

## KELEKATAN PADA ANAK

Oleh : Sri Maslihah

*Anak yang satu tetap nempel pada bundanya padahal sudah saatnya masuk ke kelas, ada juga anak lain menangis begitu melihat ibunya harus keluar dari kelasnya... sementara itu di kelas lain ada juga anak yang tetap memegang tangan sang ibu yang duduk di kursi sebelah...*

*Pemandangan seperti ini kerap mewarnai hari-hari awal tahun ajaran baru saat siswa baru mulai mengikuti kelompok bermain maupun taman kanak-kanak. Namun tidak jarang hal ini bisa berlangsung pada pekan-pekan selanjutnya bahkan ada yang berbulan-bulan...*

### Fenomena apa yang terjadi?

Anak sulit berpisah dari ibu atau pengasuh pada dasarnya menunjukkan adanya situasi tidak nyaman yang dirasakan anak pada saat dirinya harus berpisah dengan tokoh/figur tertentu seperti ibu atau pengasuh. Biasanya hal ini terjadi pada saat anak memasuki lingkungan baru yang menuntut dirinya untuk menyesuaikan diri. Yang terjadi pada beberapa anak situasi seperti ini menimbulkan rasa tidak aman, merasa terancam yang tidak mampu anak atasi. Dalam psikologi, fenomena ini berkaitan dengan masalah kelekatan (*attachment*) yang bersumber dari kualitas interaksi anak dengan pengasuh (ibu) pada tahun pertama kehidupan seorang anak.

### Apakah kelekatan itu?

Istilah Kelekatan (*attachment*) untuk pertamakalinya dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris pada tahun 1958 bernama John Bowlby. Kemudian formulasi yang lebih lengkap dikemukakan oleh Mary Ainsworth pada tahun 1969 (Mc Cartney dan Dearing, 2002). Kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orang tua (Mc Cartney dan Dearing, 2002).

Menurut Erickson (1968) tahun pertama kehidupan adalah kerangka waktu kunci bagi perkembangan kelekatan. Erickson menyebutkan bahwa tahun pertama kehidupan merupakan tahap munculnya kepercayaan dan ketidakpercayaan. Suatu rasa percaya memerlukan perasaan anak adanya kenyamanan fisik dan adanya minimalisasi dari rasa khawatir dan pemahaman anak masa depan. Kepercayaan pada masa bayi merupakan tahap bagi terbentuknya harapan seumur hidup bahwa dunia akan menjadi tempat yang baik dan menyenangkan bagi dirinya. Menurut Erickson, orang tua yang tanggap akan hal ini mereka anak sangat peka dalam memberikan rasa percaya pada bayi.

Sementara itu Bowlby (dalam Santrock, 1995) menekankan pentingnya kelekatan pada tahun pertama kehidupan dan tanggapnya mereka yang mengasuh bayi akan hal ini. Bowlby yakin bahwa bayi dan ibunya secara naluriah membentuk suatu keterikatan. Ia mengemukakan bahwa bayi yang baru lahir secara biologis diberi kelengkapan untuk memperoleh perilaku keterikatan ibu. Bayi menangis, menempel, merengek dan tersenyum. Lihatlah bagaimana perilaku-perilaku bayi yang bila kita amati bahwa perilaku mereka sebagian besar tertuju pada ibunya dan mempertahankan agar dirinya selalu dekat dengan ibunya. Penelitian tentang kelekatan menunjukkan bahwa kelekatan bayi dengan pengasuhnya meningkat pada usia sekitar 6-7 bulan (Sroufe, 1985). Muncul pertanyaan, bagaimana bila sebagian besar waktu bayi justru tidak diasuh oleh sang ibu?

### Urgensi kelekatan bagi anak

Kelekatan tidak berhubungan dengan kebutuhan makan, melainkan kebutuhan untuk mendapatkan perlindungan dari ibu. Unsur penting dalam pembentukan kelekatan adalah peluang untuk mengembangkan hubungan yang timbal balik antara pengasuh dan anak. Interaksi anak dengan pengasuh membutuhkan waktu dan pengulangan, dalam hal ini fungsi orang tua adalah memulai interaksi, bukan sekedar memberi respon terhadap kebutuhan anak (Newman dan Newman dalam Hadiyanti,1992).

Interaksi yang intens antara ibu dan anak biasanya dimulai saat proses pemberian ASI (air susu ibu). Melalui proses pemberian ASI diharapkan akan berkembang kelekatan dan tingkah laku lekat karena dalam proses ini terjadi kontak fisik yang disertai upaya untuk membangun hubungan psikologis antara ibu dan anak.

Sementara itu menurut Megawangi (2006) ikatan ibu dan anak harus dibentuk sejak anak masih dalam kandungan sebab selama berlangsung masa kehamilan 9 bulan terjadi proses penyatuan sempurna antara ibu dan anak (*uroboric state*). *Fase uroboric* ini merupakan masa penting dalam membentuk kelekatan antara ibu-anak. Menurutnya peran orangtua memberikan perlindungan dan dekapan saat manusia dilahirkan dalam keadaan tidak berdaya. Jika dalam masa ini anak kekurangan cinta dan kasih sayang akan berakibat negatif pada perkembangan psikologis anak.

Hasil studi literatur yang dilakukan oleh Judith Schickedanz (1995) telah membuktikan sejarah kelekatan psikologis saat usia bayi (*attachment history*), memberikan pengaruh positif terhadap perilaku anak pada usia selanjutnya. Anak-anak tersebut biasanya memiliki sifat dan perilaku positif dan tidak agresif seperti mudah bergaul, mudah diatur, mempunyai motivasi belajar tinggi, antusias dengan aktivitas di sekolah dibandingkan dengan anak-anak yang ketika bayi kurang lekat hubungan dengan ibunya. Schickedanz menjelaskan bahwa anak yang lekat dengan sang ibu juga akan dekat dengan ayah dan anggota keluarga lainnya.

Sebagaimana disebutkan Erickson di atas bahwa usia bayi (tahun pertama) adalah masa pembentukan rasa kepercayaan dan tidak kepercayaan anak, maka kualitas pengasuhan merupakan hal utama yang perlu diberikan dalam interaksi antara bayi dan pengasuhnya. Apabila kualitas pengasuhan baik dengan memberikan kasih sayang, perhatian, dan stimulasi, maka rasa percaya anak terhadap diri sendiri dan orang terdekat (orangtua) akan terbentuk. Hal ini akan berdampak baik bagi interaksi anak dengan orang lain dimana anak juga bisa mempercayai orang lain. Sebaliknya bila bayi tidak mendapat pengasuhan yang mampu memberinya rasa kepercayaan, hal ini cenderung akan mengembangkan anak menjadi pribadi yang skeptis, yang biasanya ditandai dengan rasa tidak percaya diri yang akhirnya anak menjadi sulit percaya kepada orang lain.

### **Figur kelekatan**

Ada dua macam figur kelekatan anak, yaitu figur kelekatan utama dan figur kelekatan pengganti. Figur lekat adalah individu-individu yang dapat memenuhi kebutuhan bayi baik itu kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikologisnya berupa terpenuhinya rasa aman dan nyaman serta kepastian. Menurut Bowlby (dalam Durkin 1995) individu yang selalu siap memberikan respon ketika anak menangis tetapi tidak memberikan perawatan fisik cenderung dipilih sebagai figur kelekatan pengganti. Adapun individu yang kadang-kadang memberikan perawatan fisik namun tidak responsive tidak akan dipilih sebagai figur kelekatan

Adapun kondisi yang dapat menimbulkan kelekatan pada anak, antara lain:

#### **a. Pengasuh Anak**

Termasuk pada siapa dan bagaimana pengasuhan dilakukan. Orang yang paling banyak mengasuh anak adalah orang yang paling sering berhubungan dengan anak dengan maksud mendidik dan membesarkan anak. Hal ini menyangkut kualitas

hubungan antara pengasuh dan anak, disamping itu pengasuh anak harus tetap dan berhubungan dengan anak secara berkesinambungan (Pikunas dalam Ervika,2005).

### **b. Komposisi Keluarga**

Anak mempunyai kemungkinan untuk memilih salah satu dari orang-orang yang ada dalam keluarga sebagai figur kelekatan. Figur kelekatan yang dipilih anak biasanya adalah orang dewasa yang memenuhi persyaratan pada butir a di atas. Ibu biasanya menduduki peringkat pertama figur kelekatan utama anak.

Hal ini dapat dipahami karena ibu biasanya lebih banyak berinteraksi dengan anak dan berfungsi sebagai orang yang memenuhi kebutuhannya serta memberikan rasa nyaman, namun dalam hal ini kuantitas waktu bukanlah faktor utama terjadinya kelekatan. Kualitas hubungan menjadi hal yang lebih dipentingkan. Kualitas hubungan ibu dan anak jauh lebih penting daripada lamanya mereka berinteraksi karena dengan mengetahui lamanya anak berinteraksi belum tentu diketahui tentang apa yang dilakukan selama interaksi. Hal ini dibuktikan oleh Schaffer dan Emerson (dalam Hetherington dan Parke,1999; Durkin, 1995) yang menemukan bahwa bayi memilih ayah dan orang dewasa lainnya sebagai figur kelekatan, padahal bayi menghabiskan waktu lebih banyak bersama ibu. Bayi-bayi ini memiliki ibu yang tidak responsif dan cenderung mengabaikan padahal ibu yang memberikan perawatan rutin pada bayi. Hal ini disebabkan karena ayah-ayah jaman sekarang cenderung mau terlibat dalam pemeliharaan anak. Masalahnya adalah sulit menilai kualitas kelekatan tersebut karena para ayah biasanya sulit diajak bekerjasama dalam penelitian akibat keterbatasan waktu yang mereka miliki (Shaffer dan Emerson dalam Durkin, 1995) .

Tentunya kelekatan anak dengan ibu akan semakin terjamin apabila kualitas hubungan selama mereka berinteraksi tetap terjaga dan ditunjang dengan kuantitas yang baik.

### **Variasi Kelekatan Anak**

Secara umum kelekatan terbagi dua, yaitu kelekatan yang aman (*secure attachment*) dan kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*). Ainsworth, 1979 (Santrock, 1995) menyatakan bahwa dalam kelekatan yang aman (*secure attachment*) , bayi menggunakan pengasuh biasanya ibu sebagai suatu landasan yang aman untuk mengeksplorasi lingkungannya. Ainsworth yakin bahwa kelekatan yang aman pada tahun pertama kehidupan memberik suatu landasan yang penting bagi perkembangan psikologis di kemudian hari. Kepekaan pengasuh terhadap sinyal bayi meningkatkan kelekatan yang aman ini. Bayi yang mengalami pengalaman ini dapat bergerak jauh lebih bebas walaupun jauh dari ibunya karena percaya bahwa ibunya walaupun jauh tetap memperhatikan lokasi tempat ia berada melalui pandangan sekilas secara periodik. Bayi yang merasa aman merespon secara positif pada saat diangkat oleh orang lain dan ketika diturunkan kembali, ia dapat bergerak bebas untuk tetap bermain. Sebaliknya bayi yang tidak mendapatkan pengalaman ini (kelekatan yang aman) ia cenderung menghindari ibunya atau bersikap mendua kepada ibu mereka, takut kepada orang asing, dan terganggu oleh hal-hal kecil seperti pengalaman perpisahan sehari-hari.

Ainsworth membagi tiga kategori kelekatan, antara lain type B menunjukkan pada kondisi anak dengan kelekatan yang aman (*secure attached*). Adapun anak dengan *insecure attachment* dibagi dalam dua tipe, yaitu tipe A (*insecure avoidant*) yaitu anak yang memperlihatkan ketidakamanan dengan menghindari ibu (misalnya mengabaikannya, menghindari tatapannya dan tidak berupaya mencari kedekatan dengan ibu) dan anak tipe C (*insecure resistant*) yaitu anak yang memperlihatkan ketidakamanan dengan menolak ibu (misalnya

bersandar padanya tetapi pada waktu yang sama menolak kelekatan, biasanya dengan menendang atau mendorongnya jauh-jauh).

Anak dengan kelekatan tipe A (*insecure avoidant*) memiliki ibu yang tidak sensitif terhadap sinyal yang diberikan bayi dalam berbagai situasi pengasuhan dan situasi bermain. Sedangkan anak dengan kelekatan tipe C (*insecure resistant*) memiliki ibu yang tidak menyukai kontak fisik dengan anak dan memiliki ekspresi emosional yang kurang memadai atau kurang ekspresif, ibu juga menunjukkan sikap yang tidak konsisten. Berbeda dengan anak yang memiliki pola kelekatan tidak aman, anak yang memiliki kelekatan aman (*secure attached*) memiliki ibu yang responsif pada kebutuhan dan sinyal-sinyal yang diberikan bayi dan mempunyai sikap yang konsisten. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa anak yang memiliki kualitas kelekatan yang paling baik adalah anak dengan kelekatan aman (Tipe B).

### **Beberapa Hal yang Perlu Diperhatikan dalam Membangun Kelekatan yang Aman**

- Memiliki harapan yang realistis terhadap bayi  
Tidak jarang karena adanya harapan bahwa bayi bisa “melakukan sesuatu”, orang tua bertindak sesuatu yang tidak sesuai dengan usia perkembangan bayi. Misalnya dengan alasan agar anak tidak ‘kolokan’ atau agar jantungnya kuat, orang tua menjadi kurang tanggap ketika mendengar tangisan bayi. Bagaimanapun tangisan bagi seorang bayi merupakan alat berkomunikasi untuk menyatakan kebutuhannya seperti rasa lapar, rasa takut atau rasa tidak enak pada badannya. Oleh karena itu orang tua juga perlu memiliki kepekaan terhadap suara ‘tangisan bayi
- Berikan waktu khusus kepada bayi anda dan belajar untuk menangkap pesan bayi.  
Bayi seringkali memberikan sinyal-sinyal untuk menyatakan kebutuhannya dan hal ini sangat tergantung bagaimana pengasuh dapat memahami sinyal bayi dan berespon terhadapnya.
- Memberikan ASI kepada bayi  
Proses menyusui, bukan hanya sekedar memberikan ASI yang berkualitas. Namun menyusui merupakan proses yang melibatkan dua belah pihak, bahkan tiga belah pihak : suami - istri dan anak. Kegiatan menyusui merupakan *moment* yang sangat ideal untuk membangun kontak batin yang erat, melalui kelekatan fisik dan kontak mata yang intensif. Proses ini membutuhkan “hati” yang tenang dan penuh kasih, karena produksi ASI akan terpengaruh oleh faktor fisik dan emosional. Oleh sebab itu, perlu kerja sama yang baik dan sikap saling memahami serta saling menghargai antara suami-istri agar segala persoalan yang terjadi bisa diselesaikan dengan baik tanpa menyebabkan ketegangan dan tekanan emosional yang mengganggu hubungan dengan anak (Rini, 2002).
- Ingatlah selalu bahwa orang tua adalah bagian terpenting dalam kehidupan seorang bayi yang dapat mempengaruhi kehidupan bayi di kemudian hari  
Interaksi orang tua dengan bayi memberikan pengalaman dasar bagi kehidupan seorang bayi. Kelekatan ini tidak hanya memberikan dasar bagi perkembangan psikologis yang sehat bagi seorang bayi, bahkan kelekatan ini dapat berpengaruh terhadap perkembangan otak dan intelektual seorang bayi (anak).
- Belajar dari pengalaman dirinya (orang tua)  
Untuk bisa memberikan pola asuh yang kondusif bagi anak, ada kalanya para orang perlu mengingat saat dimana dirinya dibesarkan oleh kedua orangnya. Apa yang dirasakannya dengan pengalaman yang didapat dari pola asuh yang diberikan orang tuanya dan bagaimana dampak dirinya. Dengan demikian, pada pengalaman-pengalaman positif hendaknya sebagai orang tua mereka dapat membaginya kepada sang bayi atau anaknya pada saat ini. Sebaliknya,

pengalaman negatif yang diperoleh dulu semestinya tidak terulang pada bayi atau anaknya.

### Referensi :

- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Massachusetts: Blackwell Publisher Inc
- Ervika, Eka (2005). *Kelekatan (attachment) pada Anak*. Medan: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Hadiyanti, F.N.R., (1992). *Perkembangan Perilaku Adaptif Pada Anak ditinjau dari Perilaku Ibu saat Bersama Anak dan Lama Anak Menerima ASI*. Tesis. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Pascasarjana Universitas Gadjah Mada
- Hetherington, E.M & Parke R.D.,(Ed). (1999). *Child Psychology : A Contemporary View Point*. Fifth Edition. Mc Graw-Hill College
- Mc Cartney, K. & Dearing, E., (Ed). (2002). *Child Development*. Mc Millan Reference USA
- Rini, Jacinta F. Problem Kelekatan. Tersedia : <http://www.e-psikologi.com> (Akses: 10 Juni 2007)
- Santrock, John W. (1995). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, edisi 5 jilid 1. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Sroufe, L.A., (2003). Attachment Categories as Reflection of Multiple Dimensions : Comment on Fraley and Spieker. *Journal of Developmental Psychology* Vol 39, No 3, 413-416. American Psychological Association Inc
- *Parenting : Attachment, Bonding and Reactive Attachment Disorder* . Tersedia:[http://www.helpguide.org/mental/parenting\\_bonding\\_reactive\\_attachment\\_disorder.htm](http://www.helpguide.org/mental/parenting_bonding_reactive_attachment_disorder.htm) (Akses : 15 Juni 2007)
- *Attachment*. Tersedia : [http://raisingchildren.net.au/articles/attachment\\_-\\_cyh.html](http://raisingchildren.net.au/articles/attachment_-_cyh.html) (Akses : 15 Juni 2007)
- *Jika Ikatan Emosi Orang tua dan Anak sudah Melekat* . Tersedia <http://www.inspiredkidsmagazine.com>. (Akses : 15 Juni 2007).