berani mencoba atau jangan sampai gagal?” Di sinilah pentingnya coparenting, suatu konsep yang dikembangkan oleh Feinberg, seorang tokoh penting dalam teori coparenting, yaitu kerja sama antara *Moms and Dads* dalam mengasuh yang saling mendukung meskipun punya gaya berbeda.



Dalam *coparenting* yang sehat, kedua orang tua tidak perlu selalu sama. Yang terpenting adalah saling memahami peran dan tujuannya. Misalnya, ketika salah satu orang tua mendorong anak untuk ikut lomba sains, orang tua lain bisa berperan menenangkan anak jika mulai cemas. Bukannya saling menyalahkan, mereka bisa berdiskusi di belakang layar:

“Aku lihat dia agak tegang. Mungkin kamu bisa bantu kasih semangat. Nanti aku yang bantu menyiapkan waktu belajar biar dia lebih tenang.”

Dengan komunikasi seperti itu, anak merasakan kehadiran dua sosok yang bekerja bersama, bukan dua suara yang bertentangan. Ia belajar bahwa di rumah, dukungan tidak berarti tekanan dan perlindungan tidak berarti pembatasan.

Selain itu, *Moms and Dads* juga bisa mencontohkan bagaimana mereka menyelesaikan perbedaan pendapat dengan cara yang tenang dan saling menghargai. Anak yang menyaksikan ayah dan ibunya berdiskusi dengan sehat akan belajar bahwa konflik bukanlah hal menakutkan, melainkan bagian dari proses untuk menemukan keputusan terbaik. Dari situ, anak menyerap nilai penting: bahwa keberhasilan butuh keberanian untuk mencoba



(*hope for success*), tapi juga kesadaran akan konsekuensi (*fear of failure*).

Jadi, *coparenting* bukan soal siapa yang lebih benar, tapi bagaimana dua peran itu saling menyeimbangkan. Ketika orang tua bisa menjadi “gas dan rem” yang selaras, anak tumbuh dengan pijakan yang kuat; mereka berani bermimpi, tapi tetap berpijak pada realitas.

Ada hal penting yang perlu menjadi perhatian juga bagi *Moms and Dads* dalam ber-*coparenting* untuk membangun motivasi berprestasi anak, yaitu fokuslah pada PROSES dan USAHA anak, bukan pada HASIL. Tidak adil kalau orang tua fokus pada hasil, karena kapasitas dan situasi yang dialami setiap anak tidak sama. Karena itu, fokuslah pada proses dan usaha yang telah dilakukan anak, sekalipun hasilnya tidak cemerlang. Hati-hati dengan komentar seperti “dapat nilai berapa?”, “Kok nggak dapat 100?”, “Juara berapa?” Sebaliknya berikan pujian misalnya “Wow mama lihat kamu tekun sekali menyelesaikan PR matematika yang sulit ini, kamu tidak menyerah... mama bangga sekali padamu.”

Menumbuhkan Growth Mindset pada Anak: Ketika Orang Tua Memuji Proses, Bukan Sekadar Hasil Akhir

Moms and Dads, salah satu fondasi paling kokoh dalam menyeimbangkan antara *hope for success* dan *fear of failure*



adalah bagaimana kita membentuk pola pikir atau mindset anak. Profesor Carol Dweck dari Stanford University membagi pola pikir manusia menjadi dua: *Fixed Mindset* (pola pikir tetap) dan *Growth Mindset* (pola pikir berkembang).

Anak dengan *Fixed Mindset* percaya bahwa kecerdasan dan bakat adalah harga mati yang dibawa sejak lahir. Bagi mereka, kegagalan adalah bukti bahwa mereka "tidak pintar." Akibatnya, *fear of failure* mereka menjadi sangat merusak, mereka memilih tidak mencoba sama sekali daripada terlihat bodoh.

Sebaliknya, anak dengan *Growth Mindset* meyakini bahwa kemampuan bisa ditumbuhkan melalui usaha, strategi yang tepat, dan latihan. Bagi mereka, kegagalan bukanlah vonis, melainkan umpan balik (*feedback*) untuk belajar lebih baik.

Lalu, bagaimana *Moms and Dads* bisa menanamkan *Growth Mindset* ini dalam kehidupan sehari-hari? Jawabannya ada pada cara kita memberikan pujian: *Process Praise* (pujian pada proses) versus *Person Praise* (pujian pada pribadi/hasil).

Seni Memberikan *Process Praise* dalam Pengasuhan Bersama

Banyak dari kita tumbuh dengan pujian seperti, "Wah, kamu pintar sekali dapat nilai 100!" atau "Anak Mama memang genius!" Niatnya tentu baik, yaitu untuk



membangkitkan rasa percaya diri anak. Namun, secara tidak sadar, pujian semacam ini (*person praise*) justru menjebak anak dalam *fixed mindset*. Anak jadi takut menghadapi tantangan berikutnya karena cemas predikat "pintar" itu akan hilang jika mereka gagal.

Sebaliknya, *Process Praise* mengarahkan perhatian anak pada hal-hal yang berada di bawah kendali mereka: usaha, fokus, strategi, dan ketekunan.

Mari kita lihat perbedaan konkrit antara kedua jenis pujian tersebut dalam situasi sehari-hari:

Ketika Anak Mendapatkan Nilai Ujian yang Bagus:

Person Praise (Perlu Dihindari): "Kamu hebat banget dapat nilai A! Pintar sekali anak Papa!"

Process Praise (Sangat Dianjurkan): "Papa bangga melihat cara kamu mengatur waktu belajar minggu ini. Hasil nilai A ini buah dari latihan rutinmu!"

Saat Anak Menunjukkan Karya Seni atau Gambar:

Person Praise (Perlu Dihindari): "Bagus banget gambarmu, kamu berbakat jadi pelukis!"



Process Praise (Sangat Dianjurkan): "Wah, Mama suka sekali dengan kombinasi warna yang kamu pilih di sini. Kelihatan kamu detail sekali mengerjakannya!"

Saat Anak Mengikuti Olahraga atau Perlombaan:

Person Praise (Perlu Dihindari): "Kamu memang yang terbaik, piala ini bukti kamu paling jago!"

Process Praise (Sangat Dianjurkan): "Moms bangga lihat kamu tetap berlari kencang sampai garis finish walaupun tadi sempat tertinggal. Daya juangmu luar biasa!"

Ketika *Moms and Dads* kompak menggunakan *process praise*, anak akan menginternalisasi pesan penting: "Harga diriku tidak ditentukan oleh piala atau angka, melainkan oleh komitmenku untuk terus belajar dan berusaha."

Pertolongan Pertama Saat Anak Gagal: Respon Kompak *Moms and Dads* Saat Anak Patah Semangat

Kegagalan adalah ujian sesungguhnya bagi kekompakan *coparenting Moms and Dads*. Saat nilai ujian anak anjlok, saat ia kalah dalam pertandingan sepak bola, atau saat ia menangis sesenggukan karena tidak terpilih dalam pentas seni sekolah, di situlah "Pertolongan Pertama pada Kegagalan" harus segera diberikan.



Di momen krisis emosional ini, anak sangat rentan diserang oleh *fear of failure* yang destruktif. Jika orang tua merespon dengan amarah, kekecewaan, atau saling menyalahkan ("Tuh kan, Papa bilang juga apa! Kamu sih kurang latihan!"), anak akan meresapinya sebagai penolakan atas dirinya.

Berikut adalah langkah-langkah Pertolongan Pertama saat Anak Gagal yang bisa *Moms and Dads* lakukan secara selaras:

1. Dekap dan Validasi Emosinya Terlebih Dahulu
Sebelum masuk ke area logika, perbaiki dulu kondisi emosionalnya. Jangan terburu-buru memberi nasihat, ceramah, apalagi menghibur secara dangkal ("Ah, gitu aja menangis, nanti kan bisa coba lagi").

Ayah atau Ibu bisa berkata: "Mama/Papa tahu kamu sedih dan kecewa sekali karena sudah belajar/latihan keras. Enggak apa-apa menangis, keluarkan saja. Itu wajar banget kok."

Pelukan hangat dan kehadiran yang tenang mengirimkan sinyal aman: "Kasih sayang *Moms and Dads* tidak berkurang sedikitpun hanya karena kamu gagal."

2. Terapkan Prinsip "Gas dan Rem" secara Kompak

Setelah badai emosi anak mereda, saatnya *Moms and Dads* berbagi peran secara harmonis:

Peran "Penenang" (Rem): Salah satu orang tua memberikan stabilitas emosional. "Kekalahan ini bukan akhir dunia, Kak. Ini cuma satu bab kecil dari perjalanan panjangmu."

Peran "Pendorong" (Gas): Orang tua lainnya membantu anak melihat peluang ke depan dengan optimisme. "Nanti kalau kamu sudah siap, kita lihat bareng-bareng ya bagian mana yang bisa kita perbaiki untuk kesempatan berikutnya."

3. Normalisasi Kegagalan sebagai "Data Belajar"

Ajak anak mengubah sudut pandang terhadap kegagalan. Kegagalan bukanlah tanda kekalahan permanen, melainkan informasi atau data baru mengenai apa yang belum berjalan maksimal.

Pertanyaan reflektif yang bisa diajukan:

"Dari pengalaman lomba kemarin, hal apa yang menurutmu sudah kamu lakukan dengan sangat baik?"

"Strategi apa yang kira-kira perlu kita ubah kalau mau mencoba lagi?"



Dengan pertolongan pertama yang tepat, momen kegagalan justru akan menjadi batu lompatan (*stepping stone*) yang mengubah kekecewaan menjadi daya tahan (*resilience*) dan motivasi berprestasi yang sejati.

Moms and Dads sudah memahami bagaimana menyeimbangkan “harapan untuk berhasil” dan “takut akan kegagalan”, menumbuhkan *growth mindset*, serta memberikan pertolongan pertama ketika anak gagal. Ini semua adalah fondasi yang penting untuk membangun motivasi berprestasi anak. Tetapi ada satu pertanyaan penting yang perlu dijawab lebih dulu: siapa sebenarnya yang bertanggung jawab menumbuhkan ini semua pada diri anak? Apakah ini sepenuhnya tugas ibu, karena selama ini dianggap lebih dekat dengan pengasuhan sehari-hari? Atau justru ayah juga punya peran yang tidak kalah penting?



PERAN KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGEMBANGAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA ANAK

Pengembangan motivasi berprestasi pada anak, tugas siapakah? Tugas ibu? Atau tugas ayah?

Banyak orang berpandangan bahwa tugas-tugas yang berkaitan dengan pengasuhan anak, sekolah anak, prestasi anak, karakter anak, adalah tugas dari Ibu. Tugas ayah adalah mencari nafkah, memenuhi kebutuhan (utamanya kebutuhan fisik) keluarga. Bahkan sebagian masyarakat khususnya pada masa lalu beranggapan bahwa adalah tidak pantas apabila ayah ikut campur dalam urusan anak. Mereka berpandangan bahwa urusan anak adalah tanggung jawab ibu semata.

Sesungguhnya pengembangan motivasi berprestasi pada anak sangat membutuhkan keterlibatan ayah maupun keterlibatan ibu. Dengan kata lain baik *Moms* maupun *Dads* sama-sama memiliki peran yang besar dalam menumbuhkan motivasi berprestasi pada anak. Keterlibatan hanya salah satu orang tua saja tidak akan memberikan hasil seefektif apabila kedua orang tua terlibat, yaitu *Moms and Dads*.

Manfaat Keterlibatan Ayah

Berbagai studi menunjukkan bahwa kalau ayah terlibat dalam pengasuhan, anak akan tumbuh menjadi lebih baik serta memiliki motivasi berprestasi yang lebih baik. Allen dan Daly, psikolog pendidikan dan perkembangan, menemukan manfaat positif keterlibatan ayah bagi perkembangan emosional dan kesejahteraan anak. Hal ini berkaitan antara lain dengan pengelolaan emosi dan pengelolaan keinginan anak, inisiatif, kemampuan pengendalian diri, serta kemampuan penerimaan diri dan penyesuaian diri yang lebih baik.

Allen & Daly menjelaskan bahwa ayah yang terlibat dalam pengasuhan anak memberikan dampak positif pada anak. Anak menjadi lebih mampu mengelola emosinya. Anak juga lebih mampu mengelola keinginan-keinginannya dengan cara yang lebih adaptif. Berdasarkan penelitiannya, Allen dan Daly menyimpulkan bahwa anak yang berasal dari pengasuhan dengan keterlibatan ayah berkembang menjadi pribadi yang lebih mampu menerima diri dan melakukan penyesuaian diri yang lebih baik.

Tentu saja kemampuan mengelola emosi dan keinginan ini sangat diperlukan untuk pengembangan motivasi berprestasi pada anak. Anak yang mampu mengelola diri dan keinginannya, akan mampu juga untuk menunda keinginannya. Anak yang mampu mengelola diri dan keinginannya akan lebih mampu memfokuskan diri pada



hal yang positif yang diperlukan untuk pencapaian prestasi, dan tidak hanya mengejar pada kepuasan atau kenikmatan sesaat atau suatu capaian mudah.

Di samping itu inisiatif yang berkembang pada anak tersebut akan menjadi motor penggerak positif untuk melakukan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Tentu saja hal ini menjadi hal yang sentral pada pengembangan motivasi berprestasi pada anak. Dengan demikian keterlibatan ayah sangat diperlukan untuk pengembangan motivasi berprestasi anak.

Di sisi lain Allen & Daly dalam tinjauannya terhadap berbagai studi, menemukan bahwa pada umumnya anak yang tinggal tanpa ayah mempunyai kemungkinan yang lebih besar mengalami masalah dalam prestasi di sekolah. Misalnya, mereka memiliki kecenderungan untuk memiliki nilai yang lebih rendah dalam tes-tes prestasi, nilai yang lebih rendah dalam kemampuan intelektual dan tes inteligensi. Capaian kinerja mereka berada di bawah level pendidikan mereka. Mereka memiliki kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas matematis, dan mereka memiliki rata-rata waktu belajar yang lebih rendah.

Dalam rangkumannya terhadap berbagai studi mengenai ketidakhadiran ayah, Allen & Daly juga menemukan bahwa anak-anak dengan ketidakhadiran ayah, lebih cenderung mengalami masalah perilaku di sekolah. Beberapa contoh



dari masalah perilaku di sekolah antara lain adalah kesulitan menaruh perhatian, berperilaku tidak taat, tingkat kehadiran sekolah yang buruk. Mereka punya kecenderungan lebih besar untuk *drop out* dari sekolah, atau tidak naik kelas. Selain itu Allen & Daly dalam tinjauan terhadap berbagai hasil riset juga menemukan bahwa anak-anak yang berasal dari keluarga tanpa ayah lebih cenderung memiliki masalah emosional dan masalah penyesuaian psikososial.

Bagaimana dengan riset yang lebih baru? Apakah menunjukkan hasil riset yang konsisten?

Yanjie, Ravindran, & Limei melakukan tinjauan sistematis terhadap hasil-hasil penelitian menyangkut dampak dari keterlibatan ayah pada prestasi akademik anak. Mereka melakukan tinjauan terhadap penelitian-penelitian yang dilakukan di tahun 2014 sampai dengan tahun 2024, dan meninjau hasil penelitian yang dipublikasikan di jurnal-jurnal yang berkualitas baik. Hasil tinjauan mereka secara konsisten menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik anak-anaknya.

Sampai di sini mungkin *Moms and Dads* berpikir bahwa hasil penelitian tersebut bisa jadi tidak relevan dalam konteks Indonesia. Ternyata hasil penelitian yang senada juga ditemukan pada penelitian yang lebih baru dan dilakukan dalam konteks Indonesia. Hidayat & Zainuddin





dalam penelitiannya di Indonesia menemukan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap motivasi akademik anak.

Menariknya hasil penelitian tersebut juga secara jelas menunjukkan bahwa siswa yang tidak memiliki ayah cenderung mengalami kerentanan emosional, kesepian, dan rasa tidak aman. Mereka mengembangkan ketahanan, kemandirian, namun dipaksakan. Mereka mengembangkan motivasi yang berorientasi pada kelangsungan hidup.

Hasil penelitian Hidayat dan Zainuddin juga menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ayah yang terlibat memiliki keamanan emosional yang lebih baik. Mereka juga memiliki kepercayaan diri serta ketekunan akademik yang lebih besar. Hal ini terjadi karena mereka mendapatkan dukungan emosional dari ayah mereka. Selain itu hal ini juga terjadi karena mereka memperoleh teladan dari ayah mereka.

Yang menarik juga dari hasil penelitian tersebut adalah kehadiran emosional, komunikasi, dorongan, dan teladan ayah dirasakan lebih bermakna dibandingkan dengan dukungan finansial semata. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah benar-benar penting, karena kehadiran ayah berperan sebagai sumber daya psikologis dan motivasional yang krusial bagi perkembangan akademik putra putrinya.





Uraian-uraian di atas menunjukkan bahwa temuan-temuan riset sangat menekankan perlunya kehadiran dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Kehadiran dan keterlibatan ayah menolong anak berkembang secara optimal. Kehadiran ayah dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki peran yang sangat besar juga dalam pengembangan motivasi berprestasi anak.

Risiko dan Dampak Ketidakhadiran Ayah

Bagaimana apabila ayah tidak hadir atau tidak terlibat dalam pengasuhan anak?

Berbagai studi secara konsisten menunjukkan dampak negatif ketidakhadiran ayah pada motivasi berprestasi. Ketidakhadiran ayah berasosiasi dengan tingkat daya saing yang lebih rendah, keinginan untuk menguasai sesuatu yang lebih rendah, serta ketekunan yang lebih rendah; seperti yang ditemukan dalam penelitian yang dilakukan Fry dan Scher.

Faraswati, Nabila, dan Fitria dalam penelitian di Indonesia menemukan bahwa peran orang tua, terutama ayah, sangat penting dalam mendukung prestasi akademik anak. Hilangnya sosok ayah memiliki pengaruh negatif terhadap perkembangan akademik anak. Hasil penelitian tersebut juga menemukan bahwa tidak adanya sosok ayah berdampak pada kinerja kognitif yang lebih buruk, nilai



ujian yang lebih rendah. Secara ringkas penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketidakhadiran sosok ayah merugikan prestasi akademik remajanya.

Mengikis Stigma Pengasuhan

Jadi sudah jelas sekali ya *Moms and Dads*, bahwa baik *Moms* maupun *Dads* sama-sama perlu terlibat dalam pengasuhan dan pendampingan anak, juga dalam mengembangkan motivasi berprestasi anak. Peran ayah bukanlah sekedar mencari nafkah, tetapi juga terlibat dalam pengasuhan, karena keterlibatan baik ibu maupun ayah dalam pengasuhan sangat dibutuhkan untuk perkembangan optimal anak. Pengasuhan juga bukan peran Ibu saja, sehingga ibu juga perlu berdiskusi dengan ayah dalam pengasuhan. Intinya *Moms and Dads* perlu bersinergi dalam pengasuhan dan dalam menumbuhkan motivasi berprestasi pada anak. *Moms and Dads* perlu bermitra dalam mengembangkan motivasi berprestasi pada anak.

Bagaimana *Moms and Dads* bermitra dalam pengasuhan?

Apapun yang aku lakukan dalam mengasuh anak selalu dianggap salah!

Aku selalu dianggap tidak becus dalam mengasuh dan mengurus anak!

Aku sudah berusaha terlibat dalam mengasuh anak, tetapi selalu diambil alih, karena dianggap tidak sempurna!

Hal-hal di atas sering menjadi keluhan para *Dads* ketika terlibat dalam pengasuhan anak.

Di sisi lain para *Moms* juga sering memunculkan keluhan-keluhan berikut ini ketika mengerjakan tugas pengasuhan:

Aku lagi.. Aku lagi... semuanya aku yang harus mengerjakan?

Aku juga lelah mengurus semuanya ini!

Aku juga bekerja, bukan cuman menjadi ibu rumah tangga, tetapi urusan anak, semuanya harus aku yang mengerjakan!

Ada beberapa hal praktis yang perlu dilakukan supaya dapat mendorong pasangan kita terlibat dalam pengasuhan anak.

1. Memberi kepercayaan

Terkadang tanpa disadari para *Moms* merasa dirinya lebih luwes dan lebih terampil dalam melakukan pengasuhan karena sudah lebih sering melakukannya dibandingkan *Dads*. Hal-hal seperti ini tanpa disadari membuat para *Moms* tidak mempercayai pasangannya dalam melakukan pengasuhan, karena takut pasangannya melakukan kesalahan. Adalah hal yang sangat penting para *Moms* memberikan kepercayaan



kepada pasangannya sehingga pasangannya juga menjadi terbiasa dalam melakukan praktek pengasuhan.

2. Memberi kesempatan

Hukum alam memberikan kesempatan lebih awal bagi para *Moms* untuk merasakan dan mempraktekkan pengasuhan kepada anaknya. Sebelum anak lahir ke dunia, *Moms* sudah merasakan kehadiran sang buah hati ketika *Moms* mengandung. Hal ini membuat *Moms* cenderung menjadi lebih “terampil” dalam melakukan pengasuhan. Terkadang hal ini membuat para *Moms* tidak sabar terhadap kesalahan-kesalahan kecil yang dilakukan *Dads*, misalnya kesalahan dalam cara menggendong bayi atau kesalahan dalam cara memandikan bayi. Ketidaksabaran tersebut membuat para *Moms* sering mengambil alih tugas tersebut. Hal ini menghalangi para *Dads* berlatih menjadi lebih baik dan lebih terampil. Jadi para *Moms* perlu sekali juga mengelola emosi dan belajar bersabar, serta memberi kesempatan dan semangat bagi pasangannya untuk menjadi terbiasa dan lebih terampil dengan tugas-tugas pengasuhan.

3. Memberi apresiasi

Para *Moms* perlu memberikan apresiasi kepada *Dads* atas upaya yang sudah dilakukan *Dads* untuk terlibat dalam pengasuhan anak. Kritikan-kritikan terhadap *Dads* sebaiknya tidak dilakukan. *Moms* justru perlu





memberikan apresiasi kepada pasangannya yang sudah bersedia terlibat dalam pengasuhan. *Moms* dapat terus memberikan semangat kepada *Dads* untuk terlibat dalam pengasuhan. Keterlibatan tersebut akan membuat *Dads* juga menjadi lebih terbiasa dan pada akhirnya dalam melakukannya dengan lebih baik.

Selain kesediaan untuk saling percaya dan memberi ruang, adalah penting bagi *Moms and Dads* memahami bahwa gaya pengasuhan masing-masing tidak muncul begitu saja. Ada banyak faktor di baliknya, misalnya pengalaman masa kecil, kondisi emosional, dan juga pengetahuan tentang parenting itu sendiri. Memahami faktor-faktor ini dapat membantu *Moms and Dads* lebih mengenal diri sendiri maupun pasangan sebelum bersama-sama melakukan *coparenting*.

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI GAYA PENGASUHAN

Gaya pengasuhan orang tua ditentukan oleh berbagai faktor, antara lain orang tua itu sendiri, kondisi anak, relasi antara pengasuh (misalnya antara ayah dan ibu), sumber-sumber daya yang dimiliki, konteks budaya, dan norma yang berlaku.

Pengalaman *Moms* atau *Dads* diasuh sebagai anak berpengaruh terhadap cara *Moms* atau *Dads* dalam melakukan pengasuhan. Misalnya ketika *Moms and Dads* di masa kecil diperlakukan secara keras oleh orang tua, *Moms and Dads* juga memiliki kecenderungan untuk seperti itu dalam pengasuhan. Akan tetapi pengalaman pahit tersebut juga dapat membuat *Moms and Dads* justru bertindak ekstrim kebalikannya. Misalnya *Moms and Dads* justru sangat memanjakan anak karena kesal dengan perlakuan orang tua di masa lalu. Sejalan dengan itu, Jay Belsky, seorang pakar psikologi perkembangan anak terkemuka dunia menyatakan bahwa pengalaman masa kecil yang berbeda pada *Moms and Dads* membentuk *internal working model* yang berbeda mengenai kontrol, disiplin, dan kehangatan.

Selain itu menurut Jay Belsky, pola asuh yang *Moms and Dads* terapkan juga sangat dipengaruhi oleh kondisi mental *Moms and Dads*, serta kemampuan regulasi emosi yang



Moms and Dads miliki, atau kondisi *psychological well-being* dari *Moms and Dads*. Sebagai contoh kemampuan regulasi emosi yang lebih baik akan menolong *Moms and Dads* tidak mudah terpicu secara emosional oleh perilaku anak, dan mampu mengelola kekesalan atau kemarahan ketika anak melakukan hal yang tidak *Moms and Dads* inginkan. Kemampuan meregulasi emosi ini juga akan menolong *Moms and Dads* berpikir lebih rasional sehingga menerapkan konsekuensi yang rasional dan logis terhadap perilaku anak.

Pengetahuan mengenai cara parenting juga sangat mempengaruhi gaya parenting. Ketika *Moms and Dads* memiliki pengetahuan cara parenting yang tepat dan efektif akan menolong *Moms and Dads* tidak bergantung pada pengalaman diri tetapi berdasarkan ilmu pengetahuan yang telah teruji dari hasil riset. Adanya perkembangan jaman mungkin membuat praktek pengasuhan di masa lalu ketika *Moms and Dads* di masa kecil tidak sepenuhnya relevan untuk konteks sekarang. Karena itu *update* pengetahuan soal pengasuhan juga diperlukan untuk menolong *Moms and Dads* melakukan praktek pengasuhan.

Kondisi sosial ekonomi juga ikut mempengaruhi gaya parenting. Belsky juga menyebutkan bahwa stres dan dukungan terkait konteks tertentu, misalnya pekerjaan, keuangan, dan dukungan sosial dan kondisi-kondisi lingkungan lain juga ikut mempengaruhi cara pengasuhan.



Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi gaya pengasuhan *Moms and Dads*, maka perlu sekali *Moms and Dads* melakukan komunikasi dan koordinasi yang intens, sehingga dapat melakukan *coparenting* dengan efektif.

Menyadari betapa banyaknya faktor yang ikut mempengaruhi gaya pengasuhan, maka Marc. H. Bornstein, pakar perkembangan anak dan pengasuhan lintas budaya, memberikan masukan penting bagi para orang tua dalam melakukan proses *coparenting*. Marc. H. Bornstein mengingatkan bahwa ketika *Moms and Dads* melakukan *coparenting*, perlu sekali mereka untuk menyadari bahwa pendapat mereka atau ketidaksepakatan mereka banyak juga dipengaruhi oleh pengasuhan yang mereka sendiri alami. Kesadaran ini akan menolong *Moms and Dads* menghindari perdebatan yang tidak perlu mengenai *siapa yang paling benar*.

Mengolah Parenting Triggers

Moms and Dads, dalam menjalankan peran sebagai orang tua, mungkin ada saat-saat ketika perilaku anak terasa sangat menguras emosi. Anak yang tidak segera mengikuti instruksi, membantah, melakukan kesalahan yang sama berulang kali, menangis, atau bahkan sekadar melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan harapan dapat memunculkan kemarahan yang terasa begitu besar. Terkadang *Moms and Dads* sendiri mungkin bertanya-



tanya mengapa respons yang muncul bisa sedemikian kuat, padahal situasi yang terjadi sebenarnya tidak terlalu besar. Anak mungkin hanya menumpahkan minuman, lupa membereskan mainan, mendapatkan nilai yang kurang baik, atau mengatakan “nanti” ketika diminta melakukan sesuatu. Namun, respons emosional yang muncul bisa jauh lebih besar dibandingkan dengan perilaku anak tersebut. Dalam situasi seperti ini, mungkin ada sesuatu yang lebih dalam daripada sekadar perilaku anak yang sedang terjadi. Pengalaman masa lalu *Moms and Dads* dapat ikut berperan dan menjadi *trigger* atau pemicu yang mengaktifkan respons emosional tertentu.

Parenting triggers dapat dipahami sebagai situasi atau perilaku anak yang membangkitkan respons emosional yang kuat pada orang tua, terutama ketika situasi tersebut memiliki kemiripan dengan pengalaman, keyakinan, atau kebutuhan emosional yang pernah terbentuk sebelumnya. Ketika masih kecil, *Moms and Dads* mungkin pernah mengalami berbagai pengalaman dalam pengasuhan yang kemudian membentuk cara memandang diri sendiri, orang lain, aturan, kesalahan, keberhasilan, maupun hubungan antara orang tua dan anak. Misalnya, *Moms and Dads*, yang dahulu sering dimarahi ketika melakukan kesalahan dapat menjadi sangat sensitif terhadap kesalahan anak. Orang tua yang dahulu dibesarkan dengan tuntutan kepatuhan yang tinggi mungkin lebih mudah merasa terancam ketika anak membantah atau mempertanyakan aturan. Sementara itu, *Moms and Dads*, yang dahulu hanya mendapatkan apresiasi





ketika berhasil mungkin memiliki kecenderungan memberikan tekanan yang lebih besar kepada anak ketika anak mengalami kegagalan. Pengalaman-pengalaman tersebut tidak selalu berada dalam kesadaran kita sehari-hari, tetapi dapat mempengaruhi cara kita bereaksi ketika menghadapi situasi tertentu dalam pengasuhan.

Dalam perspektif perkembangan dan pengasuhan, pengalaman masa kecil dapat membentuk pola pemahaman internal mengenai cara orang tua seharusnya memperlakukan anak, cara anak seharusnya berperilaku, serta bagaimana kontrol, disiplin, kedekatan, dan kehangatan seharusnya diberikan. Karena itu, ketika *Moms and Dads* berada dalam situasi pengasuhan yang memiliki kemiripan dengan pengalaman masa lalu, respons yang muncul terkadang tidak hanya berasal dari situasi yang sedang terjadi pada saat ini. Ada kemungkinan bahwa pengalaman lama ikut teraktivasi kembali. Anak yang membantah hari ini mungkin tidak hanya dipersepsikan sebagai anak yang sedang belajar menyampaikan pendapat, tetapi dapat terasa sebagai “anak yang tidak menghormati orang tua”. Anak yang melakukan kesalahan mungkin tidak hanya dilihat sebagai anak yang sedang belajar, tetapi dapat dipersepsikan sebagai sesuatu yang harus segera diperbaiki karena kesalahan dianggap sebagai sesuatu yang tidak dapat ditoleransi. Dengan demikian, respons *Moms and Dads* terhadap anak dapat dipengaruhi bukan hanya oleh perilaku anak, tetapi juga oleh makna



yang diberikan terhadap perilaku tersebut berdasarkan pengalaman sebelumnya.

Hal ini menjadi penting untuk disadari karena ketika seseorang sedang terpicu secara emosional, respons yang muncul sering kali berlangsung secara otomatis. Tubuh mungkin menjadi tegang, napas menjadi lebih cepat, suara meninggi, atau muncul dorongan untuk segera menghukum, berteriak, mengancam, atau mengontrol anak. Bersamaan dengan itu, dapat muncul pikiran-pikiran otomatis seperti, “Anak ini memang tidak pernah mau mendengarkan,” “Kalau tidak keras, anak akan menjadi tidak disiplin,” atau “Kalau anak terus seperti ini, masa depannya akan buruk.” Pikiran tersebut dapat terasa sangat benar pada saat itu karena muncul bersamaan dengan emosi yang kuat. Padahal, belum tentu seluruh pikiran tersebut menggambarkan situasi secara objektif. Karena itu, kemampuan untuk mengenali tanda-tanda ketika sedang terpicu menjadi bagian penting dari kemampuan regulasi emosi dalam pengasuhan.

Moms and Dads dapat mulai memperhatikan situasi apa saja yang paling sering memunculkan respons emosional yang kuat. Ada orang tua yang sangat mudah terpicu ketika anak membantah, sementara orang tua lainnya lebih sensitif ketika anak menangis, gagal, tidak disiplin, atau tidak memenuhi harapan. Tidak ada satu *trigger* yang sama untuk semua orang karena pengalaman setiap orang berbeda. Hal yang tampak sederhana bagi satu orang tua



dapat memiliki makna emosional yang sangat kuat bagi orang tua lainnya. Karena itu, ketika muncul kemarahan yang besar terhadap perilaku anak, *Moms and Dads*, dapat belajar untuk tidak hanya bertanya, “Mengapa anak melakukan hal ini?”, tetapi juga bertanya, “Mengapa situasi ini membuat emosi menjadi begitu kuat?” Pertanyaan tersebut dapat membantu *Moms and Dads*, melihat bahwa respons terhadap anak mungkin memiliki hubungan dengan pengalaman dan keyakinan yang lebih dalam.

Mengenali *trigger* juga berarti belajar membedakan antara perilaku anak dan respons emosional orang tua. Anak memang mungkin perlu diarahkan ketika melakukan kesalahan, tidak mengikuti aturan, atau menunjukkan perilaku yang kurang tepat. Namun, kebutuhan untuk mengoreksi perilaku anak tidak selalu harus disertai dengan kemarahan yang besar. *Moms and Dads* dapat mengajarkan tanggung jawab tanpa mempermalukan anak, mengajarkan disiplin tanpa menakut-nakuti, serta mengajarkan rasa hormat tanpa menuntut kepatuhan secara membabi buta.

Ketika emosi sedang tinggi, *Moms and Dads* dapat mencoba mengambil jeda sebelum memberikan konsekuensi atau membuat keputusan. Jeda tersebut bukan berarti mengabaikan perilaku anak, melainkan memberikan kesempatan kepada diri sendiri untuk kembali berada dalam kondisi yang lebih tenang sehingga respons yang





diberikan dapat lebih rasional dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

Kemampuan memberikan jeda menjadi semakin penting karena emosi yang kuat sering kali membuat seseorang lebih mudah bereaksi berdasarkan dorongan sesaat. Ketika marah, misalnya, *Moms and Dads* mungkin memiliki dorongan untuk langsung berteriak atau memberikan hukuman. Namun, merasakan kemarahan tidak berarti harus mengikuti semua dorongan yang muncul dari kemarahan tersebut. *Moms and Dads* boleh merasa marah, kecewa, takut, atau frustrasi, tetapi tetap dapat memilih bagaimana emosi tersebut akan diekspresikan. Dengan demikian, regulasi emosi bukan berarti menghilangkan emosi, melainkan kemampuan untuk menyadari emosi, memahami apa yang memicunya, kemudian memilih respons yang lebih adaptif. Emosi dapat memberikan informasi bahwa ada sesuatu yang penting bagi *Moms and Dads*, tetapi emosi tidak harus menjadi satu-satunya penentu tindakan.

Dalam proses ini, *Moms and Dads* juga dapat belajar membedakan antara kebutuhan anak dengan kebutuhan emosional diri sendiri. Ketika anak mendapatkan nilai yang buruk, misalnya, mungkin memang diperlukan percakapan mengenai tanggung jawab dan kebiasaan belajar. Namun, *Moms and Dads* juga perlu memperhatikan apakah kecemasan yang muncul sebenarnya berkaitan dengan ketakutan bahwa kegagalan anak akan mencerminkan





kegagalan sebagai orang tua. Ketika anak membantah, mungkin memang diperlukan batasan mengenai cara berbicara yang sopan, tetapi *Moms and Dads* juga dapat bertanya apakah kemarahan yang muncul sebenarnya berkaitan dengan perasaan kehilangan kontrol atau merasa tidak dihormati. Ketika anak menangis, mungkin anak memang membutuhkan bantuan untuk mengelola emosinya, tetapi *Moms and Dads* juga dapat memperhatikan apakah tangisan tersebut membangkitkan ketidaknyamanan karena dahulu ekspresi emosi tidak mendapatkan ruang dalam keluarga. Kesadaran seperti ini membantu *Moms and Dads* merespons kebutuhan anak tanpa secara tidak sengaja membebankan pengalaman emosional masa lalu kepada anak.

Moms and Dads juga perlu memahami bahwa menyadari *parenting triggers* bukan berarti harus menyalahkan diri sendiri maupun orang tua di masa lalu. Pengalaman masa kecil memang dapat memberikan pengaruh, tetapi pengaruh tersebut tidak berarti bahwa *Moms and Dads* pasti akan mengulang pola yang sama. Masa lalu dapat membantu menjelaskan mengapa respons tertentu muncul, tetapi tidak harus menentukan bagaimana *Moms and Dads* akan bertindak hari ini. Bahkan, pengalaman yang kurang menyenangkan di masa lalu dapat menjadi kesempatan untuk membangun pola pengasuhan yang lebih sehat.





Moms and Dads dapat memilih untuk tetap mempertahankan nilai positif yang pernah diterima, sekaligus menghentikan pola yang dirasakan tidak sesuai untuk diteruskan kepada anak. Misalnya, *Moms and Dads* mungkin ingin anak memiliki disiplin seperti yang dahulu diajarkan oleh orang tua, tetapi tidak ingin disiplin tersebut dibangun melalui rasa takut. *Moms and Dads* mungkin ingin anak menghormati orang tua, tetapi juga ingin anak memiliki ruang untuk bertanya dan menyampaikan pendapat. *Moms and Dads* mungkin ingin anak memiliki prestasi yang baik, tetapi tidak ingin anak merasa bahwa dirinya hanya berharga ketika berhasil. Dengan demikian, memutus siklus pengasuhan bukan berarti harus menjadi kebalikan dari orang tua di masa lalu. Yang lebih penting adalah kemampuan untuk memilih secara sadar nilai dan pola pengasuhan apa yang ingin diteruskan dan pola apa yang ingin dihentikan.

Proses mengolah *parenting triggers* juga membutuhkan kesediaan untuk menerima bahwa terkadang *Moms and Dads* mungkin tetap kehilangan kesabaran. Menjadi orang tua yang sehat bukan berarti tidak pernah marah atau tidak pernah melakukan kesalahan. Ada kalanya kelelahan, tekanan pekerjaan, masalah pribadi, atau situasi keluarga membuat kemampuan regulasi emosi menjadi lebih terbatas. Ketika *Moms and Dads* terlanjur berteriak atau memberikan respons yang terlalu keras, hal tersebut bukan berarti semuanya sudah rusak. Hubungan dengan anak masih dapat diperbaiki melalui proses *repair*. *Moms and*





Dads dapat mengakui bahwa respons yang diberikan tidak tepat, meminta maaf, sekaligus tetap menjelaskan perilaku anak yang perlu diperbaiki. Meminta maaf kepada anak tidak menghilangkan otoritas orang tua. Justru melalui proses tersebut anak belajar bahwa dalam sebuah hubungan, seseorang dapat melakukan kesalahan, bertanggung jawab, meminta maaf, dan memperbaiki hubungan.

Dalam konteks *coparenting*, kesadaran terhadap *parenting triggers* juga dapat membantu *Moms and Dads* memahami perbedaan respons antara satu sama lain. *Moms* mungkin memiliki trigger tertentu yang tidak dimiliki *Dads*, demikian pula sebaliknya. Misalnya, *Moms* sangat sensitif ketika anak mendapatkan nilai rendah, sedangkan *Dads* lebih sensitif ketika anak membantah. Perbedaan ini tidak selalu berarti salah satu pihak lebih baik atau lebih buruk dalam mengasuh. Bisa jadi masing-masing membawa pengalaman masa kecil dan keyakinan yang berbeda mengenai bagaimana anak seharusnya dibesarkan. Karena itu, ketika *Moms and Dads* melihat pasangan memberikan respons yang berbeda, penting untuk tidak langsung terjebak dalam perdebatan mengenai siapa yang paling benar. Kesadaran terhadap pengalaman masing-masing dapat membantu *Moms and Dads* memahami bahwa ketidaksepakatan dalam pengasuhan terkadang bukan hanya mengenai perilaku anak, tetapi juga mengenai pengalaman hidup yang dibawa oleh masing-masing orang tua.





Pada akhirnya, mengolah *parenting triggers* adalah bagian dari proses menjadi orang tua yang semakin sadar. *Moms and Dads* tidak dapat mengubah bagaimana dulu dibesarkan dan tidak dapat menghapus pengalaman yang sudah terjadi. Namun, *Moms and Dads* dapat memilih bagaimana pengalaman tersebut akan memengaruhi pengasuhan hari ini. Ketika mulai menyadari bahwa suatu perilaku anak memunculkan emosi yang sangat kuat, *Moms and Dads* dapat belajar berhenti sejenak, mengenali apa yang dirasakan, memahami pikiran yang muncul, dan melihat apakah pengalaman masa lalu sedang ikut memengaruhi respons tersebut. Dari sana, *Moms and Dads* memiliki kesempatan untuk memilih respons yang lebih sesuai dengan kebutuhan anak dan nilai pengasuhan yang ingin dibangun.

Moms and Dads mungkin tidak selalu berhasil merespons dengan sempurna. Namun, setiap kali *Moms and Dads* mampu berhenti sebelum bereaksi, setiap kali mampu memilih kata-kata yang lebih tepat, setiap kali mampu meminta maaf setelah melakukan kesalahan, dan setiap kali mampu membedakan antara pengalaman masa lalu dengan kebutuhan anak saat ini, sebenarnya *Moms and Dads* sedang melakukan sesuatu yang sangat penting. *Moms and Dads* sedang memberikan kesempatan kepada anak untuk mengalami pola hubungan yang berbeda. Pengalaman masa lalu mungkin telah menjadi bagian dari perjalanan hidup *Moms and Dads*, tetapi pengalaman





tersebut tidak harus menjadi pola yang diwariskan kepada anak. Dengan kesadaran, regulasi emosi, dan kemauan untuk terus belajar, *Moms and Dads* dapat mengubah *trigger* menjadi kesempatan untuk bertumbuh—bukan hanya bagi anak, tetapi juga bagi diri sendiri sebagai orang tua.

Prinsip United Front

Moms and Dads, setelah memahami bahwa masing-masing membawa pengalaman, keyakinan, dan *parenting triggers* yang berbeda dalam pengasuhan, ada satu hal penting yang juga perlu diperhatikan ketika *Moms and Dads* menjalankan pengasuhan bersama, yaitu bagaimana menghadirkan kesatuan di hadapan anak. *Moms and Dads* perlu sepakat. Feinberg menyatakan bahwa orang tua harus memiliki kesepakatan terkait anak mereka seperti prinsip moral, harapan, standar dan aturan perilaku yang diterapkan pada anak. Menjadi orang tua bukan hanya tentang bagaimana *Moms and Dads* masing-masing memperlakukan anak, tetapi juga tentang bagaimana anak melihat hubungan antara kedua orang tuanya. Anak tidak hanya belajar dari aturan yang diberikan, tetapi juga mengamati bagaimana *Moms and Dads* berdiskusi, berbeda pendapat, mengambil keputusan, dan merespons satu sama lain. Karena itu, salah satu prinsip penting dalam *coparenting* adalah *united front* atau yang dapat dipahami sebagai prinsip “satu suara di depan anak.”





United front bukan berarti *Moms and Dads* harus selalu memiliki pendapat yang sama mengenai segala sesuatu. Dalam kehidupan rumah tangga, perbedaan pendapat adalah sesuatu yang sangat wajar. *Moms* mungkin memiliki cara pandang tertentu mengenai disiplin, sementara *Dads* memiliki pendekatan yang berbeda. *Moms* mungkin merasa anak perlu diberikan kesempatan kedua, sementara *Dads* merasa anak perlu mendapatkan konsekuensi. Perbedaan seperti ini tidak menunjukkan bahwa salah satu orang tua lebih baik daripada yang lain. Justru perbedaan tersebut dapat menjadi hal yang sehat selama *Moms and Dads* mampu membicarakannya dengan baik dan mencapai kesepakatan mengenai bagaimana keputusan tersebut akan diterapkan kepada anak.

Yang perlu dihindari adalah ketika perbedaan tersebut dibawa langsung ke hadapan anak sehingga *Moms and Dads* saling membatalkan keputusan satu sama lain. Misalnya, *Dads* sudah mengatakan bahwa anak tidak boleh bermain gawai sebelum menyelesaikan tugas sekolah, tetapi kemudian *Moms* berkata di depan anak, “Sudahlah, biarkan saja. Sekali-sekali tidak apa-apa.” Atau *Moms* sudah memberikan konsekuensi karena anak tidak menjalankan tanggung jawabnya, kemudian *Dads* diam-diam memberikan kelonggaran. Dalam situasi seperti ini, anak bukan hanya menerima pesan yang berbeda mengenai aturan, tetapi juga belajar bahwa keputusan salah satu orang tua dapat dibatalkan oleh orang tua lainnya.





Pada awalnya, mungkin hal tersebut terlihat seperti bentuk kasih sayang. *Moms* mungkin merasa sedang membela anak. *Dads* mungkin merasa sedang mencegah pasangan bertindak terlalu keras. Namun, jika pola ini terus berulang, anak dapat belajar menggunakan perbedaan antara orang tuanya untuk mendapatkan apa yang diinginkan. Ketika *Moms* mengatakan “tidak”, anak mungkin belajar untuk mencari *Dads*. Ketika *Dads* mengatakan “tidak”, anak mencari *Moms*. Bahkan tanpa disadari, anak dapat mulai bertanya, “Kalau *Moms* bilang tidak, boleh minta ke *Dads*?” atau sebaliknya. Anak kemudian bukan lagi belajar memahami aturan, tetapi belajar mencari orang tua yang memberikan jawaban yang paling menguntungkan bagi dirinya.

Karena itu, *united front* sebenarnya bukan terutama tentang membuat anak selalu patuh. Prinsip ini lebih berkaitan dengan konsistensi dan kejelasan dalam sistem pengasuhan. Anak membutuhkan batasan yang cukup jelas agar dapat memahami apa yang boleh, apa yang tidak boleh, apa yang diharapkan, dan apa konsekuensinya ketika aturan tidak dijalankan. Ketika pesan dari *Moms* and *Dads* terlalu sering berbeda, anak akan lebih sulit memahami batasan tersebut. Sebaliknya, ketika *Moms* and *Dads* mampu memberikan pesan yang relatif konsisten, anak memiliki lingkungan yang lebih dapat diprediksi. Konsistensi seperti ini membantu anak memahami bahwa aturan bukan bergantung pada siapa yang sedang ditanya,





siapa yang sedang berada di rumah, atau siapa yang lebih mudah dibujuk.

Namun, *Moms and Dads* perlu memahami bahwa satu suara bukan berarti harus selalu satu pendapat. Ini merupakan perbedaan yang sangat penting. Menjadi *united front* tidak berarti *Moms* harus selalu mengikuti keputusan *Dads*, atau *Dads* harus selalu mengikuti keputusan *Moms*. *United front* juga tidak berarti salah satu orang tua harus kehilangan suara atau tidak boleh menyampaikan ketidaksetujuan. Justru *Moms and Dads* tetap perlu memiliki ruang untuk berdiskusi dan berbeda pendapat. Yang perlu dibangun adalah kesepakatan bahwa perbedaan tersebut dibicarakan di antara orang tua, bukan dijadikan pertarungan terbuka di depan anak.

Misalnya, ketika *Dads* memberikan sebuah aturan yang menurut *Moms* terlalu keras, *Moms* tidak harus langsung mengatakan di depan anak, “Jangan dengarkan *Dads*, ya.” *Moms* dapat menahan diri dan membicarakannya bersama *Dads* setelah situasi lebih tenang. Begitu pula ketika *Moms* memberikan konsekuensi yang menurut *Dads* kurang tepat, *Dads* tidak perlu langsung membatalkannya di depan anak. *Dads* dapat mengatakan kepada anak, “Untuk sekarang ikuti dulu yang sudah disepakati *Moms*. Nanti *Dads* akan membicarakannya dengan *Moms*.” Setelah itu, *Moms and Dads* dapat berdiskusi secara pribadi mengenai aturan dan konsekuensi tersebut.





Hal ini memang tidak selalu mudah. Apalagi ketika *Moms and Dads* memiliki pandangan pengasuhan yang sangat berbeda. Terkadang salah satu pihak merasa pasangannya terlalu keras, sementara pihak lain merasa pasangannya terlalu lembut. Salah satu merasa terlalu banyak aturan, sementara yang lain merasa aturan di rumah terlalu longgar. Dalam situasi seperti ini, perbedaan dapat dengan mudah berubah menjadi konflik. Apalagi jika masing-masing mulai merasa bahwa dirinya adalah orang tua yang lebih memahami anak. Ketika itu terjadi, *coparenting* dapat berubah menjadi kompetisi mengenai siapa yang lebih disukai anak atau siapa yang paling benar dalam mengasuh.

Moms and Dads perlu mengingat bahwa tujuan *coparenting* bukanlah memenangkan perdebatan dengan pasangan. Tujuannya adalah membangun lingkungan pengasuhan yang paling baik bagi perkembangan anak. Karena itu, ketika terdapat perbedaan pendapat, pertanyaan yang lebih membantu bukanlah “Siapa yang benar?”, tetapi “Apa yang paling dibutuhkan anak dalam situasi ini?” Dengan mengubah fokus dari kemenangan pribadi menjadi kebutuhan anak, diskusi pengasuhan dapat menjadi lebih konstruktif.

Prinsip ini juga berkaitan erat dengan pembahasan sebelumnya mengenai *parenting triggers*. Terkadang *Moms and Dads* tidak menyadari bahwa ketidaksepakatan dalam pengasuhan sebenarnya dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil masing-masing. *Moms* mungkin menjadi sangat





protektif karena dahulu merasa kurang mendapatkan perlindungan. *Dads* mungkin menjadi sangat tegas karena dahulu dibesarkan dengan disiplin yang ketat. Ketika anak melakukan kesalahan, pengalaman masing-masing dapat muncul dan membuat respons *Moms and Dads* berbeda. Jika hal ini tidak disadari, perbedaan tersebut dapat dengan mudah berubah menjadi saling menyalahkan. Karena itu, sebelum mengatakan bahwa pasangan “terlalu keras” atau “terlalu lembek”, *Moms and Dads* dapat mencoba memahami terlebih dahulu alasan di balik respons tersebut.

Dalam praktiknya, *united front* membutuhkan komunikasi yang dilakukan bukan hanya ketika masalah muncul, tetapi juga sebelum masalah terjadi. *Moms and Dads* perlu memiliki kesempatan untuk membicarakan aturan-aturan penting di rumah, nilai apa yang ingin ditanamkan kepada anak, perilaku apa yang perlu mendapatkan batasan, dan konsekuensi seperti apa yang akan digunakan. Dengan adanya pembicaraan sebelumnya, *Moms and Dads* tidak perlu berdebat di tengah situasi ketika anak sedang menunggu keputusan. Misalnya, mengenai penggunaan gawai, jam tidur, tugas rumah, pergaulan, uang saku, disiplin belajar, atau cara berbicara kepada orang tua. Semakin jelas kesepakatan dibuat sebelumnya, semakin kecil kemungkinan *Moms and Dads* saling membatalkan ketika menghadapi situasi nyata.





Moms and Dads juga dapat menentukan mana aturan yang memang harus konsisten dan mana hal-hal yang masih boleh fleksibel. Tidak semua keputusan harus dibuat secara kaku. Ada aturan yang memang perlu ditegakkan bersama karena berkaitan dengan keamanan, nilai keluarga, tanggung jawab, atau batasan yang penting. Tetapi ada juga hal-hal kecil yang dapat disesuaikan dengan kondisi. Misalnya, ketika anak biasanya memiliki jam tidur tertentu tetapi sedang berada dalam acara keluarga, *Moms and Dads* dapat memberikan fleksibilitas. Yang terpenting bukan bahwa semua situasi harus mendapatkan respons yang persis sama, tetapi anak memahami bahwa *Moms and Dads* memiliki prinsip dasar yang sama dalam pengasuhan.

Selain aturan, penting juga bagi *Moms and Dads* untuk menjaga kepemimpinan pasangan di hadapan anak. Ketika salah satu orang tua sedang berbicara kepada anak, orang tua lainnya sebaiknya tidak langsung mengambil alih tanpa alasan yang jelas. Ketika *Moms* sedang memberikan arahan, *Dads* tidak perlu langsung menyela untuk memberikan arahan yang berbeda. Begitu pula sebaliknya. Jika memang ada hal yang perlu dikoreksi, pembicaraan dapat dilakukan setelah situasi selesai. Dengan cara ini, anak belajar bahwa kedua orang tuanya saling menghormati dan bahwa kepemimpinan dalam keluarga tidak perlu diperebutkan.

Hal ini juga penting karena anak belajar mengenai hubungan dari apa yang mereka lihat di rumah. Ketika anak melihat *Moms and Dads* dapat berbeda pendapat tetapi



tetap saling menghormati, anak belajar bahwa perbedaan tidak harus berakhir dengan penghinaan atau pertengkaran. Ketika anak melihat *Moms and Dads* dapat berdiskusi dan mencapai kesepakatan, anak belajar mengenai komunikasi dan kompromi. Sebaliknya, jika anak terus-menerus melihat salah satu orang tua membatalkan, meremehkan, atau mengoreksi orang tua lainnya di depan mereka, anak dapat belajar bahwa perbedaan pendapat merupakan kesempatan untuk saling menjatuhkan atau mencari pihak yang lebih kuat.

Karena itu, *Moms and Dads* tidak perlu takut jika anak melihat bahwa kedua orang tuanya pernah berbeda pendapat. Yang perlu dijaga adalah bagaimana perbedaan tersebut dikelola. Anak tidak membutuhkan gambaran bahwa *Moms and Dads* adalah pasangan yang selalu sepakat dalam segala hal. Anak justru dapat belajar sesuatu yang sangat berharga ketika melihat bahwa dua orang dewasa dapat memiliki pandangan berbeda, kemudian mendengarkan satu sama lain, berdiskusi, dan menemukan jalan bersama.

Pada akhirnya, *united front* bukan tentang membuat *Moms and Dads* menjadi dua orang tua yang identik. *Moms* tetap boleh menjadi *Moms* dengan karakter dan cara pendekatan yang khas. *Dads* juga tetap boleh menjadi *Dads* dengan kekuatan dan gaya pengasuhan yang berbeda. Yang perlu dibangun adalah kesatuan dalam nilai, batasan utama, dan arah pengasuhan. Anak boleh merasakan bahwa *Moms and*





Dads memiliki cara yang berbeda dalam menunjukkan kasih sayang, tetapi anak juga perlu merasakan bahwa keduanya berada dalam tim yang sama.

Moms and Dads, ketika anak melihat kedua orang tuanya berdiri dalam satu tim, anak mendapatkan pesan yang sangat kuat: bahwa rumah adalah tempat yang memiliki batasan yang jelas, bahwa aturan tidak berubah hanya karena meminta kepada orang tua yang berbeda, dan bahwa kedua orang tuanya saling menghormati serta saling mendukung. Pada saat yang sama, *Moms and Dads* juga memberikan contoh bahwa kepemimpinan tidak harus berarti siapa yang paling berkuasa, melainkan bagaimana dua orang dewasa dapat bekerja sama untuk memberikan arah yang baik bagi anak. Karena itu, ketika terdapat perbedaan dalam pengasuhan, *Moms and Dads* tidak perlu terburu-buru mencari siapa yang benar. Berikan ruang untuk berdiskusi secara pribadi, pahami pengalaman dan *trigger* masing-masing, kemudian tentukan kesepakatan yang dapat dijalankan bersama. Jika keputusan pasangan ternyata perlu dievaluasi, evaluasilah di tempat dan waktu yang tepat, bukan dengan saling membatalkan di hadapan anak. Ketika *Moms and Dads* mampu menjaga satu suara di depan anak, yang sedang dibangun bukan sekadar kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga rasa aman, konsistensi, dan kepercayaan dalam keluarga.





Moms and Dads tidak harus selalu sepakat untuk menjadi satu tim. Tetapi *Moms and Dads* perlu belajar bagaimana berbeda pendapat tanpa berhenti menjadi satu tim.

Setelah memahami berbagai prinsip *coparenting* di atas, mulai dari menyeimbangkan “harapan untuk berhasil” dan “takut akan kegagalan”, peran ayah, faktor gaya pengasuhan, *parenting triggers*, hingga *united front*; kini waktunya mempraktikkan bersama secara nyata. Bagian selanjutnya, *DUET Co-Parenting Talk*, mengajak *Moms and Dads* mempraktikkan semua pemahaman ini lewat percakapan yang santai namun bermakna bersama pasangan.

DUET Co-Parenting Talk

DUET Co-Parenting Talk adalah set pertanyaan-pertanyaan untuk menstimulasi *Moms and Dads* berkolaborasi sebagai satu tim. *DUET Co-Parenting Talk* dirancang khusus untuk membantu *Moms and Dads* saling memahami, berkomunikasi, dan bekerja sama dan bersinergi dalam mengasuh anak. *DUET Co-Parenting Talk* memicu percakapan hangat, refleksi, dan tawa bersama.

Persiapan

- Sediakan 20–40 menit. Lakukan aktivitas *Duet Coparenting Talk* ini saat anak tidur/beraktivitas lain.
- Matikan notifikasi. Sediakan minuman ringan. Siapkan alat tulis. *Moms and Dads* bisa langsung menjawab pertanyaan di tempat yang sudah disediakan.
- Setelah *Moms and Dads* menjawab pertanyaan, *Moms and Dads* dapat saling bertanya untuk memperjelas, dan dapat berdiskusi lebih lanjut.
- Tarik napas bersama selama 30 detik untuk mengurangi ketegangan.

Yuk Berefleksi



Sebelum bicara strategi, kita perlu jujur menatap ke dalam. Motivasi berprestasi anak tidak muncul begitu saja; ia tumbuh dari pengalaman kecil, pola asuh, dan dinamika hubungan di rumah.

Bagian ini mengajak *Moms and Dads* untuk berhenti sejenak. Bukan untuk menilai benar atau salah, tapi untuk memahami: apa yang sudah terbentuk dan apa yang ingin kita arahkan.



Tema:
Pengalaman anak sekarang
(bangga, mencoba, menghadapi hal sulit)

Di fase ini, *Moms and Dads* melihat anak apa adanya, tanpa proyeksi masa depan, tanpa bayangan masa lalu. Perhatikan momen-momen kecil yang sering terlewat: saat ia merasa bangga, saat ia mencoba hal baru, atau saat ia berusaha menghadapi sesuatu yang tidak mudah.

Dari situ, *Moms and Dads* bisa memahami apa yang sebenarnya sedang membangun motivasinya dari dalam.

Pertanyaan

1. Momen apa yang akhir-akhir ini menunjukkan bahwa anak kita terlihat bangga pada dirinya sendiri?

Jawaban

Pertanyaan

2. Kapan terakhir kali kamu melihat anak kita sangat bersemangat mencoba hal baru yang sulit?

Jawaban

Pertanyaan

3. Apa saja hal-hal sulit yang ingin kita ajarkan kepada anak agar dia bisa menghadapinya dengan tenang?

Jawaban



Tema:
Masa kecil orang tua & pola asuh

Cara *Moms and Dads* mengasuh tidak pernah netral. Cara pengasuhan selalu dipengaruhi oleh pengalaman *Moms and Dads*, siapa yang pernah mendukung *Moms and Dads*, bagaimana *Moms and Dads* menghadapi kegagalan, dan apa yang dulu *Moms and Dads* butuhkan, tetapi tidak selalu *Moms and Dads* dapatkan.

Refleksi ini penting, karena sering tanpa sadar *Moms and Dads*:

- mengulang pola lama, atau
- justru bereaksi berlebihan terhadapnya

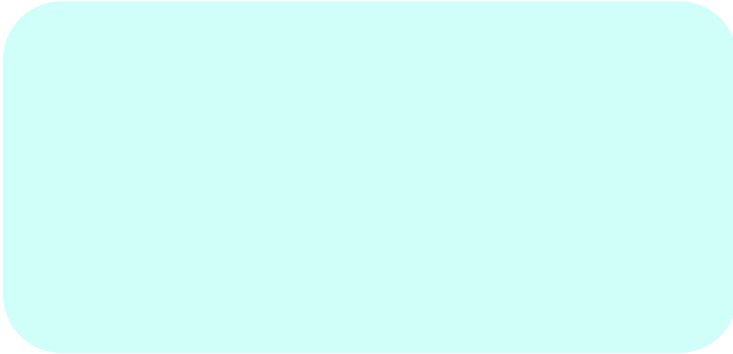
Pertanyaannya:

Pola mana yang ingin *Moms and Dads* lanjutkan, dan mana yang perlu *Moms and Dads* ubah?

Pertanyaan

4. Kalau waktu bisa diulang, adakah cara kita mengasuh anak yang ingin kamu ubah supaya motivasi berprestasi anak kita berkembang?

Jawaban



Pertanyaan

5. Waktu kecil dulu, siapa yang paling sering menyemangatimu? Sifat baik mana yang ingin kamu contohkan kepada anak kita?

Jawaban



Pertanyaan

6. Waktu kamu seusia anak kita, kalau sedang kecewa atas hasil karyamu, biasanya kamu cari siapa untuk menghiburmu?

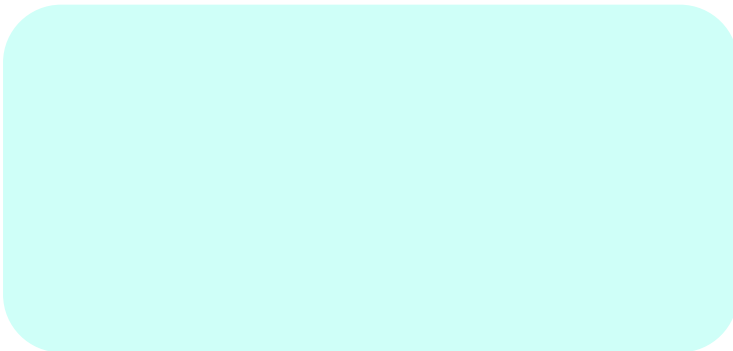
Jawaban



Pertanyaan

7. Apa kenangan masa kecilmu (saat seusia anak kita) yang sampai sekarang masih sangat kamu banggakan?

Jawaban





Tema:
Pasangan + visi anak

Anak tidak hanya belajar dari apa yang *Moms and Dads* ajarkan, tetapi juga dari bagaimana *Moms and Dads* bekerja sebagai tim. Nilai, sikap, dan cara *Moms and Dads* saling mendukung akan menjadi referensi utama bagi anak tentang hubungan, tanggung jawab, dan cara menghadapi hidup. Di saat yang sama, *Moms and Dads* juga membawa harapan untuk masa depan anak.

Bagian ini mengajak *Moms and Dads* menyelaraskan dua hal:

Siapa *Moms and Dads* sebagai pasangan hari ini dan siapa anak yang ingin *Moms and Dads* lihat di masa depan?

Pertanyaan

8. Sebutkan 3 sifat terbaik dari pasanganmu yang kamu ingin ditiru oleh anakmu?

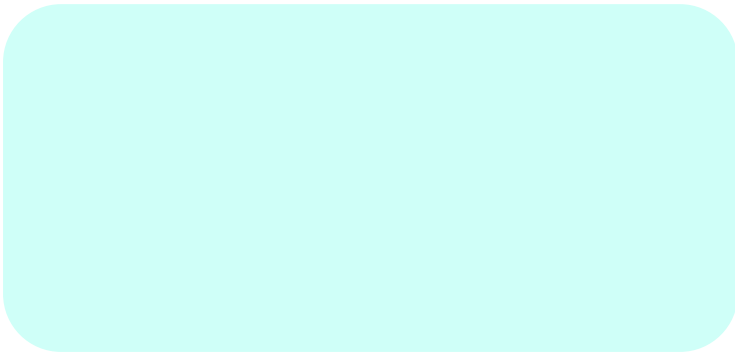
Jawaban



Pertanyaan

9. Apa yang pernah pasanganmu lakukan yang membuatmu merasa paling terbantu dalam mengasuh anak?

Jawaban

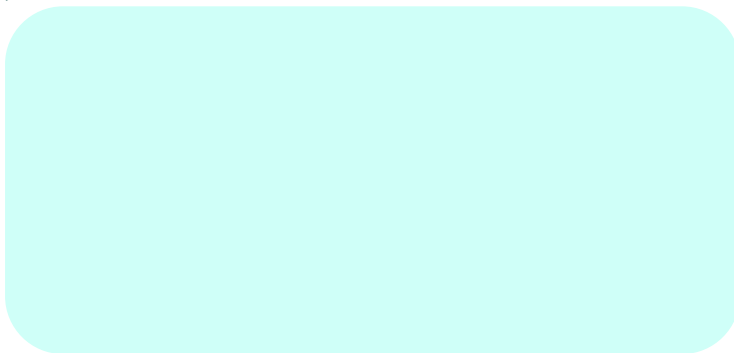




Pertanyaan

10. Bayangkan 15 tahun lagi, apa yang paling membuat kita bangga dari anak kita? Pekerjaannya, ijazahnya, atau kepribadiannya?

Jawaban



Yuk Berstrategi



Setelah memahami apa yang sudah terbentuk, sekarang saatnya menentukan **apa yang akan *Moms and Dads* lakukan secara sadar**. Motivasi berprestasi tidak hanya dibangun dari niat baik, tetapi dari **respon yang konsisten** di momen kecil sehari-hari:

- saat anak berhasil
- saat anak gagal
- dan saat kita sebagai orang tua tidak selalu sepakat

Bagian ini membantu *Moms and Dads* menyepakati langkah agar anak tidak hanya melihat arah, tetapi juga merasakan dukungan yang jelas.



Tema:

Apresiasi, usaha, dan motivasi internal

Motivasi yang bertahan lama tidak datang dari tekanan, tetapi dari pengalaman bahwa usahanya dihargai.

Di bagian ini, *Moms and Dads* menyepakati:

- apa yang perlu dirayakan
- bagaimana cara merespon saat anak kehilangan semangat
- dan nilai apa yang benar-benar ingin kita tekankan

Tujuannya jelas:

Anak merasa dihargai karena prosesnya, bukan hanya hasil akhirnya.

Pertanyaan

1. Apa pencapaian anak kita akhir-akhir ini yang pantas kita rayakan?

Jawaban



Pertanyaan

2. Bagaimana cara kita menunjukkan kepada anak bahwa yang penting adalah usahanya, bukan hanya hasil akhirnya?

Jawaban



Pertanyaan

3. Apa yang bisa kita lakukan saat anak kita malas atau tidak semangat?

Jawaban



Pertanyaan

4. Mana yang perlu kita apresiasi, peringkat sekolah, atau sikapnya yang rajin membantu adik?

Jawaban





Tema:

Kegagalan, rasa takut, kecewa, dan respon orang tua

Tidak semua berjalan sesuai harapan. Justru di momen sulit, anak belajar paling banyak. Bagian ini membantu *Moms and Dads* menyamakan respon saat anak:

- takut mencoba
- kecewa dengan hasil
- atau merasa gagal

Bukan untuk langsung “memperbaiki” situasi, tetapi untuk memastikan anak belajar:

Gagal bukan akhir, dan emosi mereka aman untuk dirasakan.

Pertanyaan

5. Ketika anak kita grogi dan takut tampil di sekolah, apa yang sebaiknya kita lakukan?

Jawaban



Pertanyaan

6. Kalau anak kecewa karena gagal, apakah lebih baik kita beri dia waktu sendiri atau langsung kita hibur?

Jawaban



Pertanyaan

7. Apa hal pertama yang harus kita lakukan ketika anak kita mendapat nilai jelek di sekolah?

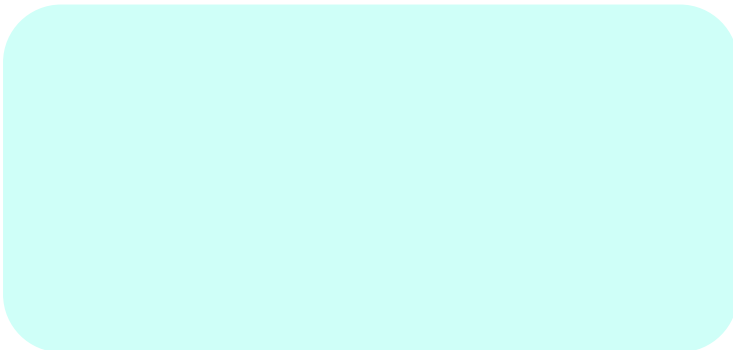
Jawaban



Pertanyaan

8. Apa yang sebaiknya kita katakan kepada anak ketika mereka merasa gagal melakukan sesuatu?

Jawaban





Tema:

Kerja sama, dukungan pasangan, dan konsistensi

Anak tidak hanya belajar dari apa yang kita katakan, tetapi juga dari bagaimana *Moms and Dads* bekerja sebagai tim. Perbedaan cara pandang itu wajar, yang penting adalah bagaimana *Moms and Dads* mengelolanya agar anak tetap melihat satu hal yang konsisten: orang tuanya saling mendukung, bukan saling bertentangan.

Bagian ini membantu *Moms and Dads* menyepakati cara saling membantu saat salah satu mengalami kesulitan, serta bagaimana tetap terlihat kompak di hadapan anak.

Pertanyaan

9. Ketika kamu kesulitan menghadapi anak yang tidak mau menurut, bagaimana aku bisa membantumu?

Jawaban

Pertanyaan

10. Ketika kita sedang berbeda pendapat soal anak, apa yang harus kita lakukan agar mereka melihat kita sebagai tim yang kompak?

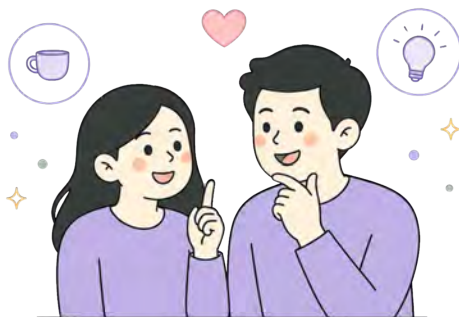
Jawaban

Yuk Haha Hihi



Tidak semua percakapan harus serius. Justru, di momen santai dan ringan, *Moms and Dads* sering melihat sisi satu sama lain yang jarang terlihat. Tawa kecil, cerita lama, atau jawaban yang tidak terduga. Semua itu membantu *Moms and Dads* merasa lebih dekat, saling memahami tanpa tekanan, dan mengingat bahwa hubungan ini juga perlu dinikmati.

Bagian ini bukan untuk mencari jawaban yang benar, melainkan untuk **menikmati proses saling mengenal kembali.**



Tema:

Keunikan, preferensi, dan perspektif pasangan

Seiring waktu, *Moms and Dads* sering merasa sudah “tahu” dan “mengenal” pasangan. Padahal, selalu ada sisi yang belum sempat *Moms and Dads* lihat atau dengar. Lewat pertanyaan-pertanyaan ini, *Moms and Dads* diajak melihat pasangan dari sudut pandang yang berbeda dengan cara yang lebih ringan dan tanpa ekspektasi.

Tujuannya bukan untuk menilai, melainkan untuk **menemukan hal-hal kecil yang membuat hubungan ini tetap hidup.**

Pertanyaan

1. Sebutkan dua warna yang paling menggambarkan sifat-sifat positif pasanganmu? Jelaskan.

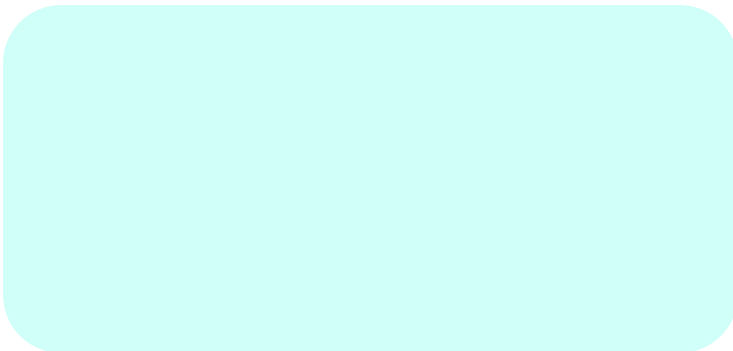
Jawaban



Pertanyaan

2. Mana yang paling bikin kamu merasa disayang: dipeluk erat selama 10 detik, dibuatkan makanan favoritmu, atau diajak jalan-jalan?

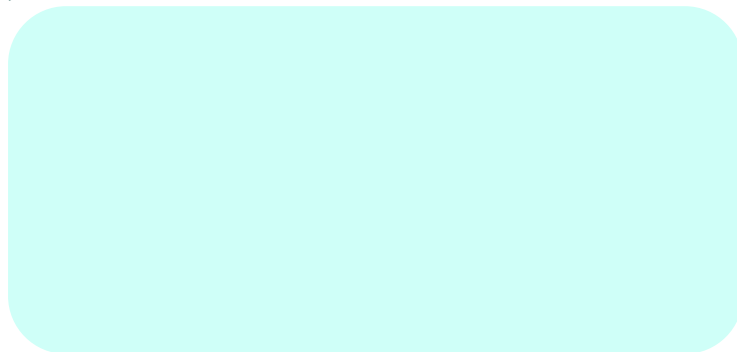
Jawaban



Pertanyaan

3. Apa lima kata yang paling sering aku ucapkan?

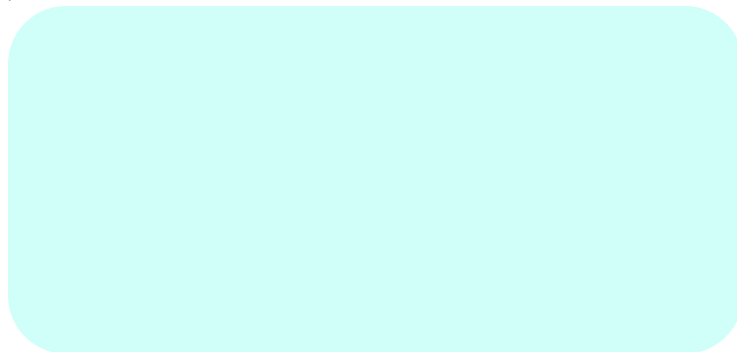
Jawaban



Pertanyaan

4. Kalau hubungan kita itu makanan, kira-kira makanan apa itu? Mengapa?

Jawaban



Pertanyaan

5. Apa yang paling mengejutkanmu setelah kamu menjadi suami/istriku?

Jawaban





Tema

Kenangan, pengalaman, dan cerita personal

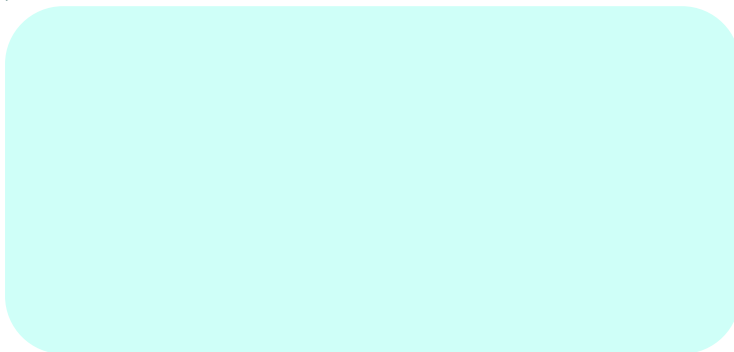
Masa lalu sering menyimpan cerita yang membentuk siapa kita hari ini. Dengan mengingat kembali cita-cita masa kecil, momen berkesan, atau hal-hal sederhana yang dulu kita sukai, *Moms and Dads* bisa melihat perjalanan masing-masing dengan lebih utuh.

Di sini, yang dicari bukan detail yang sempurna, melainkan **rasa yang pernah *Moms and Dads* alami.**

Pertanyaan

6. Waktu kecil dulu, kamu bercita-cita jadi apa?

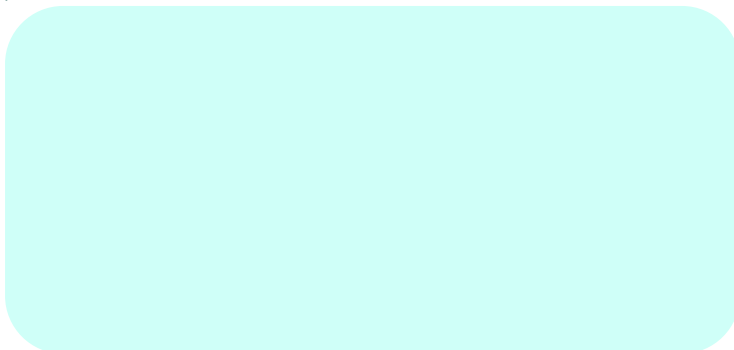
Jawaban



Pertanyaan

7. Tempat kencan kita yang mana yang paling berkesan bagimu?

Jawaban



Pertanyaan

8. Apa jajanan masa kecil yang kamu kangen, tapi sekarang sudah sulit ditemukan?

Jawaban



Pertanyaan

9. Kalau kita bisa memutar balik waktu, pekerjaan apa yang akan kita pilih?

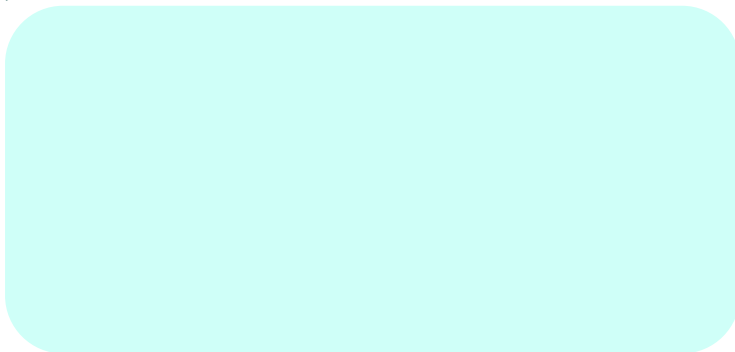
Jawaban



Pertanyaan

10. Waktu tahu kita akan punya anak pertama, apa hal pertama yang terlintas di pikiranmu?

Jawaban





Tema

Harapan, bayangan masa depan, dan humor

Tidak semua pembicaraan tentang masa depan harus berat. Lewat pertanyaan-pertanyaan ini, *Moms and Dads* diajak membayangkan masa depan dengan cara yang santai, tanpa tekanan, dan sedikit humor.

Bagian ini membantu *Moms and Dads* menyadari bahwa **masa depan tidak hanya untuk direncanakan, tetapi juga untuk dibayangkan bersama.**

Pertanyaan

11. Siapa di antara kita yang lebih dulu tertarik untuk menjalin hubungan?

Jawaban



Pertanyaan

12. Kamu ingin anak kita jadi apa ketika mereka dewasa?

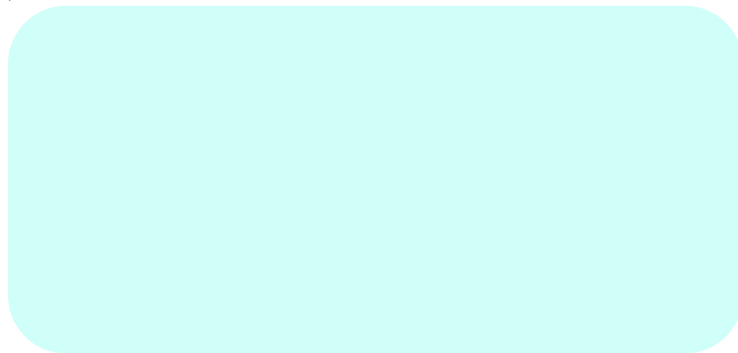
Jawaban



Pertanyaan

13. Kalau kita tua nanti, kamu ingin kita tinggal di perkotaan atau di pedesaan?

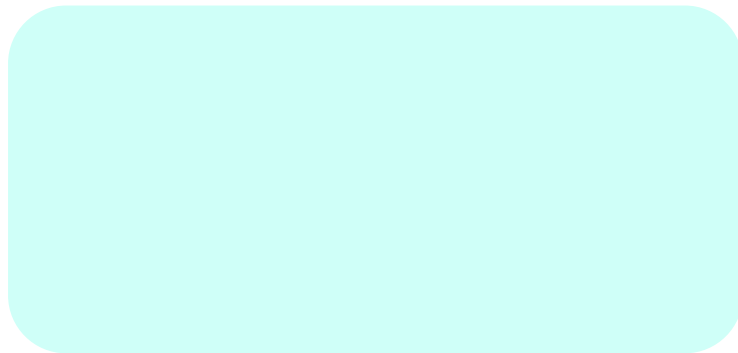
Jawaban



Pertanyaan

14. Lagu apa yang paling cocok untuk mewakili hidup kita akhir-akhir ini?

Jawaban



Pertanyaan

15. Kalau anak-anak kita ikut lomba 17-an, mereka bisa menang lomba apa ya?

Jawaban



PENUTUP

Selamat! *Moms and Dads* telah tekun berproses membangun harmoni dalam pengasuhan. Sekalipun *Moms and Dads* telah menyelesaikan semua bagian dari buku ini, bukan berarti proses membangun pengasuhan yang harmonis telah selesai. Anak *Moms and Dads* terus bertumbuh dan setiap tahapan membutuhkan strategi khusus untuk mengasuhnya. *Moms and Dads* selalu dapat mengulang kembali buku ini untuk memberi ruang untuk berefleksi, berstrategi, dan membangun relasi yang hangat sebagai pasangan.

REFERENSI

- Allen, S., & Daly, K. (2007). *The effects of father involvement: An updated research summary of the evidence inventory*. Centre for Families, Work & Well-Being, University of Guelph.
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (2020). *Self-efficacy: The exercise of control* (Updated Perspectives in Educational Psychology). W. H. Freeman.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83–96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Bornstein, M. H. (Ed.). (2019). *Handbook of parenting: Vol. 3. Being and becoming a parent* (3rd ed.). Routledge.
- Duhit, M. M., & Wardani, A. (2022). Digital parenting strategies in building children's self-efficacy and resilience in the digital age. *Journal of Early Childhood Care and Education*, 5(1), 45–58.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Engel, M., Setiawan, J. L., & Indriati, L. (2021). Development of a cloud-based co-parenting strengthening system. *JUITA: Jurnal Informatika*, 9(2), 1–10.

- 
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2022). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: A systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 1687–1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>
- Faraswati, E., Nabila, F. R., & Fitria, N. (2025). The social and emotional impact of fathers' inaction on child rearing. *Socrates: Journal of Education, Philosophy and Psychology*, 1(3), 85–93.
- Feinberg, M. E. (2002). Coparenting and the transition to parenthood: A framework for prevention. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 5(3), 173–195.
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting: Science and Practice*, 3(2), 95–131.
- Feinberg, M. E., Brown, L. D., & Kan, M. L. (2012). A multi-domain self-report measure of coparenting. *Parenting: Science and Practice*, 12(1), 1–21.
- Fry, P. S., & Scher, A. (1984). The effects of father absence on children's achievement motivation, ego-strength, and locus-of-control orientation: A five-year longitudinal assessment. *British Journal of Developmental Psychology*, 2(2), 167–178.
- 

- Hidayat, H., & Zainuddin, M. (2026). Father involvement and academic motivation among university students: The limited mediating role of self-efficacy. *Sosioedukasi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 15(2), 1818–1829.
- Indriati, L., Setiawan, J. L., Engel, M. M., & Widhigdo, J. C. (2024). Perancangan aplikasi “Duet” berbasis coparenting sebagai alat bantu dalam pengasuhan anak bagi orang tua Indonesia. *ANDHARUPA: Jurnal Desain Komunikasi Visual & Multimedia*, 10(1), 85–98.
- Khorlina, F. M., & Setiawan, J. L. (2017). Relationship between co-parenting and communication with marital satisfaction among married couples with teenagers. *Psychopreneur Journal*, 1(2), 115–125.
- McHale, J. P., & Lindahl, J. M. (Eds.). (2011). *Coparenting: A conceptual and clinical examination of family systems*. American Psychological Association.
- Narayan, A. J., Lieberman, A. F., & Masten, A. S. (2021). Intergenerational transmission and prevention of adverse childhood experiences (ACEs). *Clinical Psychology Review*, 85, Article 101997. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101997>
- Orenstein, G. A., & Lewis, L. (2021). *Erikson's stages of development*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/>
- Setiawan, J. L. (2017). Optimizing coparenting to develop entrepreneurial personality in children. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 32(2), 65–75.

- Setiawan, J. L. (2022). *Mau support suami terlibat dalam pengasuhan anak? Stop 3 hal ini!* Universitas Ciputra Center for Family Business. <https://ucmfc.ciputra.ac.id/mau-support-suami-terlibat-dalam-pengasuhan-anak-stop-3-hal-ini/>
- Setiawan, J. L., & Sanjaya, E. (2023). *Building a strong marriage: Membangun pernikahan yang kokoh untuk co-parenting yang efektif*. Penerbit Universitas Ciputra.
- Setiawan, J. L., Indriati, L., Engel, M. M., Dessyrianti, R. F., & Prijatna, K. (2023). *Membangun masa depan anak dengan coparenting: A guide to a happy and meaningful coparenting*. Penerbit Mithra.
- Setiawan, J. L., Widhigdo, J. C., Teonata, A., & Indriati, L. (2022). Understanding the issues of co-parenting in Indonesia. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 11(3), 588–607.
- Widhigdo, J. C., & Setiawan, J. L. (2024). Duet: A mobile application to facilitate parents in practicing coparenting. *Jurnal Edutech Undiksha*, 12(1), 52–62.
- Yanjie, H., Ravindran, L., & Limei, L. (2026). The relationship between father involvement and children's academic achievement: A systematic review. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 15(1), 258–267.



Zimmer-Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2022). Parent emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63–82.

TENTANG PENULIS

Jenny Lukito Setiawan adalah seorang guru besar di bidang Psikologi Konseling di Universitas Ciputra Surabaya. Berangkat dari layanan konseling yang diberikan kepada banyak keluarga, ia mendapati bahwa banyak persoalan anak berakar dari keluarga, termasuk ketidakkompakan antara ayah dan ibu dalam melakukan pengasuhan.

Ketidakselarasan dalam pengasuhan sering kali berakar dari relasi pasangan suami istri yang tidak dibangun dan tidak dipelihara. Hal-hal seperti ini menghambat orang tua dalam mengembangkan motivasi berprestasi pada anak. Hal ini memunculkan panggilan khusus di hatinya untuk menolong pasutri di Indonesia membangun pernikahan yang kuat dan keluarga yang berfungsi. Karena itu, ia merintis penyelenggaraan mata kuliah Psikologi Pernikahan dan Keluarga dalam kurikulum Program Studi Psikologi Universitas Ciputra Surabaya untuk menghasilkan lebih banyak profesional yang dapat memberikan edukasi dan konseling terkait pernikahan dan keluarga bagi masyarakat luas di Indonesia.

Ia juga bertindak sebagai founder dan direktur *Universitas Ciputra Center for Marriage and Family*, suatu pusat kajian dan edukasi pernikahan dan keluarga, guna membantu keluarga di Indonesia mengembangkan keluarga yang



fungsional dengan berfokus pada relasi pernikahan yang sehat. Jenny Lukito Setiawan juga menjadi *Founding Member of the International Center for Coparenting Research and Policy (ICOPAR) Advisory Board*, yang berpusat di USA, dalam rangka pencegahan masalah-masalah yang terkait dengan keluarga.

Jessica Christina Widhigdo adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Ciputra Surabaya sejak 2022 dan psikolog di Universitas Ciputra Psychological Service Centre dengan fokus pada konseling dan asesmen psikologis. Ia juga aktif sebagai fasilitator di Universitas Ciputra *Centre for Marriage and Family*. Minat keilmuannya meliputi kesehatan mental anak, remaja, dan keluarga, khususnya well-being, parenting, dan psikologi positif.

Pramesti Saniscara, dosen Program Studi Desain Komunikasi Visual di Universitas Ciputra Surabaya, memiliki minat pada pengembangan *brand*, strategi komunikasi visual, dan desain kemasan. Ketertarikan pada dunia akademik tumbuh sejak menjadi asisten dosen di Institut Teknologi Sepuluh Nopember. Sejak 2016, aktif mengajar dan berkontribusi dalam pengembangan keilmuan di bidang desain.

Selain mengajar, ia juga terlibat dalam Satgas PPKPT sebagai bagian dari komitmennya untuk menciptakan lingkungan kampus yang aman dan suportif. Di luar aktivitas profesional, ia menikmati membaca, musik, dan film sebagai sumber refleksi serta inspirasi kreatif.

Pernakah *Moms and Dads* berbeda pendapat tentang cara mendidik anak untuk membangun motivasi berprestasinya?

Ketidakselarasan dalam pengasuhan sering kali membuat *Moms and Dads* lelah, dan anak menjadi bingung serta kurang percaya diri. Padahal, dari duet yang harmonis dalam pengasuhanlah semangat berprestasi anak dapat tumbuh secara optimal.

Buku ***Berduet Menumbuhkan Motivasi Berprestasi Anak*** hadir sebagai panduan praktis bagi *Moms & Dads* untuk membangun keselarasan dalam pengasuhan. Buku ini mengajak *Moms and Dads* memahami cara menyeimbangkan harapan untuk berhasil (*Hope for Success*) dan rasa takut akan kegagalan (*Fear of Failure*) pada anak, membangun growth mindset serta memberikan pertolongan pertama saat anak patah semangat, mengoptimalkan peran dan keterlibatan Ayah dalam pengasuhan, serta mengolah *parenting triggers* dari masa lalu agar tidak menghambat relasi pengasuhan.

Buku ini dilengkapi dengan bagian interaktif ***DUET Co-Parenting Talk***, yang memberikan ruang bagi *Moms and Dads* untuk berefleksi, berstrategi, dan berhaha-hihi guna menghangatkan relasi.

Mari berduet dan ciptakan simfoni pengasuhan yang indah demi masa depan buah hati *Moms and Dads*.



**PENERBIT
UNIVERSITAS
CIPUTRA**
Universitas Ciputra
Citraland CBD Boulevard
Surabaya 60219
penerbit@ciputra.ac.id

ISBN

