

TIPS BERKOMUNIKASI YANG BAIK DENGAN ANAK

1. Santun Berbicara

- Gunakan kata-kata yang **mudah dipahami** oleh anak.
- **Jelas** dalam pengucapannya, tidak terlalu cepat.
- Gunakan **nada yang tenang, lembut, dan santun**, tidak terlalu tinggi atau rendah. Nada yang tinggi cenderung menunjukkan emosi atau amarah yang dapat menimbulkan rasa takut dan justru berakibat si anak tidak dapat mendengarkan apa yang disampaikan oleh orangtuanya.
- **Volume suara yang cukup** untuk didengar, tidak terlalu keras ataupun lirih.
- **Hindari berteriak.** Jika jarak anak dengan orangtua berjauhan, hampiri si anak, lalu berbicara baik-baik, sampaikan maksud orangtua.
- Usahakan **melakukan kontak mata** dengan anak ketika berbicara, ambil posisi sejajar dengan duduk bersama atau merendahkan tubuh sejajar dengan anak
- **Hindari kesan menggurui dan menghakimi.** Jika hendak bertanya, upayakan bertanya dengan baik tanpa unsur menyalahkan agar anak tidak merasa tersudut. Menghakimi atau menyudutkan anak akan sangat berbahaya dan berpotensi membuat si anak melakukan kebohongan karena merasa tertekan..

2. Belajar Mendengar

Ketika seorang anak ingin berbicara pada orangtua, maka sikap yang baik adalah:

1. **Hentikan sejenak aktivitas** saat itu, entah sedang membaca atau melakukan sesuatu.. Lanjutkan kembali nanti setelah selesai mendengar anak berbicara.
2. **Tunjukkan respon** bahwa orangtua siap mendengar, dengan ungkapan misalnya "Ada apa nak?" atau "Ada yang bisa Ayah bantu?"
3. **Dengarkan** cerita anak dengan **penuh perhatian**, melibatkan seluruh anggota tubuh.
4. **Berikan tanggapan yang merefleksikan** apa yang dirasakan oleh si anak. Tanggapan refleksi ini menunjukkan bahwa orangtua mendengar, peduli, dan mengerti apa yang sedang dialami anak

3. Belajar Menyampaikan Pendapat

Salah satu teknik komunikasi yang dapat digunakan orangtua untuk memberitahu anak apa yang dirasakan oleh orangtua mengenai suatu situasi adalah dengan menggunakan kalimat yang berfokus pada "Saya" (perasaan orangtua). Kalimat yang digunakan harus mengandung 3 (tiga) hal, yakni:

"Saya merasa(sebutkan perasaan yang sedang dialami saat itu) ketika atau jika.....(beritahukan apa yang menyebabkan anda merasa seperti itu), Saya ingin.....(beritahukan apa yang anda ingin anak sebaiknya lakukan)"

4. Memberikan Arahan Yang Jelas dan Sederhana

Beberapa tips untuk memberikan pesan yang jelas pada anak :

Dapatkan perhatian anak

Untuk menarik perhatian anak, yang dapat dilakukan orangtua adalah: :

- a. Datangi anak – jangan berteriak dari jauh
- b. Sebutkan namanya
- c. Rendahkan posisi tubuh anda hingga sejajar dengan anak – berlutut atau duduklah, sehingga anda dapat melakukan kontak mata dengan anak
- d. Peganglah tangan atau bahunya dengan lembut
- e. Hilangkan suara-suara yang mengganggu di sekitar anda – kecilkan suara televisi atau matikan suara radio ketika anda sedang berbicara pada anak.

Berikan arahan yang jelas

Dari pada hanya mengatakan "Bersihkan kamarmu", sebaiknya anda mengatakan "Letakkan pakaian kotormu di keranjang pakaian kotor, gantung atau lipat bajumu yang masih bersih, simpan kembali mainanmu ke dalam kotak mainan, dan rapikan tempat tidurmu.

Berikan arahan yang sederhana

Setelah anak mengerjakan apa yang anda minta, berikan lagi arahan untuk tugas berikutnya dan minta ia kembali pada anda lagi jika ia telah selesai mengerjakannya. Demikian seterusnya hingga semua yang diharapkan orangtua berhasil ia tuntaskan.

5. Pujian vs Makian

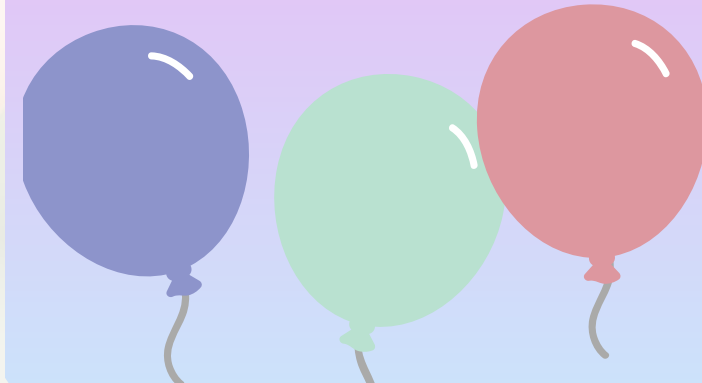
Orangtua harus belajar untuk fokus pada kebaikan anak atau kelebihan anak, serta belajar memberikan pujian yang wajar dan tidak berlebihan. Sebuah pujian akan efektif jika:

- Ada unsur kebanggaan yang ditunjukkan oleh Orangtua atau Guru
- Ada unsur label karakter positif
- Ada unsur perilaku/tindakan anak sehingga ia mendapat label karakter positif tersebut

Pujian yang efektif akan menjadi penguatan bagi anak, sehingga ia mempunyai konsep diri yang positif dan akan menjadi referensi untuk mengulang kembali perilaku/tindakan kebaikannya tersebut di masa yang akan datang.

6. Efek Sentuhan (Komunikasi Non Verbal)

Anak yang mendapatkan banyak sentuhan penuh kasih sayang dari orangtuanya akan tumbuh lebih sehat, baik secara fisik maupun psikologisnya. Sentuhan akan memicu tubuh untuk membentuk Oxytocin yang merangsang munculnya rasa tenteram, yang pada akhirnya akan menumbuhkan rasa percaya diri anak. Mencium kedua pipi dan dahi anak, memberikan usapan lembut di kepala, tepukan ringan di pipi atau pundak mereka, menggenggam tangan, pelukan saat bangga maupun saat mereka kecewa, menjadi penguatan bagi anak yang menunjukkan bahwa orangtua sangat menyayanginya dan akan selalu ada bagi mereka.



7. Gunakan 3 Kata Ajaib

Tolong
Terima Kasih
Maaf



Ada tiga kata ajaib yang bisa digunakan oleh orangtua kepada anak, yang akan memiliki efek luar biasa bagi perkembangan positif psikologis mereka.

1. Tolong

Bagi sebagian besar orangtua, seorang anak wajib membantu orangtuanya jika mengalami kesulitan dalam beberapa pekerjaan rumah atau sebagai proses melatih kemandirian, namun caranya perlu diperhatikan. Ingat, bukan menyuruh, tetapi meminta tolong.

2. Terima Kasih

Kata ini terkesan remeh dan sering dilupakan oleh orangtua. Bagi orangtua, anak wajib mematuhi semua perintah orangtua, sehingga orangtua seringkali terlewat mengucapkan TERIMA KASIH bila anak telah menyelesaikan kewajibannya. Padahal hal ini juga merupakan bentuk penghargaan kepada anak dan mengajarkan mereka untuk menghargai orang lain. Pernyataan 'terima kasih' juga akan menjadi penguatan bagi perbuatan baik yang anak lakukan sehingga dapat menjadi kebiasaan yang baik pula.

3. Maaf

Tidak ada manusia yang sempurna, demikian juga orangtua. Ketika Orangtua berbuat salah, bersegeralah meminta MAAF dengan menyebutkan letak kesalahan anda. Meminta maaf tidak akan meruntuhkan harga diri orangtua. Sebaliknya ini akan mengajarkan kepada anak anda tanggung jawab dan berani mengakui kesalahan.

Komunikasi adalah hal penting dalam interaksi atau hubungan orangtua dengan anak. Yang harus dipahami adalah komunikasi sesungguhnya merupakan sebuah keterampilan, bukan sekedar bakat atau karakter bawaan, tetapi bisa dipelajari



CONTACT US

BIDANG DATA DAN INFORMASI
GENDER DAN ANAK
DP3A PROV. SULSEL

Jl. Urip Sumodardjo 269, Makassar

**CERDAS
BERKOMUNIKASI
DENGAN ANAK**

DINAS PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DAN
PERLINDUNGAN ANAK
PROVINSI SULAWESI SELATAN