

**ANALISIS *MINDFUL PARENTING* DALAM MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN ANAK DI GAMPONG ALAI
KECAMATAN KLUET TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**KHAIRINA
NIM. 180210052**

**Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
DARUSSALAM - BANDA ACEH
2023 M/1445 H**

**ANALISIS *MINDFUL PARENTING* DALAM MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN ANAK DI GAMPONG ALAI
KECAMATAN KLUET TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh

KHAIRINA

NIM. 180210052

Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,



Dewi Fitriani, M.Ed
NIDN. 2006107803

Pembimbing II,



Faizatul Faridy, S.Pd.I.,M.Pd
NIP. 199011252019032019

**ANALISIS *MINDFUL PARENTING* DALAM MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN ANAK DI GAMPONG ALAI
KECAMATAN KLUET TIMUR**

SKRIPSI

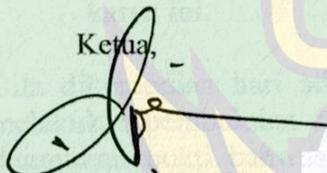
Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
Serta Diterima Sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
Dalam Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Pada Hari/Tanggal

Selasa, 25 Juli 2023 M
7 Muharram 1445 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,



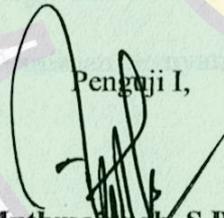
Dewi Fitriani, M.Ed
NIDN. 2006107803

Sekretaris,



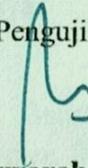
Faizatul Faridy, S.Pd.I., M.Pd
NIP. 199011252019032019

Penguji I,



Muthmainnah, S.Pd.I., MA
NIP. 198204202014112001

Penguji II,

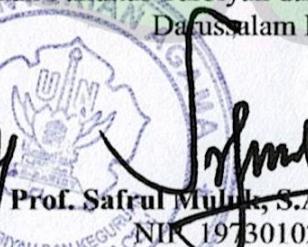


Munawwarah, S.Pd.I., M.Pd
NIP. 199312092019032021

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darusalam Banda Aceh




Prof. Safrul Muluk, S.Ag., MA., M.Ed., P.hD
NIP. 197301021997031003



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khairina
NIM : 180210052
Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : Analisis *Mindful Parenting* dalam Meningkatkan Kemandirian Anak di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur

Dengan ini menyatakan bahwa dalam Skripsi ini saya:

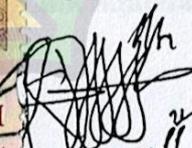
1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi atau memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab dengan karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya dan telah melakukan pembuktian dan dapat dipertanggungjawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwasanya memang melanggar Skripsi ini, maka saya siap dikenakan sanksi dengan peraturan yang berlaku di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banda Aceh, 05 Juni 2023
Yang Menyatakan,




Khairina
NIM. 180210052

ABSTRAK

Nama : Khairina
NIM : 180210052
Fakultas/ Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/ Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Judul : Analisis *Mindful Parenting* dalam Meningkatkan Kemandirian Anak di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur
Tanggal Sidang : 25 Juli 2023
Tebal Skripsi : 74 halaman
Pembimbing I : Dewi Fitriani, M.Ed
Pembimbing II : Faizatul Faridy, M.Pd
Kata Kunci : *Mindful Parenting*, Kemandirian, Anak Usia Dini

Mindful parenting yang merupakan salah satu pola pengasuhan ideal yang disarankan untuk membangun hubungan yang aman antara ibu dan anak. Konsep *mindful Parenting* adalah mengedepankan transformasi personal antara orang tua dengan anaknya dengan *experience* (pengalaman), *awareness* (kesadaran), dan *acceptance* (penerimaan). Hasil observasi yang dilakukan di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur Kabupaten Aceh Selatan bahwa sebagian besar anak-anak usia 5-6 tahun di gampong tersebut menunjukkan perkembangan kemandirian yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur dan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhinya. Untuk melihat hasil penelitian, penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur dalam pengasuhan anak lebih mengedepankan pola komunikasi yang baik antara orang tua dan anak dan menghindari setiap kekerasan, baik fisik maupun kekerasan melalui suara. Baiknya komunikasi antara anak dan orang tua, maka orang tua akan lebih mudah dalam memberikan ransangan kemandirian anak, melalui nasihat, arahan dan sikap positif sehingga anak merasa nyaman dan terbiasa dengan kondisi tersebut. Sedangkan faktor mempengaruhinya yaitu faktor ekonomi, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat *Qudrah* dan *Iradah*-Nya Penulis telah dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Analisis *Mindful Parenting* dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur”. Shalawat beriring salam senantiasa Penulis sampaikan keharibaan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya. Tujuan dari penulisan Skripsi ini merupakan salah satu tugas dan syarat dalam menyelesaikan studi dan mencapai gelar sarjana di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Keberhasilan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak yang telah memberi masukan serta saran sehingga Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu dalam kesempatan ini dengan kerendahan hati Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dewi Fitriani, M.Ed dan Ibu Faizatul Faridy, M.Pd selaku Pembimbing penulis yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing penulisan Skripsi serta telah memberi dorongan dan masukan dalam menyelesaikan penulisan Skripsi ini.
2. Ibu Munawwarah, S.Pd. M.Pd. selaku Penasehat Akademik yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam menentukan judul Skripsi.
3. Ibu Heliati Fajriah, S.Ag, M.A. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyelesaikan pendidikan.
4. Bapak Safrul Muluk, S.Ag. MA. M.Ed. Ph.D. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri AR-Raniry
5. Ucapan terima kasih kepada seluruh Bapak/Ibu dosen, para asisten, karyawan perpustakaan serta seluruh Civitas Akademika dalam lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah membantu menyelesaikan penulisan Skripsi ini.

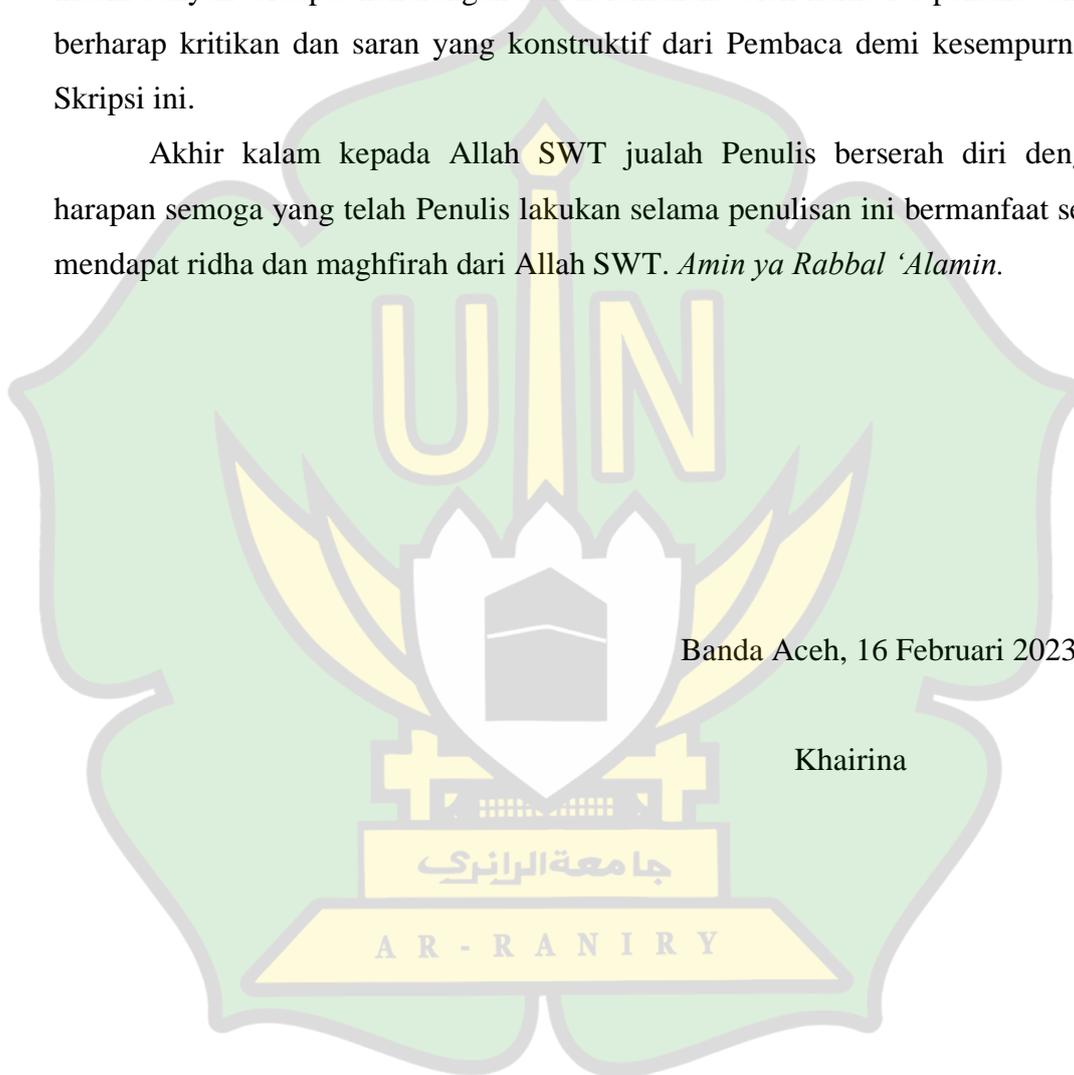
6. Bapak Dhuha Wakdin, S.Pd selaku Kepala Desa Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur Kabupaten Aceh Selatan sebagai tempat penelitian penulis.

Penulis menyadari dalam penulisan Skripsi yang sangat sederhana ini masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu penulis sangat berharap kritikan dan saran yang konstruktif dari Pembaca demi kesempurnaan Skripsi ini.

Akhir kalam kepada Allah SWT jualah Penulis berserah diri dengan harapan semoga yang telah Penulis lakukan selama penulisan ini bermanfaat serta mendapat ridha dan maghfirah dari Allah SWT. *Amin ya Rabbal 'Alamin.*

Banda Aceh, 16 Februari 2023

Khairina



LEMBAR ISTIMEWA

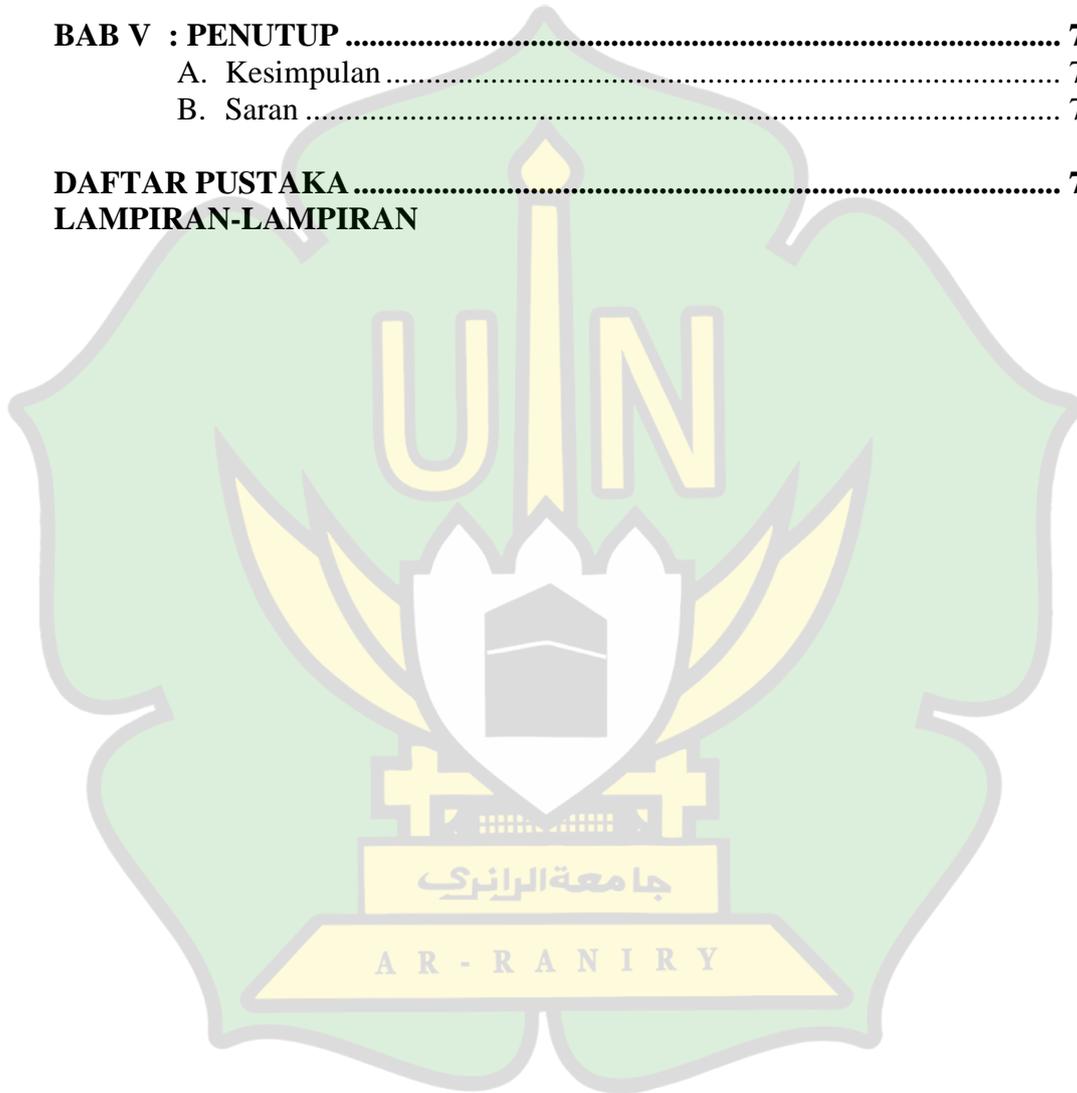
Alhamdulillah, Segala puji syukur kepada Allah SWT berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada kita semua. Shalawat beserta salam kita sampaikan kepada Nabi besar Muhammad SAW.

1. Teristimewa kepada orang yang paling berharga didalam hidup Penulis yaitu, ayahanda tercinta M.Yasar dan Ibunda tercinta Nismiati yang berkat do'a, kasih sayang, perhatian, materi dan tenaga yang tak henti-hentinya dari awal perkuliahan hingga penyelesaian tugas akhir Skripsi dan yang menjadi inspirasi terbesar Penulis untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1).
2. Ucapan terimakasih untuk adik tersayang penulis yaitu Railisda yang selalu memberikan semangat, arahan, motivasi, dukungan untuk terus melangkah ke depan demi menggapai cita-cita serta telah membimbing mendo'akan hingga mampu menyelesaikan pendidikan di kampus UIN Ar-Raniry.
3. Terimakasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan PIAUD angkatan 2018 teristimewa Zuwaida Adian, Rosita Ayu, Kharosmi, Marwiyah dan semua yang namanya tidak bisa disebutkan satu persatu yang selama ini selalu setia menemani dalam keadaan suka duka dan selalu memberikan semangat, dukungan dan motivasi dalam penyelesaian tugas akhir ini.

DAFTAR ISI

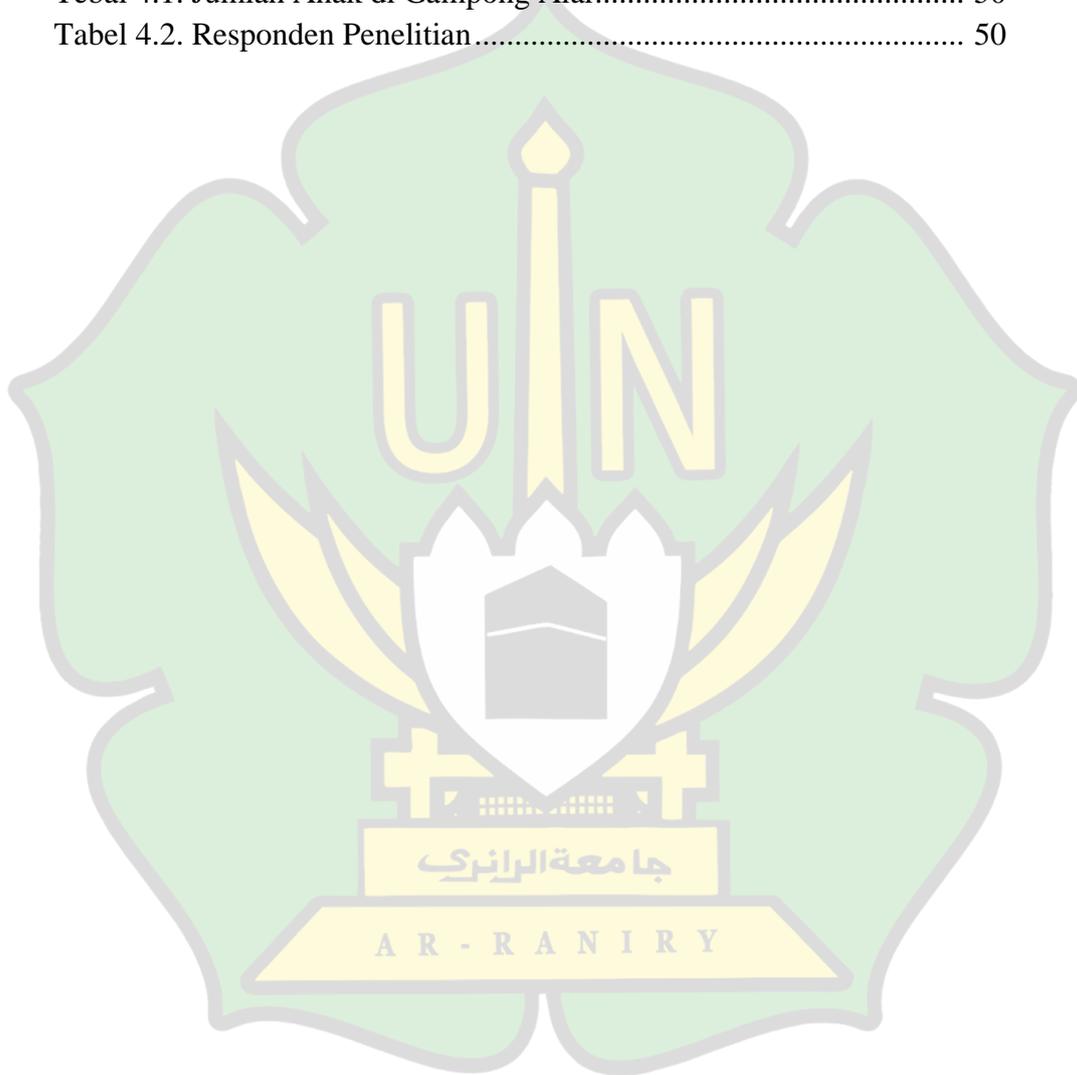
HALAMAN SAMPUL JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
LEMBAR ISTIMEWA	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Definisi Operasional	11
BAB II : LANDASAN TEORITIS.....	15
A. <i>Mindful Parenting</i>	15
1. Pengertian <i>Mindful Parenting</i>	15
2. Dimensi <i>Mindful Parenting</i>	21
3. Aspek <i>Mindful Parenting</i>	26
B. Kemandirian Anak	29
1. Pengertian Kemandirian Anak	29
2. Ciri-Ciri Kemandirian Anak	30
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian Anak	33
4. Bentuk-Bentuk Kemandirian Anak.....	37
5. Indikator Kemandirian Anak.....	38
BAB III: METODE PENELITIAN.....	41
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	41
B. Kehadiran Peneliti di Lapangan.....	41
C. Lokasi Penelitian.....	42
D. Subjek Penelitian	42
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	42
F. Teknik Analisis Data	46
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian	48
1. Profil Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur	48
2. Deskripsi Hasil Penelitian	51

a.	Praktik <i>Mindful Parenting</i> Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur	52
b.	Faktor yang Mempengaruhi Praktik <i>Mindful Parenting</i> Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur	63
B.	Pembahasan	67
BAB V : PENUTUP	73
A.	Kesimpulan	73
B.	Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN		



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skor Skala Guttman	45
Tabel 3.2. Kisi-kisi Wawancara dan Observasi	45
Tabel 4.1. Jumlah Anak di Gampong Alai	50
Tabel 4.2. Responden Penelitian	50



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : SK Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
- Lampiran 3 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Keterangan Plagiasi
- Lampiran 5 : Transkrip Wawancara
- Lampiran 6 : Fokus Coding
- Lampiran 7 : Daftar Coding
- Lampiran 8 : Lembar Obsevasi
- Lampiran 9 : Foto Wawancara



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Melindungi dan mendidik anak-anak adalah tanggung jawab penting bagi keluarga terutama orang tua. Peran dan tanggung jawab orang tua sangatlah penting, seperti menjaga, mendorong, dan mendidik anak-anak mereka sehingga mereka dapat tumbuh untuk menjalani kehidupan yang sehat dan mandiri. Orang tua harus membantu anak-anak mereka mencapai potensi penuh mereka agar pertumbuhan jasmani dan rohani secara harmonis dan seimbang.¹

Orang tua hendaknya memperhatikan kebutuhan dan perkembangan anak-anaknya, agar mereka menjadi anak yang sehat, baik jasmani maupun rohani dan berakhlakul mulia serta kecerdasan yang tinggi. Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.” (QS. At-Tahrim ayat 6).

يَبْنَئِيَّ إِنَّمَا لَنْ تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِيهَا اللَّهُ لَنْ اللَّهُ لَنْ اللَّهُ لَطِيفٌ خَبِيرٌ يَبْنَئِيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ لَنْ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

(Luqman berkata,) “Wahai anakku, sesungguhnya jika ada (suatu perbuatan) seberat biji sawi dan berada dalam batu, di langit, atau di bumi,

¹ Jhonson dan Leny, R. *Keperawatan Keluarga*. (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010). hal. 8.

niscaya Allah akan menghadirkannya (untuk diberi balasan). Sesungguhnya Allah Maha Lembut) lagi Maha Teliti. Wahai anakku, tegakkanlah salat dan suruhlah (manusia) berbuat yang makruf dan cegahlah (mereka) dari yang mungkar serta bersabarlah terhadap apa yang menimpamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang (harus) diutamakan. (QS. Luqman ayat 16-17).

Dari ayat di atas, Allah SWT memerintahkan terhadap orang tua untuk memelihara keluarga dari siksa api neraka, anak termasuk kedalam salah satu anggota keluarga. Apabila tugas itu tidak dikerjakan maka binasalah anak itu dan juga sebaliknya apabila dilaksanakan, maka anak itu akan selamat di dunia dan di akhirat. Allah memerintahkan kepada orang tua untuk senantiasa mendidik anak dengan pola asuh yang baik sehingga menjadi pribadi yang berakhlakul karimah.

Kepribadian, keterampilan, dan kapasitas anak, termasuk perkembangan mental, psikologis, fisik, dan spiritualnya, harus dibina oleh orang tua sejak usia dini. Apalagi seorang anak yang masih bergantung pada orang tuanya. Anak-anak membutuhkan bimbingan orang tua bahkan dalam situasi sulit untuk dapat mengendalikan emosinya yang labil.

Anak-anak dapat menjadi dewasa dan berkembang dengan karakter dan kemandirian yang kuat melalui pengasuhan yang bertanggung jawab. Karena di usia muda inilah masa dimana perkembangan anak, tingkat kemandirian, dan masa depan semuanya ditentukan. Hal ini dikarenakan pendidikan usia dini akan meninggalkan kesan yang positif jika dilaksanakan sepanjang tahun-tahun pembentukannya dalam lingkungan yang positif, damai, harmonis, dan menyenangkan.² Sebaliknya, bila tidak diberikan pendidikan yang layak,

² Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan. *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta: Gaung Persada Press, 2012). hal. 3.

dikhawatirkan anak menjadi minder dan tidak mandiri seperti dengan anak-anak pada umumnya.

Hal ini sesuai dengan Keputusan Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan (BSKAP) No. 33 Tahun 2022 tentang Perubahan SK BSKAP No. 8 Tahun 2022 Capaian Pembelajaran PAUD dan Jenjang Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah pada Kurikulum Merdeka, bahwa perkembangan anak usia dini memiliki aspek-aspek perkembangan seperti nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, sosial emosional, bahasa, dan nilai Pancasila serta bidang-bidang lain untuk optimalisasi tumbuh kembang anak sesuai dengan kebutuhan pendidikan abad 21 dalam konteks Indonesia.³

Namun demikian, dewasa ini masih banyak perkembangan dan kemandirian anak yang tidak sejalan dengan usianya. Maka dari itu orang tua harus lebih memperhatikan anak melalui pentingnya sebuah bimbingan dengan melatih anak agar menjadi pribadi yang mandiri dan dapat tumbuh menjadi anak yang memiliki jiwa yang kuat serta membentuk kepribadian yang unggul.

Dengan adanya kemandirian sejak dini ini tentunya mempengaruhi anak ketika dewasa, anak akan lebih mudah dalam mengambil keputusan, bertanggung jawab, tidak mudah bergantung pada orang lain, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.⁴ Dari penjelasan di atas, bahwa kemandirian anak dapat diciptakan melalui pendidikan yang baik atau pendidikan yang mencakup

³ Keputusan BSKAP Nomor 33 Tahun 2022.

⁴ Naili Sa'ida, *Kemandirian Anak Kelompok A Taman Kanak-Kanak Mandiri Desa Sumber Asri Kecamatan Nglegok Kabupaten Blitar*, *Jurnal Pedagogi* Vol 2 No 3, (2016), hal.88-89.

pendidikan keluarga, yang menjadi salah satu pendidikan utama dalam membangun hubungan ibu-anak yang baik.

Konsep *mindful parenting* adalah memfasilitasi transformasi pribadi antara orang tua dan anak melalui pengalaman, kesadaran dan penerimaan. *Mindful parenting* mendorong orang tua untuk menyadari kebutuhan anak-anak mereka dan menanggapi mereka melalui praktik mindful untuk membangun hubungan orangtua-anak yang memuaskan. Pelatihan *parenting* sangat dibutuhkan karena dapat membantu orang tua meningkatkan keterampilan parenting mereka untuk membimbing dan membimbing anak-anak mereka melalui perubahan emosi, pikiran dan masa muda. Orang tua yang menggunakan metode mindful parenting akan lebih mudah dan rileks menghadapi perilaku negatif anaknya.⁵

Hal tersebut sebagaimana observasi yang dilakukan di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur Kabupaten Aceh Selatan pada tanggal 03 sampai 10 November 2022, bahwa sebagian besar anak-anak usia 5-6 tahun di gampong tersebut menunjukkan perkembangan kemandirian yang baik. Perkembangan itu tentunya tidak terlepas dari pola asuh orang tua dalam memberikan pendidikan kepada anak-anaknya.

Berdasarkan data lapangan di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur bahwa orang tua yang memiliki anak usia 5-6 tahun sebagian besar menerapkan pola asuh *mindful parenting* dalam mendidik dan membesarkan anaknya. Hal itu terlihat dari cara komunikasi orang tua terhadap anaknya, dimana orang tua tidak bersikap keras dan mengekang anak dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua

⁵ Bogels, S. M., Lehtonen, A., dan Restifo, K. 2010. *Mindful Parenting in Mental Health Care. Journal of Mindfulness*, 1: 107-120.

mengedapkan pola komunikasi yang baik dengan anak, sehingga anak mampu memahami setiap hal-hal yang positif serta akibat dari perbuatan yang tidak baik.

Anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur Kabupaten Aceh Selatan berjumlah 14 orang.⁶ Dari jumlah ini, delapan (8) orang diantaranya menunjukkan perkembangan kemandirian yang baik, seperti mudah bergaul dengan teman-temannya, mudah berkomunikasi, merespon cepat setiap arahan dari guru atau orang tua serta mampu mandiri dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari, seperti mandi, makan hingga memakai pakaian.

BY, ibu dari salah satu anak berusia lima (5) tahun di Gampong Alai mengatakan bahwa dalam mendidik anak, ia selalu mendengarkan dan memperhatikan kegiatan anak dalam kesehariannya. Keluarga tidak pernah menghakimi anak setiap tindakan yang tidak sesuai dengan perkembangannya, orang tua hanya memberikan pengarahan dan mengilustrasikan setiap dampak dari perbuatan baik dan buruk yang anak kerjakan. Keluarga selalu berusaha memberikan kenyamanan kepada anak sehingga anak dapat belajar dan mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar.⁷

Secara tidak langsung, pola asuh yang diterapkan oleh orang tua di Gampong Alai ini merupakan praktik *mindful parenting*, dimana orang tua berusaha memberikan nilai-nilai kebaikan dan tidak bersikap otoriter kepada anak. Pola asuh yang baik tentunya melahirkan perkembangan yang baik bagi anak

⁶ Hasil wawancara dengan AR, perangkat Gampong Alai, Kecamatan Kluet Timur, Aceh Selatan, November 2022.

⁷ Hasil wawancara dengan BY, warga Gampong Alai, Kecamatan Kluet Timur, Aceh Selatan, November 2022

dalam pertumbuhannya.⁸ Namun sebaliknya, pola asuh yang kurang baik, seperti otoriter menghasilnya perkembangan anak yang minder dan sulit beradaptasi dengan lingkungan.

Hal tersebut sebagaimana penelitian diantaranya: *pertama*, penelitian Dewi Fitriani, dkk dengan judul “Penerapan Model Pembelajaran Area Untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini”. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa model pembelajaran merupakan sebuah bentuk pola yang dilakukan oleh seorang pendidik dalam menerapkan pembelajaran di kelas. Oleh karena itu, pembelajaran di kelas akan disesuaikan sesuai dengan model pembelajaran yang akan diterapkan, sehingga anak mampu menganalisa pelajaran menjadi lebih paham.

Hasil penelitian menunjukkan pada siklus I aktivitas guru 69% dengan kriteria cukup dan perkembangan kognitif anak 65% dengan kriteria pencapaian Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Sedangkan pada siklus II pada aktivitas guru diperoleh 95% dengan kriteria sangat baik dan perkembangan kognitif anak 91,25% dengan kriteria pencapaian Berkembang Sangat Baik (BSB). Perbandingan hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan aktivitas guru dan perkembangan kognitif tentang kemampuan berpikir simbolik anak.⁹

Penelitian tersebut memiliki kesamaan yaitu sama-sama meneliti tentang metode pembelajaran untuk meningkatkan kemandirian anak. Namun penelitian ini berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu peneliti melihat dan

⁸ Iyan Sofyan, *Mindful Parenting: Strategi Membangun Pengasuhan Positif dalam Keluarga*, *Journal of Early Childhood Care and Education*, Volume 1. No 2 (2018).

⁹ Dewi Fitriani, dkk, Penerapan Model Pembelajaran Area Untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini, *Jurnal Bunayya*, Volume 5, Nomor 1, 2019.

menganalisis dari konsep yang lebih khusus yaitu *mindful parenting* kemandirian anak.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Faizatul Faridy dengan judul “Upaya Ibu Keturunan Aceh yang Berdomisili di Kota Bandung dalam Mengajarkan Bahasa Aceh sebagai Bahasa Ibu kepada Anak (Studi Kasus di Kota Bandung)”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana upaya orangtua khususnya ibu dalam mengajarkan anak usia dini bahasa daerah sebagai bahasa ibu ketika keluarga tinggal di luar daerah asalnya. Penelitian ini juga melihat bagaimana psikologis seorang anak serta tingkat kemandiriannya dalam pola asuh dan bahasa dalam keluarga.

Hasil pengolahan data serta analisis menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang berasal dari Aceh tidak menggunakan bahasa ibu sebagai bahasa pengantar pada anaknya, akan tetapi mereka tetap mengenalkan bahasa daerah melalui berbagai pembiasaan dan pendekatan diantaranya: a) melalui hal yang menarik agar mudah diterima anak, b) menyelipkan/menggunakan pada moment tertentu seperti ketika bermain dengan anak, ketika bercanda dengan anak, ketika menasehati anak atau bahkan moment berkumpul keluarga, c) membiasakan anak mendengar dan sesekali melibatkan anak berbicara menggunakan bahasa ibu dengan menggunakan bahasa yang paling dekat dengan anak dan yang mudah dimengerti, d) adanya peran keluarga inti. Berdasarkan hasil penelitian, maka direkomendasikan bagi penelitian lainnya untuk mengkhususkan pada pengaruh

penggunaan bahasa ibu terhadap psikologis anak dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda.¹⁰

Secara umum, penelitian di atas memiliki kesamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, yaitu meneliti pola asuh anak. Akan tetapi, penelitian tersebut berbeda yaitu Upaya Keturunan Aceh yang Berdomisili di Kota Bandung dalam Mengajarkan Bahasa Ibu Kepada Anak, , sedangkan penulis menganalisis dari kemandirian anak.

Ketiga, penelitian Nurbayani dengan judul “Pembinaan Iklim Kasih Sayang Terhadap Anak Dalam Keluarga”. Penulisan ini di dasarkan pada kebutuhan anak di usia kanak-kanak karena mereka belum sempurna keilmuan dan kesiapan mental untuk hidup berdampingan dengan orang dewasa. Oleh karena itu orang tua memiliki tugas memberi pendidikan yang dapat mengakomodir kebutuhan fitrah naluriah mereka. Anak adalah amanah Allah yang perlu diberikan pendidikan. Proses pendidikan anak dimulai dari dalam kandungan hingga dewasa. Orang tua memiliki tanggung jawab mendidik anak dengan cara yang benar sesuai dengan ajaran Islam. Hasil penelitian menjelaskan bahwa tanggungjawab orang tua untuk memberikan pendidikan batin bagi anak-anak mereka sejak dalam kandungan, masa menyusui. Bagi isteri yang sedang mengandung untuk menjauhi maksiat dan memakan makanan yang haram. Tanggung jawab yang paling berat diarahkan pada pembinaan aspek batin. Orang tua yang bijaksana tidak memiliki strategi yang tepat untuk mendidik batin anak. Prinsip kasih sayang orang tua terhadap anak-nya merupakan prinsip

¹⁰ Faizatul Faridy, Upaya Ibu Keturunan Aceh yang Berdomisili di Kota Bandung dalam Mengajarkan Bahasa Aceh sebagai Bahasa Ibu kepada Anak (Studi Kasus di Kota Bandung), *Jurnal Bunayya*, Volume 5, Nomor 1, 2019.

ilahiyah. Ada beberapa faktor yang menyebabkan kasih sayang menjadi bertahan lama yaitu a) orang tua beriman kepada dan meyakini iman merupakan pilar utama dalam membina keluarga sakinah mawaddah warahmah. b) keluarga yang melandasi kehidupan keluarganya dengan akhlak mulia c) senantiasa berwawasan keilmuan, dan memberi peluang untuk menanamkan ilmu agama secara mendalam dan berlapang dada dan saling memberi maaf antara suami isteri. membangun keluarga sakinah mawaddah warahmah terletak pada kemampuan mereka menguasai sifat-sifat itsar (menguasai orang lain), memaafkan dan mengalah. Seandainya sifat tersebut melekat dan menetap dalam hati setiap anggota keluarga, dan perilaku pemaaf memenuhi seluruh aspek hidupnya, hal itulah yang menyebabkan tetapkan rasa kasih sayang dan kecintaan.¹¹

Penelitian di atas terlihat memiliki kesamaan yaitu pada pola asuh dan kasih sayang orang tua terhadap anaknya. Tetapi perbedaannya yaitu penulis mengambil variabel khusus yaitu *Mindful Parenting* terhadap kemandirian anak usia dini dari dalam keluarga.

Oleh sebab itu berdasarkan latar belakang permasalahan ini Penulis ingin meneliti "Analisis *Mindful Parenting* Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur".

B. Rumusan Masalah

Untuk memperjelas dan mempermudah mencari data maka penulis merumuskan permasalahan yaitu:

¹¹Nurbayani, Pembinaan Iklim Kasih Sayang Terhadap Anak Dalam Keluarga, *Jurnal Bunayya*, Volume 1 Nomor 2 Tahun 2015.

1. Bagaimana praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pokok permasalahan yang ada, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui bagaimana praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur.
2. Mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis
 - a. Bagi Prodi Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber bacaan dan referensi bagi mahasiswa dan dapat memberikan sumbangan pemikiran terutama tentang *mindful parenting*.

2. Manfaat praktis

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dan kontribusi khususnya:

- a. Bagi peneliti, menambah dan memperkaya pengetahuan peneliti, serta memberikan wawasan baru mengenai *mindful parenting* dalam mengembangkan kemandirian anak.
- b. Diharapkan dapat menjadi wawasan bagi orang tua dalam mengetahui perkembangan anak serta memberikan pola asuh yang baik.
- c. Bagi masyarakat dan pembaca, dapat menjadi pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dan pembaca yang ingin meneliti mengenai *Mindful Parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak

E. Definisi Operasional

1. *Mindful Parenting*

Dalam bahasa Indonesia, kata *mindful* bermakna berkesadaran, sementara *parenting* sendiri adalah pengasuhan yang dilakukan orangtua terhadap anaknya. *Mindful parenting* mengacu pada beberapa hal, diantaranya yaitu sikap, ucapan, perilaku serta penampilan orangtua yang mengedepankan kesadarannya dalam mengasuh anaknya.¹²

Mindful parenting adalah kegiatan kreatif berkelanjutan yang dapat berkembang. Ketika orang tua menumbuhkan kesadaran diri dan pengetahuan tentang kesehatan fisik, emosional, dan mental anak-anak mereka, mereka mempraktikkan *mindful parenting* yang penuh baik. Dengan menggunakan

¹² Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015).

pengamatan sadar yang tidak menghakimi dan deskripsi tindakan orang lain, kita mempraktikkan *mindful parenting* yang penuh perhatian dan baik.¹³

Menurut Melly Kiong, bahwa Konsep *mindful parenting* tidak hanya melibatkan orang tua dan anak, tetapi juga banyak pihak, termasuk pembantu rumah tangga, kakek nenek dan keluarga besarnya, serta hubungannya dengan tetangga dan masyarakat.¹⁴

Konsep membina keluarga dengan gaya pengasuhan asuh adalah semua komponen berperan sama dalam membentuk watak, tabiat dan sifat anak yang akan menentukan masa depannya kelak. Pendidikan keluarga berkembang atas dasar ini, di mana anak juga belajar bagaimana menghadapi tetangga dan lingkungan sekitarnya. Pendidikan keluarga menekankan hubungan yang lebih luas antara unsur-unsur keluarga, karena hal ini akan berdampak besar pada perkembangan anak.¹⁵

Adapun *mindful parenting* di dalam penelitian ini yaitu pola asuh orang tua dalam mendidik dan membentuk karakter anak sehingga mampu mandiri sebagaimana usianya. Pola asuh ini meliputi ucapan, gaya komunikasi, sikap serta perilaku orang tua terhadap anak.

2. Kemandirian

Kemandirian adalah pola pikir yang dikembangkan setiap orang selama tahap perkembangan. Orang tersebut akan terus belajar dalam lingkungan yang

¹³ Dahlan, T. H. 2016. *Mindful Parenting Program in Improving Parenting Skills of Orphanage Caregivers at Rumbela Muthmainnah-Bandung*. *International Journal of Early Childhood Education Care*, 5: 57–64.

¹⁴ Kiong, Melly. *Mindful Parenting...*, hlm. 12

¹⁵ Kiong, Melly. *Mindful Parenting...*, hlm. 13

mandiri untuk menghadapi berbagai situasi, dengan tujuan bertindak dan bertindak sendiri pada akhirnya. Karena kemandirian adalah sikap dan perilaku yang tidak bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan setiap tugas, maka kemandirian adalah satu-satunya sifat kepribadian yang harus diperoleh sejak dini.¹⁶

Kemandirian merupakan kapasitas untuk merencanakan waktu seseorang, bergerak secara mandiri, dan berpikir secara mandiri, bersama dengan kapasitas untuk mengatasi masalah. Kemandirian adalah sikap seseorang yang mampu berdiri sendiri tanpa terlalu bergantung pada orang lain terutama pada orang tua, serta mampu memilih dan mengambil keputusan sendiri sesuai dengan keinginannya.¹⁷

Kemandirian anak usia 5 sampai 6 tahun, yaitu anak mulai mengembangkan berbagai keterampilan dan kemampuan, antara lain kemampuan anak dan kemampuan mengurus diri sendiri. Kemandirian umumnya dinyatakan sebagai suatu keadaan dimana individu dapat bertindak secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain. Namun, sehubungan dengan anak usia 5-6 tahun.¹⁸ Lie dan Prasasti mengartikan kemandirian sebagai kemampuan anak untuk melakukan kegiatan atau tugas sehari-hari sendiri atau dengan sedikit bimbingan, sesuai dengan tahapan perkembangan dan kapasitas anak.¹⁹

¹⁶ Ulil Amri Syafri. *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Quran*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012). hal. 11

¹⁷ Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta: Gaung Persada Press, 2012). hal. 88

¹⁸ Wiyani, N.A. *Bina Karakter Anak Usia Dini: Panduan Orangtua dan Guru Dalam Membentuk Kemandirian dan Kedisiplinan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 27.

¹⁹ Lie, A. dan Prasasti, S. *Menjadi Orang Tua Bijak 101 Cara Membina Kemandirian dan Tanggung Jawab Anak*. (Jakarta: PT Alex Media, 2004), hlm. 2.

Menurut Suyanto, anak usia 5 sampai 6 tahun adalah masa bayi, yaitu antara usia nol sampai delapan tahun, dan berkembang tidak hanya secara fisik tetapi juga secara mental. Kemandirian anak merupakan salah satu aspek psikologis perkembangan anak pada usia ini. Kemandirian juga bermakna “merdeka” yang berarti keadaan tidak tergantung pada orang lain.²⁰

Kemandirian di dalam penelitian ini yaitu anak yang mampu mandiri secara maksimal di usianya. Anak sudah mulai berkembang dan belajar untuk mengerjakan pekerjaan sendiri tanpa harus dibantu oleh orang lain. Seperti makan, mengenakan pakaian serta mampu beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggal dan sekolahnya.

²⁰ Suyanto, S. *Dasar-dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2005), hlm. 6.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. *Mindful Parenting*

1. Pengertian *Mindful Parenting*

Kata *mindful* dalam bahasa Indonesia berarti berkesadaran, *Parenting* sendiri adalah pengasuhan yang dilakukan orangtua pada anaknya. *Mindful parenting* mencakup berbagai aspek, seperti sikap, ucapan, perilaku, dan penampilan orang tua yang memprioritaskan kepentingan mereka sendiri dalam mendidik mereka.¹

Parenting sendiri diartikan sebagai “pola mengasuh” yaitu orang tua mengasuh anak-anaknya agar tumbuh menjadi pribadi-pribadi unggul. Pengasuhan dimulai sejak lahir dan berlanjut sampai anak mencapai usia dewasa. Ketika istilah "dewasa" digunakan dalam konteks pengasuhan atau pengasuhan, itu mengacu pada kedewasaan mental atau psikologis seseorang.²

Mengasuh anak atau *parenting* adalah pendekatan ideal yang dapat digunakan orang tua untuk mendidik anak-anak mereka sekaligus mewujudkan rasa kewajiban terhadap mereka. Ini adalah teknik bagi orang tua untuk mengajarkan anak-anak mereka perilaku sosial yang positif.³ Pola asuh juga diartikan sebagai tindakan orang tua yang diwujudkan dalam pengaturan lingkungan sosial, sistem

¹ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 2.

² Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 1.

³ Surbakti, T. A. V. *Pengaruh Karakteristik Perusahaan dan Reformasi Perpajakan Terhadap Penghindaran Pajak*. (Artikel Publikasi, 2012) hal 3

pendidikan, lingkungan budaya, iklim psikologis, dan perilaku yang ditunjukkan ketika bertemu dengan anak.⁴

Parenting juga digambarkan sebagai jenis interaksi antara orang tua dan anak-anak mereka. Ini termasuk sikap dan tindakan yang diambil orang tua ketika terlibat dengan anak-anak, seperti bagaimana menegakkan aturan, menanamkan moral dan nilai-nilai, menunjukkan kasih sayang, dan menunjukkan sikap dan akhlak sehingga dapat memberikan teladan bagi anak-anaknya.⁵ Pengertian lain juga dijelaskan bahwa *parenting* meliputi hal-hal yang seharusnya dilakukan oleh orang tua dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya pada anak, terutama perkembangan anak.⁶

Mindful parenting digambarkan sebagai kemampuan dasar yang penting dalam proses pengasuhan dan dapat didefinisikan sebagai pengasuhan dengan kesadaran yang muncul dengan sengaja melalui perhatian ibu pada anak di masa sekarang, saat ini, dan perilaku menerima serta tidak menghakimi pengalaman yang dirasakan oleh anak.⁷

Mindful parenting digambarkan dengan lingkaran dengan lima segmen diambil dari konsep dan praktik psikologi hidup berkesadaran (*mindfulness psychology*). Kabat-Zinn kemudian menyebutkan bahwa untuk dapat mencapai keterampilan *mindful parenting* yang baik, maka kelima komponen *mindful*

⁴ Shochib, Moh. *Pola Asuh Orang Tua dalam Membantu Mengembangkan Disiplin Diri*. (Jakarta : Rineka Cipta, 2001), h. 20

⁵ Mutiara Suci Erlanti, Teknik Parenting dan Pengasuhan Anak Studi Deskriptif Penerapan Teknik Parenting di Rumah Parenting Yayasan Cahaya Insan Pratama Bandung, *Jurnal Prosiding KS: Riset & PKM, Volume 3, Nomor 2, 2016. hlm. 155 – 291.*

⁶ Hidayati, *Anak Saya Tidak Nakal* (Yogyakarta: PT Bintang Pustaka, 2010), hal. 11.

⁷ Kabat-Zinn, J. 2003. Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10: 144-156.*

parenting adalah dasar yang harus dimiliki oleh seorang ibu agar dapat mengasuh anaknya dengan baik.⁸

Pengasuhan pada dasarnya adalah bentuk kontrol orang tua (*parental control*), khususnya proses di mana orang tua mendelegasikan wewenang kepada anak-anak mereka sambil membantu mereka menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang mengarah ke kedewasaan. Pendekatan berkesadaran (*mindful*) dalam mengasuh anak (*parenting*) adalah salah satu metode yang disarankan untuk membangun hubungan yang aman/secure antara orang tua dan anak. Praktik hidup berkesadaran dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari melalui proses mengasuh anak. Bahkan menjadi salah satu cara yang cukup ideal sebagai latihan kita untuk sadar setiap saat dan setiap hari.⁹

Tugas orang tua bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik semata, namun juga harus memberi yang terbaik untuk kebutuhan materil anak, memenuhi kebutuhan psikologis anak hingga menyediakan kesempatan untuk menempuh pendidikan yang layak untuk perkembangannya. Pengasuhan mencakup semua perilaku orang tua yang diamati oleh anak-anak, baik yang berkaitan langsung dengan mereka maupun tidak. Kehidupan anak diharapkan dapat ditingkatkan dengan pola asuh dan perilaku yang baik, khususnya dalam bidang agama, diri, bangsa, dan negara. Ini juga dapat dilihat sebagai tugas untuk mendorong anak-anak mengembangkan kemandirian fisik dan psikologis mereka sebagai orang dewasa.

⁸ Kabat-Zinn, J. 2003. Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10: 144-156.

⁹ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 2.

Lingkungan keluarga anak memainkan peran penting dalam mengembangkan nilai-nilai, terutama konsep kemandirian. Tanggung jawab orang tua dan pengasuhan yang mereka berikan kepada anak-anak mereka tidak dapat dipisahkan dari penanaman cita-cita kemandirian. Pengasuhan biasanya dipecah menjadi tiga kategori yaitu pengasuhan permisif, pengasuhan demokratis, dan pengasuhan otoriter.¹⁰

- 1) Permisif. Orang tua memberi, menerima semua perilaku anak-anak mereka, dan menahan diri untuk tidak menghukum mereka. Sikap orang tua yang memungkinkan anak-anak untuk menemukan dan mengembangkan prosedur mereka sendiri yang menetapkan batasan untuk perilaku mereka adalah yang membedakan pola ini.
- 2) Demokratis. Orang tua menggunakan pembicaraan, pembenaran, dan metode lain untuk membantu anak-anak mereka memahami mengapa mereka diharapkan untuk mengikuti aturan. Orang tua sangat menekankan komponen pendidikan hukuman
- 3) Otoriter. Dalam pola asuhan otoriter ini orang tua memiliki kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan yang kaku dalam mengasuh anaknya, setiap pelanggaran dikenakan hukuman.

Dalam hal ini, Baumrind membagi pola asuh menjadi empat bentuk, yaitu sebagai berikut:¹¹

¹⁰ Mahmud dan Heri Gunawan dan Yuyun Yulianingsih, *Pendidikan Agama Islam dalam Keluarga* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), hlm. 150.

¹¹ John W. Santrock. *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas, (Jakarta : PT. Erlangga, 2007), hlm. 167.

- 1) Pengasuhan otoritarian, yaitu pengasuhan dengan gaya membatasi dan menghukum atas segala sesuatu. Orang tua yang otoritatif secara ketat membatasi pengawasan terhadap anak-anak mereka dan meminimalkan argumen verbal. Anak dari orang tua yang otoriter seringkali tidak bahagia, gelisah, merasa rendah diri, tidak mampu bertindak, dan memiliki kemampuan komunikasi yang buruk.
- 2) Pengasuhan otoritatif, gaya yang mendorong anak-anak untuk mandiri tetapi tetap memberikan batasan dan kendali atas tindakan mereka. Pertukaran verbal dimungkinkan dan orang tua memperlakukan anak-anak mereka dengan hangat dan penuh kasih. Anak-anak dari orang tua otoritatif sering ceria, mengendalikan diri, mandiri, dan berorientasi pada tujuan. Mereka cenderung memelihara hubungan persahabatan dengan teman sebayanya, kooperatif dengan orang dewasa, dan menangani stres dengan baik.
- 3) Pengasuhan yang mengabaikan, adalah gaya di mana orang tua sangat menjauhkan diri dari kehidupan anak. Anak-anak yang orang tuanya mengabaikan mereka merasa bahwa aspek lain dari kehidupan orang tua mereka lebih penting daripada aspek mereka sendiri. Anak-anak ini umumnya kurang memiliki keterampilan sosial. Banyak dari mereka memiliki sedikit kontrol diri dan tidak mandiri. Mereka sering memiliki harga diri yang rendah, tidak dewasa, dan mungkin terpisah dari keluarga mereka. Selama pubertas, mereka mungkin menunjukkan ketidakhadiran dan perilaku nakal.

4) Pengasuhan yang menuruti, adalah Pola asuh dimana orang tua sangat terlibat dalam urusan anaknya tetapi tidak mendikte atau mengontrol mereka. Orang tua ini membiarkan anak-anak mereka melakukan apa yang mereka inginkan. Akibatnya, anak tidak pernah belajar mengendalikan perilakunya dan selalu berharap mendapatkan apa yang diinginkannya. Anak-anak yang orang tuanya selalu menurutinya jarang belajar menghargai orang lain dan sulit mengontrol perilakunya. Mereka bisa menjadi dominan, egois, tidak patuh dan kesulitan berkomunikasi dengan teman sebayanya.

Mindful parenting sebagai bentuk kesadaran orang tua dalam merawat anak-anak Anda, memperhatikan dan melepaskan penilaian negatif tentang semua yang dilakukan anak-anak. Konsep *mindful parenting* adalah untuk mendorong transformasi pribadi antara orang tua dan anak-anaknya melalui pengalaman, kesadaran dan penerimaan. *Mindful parenting* mendorong orang tua untuk tetap sadar akan kebutuhan anaknya dan mengakomodirnya melalui mindful practice untuk membangun hubungan parenting yang memuaskan. Pelatihan mindful parenting sangat diperlukan karena dapat membantu orang tua meningkatkan keterampilan parenting untuk membimbing dan mengasuh anak melalui perubahan perasaan, pikiran dan masa remaja. Orang tua yang menggunakan metode pola asuh sadar dapat menghadapi perilaku negatif anaknya dengan lebih tenang.¹²

Praktik pengasuhan yang penuh perhatian adalah kegiatan kreatif berkelanjutan yang dapat berkembang. Ketika orang tua menumbuhkan kesadaran

¹² Pathah Pajar Mubarak, Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan Mindful Parenting Orangtua Remaja, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, olume 3, Nomor 1, 2016: 35-50.

diri dan pengetahuan tentang kesehatan fisik, emosional, dan mental anak-anak mereka, mereka mempraktikkan pengasuhan yang penuh perhatian. Salah satu teknik pengasuhan terbaik yang dianjurkan untuk menciptakan ikatan yang aman antara ibu dan anak adalah pengasuhan penuh perhatian, yang dicirikan seperti itu..

2. Dimensi *Mindful Parenting*

Mindful Parenting mencakup lima dimensi yang mencerminkan sikap *mindful Parenting*. Lima dimensi tersebut diantaranya:¹³

a. Mendengarkan penuh perhatian dan berbicara dengan empati

Dimensi pertama ini menyangkut cara orang tua menggabungkan mendengarkan, perhatian penuh kepada anak-anak mereka dan kehadiran nyata bagi mereka. Pada dimensi ini, orang tua tidak hanya mendengarkan apa yang dikatakan anaknya, tetapi juga memberikan perhatian penuh dan fokus agar anak benar-benar merasakan kehadiran orang tuanya. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan orangtua dalam mempraktikkan dimensi pertama ini, yakni:

- 1) Ketika anak ingin mengatakan sesuatu, orang tua harus mendengarkan dan memperhatikan ekspresi wajah anak. Tujuannya agar orang tua mengetahui apa yang sebenarnya terjadi dengan anaknya.
- 2) Saling menatap mata saat berbicara. Tujuannya untuk menilai apakah yang dikatakan anak itu tulus atau tidak. Orang tua seringkali hanya mendengar apa yang dikatakan anaknya, tetapi matanya tertuju pada hal lain, sehingga orang tua tidak tahu apakah yang dikatakannya itu benar atau salah.

¹³ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 3.

- 3) Dengarkan suara anak. Tujuannya agar orang tua mengetahui keadaan anak dalam keadaan tenang atau emosional.
- 4) Mendengar sambil berbicara berarti menampilkan diri sepenuhnya kepada orang lain, orang tua dan anak. Orang tua perlu memastikan bahwa rasa empati menyertai proses mendengarkan.

Orang tua yang menggunakan metode ini lebih peka terhadap apa yang dikatakan anaknya. Perubahan nada suara, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh memudahkan orang tua untuk memahami anak. Selain itu, orang tua dapat memperoleh makna dari bahasa tubuh yang tidak diucapkan oleh anak. Tuturan empatik dapat menciptakan moralitas dan etika dalam keluarga. Orang tua yang mengembangkan kebiasaan berbicara empati dengan anaknya setiap hari memberikan kesan positif dan menjadi panutan bagi anaknya.

Selain itu, juga terdapat beberapa bentuk perhatian orang tua terhadap anaknya, seperti:¹⁴

- 1) Hadiah dan hukuman. Salah satu faktor serta kondisi yang mendorong perbuatan belajar adalah efek penghargaan dan hukuman atas suatu tindakan anak.
- 2) Mengarahkan dan Membimbing. Orang tua harus dapat memberikan pengarahan terhadap anak atas semua perilaku yang baik dan buruk serta dampak dari perbuatan tersebut. Melalui arahan dan bimbingan ini maka anak mengetahui sehingga meningkatkan daya pikirnya.

¹⁴ Mustaqim, *Psikologi Pendidikan* (Yongyakarta: Puataka Belajar, 2008) hlm. 69.

3) Pengawasan. Pengawasan yaitu usaha mengawasi yang dilakukan terhadap lingkungan yang turut menentukan sejauh mana lingkungan yang baik, yakni lingkungan yang merangsang anak-anak untuk belajar, memberi rasa aman dan kepuasan serta mencapai tujuan yang diharapkan.

4) Pemberian bimbingan dan nasehat. Nasehat merupakan suatu dorongan yang dapat mengubah tingkah laku anak kepada sebuah kebenaran dalam berperilaku. Nasehat yang diberikan orang tua terhadap anak hendaknya tidak bersifat memarahi atau menghukumnya, semisal mencaci, memukul, menepeleng dan lain sebagainya yang bersifat kekerasan. Hukuman yang dapat dijatuhkan bersifat mendidik tetapi tidak dengan kekerasan. Ketika orang tua melakukan ini, kemungkinan besar harapan mereka tidak akan terwujud.

b. Pemahaman dan penerimaan untuk tidak menghakimi

Dimensi kedua adalah tidak menghakimi perilaku anak. Dalam dimensi ini, orang tua memasukkan semua evaluasi dan harapan yang dapat mempengaruhi persepsi interaksi anak. Anak seringkali menyelaraskan pikiran dan kemampuannya dengan pendapat orang tuanya. Kebanyakan orang tua selalu menekan anaknya dengan memberikan pesan verbal dan non verbal tentang apa yang harus diterima dan diterima oleh anak. Implementasi dimensi ini bertujuan agar orang tua tidak menetapkan harapan dan pola perilaku yang dapat membebani anaknya.

Orang tua harus bisa menerima kenyataan bahwa anak-anak mereka memilikinya. Anak-anak sekarang berbeda dengan anak-anak ketika orang tuanya masih anak-anak karena perkembangan zaman. Anak-anak akan terpengaruh secara negatif oleh kebiasaan orang tua yang secara tidak sadar menghakimi mereka. Orang tua yang menerima anak-anak mereka tanpa menghakimi mengakui bahwa rintangan dan kesalahan hidup tidak dapat dihindari. Menerima perilaku anak yang tidak memenuhi standar orang tua tidak berarti menyetujuinya. Sangat penting untuk mengomunikasikan standar dan harapan yang tepat kepada anak-anak untuk mencegah perilaku mereka menyimpang dari norma budaya.

Dalam dimensi ini, orang tua harus memahami bahwa anak bukanlah dirinya di masa lalu, melainkan memiliki kepribadiannya sendiri. Jika orang tua dapat melakukan hal tersebut, maka orang tua dapat menjadi pengasuh dan panutan bagi anaknya

c. Pengaturan emosi atau kecerdasan emosional

Mindful parenting mengajarkan orang tua untuk tidak terjebak pada persepsi masa lalu yang membuat mereka emosi. Mewujudkan dimensi kedua ini membutuhkan kemampuan orang tua untuk mengelola emosi mereka sendiri dan anak-anak mereka. Kemampuan mengelola emosi adalah dasar dari pola asuh yang sadar. Dalam hal ini diperlukan kecerdasan emosional orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi orang tua berpengaruh sangat kuat terhadap kematangan emosi anak.

d. Pola asuh bijaksana dan tidak berlebihan (pengendalian diri)

Dimensi keempat dari pengasuhan *mindful parenting* adalah pengendalian diri. Dalam mengasuh anak secara *mindful parenting*, orang tua tidak menunjukkan sikap negatif, marah, kesal, marah atau kekerasan terhadap anaknya. Orang tua tahu bagaimana dan kapan harus bertindak. Tentu saja, ini membutuhkan peran dimensi keempat ini, yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri.

Pengaturan diri pada dasarnya adalah proses dimana orang tua menghindari reaksi berlebihan terhadap perilaku anak-anak mereka. Kebanyakan orang tua terlalu tersanjung dan terlalu bangga dengan prestasi anaknya. Begitu pula orang tua dari anak penyandang disabilitas meremehkan, menyepelekan dan menilai berlebihan anaknya.

e. Welas asih

Welas asih didefinisikan sebagai perasaan atau keinginan untuk meringankan penderitaan orang lain. Kasih sayang yang bisa diberikan orang tua kepada anaknya adalah dengan berusaha memenuhi segala kebutuhan anak dan memberikan kenyamanan saat anak merasa kesulitan. Orang tua yang mengadopsi sikap welas asih dalam membesarkan anak lebih cenderung mengadopsi sikap yang lebih lembut dan lebih pemaaf. Menerapkan welas asih di rumah menciptakan anak-anak yang peduli terhadap lingkungan, sesama, hewan, dan segala sesuatu di sekitar mereka.

3. Aspek *Mindful Parenting*

Ada tujuh aspek utama yang harus diperhatikan orang tua saat menerapkan mindful parenting, yaitu:¹⁵

a. Disiplin Dimulai dengan Orang Dewasa

Orang tua berinteraksi dengan anak, bereaksi dan memperhatikan mereka. Semua berawal dari diri sendiri karena anak akan selalu meniru apa yang dilakukan oleh orang yang lebih tua dalam hal ini orang tuanya. Orang tua selalu menjadi panutan bagi anak-anaknya.

b. Penggunaan Metode Hukuman dan Penghargaan (*Reward dan Punishment*)

Mengasuh anak memang tidak mudah, orang tua harus bisa memfasilitasi dalam mengasuh anaknya tapi juga tidak merasa tertekan. Pengajaran tidak selalu harus dilakukan dengan paksaan, tetapi dapat dilakukan dengan metode hukuman-hadiah. Anak menerima hadiah ketika mereka melakukan sesuatu yang sesuai, sehingga anak merasa memiliki insentif yang membuat mereka melakukan hal yang benar.

Reward adalah respon terhadap suatu tingkah laku yang dapat meningkatkan kemungkinan terulang kembalinya tingkah laku tersebut. Selain itu menurut Suharsimi Arikunto reward merupakan suatu yang disenangi dan digemari oleh anak-anak yang diberikan kepada siapa yang dapat memenuhi

¹⁵ Zainul Arifin, Hubungan antara Mindful Parenting dan Bimbingan Orang Tua Terhadap Perilaku Moral Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring, *Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022 Halm 308 – 315*.

harapan yakni mencapai tujuan yang ditentukan atau bahkan melebihinya. *Reward* merupakan alat untuk mendidik anak-anak supaya anak dapat merasa senang karena perbuatan atau pekerjaan-pekerjaan mendapat penghargaan. Sedangkan menurut Nugroho, reward adalah ganjaran, hadiah, penghargaan atau imbalan yang bertujuan agar seseorang menjadi lebih giat usahanya dalam memperbaiki atau meningkatkan kinerja yang dicapai.¹⁶

Sedangkan *punishment* diartikan sebagai hukuman sebagai salah satu alat pendidikan sekaligus sebagai bentuk atas konsekuensi tingkah laku yang sudah dilakukan. *punishment* dimunculkan untuk memotivasi seseorang agar tidak melakukan kesalahan dalam melakukan sesuatu. Kedua bentuk motivasi ini tidak bisa dikatakan mana yang benar dan mana yang salah. Tetapi lebih cocok jika dilihat dari baik dan buruknya, bukan benar atau salahnya.¹⁷

c. Perkataan Orangtua itu Penting

Bahasa, dan cara kita berkomunikasi dengan anak itu penting. Hal ini mempengaruhi harga diri anak karena pikiran anak masih berkembang. Itulah mengapa penting untuk memilih bahasa dan cara berkomunikasi yang tepat dengan anak, agar berdampak positif.

d. Anak Membutuhkan Kasih Sayang

Anak-anak membutuhkan cinta dan kasih sayang orang tua mereka lebih dari yang diharapkan orang tua dari anak-anak mereka. Tidak ada yang dapat menghentikan anak-anak untuk menerima cinta dari orang tuanya, bahkan jika

¹⁶ Zaiful Rosyid, *Reward dan Punishment* (Malang: CV.Literasi Nusantara Abadi, 2018), hlm. 8.

¹⁷ Halim Purnomo, *Model Reward dan Punishment* (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2012), hlm. 48.

anak tersebut melakukan kesalahan. Dengan cinta kita bisa membesarkan anak-anak yang sehat dan bahagia.

e. Anak-anak Belajar dari Kesalahan

Bagaimana kita melihat kesalahan kita sendiri dan bagaimana anak belajar dari kesalahan yang mereka buat. Peran orang tua hanyalah memberi contoh kepada anak. Ketika anak melakukan kesalahan, kami mengajari mereka dan membimbing mereka agar mereka tidak mengulangi kesalahan yang sama

f. Belajar dengan Bermain

Bermain bukan berarti menghabiskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting. Kita sebagai orang tua harus bisa memanfaatkan minat bermain anak untuk memasukkan konten pembelajaran yang penting. Bermain memungkinkan anak untuk mengembangkan imajinasi, keterampilan, keterampilan fisik, kognitif dan emosional.

g. Letakkan Hubungan sebagai yang Utama

Hari-hari ini tidak nyaman menjadi orang tua dan membesarkan anak karena semua orang tua menganggap anaknya sempurna. Orang tua memiliki harapan dan tuntutan kesempurnaan yang mempengaruhi kehidupan anak-anaknya. Orang tua harus fokus memberi kasih sayang dan tidak menghakimi anak-anak mereka. Anak-anak juga memiliki hak untuk membela diri sementara orang tua membuat penilaian pada saat yang sama.

B. Kemandirian Anak

1. Pengertian Kemandirian Anak

Kemandirian adalah pola pikir yang dikembangkan setiap orang selama tahap perkembangan. Orang tersebut akan terus belajar dalam lingkungan yang mandiri untuk menghadapi berbagai situasi, dengan tujuan bertindak dan bertindak sendiri pada akhirnya. Kemandirian merupakan sikap yang dapat dilakukan dengan sendiri tanpa bergantung dengan orang lain untuk menyelesaikan sesuatu.¹⁸

Kemandirian juga dapat dicirikan sebagai kapasitas untuk menjaga diri sendiri, baik secara fisik maupun psikologis, termasuk kapasitas untuk membuat keputusan dan menangani masalah segera. Selain kemampuan berpikir dan bergerak secara mandiri, kemandirian juga mengacu pada kemampuan mengatur waktu. Kemandirian adalah komponen kepribadian yang berkembang menjadi arsitektur mental yang dapat menjelaskan perbedaan individu dalam perilaku atau aktivitas.¹⁹

Selaras dengan tahapan perkembangan dan kemampuan, Slamet Suyanto berpendapat bahwa kemandirian anak usia dini mencakup kemampuan untuk melakukan aktivitas atau tugas sehari-hari secara mandiri. Itu berarti kemandirian proses dan terjadinya hal-hal. Pada prinsipnya kemandirian dapat dikembangkan melalui proses pendidikan dan pelatihan yang terarah dan terstruktur. Selain itu, dijelaskan pula bahwa anak mandiri adalah mereka yang mampu menghidupi

¹⁸ Ulil Amri Syafri. *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Quran*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012). hal. 11

¹⁹ Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta: Gaung Persada Press, 2012). hal. 88

dirinya sendiri, termasuk kebutuhan bawaan dan fisik, tanpa bantuan orang lain. Solusi dalam situasi ini terletak pada memiliki kebutuhan sendiri dan kebutuhan orang lain di lingkungan yang sama yang perlu dipenuhi. Anak mandiri adalah mereka yang memiliki harga diri dan harga diri yang positif.²⁰

Penafsiran lain tentang kemandirian menyatakan bahwa kemandirian adalah suatu upaya untuk berpisah dari orang tua dengan tujuan menemukan diri sendiri melalui proses penemuan jati diri, yang merupakan kemajuan menuju individualitas yang kuat dan mandiri. Kemandirian biasanya dicirikan oleh kapasitas untuk mengendalikan nasibnya sendiri, melatih inisiatif dan kreativitas, mengendalikan perilaku, bertanggung jawab, memiliki pengendalian diri, membuat keputusan mandiri, dan memecahkan masalah tanpa bantuan orang lain.²¹

2. Ciri-Ciri Kemandirian Anak

Setiap anak atau orang pada umumnya memiliki kapasitas untuk memahami sesuatu, tidak hanya menerimanya tetapi juga berinisiatif untuk mandiri dengan cara ingin mengalami sesuatu untuk dirinya sendiri, memahami sesuatu untuk dirinya sendiri, atau mengambil keputusan berdasarkan aktivitasnya sendiri. Tingkat kemandirian anak adalah akibat langsung dari apa yang mereka alami di rumah dan di sekitarnya.

²⁰ Slamet Suyanto. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2005), hal. 149.

²¹ Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung : PT. Remaja Rosda Karya, 2011). hal. 38.

Ciri-ciri kemandirian seorang anak usia 5-6 tahun dapat dilihat dari beberapa bentuk, yaitu sebagai berikut:²²

- a. Anak memiliki rasa percaya diri. Anak yang memiliki kepercayaan diri berani untuk melakukan sesuatu dan menentukan pilihan sesuai dengan keinginan dan bertanggungjawab terhadap konsekuensi yang dapat ditimbulkan karena pilihannya. Jika seorang anak memiliki nyali dan percaya diri, dia pasti bisa membuat keputusan. Sehingga dia dapat bertindak dan membuat keputusan atas kehendaknya sendiri dan bertanggung jawab atas segala akibat yang mungkin timbul dari tindakan tersebut.
- b. Memiliki motivasi intrinsik yang kuat. Motivasi intrinsik muncul atas dorongan yang berasal dari dalam diri anak untuk melakukan suatu perilaku maupun perbuatan. Motivasi intrinsik digambarkan sebagai dorongan atau inspirasi untuk bertindak dari dalam. Meskipun kedua jenis motivasi tersebut dapat turun dan naik, motivasi ini seringkali cenderung lebih kuat daripada motivasi ekstrinsik.
- c. Mampu dan berani dalam menentukan pilihan. Anak yang mandiri akan kemampuan dan berani dalam mengambil sikap, keputusan dalam menentukan pilihannya sendiri. Misalnya dalam memilih alat bermain atau alat belajar yang akan digunakannya tanpa bimbang dan ragu.
- d. Kreatif dan inovatif. Anak yang mandiri akan lebih kreatif dan inovatif dalam menjalankan kehidupan di usianya, seperti dalam melakukan

²² Wiyani, N.A. *Bina Karakter Anak Usia Dini: Panduan Orangtua dan Guru dalam membentuk Kemandirian dan Kedisiplinan Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 33.

sesuatu atas kehendak sendiri tanpa disuruh orang lain, tidak bergantung terhadap orang lain dalam melakukan sesuatu, menyukai dan selalu ingin mencoba setiap hal-hal yang baru.

- e. Bertanggung jawab menerima konsekuensi yang menyertai pilihannya. Pada saat anak usia dini mengambil keputusan atau pilihan, tentu ada konsekuensi yang melekat pada pilihannya. Anak yang mandiri akan bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya apapun yang terjadi. Tentu saja bagi anak usia dini tanggung jawab tersebut dilakukan dalam taraf yang wajar, misalnya tidak menangis ketika ia salah mengambil alat mainan, dengan senang hati mengganti dengan alat mainan yang lain yang diinginkannya.
- f. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Anak akan tumbuh dan berkembang di lingkungannya, oleh karena itu anak yang mandiri akan lebih cepat beradaptasi dengan lingkungannya dan tanpa perlu merasa cemas atau gelisah. Seorang anak dengan kepribadian mandiri akan mudah beradaptasi dengan lingkungan baru dan dapat belajar meskipun orang tuanya tidak ada untuk menjemputnya.
- g. Tidak bergantung pada orang lain. Anak yang memiliki karakter mandiri selalu ingin mencoba sendiri dalam melakukan segala sesuatu, tidak bergantung kepada orang lain, dan tahu kapan waktunya meminta bantuan. Hal ini sebanding dengan mengambil mainan yang berada di luar jangkauan anak-anak.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian Anak

Setiap keluarga juga memiliki standarnya masing-masing, sehingga kemandirian merupakan ciri keluarga dan membedakannya dari keluarga lainnya. Kemandirian pada anak pada dasarnya relatif dan berbeda; itu didirikan sesuai dengan budaya, lingkungan, dan gaya pengasuhan orang tua itu sendiri. Jika orang tua sadar akan nilai kemandirian, maka tumbuhnya kemandirian dapat terwujud.²³

Menurut Muhammad Asrori, pola asuh, sistem pendidikan di sekolah, dan struktur sosial semuanya berdampak pada tingkat kemandirian individu.²⁴

a. Keturunan Orang Tua

Faktor keturunan lebih menekankan pada aspek biologis yang dibawa melalui aliran darah dalam, kromosom. Karena itu, faktor genetik cenderung bersifat statis untuk mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Dapat diprediksi bahwa suatu generasi akan dihasilkan dengan sifat fisiologis dan psikologis yang sehat jika orang tuanya sehat sejak awal; sebaliknya jika orang tua tidak sehat, maka anak akan mengalami gangguan atau penyimpangan fisik dan psikis. Kecerdasan, bakat, kemampuan, minat, dan kepribadian merupakan ciri-ciri psikis yang dapat diturunkan kepada generasi mendatang.²⁵

²³ Djohar Maknun, dkk, *Sukses Mendidik Anak di Abad 21*, (Yogyakarta: Penerbit Samudra Biru, 2018), hlm. 7.

²⁴ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 115.

²⁵ Agoes Dariyo. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. (Bandung: Refika Aditama, 2007). hal. 44

b. Pola Asuh Orang Tua

Pengasuhan dipahami sebagai upaya terus-menerus dan gigih dari orang tua untuk merawat dan menemani anak-anak mereka sejak lahir hingga remaja. Pola asuh adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak yang relatif konstan dari waktu ke waktu.²⁶

Dukungan dan dorongan dari keluarga dan lingkungan sangat berperan penting dalam kemampuan seorang anak untuk menjadi dewasa dan berkembang secara mandiri. Dalam keluarga, kemandirian adalah kualitas yang harus ditanamkan orang tua pada anak-anaknya saat mereka berkembang sebagai manusia. Untuk setiap tindakan yang dilakukan anak, orang tua dan lingkungan sangat penting. Oleh karena itu, untuk menumbuhkan kemandirian anak, orang tua harus fokus menjadi orang tua yang unggul.²⁷

Pola asuh menjadi empat (4) macam, yaitu: (1) pengasuhan otoritarian, yaitu gaya yang membatasi dan menghukum, di mana orang tua mendesak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan dan upaya mereka. (2) pengasuhan otoritatif, yaitu gaya yang mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batas dan kendali pada tindakan mereka. (3) pengasuhan yang mengabaikan, adalah gaya di mana orang tua sangat tidak terlibat dalam kehidupan anak. (4) pengasuhan yang menuruti, adalah gaya pengasuhan di mana

²⁶ Djamarah, Syaiful Bahri. *Pola Asuh Orangtua dan Komunikasi Dalam Keluarga*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), hlm. 51.

²⁷ Syamsu Yusuf L.N dan Nani M.Sugandi. *Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta: Rajawali Pers, 2013). hal. 126

orang tua sangat terlibat dengan anak, namun tidak terlalu menuntut atau mengontrol mereka.²⁸

c. Sistem pendidikan sekolah

Pendidikan di sekolah adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian anak. Karena pada usia dini, waktu seorang anak juga banyak dihabiskan di sekolah. Selain itu, di sekolah anak mendapatkan pendidikan di luar lingkungan keluarga atau orang tuanya sehingga pendidikan di sekolah ini sangat mempengaruhi karakter dan kemandirian seorang anak.

d. Sistem kehidupan di masyarakat

Tidak diragukan lagi, kebebasan anak dapat berubah secara signifikan tergantung pada masyarakat atau tempat di mana mereka tinggal. Anak-anak akan beradaptasi dengan situasi di sekitar tempat tinggal mereka saat mereka tumbuh dan berkembang, dan ini akan membentuk anak menjadi positif atau buruk. Hal ini tergantung pada aspek kehidupan sehari-hari di lingkungan anak. Anak-anak pasti akan mendapat manfaat dari lingkungan yang baik, dan sebaliknya juga benar: lingkungan yang buruk cenderung menghambat kemampuan anak untuk mandiri.²⁹

Santrock berpendapat bahwa ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi dan membentuk kemandirian anak adalah sebagai berikut:³⁰

²⁸ John W. Santrock. *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas, (Jakarta : PT. Erlangga, 2007), hlm. 167.

²⁹ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 116.

³⁰ John W. Santrock, *Adolesence Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 145.

- a. Lingkungan. Pertumbuhan seseorang sangat dipengaruhi oleh keadaan hidupnya, baik secara positif maupun negatif. Kepribadian seseorang, dalam hal ini kemandirian, dibentuk oleh keluarga dan masyarakatnya, terutama dalam bidang nilai dan rutinitas sehari-hari. Lingkungan sosial terdiri dari semua kekuatan luar yang mempengaruhi bagaimana seseorang berkembang dan berasal dari luar individu. Menurut sosiologi, lingkungan sosial mempengaruhi lingkungan budaya.
- b. Pola asuh. Lingkungan keluarga anak memainkan peran penting dalam mengembangkan nilai-nilai, terutama konsep kemandirian. Tanggung jawab orang tua dan pengasuhan yang mereka berikan kepada anak-anak mereka tidak dapat dipisahkan dari penanaman cita-cita kemandirian. Ada beberapa pola asuh yang digunakan orang tua dalam menanamkan disiplin pada anak-anaknya, yaitu:
- 4) Otoriter. Dalam pola asuhan otoriter ini orang tua memiliki kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan yang kaku dalam mengasuh anaknya, setiap pelanggaran dikenakan hukuman.
 - 5) Demokratis. Orang tua menggunakan pembicaraan, pembenaran, dan metode lain untuk membantu anak-anak mereka memahami mengapa mereka diharapkan untuk mengikuti aturan. Orang tua sangat menekankan komponen pendidikan hukuman.
 - 6) Permisif. Orang tua memberi, menerima semua perilaku anak-anak mereka, dan menahan diri untuk tidak menghukum mereka. Sikap orang tua yang memungkinkan anak-anak untuk menemukan dan

mengembangkan prosedur mereka sendiri yang menetapkan batasan untuk perilaku mereka adalah yang membedakan pola ini.

- c. Pendidikan. Pendidikan memegang peranan penting terhadap kemampuan seseorang untuk menjadi mandiri, terutama pada generasi muda. Pendidikan adalah tugas manusia, dan memiliki tanggung jawab penuh untuk membimbing kaum muda yang belum mampu mandiri. Seseorang memiliki peluang lebih besar untuk mencoba sesuatu yang baru, semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya, yang mengarah pada lebih banyak kreativitas dan kemampuan.
- d. Interaksi sosial. Kapasitas anak untuk interaksi sosial dan kemampuan beradaptasi dengan baik akan mendorong perilaku yang bertanggung jawab. Kemampuan untuk merasa aman dan mampu mengatasi rintangan dengan menolak menyerah dengan mudah akan mendorong perilaku otonom.
- e. Intelegensi. Kecerdasan adalah item lain yang dinilai selain komponen yang diperhitungkan. Elemen-elemen ini akan berdampak pada bagaimana keputusan dibuat, masalah diselesaikan, dan penyesuaian dilakukan dengan mantap. Kemampuan berpikir jernih sangat diperlukan untuk upaya mengidentifikasi sikap, dan masyarakat lingkungan menyetujui sikap mandiri bagi seorang anak.

4. Bentuk-Bentuk Kemandirian Anak

Menurut Yuyun Nurfalih, kemandirian seorang anak usia 5-6 tahun juga terdapat beberapa bentuk diantaranya:

- a. Kemandirian fisik. Menjadi mandiri secara fisik berarti mampu merawat diri sendiri. Misalnya, seorang anak harus bisa menggunakan peralatan makan, mandi, berpakaian, buang air kecil, dan buang air besar sendiri.
- b. Kemandirian psikologis. Kapasitas untuk memutuskan dan mengatasi masalah segera. Anak-anak yang dapat menghadiri kelas tanpa insiden karena mereka dapat mengendalikan diri, di sisi lain, tidak selalu dapat berkomunikasi dengan pengasuh mereka dan tidak dapat berhubungan dengan orang lain secara individual. Kebebasan psikologis sangat dipengaruhi oleh kemandirian fisik.³¹

Kemandirian psikologis dapat mengikuti dari kemandirian fisik. Karena kurangnya keterampilan perawatan diri mereka, anak-anak yang terus-menerus dibantu akan selalu bergantung pada orang lain. Akibatnya, ketika dia menghadapi tantangan, dia akan pergi ke orang lain untuk meminta bantuan dalam membuat penilaian dan menemukan solusi.

Ketika anak-anak pergi ke sekolah akan tergantung pada seberapa mandiri mereka. Misalnya, seorang anak mungkin merasa tidak siap ketika diminta oleh guru untuk meletakkan kertas padahal kenyataannya ia mampu melakukannya. Karena itu, pengasuh sering duduk di sebelah anak di kelas.

5. Indikator Kemandirian Anak

Selain memasukkan unsur kemandirian anak usia dini, hal itu juga dapat dinilai dengan menggunakan ukuran kemajuan anak menuju kemandirian.

³¹ Yuyun Nurfalah, *Panduan Praktis Melatih Kemandirian Anak Usia Dini.* (Bandung: PNFI Jayagiri, 2010), hal. 15

Berbagai segi dan tanda kemandirian anak saling berhubungan. Indikator-indikator tersebut menjadi tolak ukur atau titik perbandingan dalam mengamati dan menilai tumbuh kembang anak.

Adapun indikator kemandirian anak usia 5-6 tahun setidaknya ada tujuh indikator yaitu sebagai berikut :³²

- a. Kemampuan Fisik. Dalam hal ini mencakup kemampuan anak dalam hal memenuhi kebutuhan sendiri. Anak butuh makan, maka secara mandiri anak harus bisa makan sendiri, membiasakan membersihkan diri (mandi atau buang air) sendiri, dan lain-lain.
- b. Percaya Diri. Kepercayaan diri merupakan sikap individu yang menunjukkan keyakinan bahwa dirinya dapat mengembangkan rasa dihargai. Perwujudan kemandirian anak dapat dilihat dalam kemampuan untuk berani memilih, percaya akan kemampuannya dalam mengorganisasikan diri dan menghasilkan suatu yang baik.
- c. Bertanggung Jawab. Dalam hal ini ditunjukkan dengan kemampuan seseorang untuk berani menanggung resiko atas konsekuensi dari keputusan yang telah diambil.
- d. Disiplin. Yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri, karakter dan keadaan secara tertib dan efisien.
- e. Pandai Bergaul. Yaitu kemampuan menempatkan diri dalam berinteraksi dengan sesamanya dimana pun berada.

³² Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan PAUD* (Jakarta: Referensi, 2013), hlm. 63.

- f. Saling Berbagi. Dalam hal ini ditunjukkan dengan kemampuan memenuhi kebutuhan orang lain bersedia memberikan apa yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan orang lain.
- g. Mengendalikan Emosi. Yaitu kempuan untuk mengatasi rasa tidak puas pada saat mengalami kejadian yang tidak sesuai dengan keinginannya.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metodologi penelitian yang digunakan adalah pendekatan penelitian deskriptif kualitatif yang berbentuk narasi yaitu suatu metode yang bertujuan memusatkan pada pembahasan serta membuat gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta, sifat, hubungan antar fenomena yang diselidiki secara objektif.¹

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan berdasarkan studi kasus. Penelitian lapangan adalah penelitian yang melibatkan pengamatan aktivitas manusia sehari-hari dengan menggunakan panca indera sebagai alat utama, seperti telinga.² Dengan demikian metode ini merupakan metode pengumpulan data atau fakta-fakta yang terjadi di lokasi penelitian melalui wawancara secara sistematis dan berlandaskan dengan objek penelitian.

B. Kehadiran Peneliti di Lapangan

Penelitian direncanakan dilakukan pada bulan April 2023 minggu pertama, kedua dan ketiga di lokasi penelitian. Peneliti melakukan penelitian dengan mengambil dan menghimpun data sesuai dengan prosedur dan tahapan penelitian.

¹ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 194.

² Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada Pres, 2007), hlm. 143

C. Lokasi Penelitian

Tempat yang menjadi lokasi dalam penelitian ini yaitu di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan.

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti.³ Subjek penelitian adalah individu, benda atau organisme yang dijadikan informasi yang dibutuhkan dalam pengumpulan data penelitian. Istilah lain dari subjek penelitian yaitu dikenal dengan responden. Adapun subjek yang diteliti yaitu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan.

Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan pertimbangan tertentu, sesuai dengan kebutuhan dan kriteria penelitian. Adapun kriteria subjek penelitian ini yaitu orang tua yang memiliki anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan dan yang menerapkan pola asuh *mindful parenting*. Sesuai kriteria tersebut, maka yang menjadi sampel penelitian yaitu sebanyak 4 orang.

E. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik sehingga dapat saling mendukung dan saling melengkapi antara satu dan yang lainnya, hal ini dilakukan untuk mendapatkan data yang valid, lengkap dan

³ Saifudin Azwar, Metode Penelitian, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), cet, VI, hlm. 36.

reliabel yang sesuai dengan pokok permasalahan. Adapun teknik yang digunakan adalah sebagai berikut:⁴

1. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.⁵ Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada informan yang dianggap tepat untuk memberikan informasi atau keterangan-keterangan tentang penelitian ini.⁶

Wawancara dalam penelitian ini adalah pengumpulan data dengan melibatkan seseorang yang dapat memperoleh informasi yang tepat, akurat dan mendalam. Wawancara dilakukan secara langsung dengan pedoman wawancara sesuai dengan indikator yang telah disusun.

Dalam wawancara dan observasi ini Penulis mengajukan pertanyaan-pertanyaan sesuai dengan data yang dibutuhkan, bertujuan untuk mengadakan tanya jawab untuk mendapatkan informasi tentang *mindful parenting* dalam membentuk kemandirian anak - R A N I R Y

2. Observasi

Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologi dan psikologis. Observasi adalah suatu

⁴ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : Kencana, 2009), hlm. 139.

⁵ Lexy J Moleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif "Edisi Revisi"*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010) hlm. 186.

⁶ Muhammad Teguh, *Metode Penelitian Ekonomi Teori dan Aplikasi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal 136

proses pengamatan dan pencatatan secara sistematis, logis, objektif, dan rasional. Mengenai berbagai fenomena, baik dalam situasi yang sebenarnya maupun dalam situasi buatan untuk mencapai tujuan tertentu.⁷ Peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian dari dekat untuk melihat praktik *mindful parenting* oleh orang tua di Gampong Alai, Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan.

Dalam penelitian ini penyusun menggunakan lembar observasi, hal ini didasarkan pada pengetahuan dan pengalaman responden yang berbeda-beda, selain itu untuk menghindari informasi yang lebih meluas. Penyusun menggunakan lembar observasi dengan skala Guttman. Penelitian menggunakan skala guttman dilakukan bila ingin mendapatkan jawaban yang tegas (konsisten) terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan.

Menurut Usman Rianse dan Abdi bahwa skala Guttman sangat baik untuk meyakinkan peneliti tentang kesatuan dimensi dan sikap atau sifat yang diteliti, yang sering disebut dengan atribut universal. Skala Guttman disebut juga skala scalogram yang sangat baik untuk meyakinkan hasil penelitian mengenai kesatuan dimensi dan sikap atau sifat yang diteliti.⁸ Adapun skoring perhitungan responden dalam skala Guttman adalah sebagai berikut:

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 240.

⁸ Abdi, Usman Rianse. *Metodologi Penelitian Sosial dan Ekonomi Teori dan Aplikasi*. (Bandung. Alfabeta, 2012), h;m. 155.

Tabel 3.1. Skor Skala Guttman

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

Jawaban dari responden dapat dibuat skor tertinggi “satu” dan skor terendah “nol”, untuk alternatif jawaban dalam kuesioner, penyusun menetapkan kategori untuk setiap pernyataan positif, yaitu Ya = 1 dan Tidak = 0, sedangkan kategori untuk setiap pernyataan negatif, yaitu Ya = 0 dan Tidak = 1. Dalam penelitian ini penyusun menggunakan skala Guttman dalam bentuk checklist, dengan demikian penyusun berharap akan didapatkan jawaban yang tegas mengenai data yang diperoleh.

Tabel 3.2. Kisi-kisi Wawancara dan Observasi

No	Variabel	Indikator
1	Mendengarkan penuh perhatian dan berbicara dengan empati	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendengarkan serta memperhatikan raut muka sang anak 2. Melihat mata saat berbicara 3. Mendengar nada bicara anak
2	Pemahaman dan penerimaan untuk tidak menghakimi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak menghakimi perilaku anak 2. Memberikan pandangan untuk mempengaruhi persepsi anak
3	Pengaturan emosi atau kecerdasan emosional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu mengontrol emosi 2. Mengendalikan diri sendiri
4	Pola asuh bijaksana dan tidak berlebihan (pengendalian diri)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu mengendalikan diri 2. Tidak menunjukkan sikap yang negative 3. Tidak menunjukkan respon berlebihan pada perilaku
5	Welas asih	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berusaha memenuhi segala kebutuhan 2. Memberikan kenyamanan ketika anak merasa kesulitan

Sumber: Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015)

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif yang bersifat naratif yaitu untuk menjelaskan dan mendeskripsikan data penelitian tentang bentuk kemandirian anak di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur Aceh Selatan. Analisis data juga bertujuan untuk menemukan item-item yang mengandung kategori penelitian yang lebih kecil.⁹

Data yang telah di kumpulkan akan dianalisis berdasarkan fakta-fakta yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi mengenai *mindful parenting* dengan kemandirian anak di Gampong Alai, Kecamatan Kluet Timur, Aceh Selatan. Analisis data dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Dari saat pengumpulan data hingga pembuatan laporan penelitian, reduksi adalah proses memilih dan memusatkan informasi yang telah dikumpulkan di lapangan. Pemilihan, penyederhanaan, klasifikasi, dan pemilihan informasi yang berkaitan dengan penelitian secara simultan merupakan contoh teknik reduksi data. Untuk mengekstrak informasi yang tepat dan dapat dipahami dari data, ini dilakukan. agar peneliti mendapatkan data yang akurat dan relevan.

2. Display Data

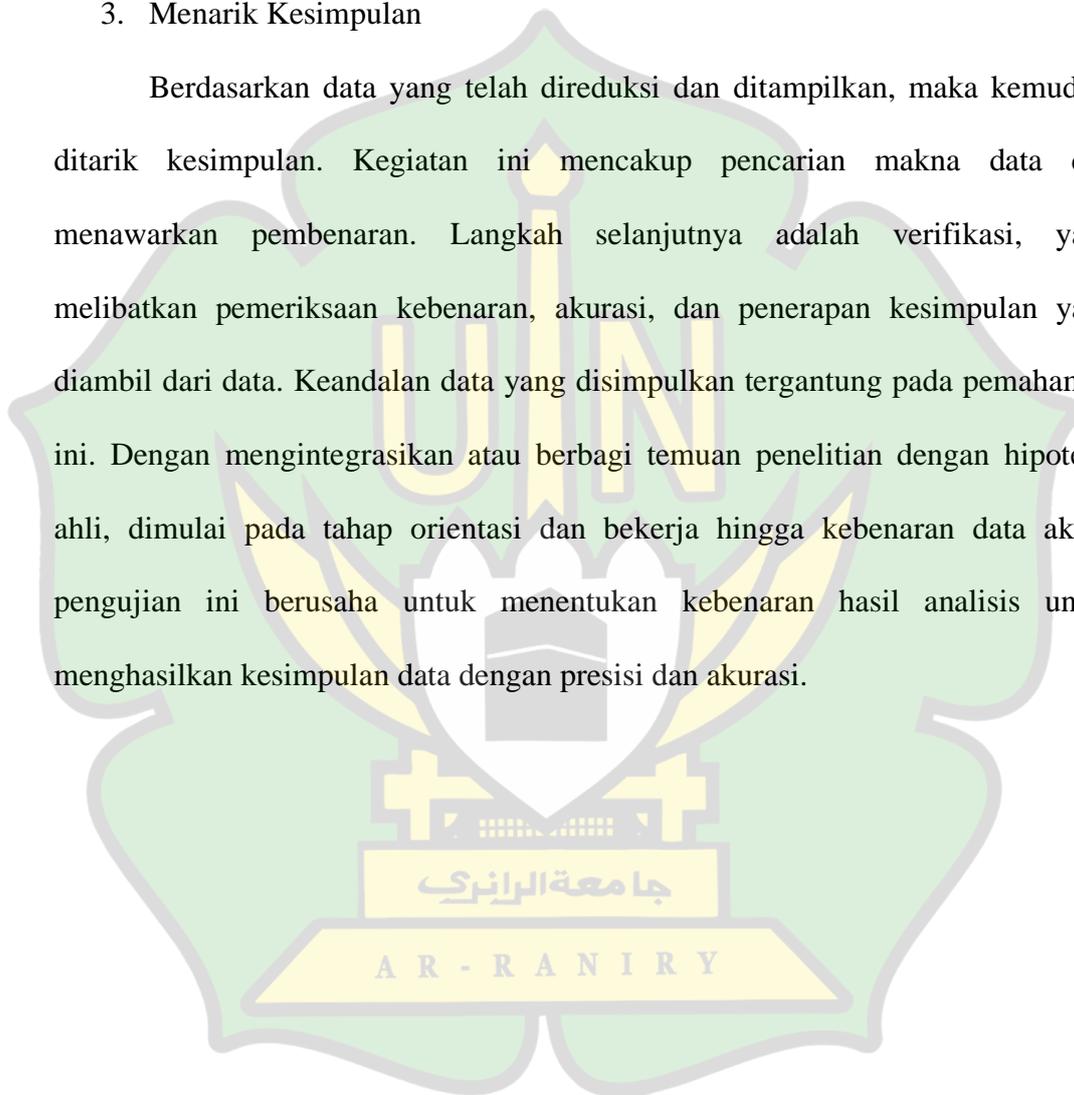
Display data yaitu untuk mengaktifkan inferensi berdasarkan aktualitas di lapangan, data ditampilkan dengan menyusun data yang direduksi dalam format deskriptif. Untuk dapat merencanakan kegiatan selanjutnya, data diperiksa dan dinilai. Data diorganisasikan pada langkah ini dengan mengelompokkannya ke

⁹ Mardalis, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Akasara, 2006), hlm. 56.

dalam pola, topik, unit, dan kategori untuk memudahkan peneliti melihat hubungan antara satu data dengan data lainnya. Hal ini dilakukan dengan meringkas temuan-temuan kunci secara sistematis.

3. Menarik Kesimpulan

Berdasarkan data yang telah direduksi dan ditampilkan, maka kemudian ditarik kesimpulan. Kegiatan ini mencakup pencarian makna data dan menawarkan pembenaran. Langkah selanjutnya adalah verifikasi, yang melibatkan pemeriksaan kebenaran, akurasi, dan penerapan kesimpulan yang diambil dari data. Keandalan data yang disimpulkan tergantung pada pemahaman ini. Dengan mengintegrasikan atau berbagi temuan penelitian dengan hipotesis ahli, dimulai pada tahap orientasi dan bekerja hingga kebenaran data akhir, pengujian ini berusaha untuk menentukan kebenaran hasil analisis untuk menghasilkan kesimpulan data dengan presisi dan akurasi.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur

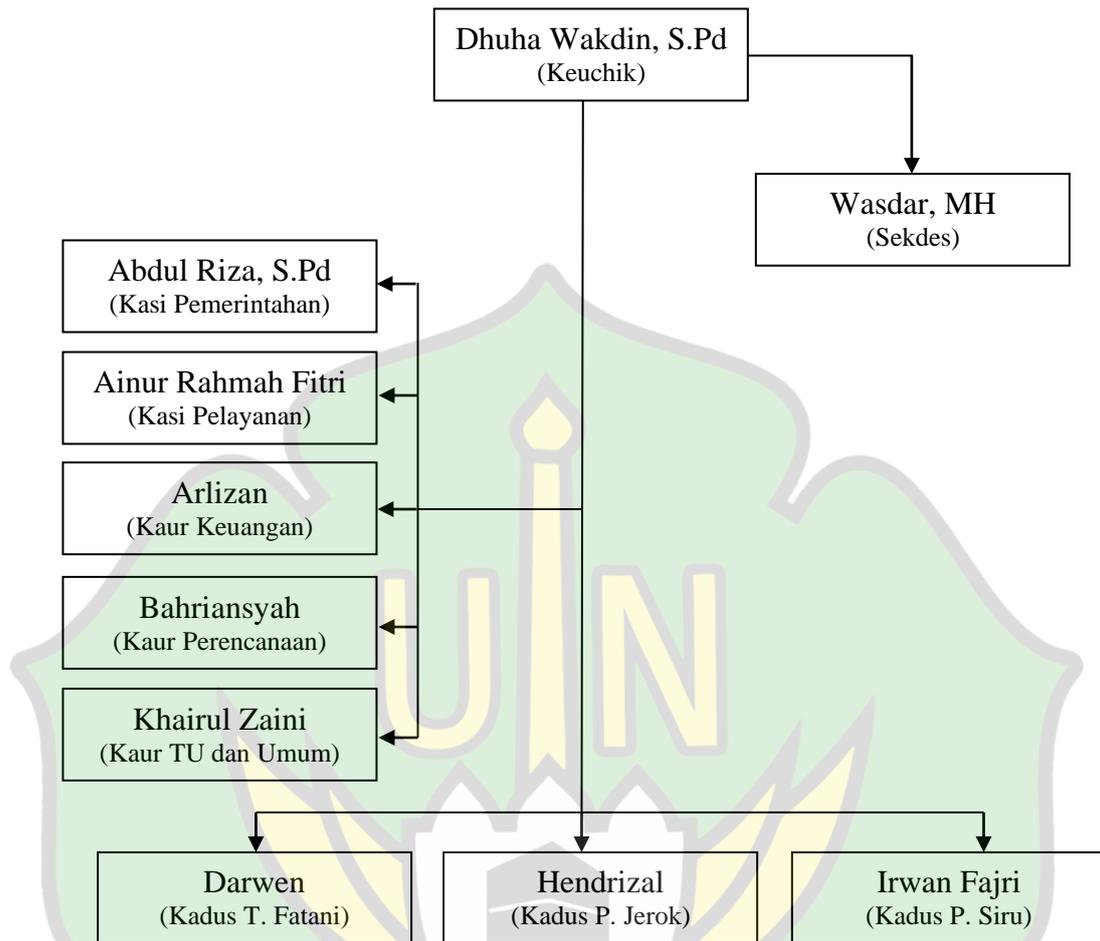
Gampong Alai merupakan salah Satu Gampong yang terletak di Kemukiman Perdamaian Kecamatan Kluet Timur dari Kabupaten Aceh Selatan arah Timur Tapaktuan dan berjarak 35 kilometer dengan Ibu Kota Aceh Selatan dan 500 Meter dari Pusat kota kecamatan Kluet Timur Paya Dapur dengan luas 204.66 Ha.¹⁰

Secara geografis wilayah Gampong Alai terbentang mulai 3°23'12" sampai dengan 98°35'60" Bujur Timur dan 3°38'672" sampai dengan 98°599" Lintang Selatan. Di sebelah utara dan timur wilayah Gampong Alai di Batasi Oleh Gampong Paya Dapur dan Gampong Tanah Munggu, di sebelah Selatan Gampong Alai Berbatasan Dengan Gampong Durian Kawan dan di sebelah Barat Gampong Alai di lintasi Sungai Kluet sungai terbesar yang ada di Kluet Raya dan di Aceh Selatan.¹¹

Gampong Alai terdiri dari 3 Dusun dengan jumlah penduduk sebesar 672 jiwa merupakan salah satu dari 9 Gampong di Kecamatan Kluet Timur. Jumlah penduduk Gampong Alai pada tahun 2022 berjumlah 678 jiwa (202 kepala keluarga) terdiri dari laki-laki 336 jiwa dan Perempuan 342 jiwa. Masyarakat di sini mayoritas berprofesi sebagai petani.

¹⁰ Dokumen RPJMD Gampong Alai 2022-2027.

¹¹ Dokumen RPJMD Gampong Alai 2022-2027



Gambar 4.1. Struktur Gampong Alai

Sementara itu bidang pendidikan, Gampong Alai memiliki dua buah sarana pendidikan yaitu Pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) dan Sekolah Dasar (SD). Lembaga pendidikan tersebut telah dilengkapi dengan gedung bangunan yang permanen serta dewan guru yang lengkap.

Adapun jumlah anak berusia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur pada bulan Mei tahun 2023 yaitu berjumlah 14 orang yaitu:

Tabel 4.1. Jumlah Anak di Gampong Alai

No	Nama Anak	Umur (Tahun)
1	Zahratul Hikmah	6
2	Afif Afwal	6
3	Dzakira Talita Zahra	6
4	Raihatul Miska	6
5	Alif Firat Alfarisqi	6
6	Arisa Luana	6
7	Yulia Febriani	6
8	Ismadania Fatiha	5
9	Firkan Syahidan	6
10	Murni	6
11	Fikriyansyah	5
12	Silmi Alisa	5
13	Febriani S.	5
14	Arzan Alfaruq	5

Sedangkan yang menjadi sampel dalam penelitian ini berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan yakni orang tua yang menggunakan *mindful parenting* sebagai pola asuh terdapat empat sampel yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.2. Responden Penelitian

No	Inisial Anak	Umur	Inisial Orang Tua
1	AFA	6	L
2	AA	5	I
3	DTZ	6	N
4	FS	5	NA

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Praktik *Mindful Parenting* Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur

Dari hasil wawancara terhadap 4 responden penelitian di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, bahwa kemandirian anak usia 5-6 tahun relatif sama antara anak satu dengan anak yang lainnya. Hal tersebut tidak terlepas dari praktik pola asuh *mindful parenting* yang diterapkan oleh orang tua kepada anak. Namun demikian, di samping perkembangan kemandirian yang baik, setiap anak juga masih memiliki kekurangannya masing-masing yang berbeda.

Dalam pembentukan dasar kepribadian anak, orang tua adalah pembina pribadi yang pertama dalam hidup anak, kepribadian orang tua sikap dan cara hidup mereka merupakan unsur-unsur pendidikan yang tidak langsung yang sedang tumbuh. Perlakuan orang tua terhadap anak tertentu dan terhadap semua anaknya merupakan suatu unsur pembina lainnya dalam pribadi anak. Perlakuan keras akan berlainan akibatnya dari pada perlakuan yang lemah lembut dalam pribadi anak.

Orang tua dalam sampel penelitian ini mengedepankan komunikasi dan perhatian kepada anak mereka. Hal tersebut sebagaimana yang dipraktikkan oleh L selaku orang tua AFA, I selaku orang tua AA, N selaku orang tua DTZ dan NA selaku orang tua FS dalam menyikapi dan merespon pembicaraan anak. Orang tua selalu memperhatikan perhatian kepada anak dan mendengarkan dengan baik apa yang sedang dibicarakan. Orang tua tidak berbicara kasar agar anak tidak mempengaruhi pola pikir dan watak anak itu sendiri.

“Memperhatikan dan mendengarkan secara baik agar tutur bahasanya tidak kasar”¹²

Hal senada juga disampaikan oleh I bahwa mereka dalam mendidik anak terutama dalam merespon pembicaraannya selalu mendengarkan terlebih dahulu sebelum memberikan respon dan pendapat. Orang tua akan selalu memotivasi anak agar senantiasa berbicara dan bertutur baik sehingga akan tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang baik.

“Mendengarkan dan memberi penjelasan supaya mereka mengerti”¹³

Begitu juga yang dilakukan oleh N, salah satu orang tua yang memiliki anak 5-6 tahun, bahwa dalam merespon pembicaraan anak, orang tua selalu menanggapi dengan hal-hal yang positif sehingga anak juga akan menanggapi dengan positif pula.

“Mendengarkan dan menanggapi pembicaraan yang disampaikan anak. Menanggapi dengan hal-hal yang positif supaya anak juga menanggapi dengan hal yang positif”¹⁴

Hal yang sama juga disampaikan oleh NA bahwa mereka selaku orang tua juga memberikan tanggapan yang positif dalam merespon pembicaraan anak. Orang tua juga memberikan semangat kepada anak sehingga anak diharapkan dapat melakukan hal-hal yang positif dalam kehidupannya.

“Mendengarkan pembicaraan yang disampaikan oleh anak dan memberikan semangat kepada anak”¹⁵

¹² Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai, 06 April 2023.

¹³ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai, 08 April 2023.

¹⁴ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai, 10 April 2023

¹⁵ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai, 12 April 2023.

Mendengar dan memperhatikan pembicaraan anak sebagaimana yang diterapkan oleh responden secara tidak langsung memberikan kesempatan kepada anak untuk mengungkapkan setiap pikirannya kepada orang tua. Anak diberikan keleluasaan berfikir sehingga mampu berfikir mandiri dalam setiap perbuatannya.

Sementara pada pertanyaan kedua yaitu bagaimana Bapak/Ibu merespon pembicaraan anak yang tidak atau kurang sesuai dengan perkembangan anak di usianya?, keempat sampel juga memberikan jawaban yang relatif sama.

Responden L menyebutkan bahwa mereka terlebih dahulu memperhatikan tata bicara anak dan apa yang disampaikan anak. Dari itu kemudian orang tua baru memberikan tanggapan dengan nasihat sehingga anak dapat memahami apa yang disampaikannya.

“Melihat dan memperhatikan tata cara berbicara anak agar terarah sehingga kemudian diberikan nasehat”¹⁶

Sementara itu responden I menjelaskan bahwa mereka selaku orang tua dalam merespon pembicaraan anak yang kurang sesuai, orang tua terlebih dahulu mendengar apa yang disampaikan, kemudian dijawab dengan mengalihkan ke hal-hal lain yang sesuai dengan perkembangan anak.

“Menjawab beberapa pertanyaan dari anak dan dialihkan ke hal-hal lain yang lebih menarik”¹⁷

Kemudian responden N menjelaskan bahwa mereka akan memberikan contoh dalam berbicara dan berbahasa yang baik, hal itu dilakukan agar dapat

¹⁶ Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

¹⁷ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

memahami dan mengikuti pembuatannya dan tidak terpengaruh dengan hal-hal yang negatif.

“Orang tua memberikan contoh bagaimana berbicara yang baik, agar anak ikut mencontoh berbicara yang baik”¹⁸

Hal yang sama juga disampaikan oleh responden NA, bahwa mereka terlebih dahulu memahami apa yang disampaikan oleh anak, kemudian orang tua meluruskan makna pembicaraan itu agar anak dapat memahaminya.

“Memperhatikan cara bicara anak, menjelaskan dan meluruskan pembicaraan yang kurang sesuai”¹⁹

Dari jawaban orang tua selaku responden dalam penelitian ini dapat dipahami bahwa orang tua tidak langsung menyalahkan anak dalam merespon pembicaraan yang kurang baik. Orang tua lebih terlebih dahulu mendengarkan dan kemudian meluruskan dengan penjelasan yang baik terhadap anak. Dengan demikian, anak akan terbiasa berfikir jernih dan positif serta dilatih mampu mempertimbangkan segala hal yang ada dilingkungannya.

Pada pertanyaan ketiga yaitu apakah Bapak/Ibu memberikan hukuman terhadap anak yang tidak mengikuti perintah orang tua? Bila ada seperti apa?, orang tua dalam penelitian ini juga memberikan jawaban yang sama dalam pola pengasuhan anaknya bahwa seluruh responden tidak memberikan hukuman apapun terhadap anak. Mereka lebih mengedepankan pemberian nasihat kepada anak atas perbuatan atau perilaku anak yang kurang baik. Orang tua menjelaskan setiap konsekuensi dari perbuatan, baik dari sisi agama maupun dari sisi sosial.

¹⁸ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

¹⁹ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

Dengan demikian, anak diharapkan akan patuh dan paham akan setiap tindakannya.

Tidak memberikan hukuman terhadap anak yang dilakukan oleh responden di dalam penelitian ini secara tidak langsung mereka mendidik anak dengan kasih sayang dan mengedepankan pola komunikasi yang baik. Orang tua tidak ingin mendidik anak dengan kekerasan yang dapat berdampak buruk terhadap perkembangan anak. Melalui teguran dan penjelasan yang baik, anak dididik mampu mandiri dalam bersikap dan mempertimbangkan setiap perbuatannya, baik dampak maupun konsekuensi dari perbuatan tersebut.

Selanjutnya pada pertanyaan keempat yaitu bagaimana cara Bapak/Ibu memberikan pandangan kepada anak terhadap perbuatan dan sikap atau perilakunya, sehingga anak dapat berfikir baik dan buruk atas setiap tindakannya?. Dari jawaban yang diperoleh terlihat sedikit perbedaan antar responden. L berpendapat bahwa setiap perbuatan anak merupakan tanggung jawab orang tua, orang tua harus selalu memberikan penjelasan setiap perbuatan yang dilakukan sebagai pendidikan bagi anak sehingga anak mampu berfikir atas setiap tindakannya.

“Sikap dan perilaku anak adalah tanggung jawab orang tua agar pendidikan anak sukses,”²⁰

Sementara itu responden I menyebutkan bahwa mereka selaku orang tua akan mengarahkan anak dan mengingatkan atas tindakan-tindakan yang kurang baik. Orang tua harus selalu menuntun anak kepada perbuatan-perbuatan yang positif dan tidak melakukan hal-hal yang negatif.

²⁰ Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

“Mengarahkan dan mengingatkan anak kepada hal-hal yang baik”²¹

Hal yang sama juga disampaikan oleh N, bahwa mereka selaku orang tua selalu memberikan contoh yang baik kepada anak dalam setiap perbuatan sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang baik serta tidak terpengaruh kepada lingkungan yang tidak baik.

Orang tua memberikan contoh supaya anak bisa mencontoh bagaimana sikap yang baik dan orang tua juga bisa memilih lingkungan yang baik supaya anak tidak terpengaruh dengan lingkungan di luar”²²

Responden NA juga menjawab bahwa orang tua harus memberikan contoh yang positif kenapa anak dalam kehidupan sehari-hari, hal itu agar anak dapat mencontohkan dan mengikutinya dalam kehidupannya pula.

“Memberikan contoh perbuatan yang baik agar anak mencontohkan perbuatan yang baik tersebut”²³

Dari jawaban orang tua dalam penelitian ini dapat dipahami bahwa orang tua lebih memberikan contoh terhadap anak dengan perbuatan yang baik. Selain itu orang tua juga mendidik dan mengarahkan anak untuk berperilaku baik dan dampak apabila berperilaku buruk. Dengan itu anak akan berfikir mandiri dalam bersikap karena baik dengan sesama karena anak sudah memahami dampak dari sikap baik dan buruk.

Kemudian pertanyaan kelima yaitu bagaimana Bapak/Ibu mengontrol emosi terhadap sikap dan perbuatan anak yang tidak baik? Bahwa jawaban responden juga sedikit relatif berbeda. Responden L menjelaskan bahwa orang tua harus dapat mengontrol emosi dan sikap kepada anak agar tidak memberikan

²¹ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²² Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²³ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

kekerasan fisik. Hal itu perlu dilakukan agar tidak berdampak pola pikir dan watak anak dalam proses perkembangannya.

“Yang paling utama pendidikan pada anak, harus lebih bersabar dan tidak boleh memukul anak, mengontrol sikap orang tua terhadap anak”²⁴

Hal senada juga disampaikan oleh responden I bahwa orang tua harus mampu bersikap baik tanpa emosi kepada anak. Hal itu sebagai salah satu contoh perbuatan sehingga anak dapat mengikutinya.

“Mengarahkan atau mencontohkan perbuatan baik kepada anak, misalnya seperti tidak berkata kasar kepada anak”²⁵

Jawaban yang sama juga disampaikan oleh responden N, bahwa orang tua harus bersikap lemah lembut kepada anak tanpa harus emosi dan kekerasan. Hal itu agar anak dapat menangkap dan menyerap hal yang positif dari orang tuanya.

“Dengan cara berbicara lemah lembut kepada anak, supaya anak bisa menangkap hal-hal positif yang dibicarakan”²⁶

Sementara itu responden NA menjawab bahwa orang tua harus tetap lemah lembut kepada anak dengan memperhatikan nada bicara tanpa harus membentak, karena nada bicara tinggi akan mempengaruhi mental anak dan tentunya akan berdampak pada kepribadian anak.

“Dengan cara memperhatikan nada tinggi rendahnya bicara kepada anak, tidak membentak si anak”²⁷

Dari jawaban tersebut dapat dijelaskan bahwa orang tua tidak mengedapkan kekerasan di dalam mendidik anak, bahkan orang tua turut memperhatikan nada bicara apabila anak melakukan perbuatan yang kurang baik.

²⁴ Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²⁵ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²⁶ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²⁷ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

Orang tua lebih mengutamakan pemberian arahan kepada anak. Dengan ini anak tidak merasa ketakutan yang tentunya mempengaruhi perkembangan pemikiran dan kemandirian anak itu sendiri.

Selanjutnya pada pertanyaan keenam, apakah Bapak/Ibu memberikan penghargaan terhadap anak bila mengikuti perintah atau mendapatkan prestasi?. Semua responden menjawab “Ya” memberikan penghargaan kepada anak yang memperoleh prestasi sehingga diharapkan dapat memotivasi anak agar dapat lebih berprestasi.

Namun demikian, semua responden menjawab bahwa hadiah yang diberikan tersebut bukanlah hadiah yang berlebihan. Hadiah atau penghargaan yang diberikan harus dapat memberikan efek positif kepada anak dan memotivasi anak untuk belajar lebih giat.

Dari jawaban responden dapat disimpulkan bahwa orang tua memberikan penghargaan kepada anak dalam bentuk penghargaan yang dapat meningkatkan perkembangan kemandiriannya. Melalui penghargaan atau hadiah yang diberikan, anak akan lebih termotivasi untuk berfikir dan lebih bijak dalam bersikap dengan lingkungannya.

Kemudian pertanyaan ketujuh bahwa dalam menjalani kehidupan sehari-hari, tentu tidak semua sikap orang tua patut dicontoh oleh anak, lantas bagaimana Bapak/Ibu memberikan contoh perbuatan yang baik kepada anak? Responden L menjawab bahwa orang tua harus berbuat baik dalam kehidupan sehari-hari terutama di depan anak sehingga anak dapat mencontohkan perbuatan tersebut dan menjadi kebiasaan dalam kehidupannya.

“Orang tua harus berbuat baik dalam lingkungan anak sehari-hari, misalnya selalu mengajarkan shalat, bersedekah serta sosial dengan sesama”²⁸

Hal yang sama juga disampaikan oleh responden I bahwa orang tua harus memberikan contoh yang baik dalam kehidupan sehari-hari anak, seperti mau saling berbagi, mau meminta maaf apabila salah serta perbuatan-perbuatan positif lainnya.

“Orang tua mencontohkan berbagi sesama, apabila si anak melakukan kesalahan, si anak harus meminta maaf duluan”²⁹

Kemudian responden N berpendapat bahwa orang tua harus senantiasa menjaga sikap dan mengontrol emosi di depan anak. Orang tua harus bersikap lemah lembut sehingga kemandirian anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

“Dengan menjaga sikap dan mengontrol emosi di depan anak, agar anak tidak mengikuti apa yang tidak baik untuk perkembangannya”³⁰

Hal yang sama juga disampaikan oleh responden NA bahwa orang tua harus selalu memberikan contoh perilaku yang baik kepada anak, baik dalam berbicara, bergaul dan sikap lainnya dalam kehidupan sehari-hari.

“Memberikan contoh perilaku yang baik dari orang tua itu sendiri, misalnya seperti cara berbicara, cara bergaul yang baik, cara berbahasa yang baik”³¹

Motode yang diterapkan oleh responden di dalam penelitian ini memberikan dampak yang besar bagi perkembangan kemandirian anak. Anak akan tumbuh dan berkembang dengan kebiasaan yang positif, baik di rumah,

²⁸ Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

²⁹ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

³⁰ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

³¹ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

lingkungan maupun tempat belajarnya. Seperti diajarkan mampu makan dan menggunakan pakaian sendiri, berbicara yang baik, berani minta maaf dan lainnya,

Kemudian pada pertanyaan kedelapan, yaitu setiap perilaku yang positif tentu menjadi perkembangan yang baik bagi sang anak. Bagaimana Bapak/Ibu merespon perbuatan yang baik tersebut sehingga tidak menjadi hal yang berlebihan?. Dari pertanyaan itu, semua respon memberikan jawaban yang sama yaitu setiap perkembangan anak merupakan sebuah kebanggaan bagi setiap orang tua, namun orang tua tidak memberikan respon yang berlebihan seperti pujian atau sanjungan yang akan berdampak pada perilaku anak. Sanjungan yang berlebihan akan berdampak pada anak itu sendiri seperti merasa hebat dan sombong atas apa yang telah diperolehnya.

Selanjutnya pada pertanyaan kesembilan, bagaimana cara Bapak/Ibu memenuhi semua permintaan anak?. Bahwa semua jawaban responden juga relatif sama. Respon memberikan jawaban bahwa tidak semua permintaan anak harus dipenuhi, akan tetapi orang tua terlebih dahulu mempertimbangan setiap permintaan itu dari sisi baik dan buruk dalam perkembangan anak. Orang tua tentunya akan memenuhi permintaan anak, apabila permintaan tersebut dapat berpengaruh positif terhadap perkembangan anak.

Kemudian pertanyaan kesepuluh, yaitu seperti apa Bapak/Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?, jawaban responden sedikit berbeda antara satu dengan yang lainnya. Responden L menjelaskan bahwa orang tua mengedepankan komunikasi dengan anak dengan menanyakan

setiap kegiatannya sehari-hari, hal itu sebagai bentuk kontrol orang tua agar anak merasa aman dan nyaman dalam kehidupannya.

“Selalu berkomunikasi dengan si anak, selalu menanyakan kemana anak mau pergi/bermain agar si anak tidak terjun ke dunia kejahatan”³²

Kemudian responden I menjelaskan bahwa orang tua selalu memberikan perhatian lebih kepada anak sehingga anak merasa nyaman dan aman, seperti merangkul anak disaat sedih serta memberikan kekuatan dikala merasa lemah. Hal ini agar anak akan selalu merasa terlindungi dan nyaman dalam kehidupannya sehari-hari.

“Merangkul atau memeluk anak, jika anak merasa sedih”³³

Sementara itu responden N menjelaskan bahwa orang tua senantiasa memberikan lingkungan yang baik tempat anak tumbuh dan berkembang, baik lingkungan tempat anak bermain maupun tempat anak menempuh pendidikan. Begitu juga orang tua selalu memperhatikan teman bermain anak sehingga anak akan terhindar dengan hal-hal yang negatif.

“Dengan memberikan lingkungan yang baik, teman-teman yang baik dan situasi yang ramah serta baik”³⁴

Kemudian responden NA menjelaskan bahwa orang tua dalam memberikan perlindungan kepada anak, mereka mengedepankan kondisi lingkungan yang aman untuk tempat anak bermain, hal itu agar anak tidak terjerumus kepada hal-hal yang buruk dan mengganggu pertumbuhan anak di usianya.

³² Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

³³ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

³⁴ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

“Dengan memberikan situasi lingkungan yang baik untuk si anak dan terutama yang baik di dalam rumah atau keluarga”³⁵

Dalam hasil analisis data yang dilakukan, bahwa kata yang sering muncul dari jawaban responden yaitu kata “positif” dan “lingkungan”. Kedua katanya diucapkan sebanyak enam kali oleh responden saat melakukan wawancara. Artinya bahwa responden lebih mengarahkan anak-anak kepada hal-hal yang positif dalam kehidupannya sehari-hari, hal ini dilakukan dengan cara memberikan pelajaran, arahan, nasihat serta memberikan contoh-contoh yang positif. Selain itu, orang tua juga mengedepankan lingkungan yang baik bagi anaknya. Responden memilih tempat bermain dan bergaul anak yang dapat meningkatkan perkembangan anak.

Selain dua kata tersebut, juga muncul kata “mendengarkan”, “menanggapi”, dan nasehat”. Ketiga kata ini muncul masing-masing empat kali dalam hasil wawancara. Hal itu menunjukkan bahwa responden atau orang tua di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur lebih mengedepankan cara mendengarkan pembicaraan anak, kemudian menanggapi hingga memberikan nasehat kepada anak. Orang tua tidak mengedepankan sikap arogansi, menghakimi serta emosi dalam menanggapi setiap pembicaraan anak.

Sementara itu dalam observasi yang dilakukan terhadap empat responden di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, bahwa seluruh responden menjawab “Ya” dari seluruh butir indikator observasi, meliputi mendengarkan serta memperhatikan raut muka sang anak, melihat mata saat berbicara, mendengar nada bicara anak, tidak menghakimi perilaku anak, memberikan pandangan untuk

³⁵ Wawancara dengan NA, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

mempengaruhi persepsi anak, mampu mengontrol emosi, mengendalikan diri sendiri, tidak menunjukkan sikap yang negatif, tidak menunjukkan respon berlebihan pada perilaku, berusaha memenuhi segala kebutuhan dan memberikan kenyamanan ketika anak merasa kesulitan.

b. Faktor yang Mempengaruhi Praktik *Mindful Parenting* Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur

Kemandirian biasanya ditandai dengan kemampuan menentukan nasib sendiri, kreatif, dan inisiatif, mengatur tingkah laku, bertanggung jawab, mampu menahan diri, membuat keputusan-keputusan sendiri, serta mampu mengatasi masalah tanpa ada pengaruh dari orang lain. Anak akan mandiri bila dimulai dari keluarganya dan hal inilah yang menyebabkan tingkat kemandirian seseorang berbeda-beda antara yang satu dengan yang lain, karena faktor yang mempengaruhi kemandirian tersebut.

Dalam konsep *mindful parenting* bahwa semua komponen memegang peranan yang sama dalam pembentukan watak, karakter, dan sifat anak yang menentukan masa depan anak itu di kemudian hari. Atas dasar itu pendidikan keluarga yang dikembangkan dengan membawa anak-anak juga belajar berinteraksi dengan tetangga maupun lingkungan sekitarnya.

Pendidikan keluarga *mindful parenting* sangat mengedepankan hubungan antar unsur yang lebih lengkap dalam keluarga karena akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak-anak.³⁶ Tugas orang tua bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik semata, namun juga harus memberi yang terbaik untuk

³⁶ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 13

kebutuhan materi anak, memenuhi kebutuhan psikologis anak hingga menyediakan kesempatan untuk menempuh pendidikan yang layak untuk perkembangannya.

Pengasuhan mencakup semua perilaku orang tua yang diamati oleh anak-anak, baik yang berkaitan langsung dengan mereka maupun tidak. Kehidupan anak diharapkan dapat ditingkatkan dengan pola asuh dan perilaku yang baik, khususnya dalam bidang agama, diri, bangsa, dan negara. Ini juga dapat dilihat sebagai tugas untuk mendorong anak-anak mengembangkan kemandirian fisik dan psikologis mereka sebagai orang dewasa.

Dalam penerapan pola asuh *mindful parenting* tentunya juga tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhinya, termasuk bagi orang tua di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan. Diantara sejumlah faktor-faktor praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak yaitu sebagai berikut:

- 1) Faktor ekonomi

Ekonomi menjadi salah satu faktor utama dalam praktik *mindful parenting* di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan. Ekonomi keluarga yang baik tentunya akan berpengaruh kepada pola asuh anak. Orang tua akan lebih mudah untuk memenuhi kebutuhan dasar terutama kebutuhan untuk pendidikan dan kemandirian anak, begitu juga kebutuhan asupan makanan yang baik bagi anak. Anak akan lebih sehat dan dapat terpenuhi kebutuhannya sehingga akan merespon perkembangan kemandirian anak.

Namun sebaliknya, ekonomi keluarga yang kurang baik akan memberikan dampak bagi perkembangan anak itu sendiri, seperti tidak terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan mendasar anak, sehingga anak menjadi minder dan sulit bergaul.

Khususnya di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan, sebagian besar masyarakat memiliki mata pencaharian petani, begitu juga dengan responden di dalam penelitian ini. Namun demikian, para responden masih mampu dan dapat memenuhi kebutuhan dasar bagi anak dalam belajar dan meningkatkan kemandiriannya. Orang tua selalu berusaha agar anak terpenuhi segala kebutuhannya sehingga mampu berkembang dengan baik.

“Ekonomi menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam pengasuhan anak, karena seluruh kebutuhan baik sandang, pangan dan kebutuhan pendidikan tentunya berhubungan dengan ekonomi. Namun orang tua pasti berusaha agar kebutuhan itu tercukupi”.³⁷

2) Faktor pekerjaan

Pekerjaan juga menjadi salah satu faktor yang ikut mempengaruhi pola asuh *mindful parenting* di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan. Orang tua yang memiliki pekerjaan berat tentunya akan mempengaruhi pendidikan anak melalui keluarga, terutama waktu untuk anak.

Orang tua yang bekerja sejak pagi hingga sore, akan memiliki waktu yang sedikit untuk anak dalam membimbing dan memberikan pendidikan di dalam keluarga, hal ini akan turut berpengaruh kepada perkembangan anak terutama kemandirian dan pemikirannya.

³⁷ Wawancara dengan L, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

Sementara itu responden dalam penelitian ini menjelaskan bahwa orang tua selalu berusaha memberikan waktu yang lebih kepada anak meskipun disibukkan dengan pekerjaan, terutama pekerjaan di bidang pertanian. Orang tua tidak membiarkan anak lepas dari pengawasan melainkan masih dapat dikontrol agar tidak terjerumus ke hal-hal yang negatif.

“Meskipun kita sibuk dengan pekerjaan seperti di kebun atau di sawah, kita tetap mengontrol anak, baik saat sekolah, pulang sekolah maupun saat sedang bermain. Kita selalu menyempatkan diri melihat anak dalam sehari-hari”³⁸

3) Faktor lingkungan

Lingkungan yang baik maka akan melahirkan anak yang baik, begitu juga sebaliknya, apabila lingkungan tempat tinggal yang buruk maka juga akan berdampak buruk terhadap perkembangan anak. Lingkungan menjadi tempat tinggal dan berkembangnya anak, di usia produktif anak-anak akan bersosial dengan lingkungan sehingga akan mempengaruhi karakter anak itu sendiri.

Sementara itu di lokasi penelitian, responden menjelaskan bahwa lingkungan tempat tinggal dan lingkungan tempat anak tumbuh dan berkembang adalah lingkungan yang baik. Masyarakat dan lingkungan sekitar saling menjaga satu sama lain sehingga anak-anak tetap dalam kegiatan-kegiatan yang positif.

“Semua masyarakat dan lingkungan di sini saling mendukung satu sama lain, saling menjaga anak-anak baik saat bermain, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan positif dengan dukungan lingkungan yang baik”.³⁹

Ketiga faktor ini juga berjalan secara positif sehingga praktik *mindful parenting* di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan

³⁸ Wawancara dengan N, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

³⁹ Wawancara dengan I, salah satu orang tua anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai...

berjalan dengan baik dan mampu memberikan dampak positif terhadap kemandirian anak.

B. Pembahasan

Konsep *mindful parenting* mengutamakan perubahan pribadi antara orang tua dan anak-anak mereka. *Mindful parenting* mendorong orang tua untuk menyadari kebutuhan anak mereka dan mengakomodasi mereka melalui praktik *mindfulness* untuk membangun hubungan orangtua-anak yang memuaskan. Hal ini sangat diperlukan karena dapat membantu orang tua meningkatkan keterampilan pengasuhan untuk mengasuh dan mendidik anak selama perubahan perasaan, pikiran dan masa remaja. Orang tua yang menggunakan metode pengasuhan sadar lebih tenang terhadap perilaku negatif anaknya.⁴⁰

Praktik pengasuhan yang penuh perhatian adalah kegiatan kreatif berkelanjutan yang dapat berkembang. Ketika orang tua menumbuhkan kesadaran diri dan pengetahuan tentang kesehatan fisik, emosional, dan mental anak-anak mereka, mereka mempraktikkan pengasuhan yang penuh perhatian. Salah satu teknik pengasuhan terbaik yang dianjurkan untuk menciptakan ikatan yang aman antara ibu dan anak adalah pengasuhan penuh perhatian, yang dicirikan seperti itu.

Baiknya komunikasi antara anak dan orang tua, maka orang tua akan lebih mudah dalam memberikan ransangan kemandirian anak, melalui nasihat, arahan dan sikap positif sehingga anak merasa nyaman dan terbiasa dengan kondisi tersebut.

⁴⁰ Pathah Pajar Mubarak, Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan Mindful Parenting Orangtua Remaja, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, olume 3, Nomor 1, 2016: 35-50.

Dari hasil penelitian dapat dipahami bahwa seluruh sampel dalam penelitian ini menerapkan pola asuh sesuai dengan dimensi *mindful parenting* yaitu mendengarkan penuh perhatian dan berbicara dengan empati, pemahaman dan penerimaan untuk tidak menghakimi, pengaturan emosi atau kecerdasan emosional, pola asuh bijaksana dan tidak berlebihan (pengendalian diri) dan welas asih.

Dimensi mendengarkan penuh perhatian dan berbicara dengan empati terlihat dari sikap responden yang berinteraksi dengan anak dan menanggapi serta memberikan perhatian. Menurut responden bahwa orang tua menjadi contoh bagi setiap anaknya, apabila orang tua memberikan perhatian dan berbicara dengan empati maka hal itu pula menjadi penutan bagi anak dalam kehidupannya sehari-hari.

Hal tersebut juga sebagaimana teori bahwa orang tua berinteraksi dengan anak dan menanggapi serta memberikan perhatian. Semua dimulai dari diri sendiri karena anak akan selalu mengikuti apa yang dilakukan oleh orang yang lebih dewasa darinya, dalam hal ini orangtua. Orangtua selalu menjadi *role model* bagi anaknya.⁴¹

Dimensi pemahaman dan penerimaan untuk tidak menghakimi juga terlihat dari sikap orang tua atau responden yang mengedepankan transformasi personal dengan anaknya melalui *experience* (pengalaman), *awareness* (kesadaran), dan *acceptance* (penerimaan). Responden memberikan perhatian lebih kepada anak tanpa mengekang dalam kehidupannya sehari-hari. Anak

⁴¹ Zainul Arifin, Hubungan antara Mindful Parenting dan Bimbingan Orang Tua Terhadap Perilaku Moral Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring, *Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022, hlm. 308*

diberikan pendidikan, kasih sayang serta haknya dengan tetap memberikan kontrol sehingga anak dapat mandiri dengan hal-hal yang positif.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa orang tua harus bisa menerima kenyataan bahwa anak-anak mereka memilikinya. Anak-anak sekarang berbeda dengan anak-anak ketika orang tuanya masih anak-anak karena perkembangan zaman. Anak-anak akan terpengaruh secara negatif oleh kebiasaan orang tua yang secara tidak sadar menghakimi mereka.⁴²

Kemudian dimensi pengaturan emosi atau kecerdasan emosional juga terlihat dari orang tua dalam penelitian ini yang tidak memberikan hukuman langsung (*punishment*) kepada anak atas segala sesuatu tindakan yang kurang baik, melainkan mengedepankan sentuhan kasih sayang langsung sehingga anak mampu memahami konsekuensi perilakunya.

Sebab sebagaimana teori yang dijelaskan sebelumnya bahwa mengasuh bukanlah hal yang mudah, orangtua harus bisa membuat anak mudah diatur tetapi juga tidak merasa tertekan. Mengajarkan sesuatu tidak melulu harus dengan pemaksaan, tetapi bisa dengan menggunakan metode hukuman–penghargaan. Anak akan mendapat penghargaan apabila melakukan sesuatu yang sesuai, sehingga anak akan merasa memiliki motivasi yang membuat dia ingin terus berbuat sesuatu yang sesuai.⁴³

Dimensi pola asuh bijaksana dan tidak berlebihan (pengendalian diri) dipraktikkan oleh responden dengan memeberikan keamanan dan menghindari

⁴² Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 4.

⁴³ Zainul Arifin, Hubungan antara Mindful Parenting dan Bimbingan Orang Tua Terhadap Perilaku Moral Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring, *Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022*, hlm. 309.

lingkungan yang dapat berpengaruh kepada hal-hal yang negatif. Orang tua mengedepankan komunikasi dan memahami kondisi anak sehingga kemudian diberikan pemahaman kepada anak agar mereka memahami setiap segala sesuatu.

Hal itu sebagaimana teori yang dikemukakan oleh Melly Kiong bahwa dalam melaksanakan *mindful parenting*, orangtua tidak menunjukkan sikap yang negatif, pemarah, mengomel, mengamuk atau kasar terhadap anaknya. Orangtua tahu bagaimana dan kapan harus bertindak. Pengaturan pengendalian diri, pada dasarnya adalah suatu proses dimana orangtua tidak menunjukkan respon berlebihan pada perilaku yang ditunjukkan oleh anaknya.⁴⁴

Sementara itu dalam dimensi welas asih orang tua tidak memberikan sesuatu yang berlebihan kepada selain kebutuhan dalam kehidupan serta pendidikannya. Meskipun diberikan, hal itu hanya sebagai bentuk motivasi bagi anak agar lebih meningkatkan prestasi belajarnya. Orang tua juga berusaha mengajarkan anak agar bersikap baik kepada semua orang, seperti berani meminta maaf dan saling menyayangi antar sesama.

Hal tersebut juga sesuai dengan teori Melly Kiong bahwa orang tua yang menerapkan sikap welas asih saat mengasuh anak, akan lebih mungkin untuk mengambil sikap lebih lemah lembut dan pemaaf. Penerapan welas asih dalam keluarga akan melahirkan anak-anak yang peduli pada lingkungan, sesama dan segala sesuatu yang ada di lingkungan sekitarnya.⁴⁵

Responden dalam penelitian ini berusaha memberikan pola asuh yang terbaik bagi anaknya, hal itu dilakukan agar perkembangan anak dalam berjalan

⁴⁴ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 7.

⁴⁵ Kiong, Melly. *Mindful Parenting*. (Jakarta: Kemendikbud, 2015), hlm. 8.

dengan baik sesuai dengan umur anak itu sendiri. Para responden dalam pengasuhan anak lebih mengedepankan pola komunikasi yang baik antara orang tua dan anak dan menghindari setiap kekerasan, baik fisik maupun kekerasan melalui suara.

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa pola asuh *mindful parenting* sangat tepat dalam meningkatkan kemandirian anak, sebab orang tua mengedapankan komunikasi dengan anak. Anak lebih cenderung mengikuti sikap dan arahan dari orang tua sehingga akan mempengaruhi watak dan perkembangan anak itu sendiri.

Sementara itu faktor-faktor yang mempengaruhi praktik *mindful parenting* di Gampong Alai menurut responden meliputi tiga faktor, yaitu ekonomi, pekerjaan dan lingkungan. Faktor ekonomi merupakan salah satu hal penting dalam keberlangsungan pendidikan bagi anak. Orang tua lebih mudah untuk memenuhi setiap kebutuhan penting anak terutama dalam meningkatkan kemandirian serta prestasi belajar. Pada faktor ini, seluruh responden dalam penelitian memiliki ekonomi yang cukup khususnya dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga, sehingga responden mampu memberikan dan mencukupi kebutuhan pendidikan anak agar anak tumbuh dan berkembang dengan baik.

Kemudian faktor pekerjaan yaitu kegiatan atau profesi orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Pekerjaan dengan waktu penuh akan mempengaruhi waktu dengan anak sehingga secara tidak langsung akan sulit untuk mengawasi dan memantau perkembangan anak sehari-hari. Dalam penelitian yang dilakukan, sebagian besar responden memiliki pekerjaan atau profesi sebagai petani, artinya

responden dapat membagi waktu dengan anak serta dapat memantau perkembangan anak sehari-hari.

Faktor lingkungan juga menjadi faktor penting yang turut mempengaruhi praktik *mindful parenting* di Gampong Alai. Sebab lingkungan merupakan tempat tumbuh dan berkembangnya anak sehingga karakter anak akan ikut terpengaruhi oleh lingkungannya sehari-hari. Hal ini juga sesuai dengan teori bahwa lingkungan keluarga anak memainkan peran penting dalam mengembangkan nilai-nilai, terutama konsep kemandirian. Tanggung jawab orang tua dan pengasuhan yang mereka berikan kepada anak-anak mereka tidak dapat dipisahkan dari penanaman cita-cita kemandirian.⁴⁶

Dalam hal ini, responden dalam penelitian sangat menyeleksi dan memilih secara ketat lingkungan khususnya tempat bermain anak, orang tua tidak menginginkan lingkungan yang tidak aman dan dapat mempengaruhi ke hal-hal yang negatif. Dengan lingkungan yang aman dan teman bergaul anak yang juga baik, akan berdampak kepada anak sehingga anak ikut mandiri serta orang tua ikut merasa nyaman.

⁴⁶ Mahmud dan Heri Gunawan dan Yuyun Yulianingsih, *Pendidikan Agama Islam dalam Keluarga* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), hlm. 150.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan kajian yang dilakukan sebagaimana di dalam bab-bab sebelumnya, maka hasil penelitian dalam skripsi ini dapat disimpulkan yaitu sebagai berikut:

1. Praktik *mindful parenting* dalam meningkatkan kemandirian anak usia 5-6 tahun di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur yaitu orang tua selalu berusaha memberikan perhatian yang lebih bagi anaknya, hal itu dilakukan agar perkembangan anak dalam berjalan dengan baik sesuai dengan umur anak itu sendiri. Para responden dalam pengasuhan anak lebih mengedepankan pola komunikasi yang baik antara orang tua dan anak dan menghindari setiap kekerasan, baik fisik maupun kekerasan melalui suara. Baiknya komunikasi antara anak dan orang tua, maka orang tua akan lebih mudah dalam memberikan ransangan kemandirian anak, melalui nasihat, arahan dan sikap positif sehingga anak merasa nyaman dan terbiasa dengan kondisi tersebut. Orang tua memberikan contoh dalam bersikap, berbicara dan dalam melakukan sesuatu. Dengan ini anak mengikuti sikap tersebut sehingga mampu mandiri, baik di rumah, lingkungan maupun di tempat belajar.
2. Praktik *mindful parenting* di Gampong Alai Kecamatan Kluet Timur, Kabupaten Aceh Selatan dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu faktor

ekonomi, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan. Ketiga faktor tersebut saling berhubungan dan saling mendukung satu sama lain dalam merangsang pendidikan dan kemandirian anak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis memiliki beberapa saran kepada beberapa pihak terkait judul penelitian ini, adapun saran-saran tersebut yaitu:

1. Diharapkan kepada masyarakat terutama orang tua agar dapat menerapkan pola asuh yang baik bagi anak, sehingga tumbuh kembang dan kemandirian anak dapat meningkat dengan baik.
2. Diharapkan kepada lembaga pendidikan dan instansi terkait untuk dapat meningkatkan sosialisasi pola asuh anak di masyarakat, agar anak sebagai generasi bangsa dapat tumbuh dan berkembang secara mandiri dengan baik.
3. Diharapkan kepada akademisi untuk mendalami penelitian terkait pola asuh orang tua dalam meningkatkan kemandirian anak, sehingga melahirkan rekomendasi pola asuh yang baik sesuai perkembangan usia anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Dariyo. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung: Refika Aditama.
- Ahmad Susanto. 2011. *Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada.
- Bogels, S. M., Lehtonen, A., dan Restifo, K. 2010. Mindful Parenting in Mental Health Care. *Journal of Mindfulness*, 1: 107-120.
- Bogels, S. M., Lehtonen, A., dan Restifo, K. Mindful Parenting in Mental Health Care. *Journal of Mindfulness*, 2010.
- Burhan Bugin, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*, Cetakan VII, Jakarta: Kencana.
- Dahlan, T. H. 2016. Mindful Parenting Program in Improving Parenting Skills of Orphanage Caregivers at Rumbela Muthmainnah-Bandung. *International Journal of Early Childhood Education Care*.
- Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT. Remaja Rosda Karya..
- F.J. Monks, Knoers, Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: Gadjah Mada University.
- Fivi Imami, Pengaruh Program Parenting Terhadap Kemandirian Anak di PAUD Bhakti *Pediatrica* Payakumbuh, IAIN Batu Sangkar, 2021.
- Frisca Maulina. 2014. *Tingkat Kemandirian Anak Usia Dini Ditinjau Dari Status Kerja Ibu di Kecamatan Reban Kabupaten Batang*, Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Hidayati, 2010. *Anak Saya Tidak Nakal*. Yogyakarta: PT Bintang Pustaka.
- J.B. Brooks. 1999. *The Process of Parentin*, Mountein View: Mayfield.
- Jhonson dan Leny, R. 2010. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kiong, Melly. 2015. *Mindful Parenting*. Jakarta: Kemendikbud.
- La Hewi, Kemandirian Anak Usia Dini Disuko Bajo, *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Vol 9 Edisi 1, April 2015.

- Mahmud dan Heri Gunawan dan Yuyun Yulianingsih, 2013. *Pendidikan Agama Islam dalam Keluarga*. Jakarta: Akademia Permata.
- Mardalis, 2006. *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Akasara.
- Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan, 2012. *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan, 2012. *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Martinis Yamin dan Jamilah Sabri Sanan. 2012. *Panduan PAUD Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Muallifah. 2009. *Psycho Islamic Smart Parenting*. Yogyakarta. DIVA Press.
- Muhammad Fikri At-Tamimy. *Konsep Parenting Dalam Perspektif Surah Luqman dan Implementasinya Studi Kasus Pada Pengasuh Pondok Pesantren Ath-harul Arifin, Banjarmasin*. Skripsi: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016.
- Naili Sa'ida, *Kemandirian Anak Kelompok A Taman Kanak-Kanak Mandiri Desa Sumber Asri Kecamatan Nglekok Kabupaten Blitar, Jurnal Pedagogi Vol 2 No 3*, 2016.
- Permendikbud No. 146 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 PAUD.
- Rosady Ruslan, 2010 *Metode Penelitian Public Relations dan Komunikasi*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Shochib, Moh. 2001. *Pola Asuh Orang Tua dalam Membantu Mengembangkan Disiplin Diri*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Slamet Suyanto. 2005. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.
- Sugiyono, 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Surbakti, T. A. V. 2012. *Pengaruh Karakteristik Perusahaan dan Reformasi Perpajakan Terhadap Penghindaran Pajak*. Artikel Publikasi.
- Syamsu Yusuf L.N dan Nani M.Sughandi. 2013. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ulil Amri Syafri. 2012. *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Quran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Yulaikah, *Meningkatkan Kemampuan Sosial Dalam Kemandirian Melalui Metode Proyek Pada Anak Kelompok B TK Dharma Wanita Kromasan Kecamatan Ngunut Kabupaten Tulungagung*, FKIP, PGPAUD.

Yunizar Firda Alfianti, *Hubungan Mindful Parenting Dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di Sekolah Luar Biasa (SLB-C) TPA Kabupaten Jember (Skripsi)*. Fakultas Keperawatan Universitas Jember, 2018.

Yuyun Nurfalah, 2010. *Panduan Praktis Melatih Kemandirian Anak Usia Dini*. Bandung: PNFI Jayagiri.



TRANSKIP WAWANCARA

Nama Responden : L
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Nama Anak : AFA
 Usia Anak : 6 Tahun

Tanggal	Hasil Wawancara	Kode	Tema
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon dan menyikapi anak yang sedang berbicara kepada orang tuanya?</p> <p>Responden: Kami memperhatikan dan <i>mendengarkan secara baik agar tutur bahasanya tidak kasar</i></p>	Mendengarkan secara baik agar tutur bahasanya tidak kasar	Perhatian dan respon bicara
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon pembicaraan anak yang tidak atau kurang sesuai dengan perkembangan anak di usianya?</p> <p>Responden: Orang tua terlebih dahulu melihat dan <i>memperhatikan terlebih dahulu tata cara berbicara</i> anak agar terarah sehingga kemudian diberikan nasehat</p>	Memperhatikan terlebih dahulu tata cara berbicara	Perhatian dan respon bicara
6 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan hukuman terhadap anak yang tidak mengikuti perintah orang tua? Bila ada seperti apa?</p> <p>Responden: <i>Tidak, tepatnya</i></p>	Tidak, tepatnya memberikan nasehat	Menerima dan tidak menghakimi

	<p><i>memberikan nasehat</i> saja dan memberikan penjelasan harus selalu petuh kepada orang tua</p>		
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memberikan pandangan kepada anak terhadap perbuatan dan sikap atau perilakunya, sehingga anak dapat berfikir baik dan buruk atas setiap tindakannya?</p> <p>Responden: Sikap dan perilaku anak adalah tanggung jawab orang tua agar pendidikan anak sukses, <i>orang tua memberikan penjelasan dalam kehidupan sehingga anak mampu berfikir atas setiap tindakannya</i></p>	<p>Orang tua memberikan penjelasan dalam kehidupan sehingga anak mampu berfikir atas setiap tindakannya</p>	<p>Menerima dan tidak menghakimi</p>
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu mengontrol emosi terhadap sikap dan perbuatan anak yang tidak baik?</p> <p>Responden: <i>Memberikan pendidikan kepada anak, harus lebih bersabar dan tidak boleh memukul anak, kita harus mampu mengontrol sikap</i></p>	<p>Memberikan pendidikan kepada anak, harus lebih bersabar</p>	<p>Emosi dan sikap</p>
6 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan penghargaan terhadap anak bila mengikuti perintah atau mendapatkan prestasi?</p> <p>Responden: <i>Ya, misalnya memberikan</i></p>	<p>Ya, misalnya memberikan hadiah</p>	<p>Menerima dan tidak menghakimi</p>

	<i>hadiah</i> , memberikan puji-pujian agar si anak lebih bersemangat, senang dan bahagia		
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu memberikan contoh perbuatan yang baik kepada anak?</p> <p>Responden: <i>Orang tua harus berbuat baik dalam lingkungan anak sehari-hari</i>, misalnya selalu mengajarkan shalat, bersedekah serta sosial dengan sesama</p>	Orang tua harus berbuat baik dalam lingkungan anak sehari-hari	Emosi dan sikap
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon perbuatan yang baik tersebut sehingga tidak menjadi hal yang berlebihan?</p> <p>Responden: Memang <i>harus diperhatikan agar si anak tidak melakukan hal-hal yang sama</i></p>	Harus diperhatikan agar si anak tidak melakukan hal-hal yang sama	Emosi dan sikap
6 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memenuhi semua permintaan anak?</p> <p>Responden: <i>Orang tua harus mempertimbangkan terlebih dahulu apa yang diminta</i>, karena jika terlalu dituruti si anak akan terbiasa dan merajalela</p>	Orang tua harus mempertimbangkan terlebih dahulu apa yang diminta	Kasih sayang dan perlindungan
6 April 2023	<p>Peneliti: Seperti apa Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?</p>	Selalu menanyakan kepada anak saat hendak keluar rumah	Kasih sayang dan perlindungan

	<p>Responden: Selalu berkomunikasi dengan anak, <i>selalu menanyakan kepada anak saat hendak keluar rumah</i>, agar anak masih dapat dikontrol dan merasa aman</p>		
6 April 2023	<p>Peneliti: Apa saja faktor yang mempengaruhi pola asuh <i>mindful parenting</i> menurut Bapak/Ibu</p> <p>Responden: Ekonomi menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam pengasuhan anak, karena seluruh kebutuhan baik sandang, pangan dan kebutuhan pendidikan tentunya berhubungan dengan ekonomi. Namun orang tua pasti berusaha agar kebutuhan itu tercukupi</p>	Faktor ekonomi	Ekonomi



TRANSKIP WAWANCARA

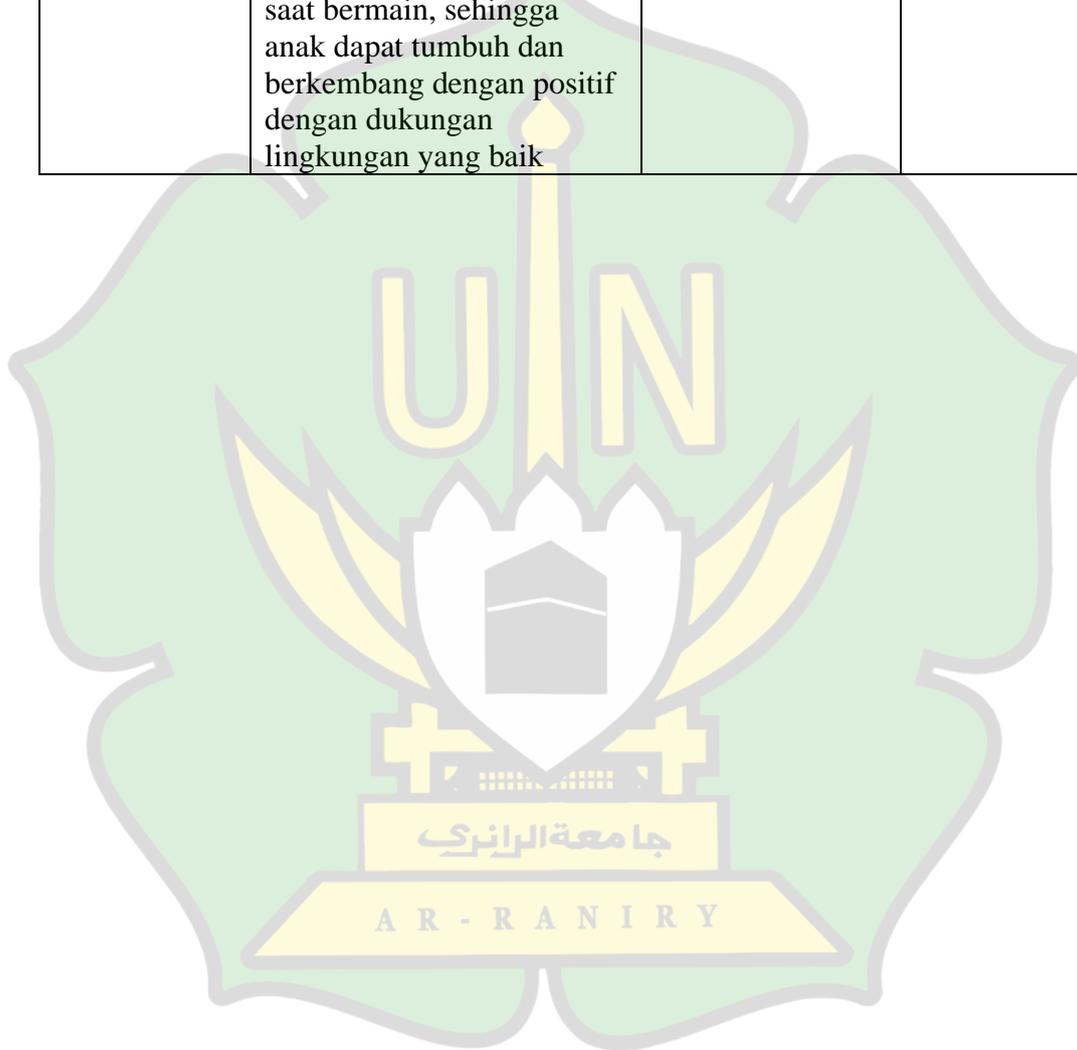
Nama Responden : I
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Nama Anak : AA
 Usia Anak : 5 Tahun

Tanggal	Hasil Wawancara	Kode	Tema
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon dan menyikapi anak yang sedang berbicara kepada orang tuanya?</p> <p>Responden: <i>Mendengarkan anak dan memberikan pelajaran kepada anak agar mereka mengerti setiap perkataan dan perbuatannya</i></p>	Mendengarkan anak dan memberikan pelajaran kepada anak	Perhatian dan respon bicara
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon pembicaraan anak yang tidak atau kurang sesuai dengan perkembangan anak di usianya?</p> <p>Responden: <i>Menjawab pertanyaan anak dan dikemudian dialihkan ke hal-hal lain yang dianggap lebih menarik dan sesuai dengan perkembangan usianya</i></p>	Menjawab pertanyaan anak dan dikemudian dialihkan ke hal-hal lain	Perhatian dan respon bicara
8 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan hukuman terhadap anak yang tidak mengikuti perintah orang tua? Bila ada seperti apa?</p> <p>Responden:</p>	Tidak, memberikan nasehat kepada anak	Menerima dan tidak menghakimi

	<i>Tidak, memberikan nasehat kepada anak atas kesalahan apa yang telah diperbuatnya</i>		
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memberikan pandangan kepada anak terhadap perbuatan dan sikap atau perilakunya, sehingga anak dapat berfikir baik dan buruk atas setiap tindakannya?</p> <p>Responden: <i>Mengarahkan dan mengingatkan anak kepada hal-hal yang baik dan positif</i></p>	Mengarahkan dan mengingatkan anak kepada hal-hal yang baik dan positif	Menerima dan tidak menghakimi
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu mengontrol emosi terhadap sikap dan perbuatan anak yang tidak baik?</p> <p>Responden: <i>Mengarahkan atau mencontohkan perbuatan baik kepada anak, misalnya seperti tidak berkata kasar kepada anak</i></p>	Mengarahkan atau mencontohkan perbuatan baik kepada anak	Emosi dan sikap
8 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan penghargaan terhadap anak bila mengikuti perintah atau mendapatkan prestasi?</p> <p>Responden: <i>Ya, sesekali tapi apabila berlebihan akan berdampak negatif kepada anak</i></p>	Ya	Menerima dan tidak menghakimi
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu memberikan contoh perbuatan yang baik kepada anak?</p>	Orang tua mencontohkan kepada anak seperti saling berbagi	Emosi dan sikap

	<p>Responden: <i>Orang tua mencontohkan kepada anak seperti saling berbagi dan mau meminta maaf ketika membuat suatu kesalahan</i></p>		
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon perbuatan yang baik tersebut sehingga tidak menjadi hal yang berlebihan?</p> <p>Responden: <i>Tidak menyanjung atau memuji anak terlalu berlebihan</i></p>	Tidak memuji terlalu berlebihan	Emosi dan sikap
8 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memenuhi semua permintaan anak?</p> <p>Responden: <i>Tidak semua anak itu dipenuhi semua permintaannya, tapi apabila permintaan anak bersifat positif maka orang tua bisa memenuhinya.</i></p>	Tidak semua anak itu dipenuhi semua permintaannya	Kasih sayang dan perlindungan
8 April 2023	<p>Peneliti: Seperti apa Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?</p> <p>Responden: <i>Memberikan perhatian yang lebih seperti merangkul anak dikala sedih dan memberikan kekuatan disaat merasa lemah</i></p>	Memberikan perhatian yang lebih	Kasih sayang dan perlindungan
8 April 2023	<p>Peneliti: Apa saja faktor yang mempengaruhi pola asuh <i>mindful parenting</i> menurut</p>	Lingkungan sangat mempengaruhi perkembangan	Lingkungan

	Bapak/Ibu	anak	
	Responden: Faktor lingkungan. Semua masyarakat dan lingkungan di sini saling mendukung satu sama lain, saling menjaga anak-anak baik saat bermain, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan positif dengan dukungan lingkungan yang baik		



TRANSKIP WAWANCARA

Nama Responden : N
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Nama Anak : DTZ
 Usia Anak : 6 Tahun

Tanggal	Hasil Wawancara	Kode	Tema
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon dan menyikapi anak yang sedang berbicara kepada orang tuanya?</p> <p>Responden: <i>Mendengarkan dan menanggapi pembicaraan yang disampaikan anak dengan hal-hal yang positif agar anak juga menanggapi dengan hal yang positif</i></p>	Mendengarkan dan menanggapi pembicaraan yang disampaikan anak dengan hal-hal yang positif	Perhatian dan respon bicara
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon pembicaraan anak yang tidak atau kurang sesuai dengan perkembangan anak di usianya?</p> <p>Responden: <i>Orang tua memberikan contoh bagaimana berbicara yang baik sehingga anak ikut mencontoh tata bicara yang baik serta dalam perbuatannya</i></p>	Orang tua memberikan contoh bagaimana berbicara yang baik	Perhatian dan respon bicara
10 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan hukuman terhadap anak yang tidak mengikuti perintah orang tua? Bila ada seperti apa?</p>	Tidak, hanya saja sedikit memberikan peringatan	Menerima dan tidak menghakimi

	<p>Responden: <i>Tidak, hanya saja sedikit memberikan peringatan kepada anak agar anak tidak mengulangi kesalahan yang sama</i></p>		
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memberikan pandangan kepada anak terhadap perbuatan dan sikap atau perilakunya, sehingga anak dapat berfikir baik dan buruk atas setiap tindakannya?</p> <p>Responden: <i>Orang tua memberikan contoh supaya anak bisa mencontoh bagaimana sikap yang baik dan orang tua juga bisa memilih lingkungan yang baik supaya anak tidak terpengaruh dengan lingkungan yang tidak baik untuk perkembangan anak</i></p>	<p>Orang tua memberikan contoh supaya anak bisa mencontoh bagaimana sikap yang baik</p>	<p>Menerima dan tidak menghakimi</p>
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu mengontrol emosi terhadap sikap dan perbuatan anak yang tidak baik?</p> <p>Responden: <i>Dengan cara berbicara lemah lembut supaya anak bisa menangkap hal-hal positif yang dibicarakan</i></p>	<p>Dengan cara berbicara lemah lembut</p>	<p>Emosi dan sikap</p>
10 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan penghargaan terhadap</p>	<p>Tegantung dengan prestasi yang didapatkan anak</p>	<p>Menerima dan tidak menghakimi</p>

	<p>anak bila mengikuti perintah atau mendapatkan prestasi?</p> <p>Responden: <i>Tegantung dengan prestasi yang didapatkan anak, jika prestasi yang diberikan itu untuk kemajuan ke depan mungkin akan diberikan apresiasi supaya anak akan lebih termotivasi</i></p>		
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu memberikan contoh perbuatan yang baik kepada anak?</p> <p>Responden: <i>Dengan menjaga sikap dan mengontrol emosi di depan anak, agar anak tidak mengikuti apa yang tidak baik untuk perkembangannya</i></p>	Dengan menjaga sikap dan mengontrol emosi di depan anak	Emosi dan sikap
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon perbuatan yang baik tersebut sehingga tidak menjadi hal yang berlebihan?</p> <p>Responden: <i>Menanggapinya biasa-biasa saja tidak perlu menyanjung supaya anak tidak membanggakan diri, tidak membuat anak merasa dia yang terbaik</i></p>	Tidak perlu menyanjung supaya anak tidak membanggakan diri	Emosi dan sikap
10 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memenuhi semua permintaan anak?</p>	Tidak semua permintaan anak harus dipenuhi	Kasih sayang dan perlindungan

	<p>Responden: <i>Tidak semua permintaan anak harus dipenuhi, hanya saja jika memang itu diperlukan baru diberikan supaya anak tidak beranggapan bahwa segala yang diinginkan harus dipenuhi</i></p>		
10 April 2023	<p>Peneliti: Seperti apa Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?</p> <p>Responden: <i>Dengan memberikan lingkungan yang baik, teman-teman yang baik dan situasi yang ramah serta baik</i></p>	Dengan memberikan lingkungan yang baik	Kasih sayang dan perlindungan
10 April 2023	<p>Peneliti: Apa saja faktor yang mempengaruhi pola asuh <i>mindful parenting</i> menurut Bapak/Ibu</p> <p>Responden: Faktor pekerjaan. Meskipun kita sibuk dengan pekerjaan seperti di kebun atau di sawah, kita tetap mengontrol anak, baik saat sekolah, pulang sekolah maupun saat sedang bermain. Kita selalu menyempatkan diri melihat anak dalam sehari-hari</p>	Pekerjaan sangat mempengaruhi kemandirian anak	Pekerjaan

TRANSKIP WAWANCARA

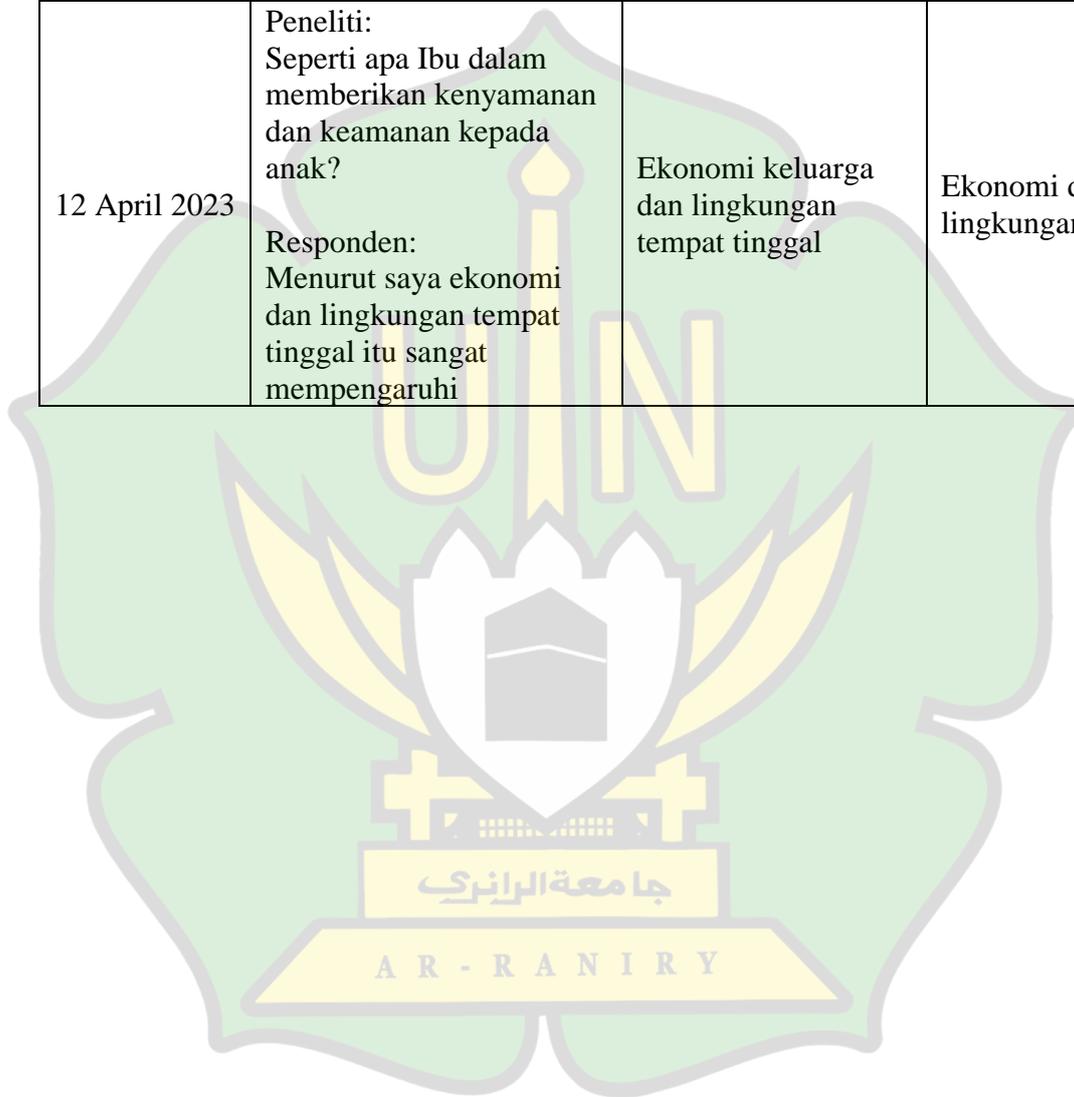
Nama Responden : NA
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Nama Anak : FS
 Usia Anak : 5 Tahun

Tanggal	Hasil Wawancara	Kode	Tema
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon dan menyikapi anak yang sedang berbicara kepada orang tuanya?</p> <p>Responden: <i>Mendengarkan pembicaraan yang disampaikan oleh anak serta memberikan semangat kepada anak agar melakukan hal-hal yang positif</i></p>	Mendengarkan pembicaraan yang disampaikan oleh anak serta memberikan semangat kepada anak	Perhatian dan respon bicara
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon pembicaraan anak yang tidak atau kurang sesuai dengan perkembangan anak di usianya?</p> <p>Responden: <i>Memperhatikan cara bicara anak, menjelaskan dan meluruskan pembicaraan yang kurang sesuai</i></p>	Memperhatikan cara bicara anak	Perhatian dan respon bicara
12 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan hukuman terhadap anak yang tidak mengikuti perintah orang tua? Bila ada seperti apa?</p>	Tidak, memberikan nasehat	Menerima dan tidak menghakimi

	<p>Responden: <i>Tidak, memberikan nasehat atau memperingati agar tidak mengulangi kesalahan lagi</i></p>		
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memberikan pandangan kepada anak terhadap perbuatan dan sikap atau perilakunya, sehingga anak dapat berfikir baik dan buruk atas setiap tindakannya?</p> <p>Responden: <i>Memberikan contoh perbuatan yang baik agar anak mencontohkan perbuatan yang baik tersebut</i></p>	Memberikan contoh perbuatan yang baik	Menerima dan tidak menghakimi
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu mengontrol emosi terhadap sikap dan perbuatan anak yang tidak baik?</p> <p>Responden: <i>Dengan cara memperhatikan nada bicara kepada anak serta tidak membentakinya</i></p>	Dengan cara memperhatikan nada bicara kepada anak	Emosi dan sikap
12 April 2023	<p>Peneliti: Apakah Ibu memberikan penghargaan terhadap anak bila mengikuti perintah atau mendapatkan prestasi?</p> <p>Responden: <i>Ya, memberikan hadiah seperti buku, buku cerita, buku bergambar dan memberikan pujian</i></p>	Ya, memberikan hadiah seperti buku, buku cerita, buku bergambar	Menerima dan tidak menghakimi

	kepada anak yang tidak berlebihan		
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu memberikan contoh perbuatan yang baik kepada anak?</p> <p>Responden: <i>Memberikan contoh perilaku yang baik dari orang tua itu sendiri, misalnya seperti cara berbicara, cara bergaul serta cara berbahasa yang baik</i></p>	Memberikan contoh perilaku yang baik dari orang tua itu sendiri	Emosi dan sikap
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana Ibu merespon perbuatan yang baik tersebut sehingga tidak menjadi hal yang berlebihan?</p> <p>Responden: <i>Dengan cara menanggapi, dan memujinya tidak berlebihan</i></p>	Menanggapinya dan memujinya tidak berlebihan	Emosi dan sikap
12 April 2023	<p>Peneliti: Bagaimana cara Ibu memenuhi semua permintaan anak?</p> <p>Responden: <i>Tidak semua permintaan anak dipenuhi, orang tua harus mempertimbangkan terlebih dahulu apa yang diminta oleh anak</i></p>	Tidak semua permintaan anak dipenuhi	Kasih sayang dan perlindungan
12 April 2023	<p>Peneliti: Seperti apa Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?</p> <p>Responden:</p>	Dengan memberikan situasi lingkungan yang aman dan baik bagi anak	Kasih sayang dan perlindungan

	<i>Dengan memberikan situasi lingkungan yang aman dan baik bagi anak, terutama situasi di dalam rumah dan lingkungan sekitar tempat anak bermain</i>		
12 April 2023	<p>Peneliti: Seperti apa Ibu dalam memberikan kenyamanan dan keamanan kepada anak?</p> <p>Responden: Menurut saya ekonomi dan lingkungan tempat tinggal itu sangat mempengaruhi</p>	Ekonomi keluarga dan lingkungan tempat tinggal	Ekonomi dan lingkungan



DOKUMENTASI FOTO PENELITIAN



