

Daniel Puspo Wardoyo | Widya Damajanti

KBM
INDONESIA

Saat Aku menjadi Kita

JILID 2

Ketika kita belajar mengasuh,
berjuang, dan Menjalani Pernikahan
di Era Digital



Ada Pertanyaan
Penggalan Alkitab
Dan Refleksi Yang
Dapat Dipakai PA
Kelompok/KTB
Keluarga/Pasangan

Daniel Puspo Wardoyo
Widya Damajanti

Saat Aku
Menjadi Kita
Jilid 2

***“Ketika kita belajar mengasuh, berjuang, dan
menjalani pernikahan di era digital”***

*(Ada pertanyaan penggalan Alkitab dan refleksi yang
dapat dipakai PA kelompok/KTB keluarga)*



PENERBIT KBM INDONESIA adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku buku penulis di tanah air Indonesia. Serta menjadi media sharing proses penerbitan buku.

SAAT AKU MENJADI KITA

JILID 2

*Copyright @2026 By Daniel Puspo Wardoyo dan Widya Damajanti
All right reserved*

Penulis

Daniel Puspo Wardoyo

Widya Damajanti

Desain Sampul

Esa Revianda

Eca Art

Tata Letak

Sofitahm

Editor

Dr. Muhamad Husein Maruahey, Drs., M.Sc.

Background isi buku di ambil dari [https://www. freepik. com/](https://www.freepik.com/)

Official

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

Penerbit Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia

Anggota IKAPI/No. IKAPI 279/JTI/2021

081357517526 (Tlpn/WA)

Website

<https://penerbitkbm.com>

[www. penerbitbukumurah. com](http://www.penerbitbukumurah.com)

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

[https://penerbitkbm. com/toko-buku/](https://penerbitkbm.com/toko-buku/)

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Instagram

@penerbit. kbmindonesia

@penerbitbukujogja

ISBN (Lengkap): 978-634-278-058-9

ISBN (Jilid 2): 978-634-278-338-2

Cetakan ke-1, April 2026

14 x 21 cm, xii + 402 halaman

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit
Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di DJKI-
Kemenkumham dan isi buku dilindungi undang-undang.
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100. 000. 000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500. 000. 000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1. 000. 000. 000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4. 000. 000. 000,00 (empat miliar rupiah).



Pendahuluan

Ketika “Kita” Tidak Lagi Hanya Berdua

Perjalanan pernikahan tidak berhenti ketika dua individu dipersatukan menjadi “kita.” Justru, bagi banyak pasangan, perjalanan yang lebih dalam dan lebih menantang dimulai ketika “kita” menjadi orang tua. Kehadiran seorang anak bukan hanya menambah anggota keluarga, tetapi juga mengubah identitas, prioritas, ritme hidup, dan bahkan dinamika hubungan suami istri.

Seorang anak membawa sukacita yang tidak dapat digantikan oleh apa pun. Tangisan pertama, senyuman pertama, dan setiap perkembangan kecil menjadi pengalaman yang mengubah hati orang tua. Namun di balik sukacita itu, ada tanggung jawab besar yang sering kali tidak sepenuhnya dipahami sebelumnya. Menjadi orang tua bukan sekadar peran baru. Itu adalah panggilan hidup yang membutuhkan kasih, pengorbanan, kesabaran, dan ketergantungan yang lebih dalam kepada Tuhan.

Banyak pasangan memasuki fase menjadi orang tua dengan harapan yang indah, tetapi juga dengan kebingungan

dan ketidaksiapan. Kurang tidur, kelelahan fisik dan emosional, perbedaan cara mengasuh, tekanan pekerjaan, dan tuntutan kehidupan sehari-hari dapat menjadi tantangan yang nyata. Hubungan suami istri yang sebelumnya relatif sederhana kini harus berbagi perhatian, energi, dan fokus dengan anak yang sepenuhnya bergantung kepada mereka.

Di sinilah makna “Saat Aku Menjadi Kita” mencapai dimensi yang baru. “Kita” tidak lagi hanya berarti suami dan istri, tetapi juga ayah dan ibu—dua pribadi yang dipersatukan bukan hanya untuk saling mengasihi, tetapi juga untuk membentuk kehidupan baru yang Tuhan percayakan kepada mereka.

Anak Bukan Sekadar Ditambahkan, Tetapi Dipercayakan

Seorang anak bukan sekadar tambahan dalam kehidupan pernikahan. Anak adalah jiwa yang dipercayakan Tuhan kepada orang tua untuk dikasihi, dibimbing, dan dibentuk. Anak bukan hanya membutuhkan makanan, pendidikan, dan perlindungan secara fisik. Ia membutuhkan kelekatan emosional, penerimaan tanpa syarat, dan fondasi iman yang akan membentuk seluruh hidupnya.

Banyak penelitian dan pengalaman menunjukkan bahwa tahun-tahun awal kehidupan anak—terutama usia 0 hingga 8 tahun—adalah masa yang sangat menentukan. Masa ini sering disebut sebagai *golden age*, yaitu periode di mana fondasi identitas, rasa aman, kepercayaan, dan cara anak melihat dirinya sendiri dan dunia sedang dibentuk.

Apa yang dialami anak pada masa ini akan memengaruhi cara ia memandang dirinya, cara ia membangun relasi, dan bahkan cara ia memandang Tuhan di

kemudian hari. Anak yang bertumbuh dalam kasih, kehadiran, dan penerimaan akan memiliki fondasi yang kuat. Sebaliknya, anak yang bertumbuh dalam ketidakstabilan emosional dapat membawa luka yang memengaruhi hidupnya di masa depan.

Karena itu, menjadi orang tua bukan sekadar tentang membesarkan anak, tetapi tentang membangun fondasi kehidupan.

Perjalanan Baru: Dari Membangun Pernikahan ke Membangun Generasi

Jika jilid pertama buku ini berfokus pada perjalanan dari individu menjadi pasangan, maka jilid kedua ini berfokus pada perjalanan dari pasangan menjadi orang tua. Ini adalah perjalanan yang sama pentingnya, bahkan lebih kompleks, karena sekarang keputusan yang diambil tidak hanya memengaruhi suami dan istri, tetapi juga kehidupan anak.

Dalam perjalanan ini, pasangan akan belajar bahwa pengasuhan bukan hanya tentang metode, tetapi tentang relasi. Anak tidak terutama membutuhkan orang tua yang sempurna, tetapi orang tua yang hadir, yang mau belajar, dan yang mau bertumbuh.

Pasangan juga akan menghadapi berbagai realitas baru. Mereka mungkin menghadapi kelelahan yang belum pernah mereka alami sebelumnya. Mereka mungkin menemukan luka masa lalu mereka sendiri muncul kembali dalam cara mereka mengasuh. Mereka mungkin menyadari bahwa menjadi “kita” dalam pengasuhan membutuhkan

komunikasi, kesatuan, dan kerendahan hati yang lebih dalam.

Namun di balik semua tantangan itu, ada kesempatan yang luar biasa. Kesempatan untuk membentuk kehidupan. Kesempatan untuk menciptakan rumah yang penuh kasih. Kesempatan untuk melihat Tuhan bekerja melalui keluarga mereka.

Mengasuh Anak di Dunia yang Terus Berubah

Tantangan menjadi orang tua di zaman ini berbeda dari generasi sebelumnya. Anak-anak bertumbuh dalam dunia yang dipenuhi teknologi, informasi, dan pengaruh yang datang dari berbagai arah. Bahkan sejak usia dini, anak sudah terpapar nilai-nilai yang dapat membentuk cara mereka berpikir dan hidup.

Orang tua tidak lagi hanya melindungi anak dari bahaya fisik, tetapi juga perlu membimbing hati dan pikiran anak. Ini bukan tugas yang mudah. Orang tua tidak dapat selalu mengontrol dunia di sekitar anak, tetapi mereka dapat membangun fondasi di dalam hati anak.

Fondasi itu dibangun melalui kelekatan, relasi, teladan, dan iman yang nyata. Rumah menjadi tempat pertama anak belajar tentang kasih, tentang penerimaan, dan tentang Tuhan.

Apa yang anak alami di rumah akan menjadi dasar bagi cara ia menghadapi dunia.

Tidak Ada Orang Tua yang Sempurna, Tetapi Ada Orang Tua yang Bertumbuh

Banyak orang tua hidup dengan perasaan tidak cukup baik. Mereka mungkin merasa bersalah karena pernah marah. Mereka mungkin merasa gagal karena tidak selalu hadir. Mereka mungkin membawa luka dari masa lalu yang memengaruhi cara mereka mengasuh.

Namun kabar baiknya adalah bahwa menjadi orang tua adalah sebuah perjalanan, bukan sebuah ujian yang harus dijalani dengan sempurna. Tuhan tidak mencari orang tua yang sempurna. Tuhan bekerja melalui orang tua yang bersedia belajar, bertumbuh, dan bersandar kepada-Nya.

Kesalahan tidak harus menjadi akhir dari cerita. Kesalahan dapat menjadi bagian dari proses pertumbuhan. Bahkan melalui kelemahan orang tua, Tuhan tetap dapat bekerja membentuk kehidupan anak.

Kasih yang konsisten, kehadiran yang setia, dan hati yang mau bertumbuh sering kali jauh lebih penting daripada kesempurnaan.

Buku Ini Ditulis untuk Menemani Perjalanan Anda

Buku ini ditulis berdasarkan perjalanan nyata kami sebagai pasangan yang telah melewati berbagai fase kehidupan pernikahan dan pengasuhan sejak menikah pada tahun 2002. Kami juga belajar dari pengalaman mendampingi banyak pasangan melalui konseling, bimbingan pranikah, pelayanan keluarga, serta berbagai seminar dan pembelajaran yang kami ikuti.

Buku ini tidak menawarkan formula instan, tetapi prinsip-prinsip yang dapat membantu pasangan memahami

perjalanan menjadi orang tua dengan perspektif yang benar. Buku ini juga didasarkan pada nilai-nilai Alkitab, yang memberikan fondasi yang kokoh dan tidak berubah.

Dalam buku ini, Anda akan menemukan pembahasan tentang bagaimana membangun kelekatan dengan anak sejak dini, bagaimana menghadapi perubahan anak di masa pra-remaja, bagaimana menghadapi masa-masa sulit dalam pernikahan dan keluarga, bagaimana mengelola tantangan di era digital, dan bagaimana mengelola keuangan keluarga dengan bijaksana.

Seperti jilid pertama, buku ini juga dilengkapi dengan pertanyaan refleksi dan pertanyaan penggalian Alkitab yang dapat digunakan secara pribadi, sebagai pasangan, atau dalam kelompok kecil.

Perjalanan yang Indah, Meskipun Tidak Selalu Mudah

Menjadi orang tua adalah salah satu perjalanan paling indah sekaligus paling menantang dalam hidup. Akan ada hari-hari penuh sukacita, tetapi juga hari-hari penuh kelelahan. Akan ada momen di mana Anda merasa berhasil, tetapi juga momen di mana Anda merasa gagal.

Namun Anda tidak berjalan sendirian.

Tuhan yang mempercayakan anak kepada Anda adalah Tuhan yang sama yang akan menolong, membimbing, dan menguatkan Anda. Ia bekerja bukan hanya dalam kehidupan anak Anda, tetapi juga dalam kehidupan Anda sebagai orang tua.

Melalui perjalanan ini, Tuhan tidak hanya membentuk anak. Ia juga membentuk Anda.

Pada akhirnya, menjadi orang tua bukan hanya tentang membesarkan anak. Ini adalah tentang bagaimana Tuhan menggunakan keluarga untuk membentuk kita semua.

Apakah Anda siap melanjutkan perjalanan dari “Saat Aku Menjadi Kita” —sekarang sebagai ayah dan ibu?

Mari kita melangkah bersama.

Daftar Isi

PENDAHULUAN _____ i

DAFTAR ISI _____ ix

BAB SATU - Membangun Dasar Hidup Anak Usia Dini (0 – 8 Tahun) / 1

- ❧ Dari Pasangan Menjadi Orang Tua _____ 2
- ❧ Mengapa Usia Dini Sangat Menentukan (*The Golden Age*) _____ 6
- ❧ Pentingnya *Attachment* Orang Tua dan Anak _____ 12
- ❧ Pengasuhan Berdasarkan Tahap Usia _____ 19
- ❧ Tantangan Nyata Dalam Pengasuhan _____ 32

BAB DUA - Mengasuh Pra-Remaja Dalam Semangat "Kita" (±9–12 Tahun) / 81

- ❧ Pra-Remaja: Fase yang Sering Diremehkan _____ 82
- ❧ Ketika Anak Kita Tidak Sama Lagi _____ 96
- ❧ Tantangan Baru bagi Suami Istri _____ 101
- ❧ Bahaya Pengasuhan yang Tidak Selaras _____ 106
- ❧ Dari 'Aku' ke 'Kita': Menjadi Tim Orang Tua _____ 114
- ❧ Kebutuhan Terdalam Anak Pra-Remaja _____ 119
- ❧ Disiplin yang Mendidik, Bukan Melukai _____ 128
- ❧ Membangun Komunikasi yang Membuka Hati _____ 134
- ❧ Pengaruh Lingkungan, Gawai, dan Media _____ 139
- ❧ Menanam Nilai Iman di Masa Pra-Remaja _____ 147

❧ Luka Orang Tua yang Mempengaruhi Pengasuhan _____	153
❧ Ketika Anak Mulai Menjauh _____	158
❧ Harapan bagi Orang Tua Pra-Remaja _____	164
❧ Refleksi untuk Pasangan _____	172

BAB TIGA - Menghadapi Masa-Masa Sulit / 183

❧ Realitas Masa Sulit dalam Pernikahan _____	184
❧ Jenis-Jenis Masa Sulit dalam Pernikahan _____	186
❧ Respons yang Salah terhadap Masa Sulit dalam Pernikahan _____	236
❧ Prinsip Alkitabiah dalam Menghadapi Masa Sulit _____	253
❧ Langkah-Langkah Praktis Menghadapi Masa Sulit _____	263
❧ Buah yang Dihasilkan dari Menghadapi Masa Sulit _____	272

BAB EMPAT - Mengelola Tantangan Di Era Digital / 285

❧ Realitas Hidup di Era Digital _____	286
❧ Tantangan Utama di Era Digital _____	287
❧ Prinsip-Prinsip Alkitabiah dalam Menghadapi Tantangan Digital _____	301
❧ Langkah-Langkah Praktis Mengelola Tantangan Digital _____	314
❧ Memanfaatkan Teknologi dengan Hikmat _____	328

BAB LIIMA - Manajemen Keuangan Dalam Pernikahan / 335

❧ Penyebab Umum Konflik Keuangan dalam Pernikahan _____	337
---	-----

❧ Prinsip-Prinsip Dasar Manajemen Keuangan Rumah Tangga _____	343
❧ Penyusunan Anggaran dan Perencanaan Keuangan _____	346
❧ Menangani Hutang dan Cicilan _____	353
❧ Tabungan, Investasi, dan Proteksi Masa Depan _____	363
❧ Peran dan Pembagian Tanggung Jawab _____	366
❧ Komunikasi dan Evaluasi Keuangan yang Sehat _____	372
❧ Prinsip Rohani dalam Keuangan _____	377
❧ Kesimpulan _____	387
 DAFTAR BUKU _____	 393
DAFTAR PUSTAKA _____	395
ISI BUKU JILID 3 SELANJUTNYA _____	397
PROFIL PENULIS _____	399

Bab Satu

MEMBANGUN DASAR HIDUP ANAK USIA DINI (0 – 8 TAHUN)



Saat Kita Menjadi Orang Tua
(Daniel Puspo Wardoyo)

*Dulu kita belajar menyebut “aku” menjadi “kita,”
kini Tuhan menitipkan kehidupan kecil di antara tangan yang
gemetar.*

*Bukan lagi sekadar cinta yang saling kita jaga,
tetapi jiwa yang belajar percaya pada dunia lewat pelukan kita.*

*Di tahun-tahun emas yang cepat berlalu,
air mata, tawa, dan pertanyaan sederhana membentuk masa depan.*

*Dari rasa aman yang lahir di gendongan,
hingga nilai dan empati yang tumbuh dalam teladan,
kita sedang menulis fondasi yang tak terlihat, namun kekal.*

*Tak selalu mudah—lelah, ragu, dan luka ikut bertumbuh
bersama kita.*

*Ayah belajar hadir, ibu belajar menguat di tengah rapuhnya jiwa,
dan di rumah sederhana ini,
anak pertama kali mengenal Allah lewat kasih yang nyata.*

*Maka kita berjalan, bukan sebagai orang tua sempurna,
tetapi sebagai “kita” yang mau belajar dan berharap.*

*Karena di setiap doa yang terbata,
Tuhan sedang membangun iman—bagi anak, dan juga bagi kita.*



DARI PASANGAN MENJADI ORANG TUA

Perjalanan pernikahan tidak berhenti ketika dua orang mengucapkan janji di hadapan Tuhan dan jemaat. Justru setelah itu, kehidupan mulai berjalan apa adanya—dengan segala dinamika, penyesuaian, dan proses bertumbuh bersama. Pada bab-bab sebelumnya, kita telah melihat bagaimana pernikahan dibentuk melalui perbedaan, luka masa lalu, konflik, dan proses saling belajar. Namun bagi banyak pasangan, ada satu momen yang mengubah hampir seluruh ritme kehidupan pernikahan: kelahiran seorang anak.

Ketika anak hadir, pasangan suami istri memasuki fase baru yang sering kali tidak sepenuhnya mereka bayangkan sebelumnya. Dari dua pribadi yang belajar menjadi “kita”, kini mereka dipanggil untuk menjadi orang tua. Ini bukan

sekadar peran tambahan, melainkan perubahan besar dalam identitas, tanggung jawab, dan cara memandang hidup.

Alkitab menyatakan bahwa anak adalah milik pusaka dari Tuhan (Mazmur 127:3). Artinya, anak bukan hanya anugerah, tetapi juga titipan. Kesadaran ini menolong orang tua melihat bahwa pengasuhan bukan sekadar soal memenuhi kebutuhan fisik atau pendidikan, tetapi sebuah tanggung jawab rohani yang akan berdampak panjang—bukan hanya bagi anak, tetapi juga bagi pernikahan itu sendiri.

Banyak pasangan membayangkan masa menjadi orang tua sebagai masa penuh kebahagiaan. Memang ada tawa, momen haru, dan sukacita yang sulit dilukiskan. Namun di balik itu, ada juga kelelahan, kurang tidur, emosi yang naik turun, dan perubahan besar dalam relasi suami istri. Waktu berdua berkurang, percakapan menjadi lebih singkat, dan perhatian sering kali terserap sepenuhnya pada anak.

Tidak jarang pasangan mulai merasa saling menjauh—bukan karena tidak saling mengasihi, tetapi karena lelah dan tidak tahu harus menyesuaikan diri bagaimana. Hal-hal kecil yang dulu tidak terlalu dipermasalahkan kini bisa menjadi sumber konflik. Siapa yang lebih capek? Siapa yang merasa paling berkorban? Siapa yang merasa kurang diperhatikan?

Di fase ini, banyak pasangan baru menyadari bahwa pernikahan membutuhkan lebih dari sekadar cinta. Dibutuhkan komunikasi yang jujur, kerelaan beradaptasi, dan kemampuan untuk saling memahami perubahan yang sedang dialami masing-masing. Menjadi orang tua menuntut pasangan untuk kembali belajar bekerja sebagai satu tim.

Perubahan ini juga sering memunculkan kembali pola-pola lama dari keluarga asal. Cara seseorang dibesarkan akan sangat memengaruhi cara ia mengasuh. Ada yang tumbuh dengan disiplin keras, ada yang dibesarkan tanpa kehadiran emosional orang tua, ada pula yang memikul luka masa kecil yang belum sembuh. Semua ini bisa muncul tanpa disadari dalam pengasuhan sehari-hari.

Karena itu, menjadi orang tua sering kali menjadi cermin besar bagi kehidupan batin pasangan. Bukan hanya anak yang sedang dibentuk, tetapi orang tua pun sedang diproses. Tuhan memakai proses pengasuhan untuk membentuk kesabaran, kerendahan hati, dan ketergantungan kepada-Nya.

Dalam tekanan hidup modern, orang tua juga sering terjebak dalam kecemasan: takut anak tertinggal, takut salah mendidik, takut dianggap gagal. Dunia mendorong orang tua untuk fokus pada prestasi, kemampuan, dan keberhasilan lahiriah. Tanpa disadari, pengasuhan bisa berubah menjadi proyek ambisi, bukan relasi kasih.

Padahal, yang paling dibutuhkan anak bukanlah orang tua yang sempurna, melainkan orang tua yang hadir. Anak belajar tentang kasih, keamanan, dan iman bukan terutama dari nasihat panjang, tetapi dari kehidupan sehari-hari yang mereka lihat di rumah—bagaimana ayah dan ibu saling berbicara, menyelesaikan konflik, dan mengasahi satu sama lain.

Kesatuan suami istri tetap menjadi fondasi utama keluarga. Ketika pasangan saling mendukung dan berjalan searah, anak akan bertumbuh dalam rasa aman. Sebaliknya, ketika pernikahan diabaikan demi anak, keluarga justru

kehilangan keseimbangan. Anak membutuhkan orang tua yang mengasahi mereka, tetapi juga membutuhkan orang tua yang saling mengasahi.

Menjadi orang tua juga mengajarkan tentang keterbatasan. Ada banyak hal yang tidak bisa dikontrol: pertumbuhan anak, kepribadian mereka, dan keputusan yang kelak mereka ambil. Di sinilah orang tua belajar berserah, berdoa, dan percaya bahwa Tuhan bekerja melampaui kemampuan manusia.

Tidak ada orang tua yang selalu benar. Akan ada hari-hari penuh penyesalan, kata-kata yang terucap terlalu keras, dan keputusan yang terasa keliru. Namun kasih karunia Tuhan menyediakan ruang untuk memperbaiki, meminta maaf, dan memulai kembali. Bahkan kerendahan hati untuk mengakui kesalahan di hadapan anak adalah bagian penting dari pengasuhan yang sehat.

Perjalanan dari pasangan menjadi orang tua adalah perjalanan iman bersama. Tuhan tidak hanya mempercayakan anak kepada pasangan, tetapi juga membentuk pasangan melalui anak-anak itu. Dari “aku” menjadi “kita”, lalu menjadi “kita yang dipercaya Tuhan untuk membentuk generasi”.

Di sinilah pernikahan menemukan panggilan yang lebih luas—bukan hanya untuk bertahan dan berbahagia bersama, tetapi untuk berbuah, memuliakan Tuhan, dan mewariskan iman dalam kehidupan nyata.

"Anak bukan tamu sementara dalam rumah kita. Mereka dipercayakan kepada kita untuk dikasihi dan dibangun fondasi nilai yang akan menentukan masa depan mereka."

(James Dobson)

MENGAPA USIA DINI SANGAT MENENTUKAN (THE GOLDEN AGE)

Para ahli perkembangan menyebut usia dini sebagai *the golden age*, masa emas yang sangat menentukan arah hidup anak. Di fase ini, otak anak berkembang pesat, emosi mulai terbentuk, dan dasar karakter mulai tertanam. Apa yang dialami anak pada tahun-tahun awal hidupnya akan meninggalkan jejak mendalam, sering kali tanpa disadari, dan terbawa hingga dewasa.

Firman Tuhan sudah lama menegaskan prinsip ini: "Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari jalan itu" (Amsal 22:6). Ayat ini bukan janji instan, melainkan prinsip kehidupan. Pendidikan dan pengasuhan sejak dini bukan jaminan anak tidak pernah jatuh, tetapi menjadi fondasi kuat yang menolong mereka kembali ke jalan yang benar.

Usia dini sering kali diremehkan karena anak terlihat "belum mengerti apa-apa". Padahal justru di masa inilah anak menyerap dunia dengan cara paling jujur dan paling dalam. Mereka mungkin belum bisa mengungkapkan perasaan dengan kata-kata, tetapi tubuh, emosi, dan hati mereka sedang belajar dengan sangat aktif.

Pada tahun-tahun awal kehidupan, anak belajar satu hal paling mendasar: apakah dunia ini aman atau tidak. Jawaban atas pertanyaan ini tidak diajarkan lewat ceramah, melainkan lewat kehadiran orang tua—cara mereka digendong, ditenangkan, diajak bicara, dan direspons ketika menangis.

Ketika seorang bayi menangis dan kebutuhannya direspons dengan penuh kasih, ia belajar bahwa ia berharga. Sebaliknya, ketika tangisnya terus diabaikan atau diperlakukan dengan keras, anak bisa menyerap pesan bahwa kebutuhannya tidak penting. Pesan-pesan inilah yang kelak membentuk cara ia berelasi dengan orang lain.

Ikatan emosional antara orang tua dan anak—yang sering disebut *attachment*—menjadi fondasi utama kesehatan jiwa anak. *Attachment* yang aman tidak menuntut orang tua sempurna, tetapi hadir secara konsisten dan penuh empati. Anak yang merasa aman akan lebih mudah belajar, lebih stabil secara emosi, dan lebih mampu membangun relasi sehat di kemudian hari.

Di usia 0–2 tahun, kebutuhan utama anak bukan disiplin atau prestasi, melainkan rasa aman dan kelekatan. Sentuhan, tatapan mata, suara yang lembut, dan kehadiran yang konsisten adalah bahasa cinta yang paling dipahami anak di fase ini. Dari sinilah rasa percaya kepada orang tua mulai terbentuk.

Memasuki usia 3–6 tahun, anak mulai belajar mengenali diri dan dunianya. Mereka banyak bertanya, meniru, dan bereksperimen. Di fase ini, orang tua sering diuji kesabarannya karena anak terlihat “bandel” atau “tidak bisa

diam”. Padahal, ini adalah proses alami pembelajaran dan eksplorasi.

Pada usia ini, cara orang tua merespons kesalahan anak akan sangat menentukan. Apakah anak belajar bahwa kesalahan adalah sesuatu yang memalukan, atau justru kesempatan untuk belajar dan bertumbuh? Sikap orang tua akan tertanam lebih dalam daripada nasihat panjang.

Usia 7–9 tahun menjadi masa transisi penting. Anak mulai lebih peka terhadap penilaian, aturan, dan perbandingan. Mereka mulai membangun konsep diri: apakah mereka merasa mampu, diterima, dan dikasihi apa adanya. Dukungan emosional orang tua sangat dibutuhkan agar anak tidak membangun harga diri dari prestasi semata.

Di seluruh fase ini, anak belajar bukan dari apa yang diperintahkan, tetapi dari apa yang diteladankan. Cara orang tua berbicara satu sama lain, menyelesaikan konflik, dan mengelola emosi menjadi “kurikulum hidup” yang paling kuat.

Banyak orang tua berkata, “Nanti saja rohaninya, yang penting sekarang sekolahnya bagus.” Padahal, pembentukan rohani dan karakter tidak bisa ditunda. Ketika fondasi rohani diabaikan, anak bisa tumbuh pintar secara intelektual tetapi rapuh secara emosional dan rohani.

Firman Tuhan menekankan pendidikan yang menyeluruh—bukan hanya kognitif, tetapi juga hati dan iman. Pemuridan dalam keluarga bukan berarti khotbah setiap hari, melainkan menghadirkan Tuhan dalam keseharian: melalui doa sederhana, cerita Alkitab, dan percakapan yang jujur.

Di era modern, tantangan semakin besar ketika kedua orang tua harus bekerja. Banyak pasangan merasa bersalah karena waktu bersama anak terbatas. Namun kualitas kehadiran sering kali lebih menentukan daripada lamanya waktu. Hadir dengan penuh perhatian, meski singkat, jauh lebih bermakna daripada bersama tetapi hati terpecah. Namun bukan berarti lamanya waktu tidak penting. Jadi bagaimana menggunakan waktu yang ada secara maksimal untuk bersama anak.

Ketika anak belum sekolah dan orang tua bekerja, penting untuk memastikan siapa yang menjadi figur pengasuh utama. Nilai, sikap, dan cara pengasuh berinteraksi dengan anak akan sangat memengaruhi perkembangan emosionalnya. Orang tua tetap perlu terlibat aktif, bukan menyerahkan sepenuhnya.

Kelelahan fisik dan emosional sering membuat orang tua bereaksi berlebihan. Di sinilah pentingnya suami dan istri saling menopang. Pengasuhan anak bukan tugas satu orang, melainkan panggilan bersama. Ketika pasangan saling mendukung, beban terasa lebih ringan.

Tidak sedikit ibu yang mengalami baby blues atau bahkan depresi pasca melahirkan. Ini bukan tanda kurang iman, melainkan kondisi nyata yang membutuhkan perhatian dan dukungan. Komunitas, keluarga, dan pasangan perlu menciptakan ruang aman agar ibu tidak merasa sendirian.

Ayah juga memiliki peran yang sangat penting sejak awal. Kehadiran ayah bukan hanya soal menyediakan kebutuhan, tetapi keterlibatan emosional. Anak yang merasa

dekat dengan ayah akan memiliki rasa aman dan identitas yang lebih kuat.

Kesalahan terbesar dalam pengasuhan adalah berpikir bahwa orang tua harus selalu tahu dan selalu benar. Justru kerendahan hati untuk belajar, meminta maaf, dan bertumbuh bersama anak adalah kekuatan sejati dalam keluarga.

Anak tidak membutuhkan orang tua yang sempurna, tetapi orang tua yang mau bertobat, berubah, dan bergantung pada Tuhan. Dalam proses itu, anak belajar bahwa kasih karunia itu nyata.

Ada kalanya orang tua gagal memberikan pemuridan rohani karena berbagai kondisi: belum mengenal Kristus, perceraian, luka batin, atau kepahitan yang belum sembuh. Dalam situasi seperti ini, Tuhan tetap menyediakan jalan melalui komunitas Kristen, pelayanan siswa, dan pemuridan di sekolah atau kampus.

Ketika orang tua mengizinkan dan mendorong anak terlibat dalam komunitas rohani yang sehat, itu adalah langkah bijaksana. Pemuridan tidak selalu sempurna di rumah, tetapi Tuhan bisa memakai tubuh Kristus untuk menolong anak bertumbuh.

Sebaliknya, ketika anak tidak dimuridkan sama sekali—baik di rumah maupun komunitas—kekosongan rohani itu sering terisi oleh nilai-nilai dunia yang tidak membangun. Anak bisa tumbuh menjadi pintar, tetapi kehilangan arah dan pengendalian diri.

Sering kali orang tua baru mencari pertolongan ketika anak mulai memberontak atau bermasalah. Padahal

pemuridan bukan pemadam kebakaran, melainkan investasi jangka panjang. Apa yang ditanam sejak dini akan menentukan apa yang dituai di kemudian hari.

Masa emas kehidupan tidak bisa diulang. Kesempatan ini singkat, tetapi dampaknya panjang. Karena itu, pengasuhan bukan sekadar fase hidup, melainkan panggilan ilahi yang perlu dijalani dengan kesadaran dan doa.

Tuhan tidak menuntut kesempurnaan, tetapi kesetiaan. Setiap langkah kecil—doa sebelum tidur, pelukan sebelum berpisah, percakapan sederhana tentang Tuhan—memiliki nilai kekal.

Usia dini bukan hanya masa anak dibentuk, tetapi masa orang tua diperlunak. Tuhan bekerja dua arah: membentuk generasi baru, sekaligus membaharui hati orang tua.

Ketika orang tua setia menabur kasih, iman, dan kehadiran, mereka sedang membangun fondasi yang mungkin tidak langsung terlihat, tetapi akan menopang kehidupan anak di masa depan.

Dan di tengah segala keterbatasan, satu hal yang pasti: Tuhan setia menyertai setiap keluarga yang mau belajar berjalan bersama-Nya, bahkan sejak langkah pertama kehidupan anak-anak mereka.

“Warisan terbesar yang dapat diberikan kepada anak bukan uang, tetapi karakter dan iman.” (Billy Graham)

PENTINGNYA *ATTACHMENT* ORANG TUA DAN ANAK

Salah satu kebutuhan paling mendasar anak di usia dini adalah *attachment*—keterikatan emosional yang aman dengan orang tuanya. *Attachment* terbentuk ketika anak merasa dilihat, didengar, disentuh, dan direspons dengan kasih. Dari kelekatan inilah anak belajar percaya, merasa aman, dan berani mengeksplorasi dunia.

Attachment bukan soal berapa lama orang tua bersama anak, tetapi bagaimana kualitas kehadiran itu. Seorang ayah atau ibu bisa berada di rumah sepanjang hari, tetapi tidak sungguh hadir secara emosional. Sebaliknya, ada orang tua yang harus bekerja, tetapi dengan sengaja membangun momen-momen kedekatan yang bermakna.

Alkitab memberi gambaran indah tentang Allah yang mengasuh dengan kelembutan: “Seperti seseorang yang dihibur ibunya, demikianlah Aku ini akan menghibur kamu” (Yesaya 66:13). Relasi orang tua dan anak

Attachment yang sehat bukan sekadar konsep psikologi, tetapi kebutuhan jiwa yang Tuhan tanamkan sejak awal kehidupan manusia. Seorang anak yang memiliki kelekatan aman akan membawa rasa aman itu ke dalam seluruh aspek hidupnya—relasi, belajar, bahkan imannya.

Sebaliknya, *attachment* yang terluka sering kali meninggalkan jejak yang panjang. Anak mungkin tumbuh menjadi pribadi yang cemas, mudah marah, terlalu mandiri, atau justru sangat bergantung pada orang lain. Semua itu berakar dari rasa aman yang tidak terpenuhi di masa awal kehidupan.

Anak yang aman secara emosional berani menjauh untuk bermain, tetapi juga tahu ke mana harus kembali. Orang tua menjadi “rumah emosional” tempat anak bisa pulang ketika lelah, takut, atau gagal. Dari sinilah keberanian sejati terbentuk.

Attachment dibangun melalui respons yang konsisten. Ketika anak menangis dan orang tua datang, ketika anak ketakutan dan dipeluk, ketika anak marah dan dibantu menenangkan diri—semua momen ini sedang membangun kepercayaan yang mendalam.

Kelekatan juga dibangun lewat sentuhan fisik yang sehat. Pelukan, elusan kepala, ciuman dan kehadiran yang hangat memberi pesan nonverbal yang sangat kuat: “Kamu aman. Kamu dikasihi.” Pesan ini sering kali lebih berpengaruh daripada ribuan kata nasihat.

Dalam dunia yang semakin sibuk dan cepat, sentuhan dan kehadiran sering tergantikan oleh layar. Anak yang rewel kerap ditenangkan dengan gawai, bukan dengan hubungan. Padahal layar tidak pernah bisa menggantikan relasi.

Attachment yang sehat membantu anak mengelola emosi. Anak belajar bahwa perasaan boleh dirasakan dan diungkapkan, bukan ditekan atau dihakimi. Orang tua menjadi pelatih emosi pertama bagi anak-anaknya.

Ketika orang tua membantu anak menamai perasaannya—sedih, marah, takut, senang—anak belajar mengenali dunia batinnya. Dari sinilah empati dan kedewasaan emosional mulai tumbuh.

Attachment juga sangat berkaitan dengan disiplin. Anak yang merasa aman lebih mudah diarahkan. Disiplin yang

lahir dari relasi jauh lebih efektif daripada disiplin yang dibangun di atas ketakutan.

Sebaliknya, disiplin yang keras tanpa kelekatan sering melahirkan kepatuhan semu. Anak mungkin terlihat “baik”, tetapi di dalam hatinya tumbuh jarak, kepahitan, atau ketakutan yang tersembunyi.

Perlu disadari bahwa *attachment* tidak menuntut orang tua selalu benar. Justru ketika orang tua salah lalu meminta maaf, anak belajar bahwa relasi bisa dipulihkan. Ini adalah pelajaran hidup yang sangat berharga.

Bagi orang tua yang bekerja, membangun *attachment* memang membutuhkan kesengajaan. Momen sederhana seperti menyapa anak dengan mata yang penuh perhatian, mendengarkan ceritanya sebelum tidur, atau berdoa bersama dapat menjadi jangkar emosional yang kuat.

Waktu singkat yang diisi dengan kehadiran penuh jauh lebih bermakna daripada waktu panjang yang diisi dengan kelelahan dan distraksi. Anak bisa merasakan apakah orang tua sungguh hadir atau hanya sekadar berada di dekatnya.

Peran ayah dalam *attachment* sering kali diremehkan. Padahal kelekatan dengan ayah sangat berpengaruh pada keberanian, rasa aman, dan identitas anak. Anak membutuhkan figur ayah yang terlibat secara emosional, bukan hanya fungsional.

Ibu yang mengalami baby blues atau depresi pasca melahirkan sering merasa bersalah karena sulit membangun kedekatan. Di sinilah pentingnya dukungan suami dan komunitas. *Attachment* bukan dibangun sendirian, tetapi melalui sistem yang saling menopang.

Allah tidak pernah bermaksud orang tua menjalani pengasuhan sendirian. Gereja, keluarga besar, dan komunitas kristen seharusnya menjadi ruang aman yang menolong orang tua dan anak bertumbuh bersama.

Bagi orang tua yang sendiri dibesarkan tanpa *attachment* yang sehat, membangun kelekatan bisa terasa asing dan menakutkan. Namun kabar baiknya, pola yang rusak bisa dipulihkan. Tuhan sanggup menyembuhkan dan mengajar ulang.

Tidak ada kata terlambat untuk memperbaiki relasi. *Attachment* bisa dibangun ulang, meski membutuhkan waktu, kesabaran, dan kerendahan hati. Setiap langkah kecil menuju kehadiran yang lebih utuh memiliki dampak besar.

Attachment yang sehat juga menjadi fondasi iman anak. Anak yang merasa dikasihi lebih mudah memahami Allah sebagai Bapa yang baik, bukan sebagai sosok yang jauh dan menakutkan.

Sebaliknya, relasi orang tua yang penuh kekerasan atau penolakan sering membuat anak kesulitan mempercayai Allah. Karena itu, kesaksian kasih dalam keluarga menjadi bentuk pengajaran rohani yang paling kuat.

Kelekatan yang aman tidak membuat anak manja, tetapi justru menolong mereka menjadi mandiri secara sehat. Anak yang merasa aman tidak perlu mencari validasi berlebihan dari luar.

Attachment menolong anak memiliki batasan yang sehat dalam relasi. Mereka belajar membedakan kasih yang sejati dan relasi yang merusak. Ini menjadi perlindungan penting di masa remaja dan dewasa.

Dalam keluarga Kristen, *attachment* juga terwujud melalui doa bersama dan ibadah keluarga yang hangat. Bukan formalitas, melainkan momen kehadiran Tuhan yang nyata dan penuh kasih.

Ketika anak melihat orang tua berdoa dengan tulus, bukan sempurna, mereka belajar bahwa Tuhan dekat dan peduli. Relasi dengan Allah tumbuh seiring dengan relasi yang aman di rumah.

Attachment yang menyelamatkan bukan tentang teknik, tetapi tentang hati. Hati yang mau hadir, mau belajar, dan mau diubah oleh kasih Tuhan.

Tidak ada keluarga tanpa luka. Namun keluarga yang mau membangun kelekatan adalah keluarga yang memberi ruang bagi pemulihan.

Attachment adalah bahasa kasih yang Tuhan pakai untuk menyatakan diri-Nya kepada anak-anak melalui orang tua. Lewat pelukan, perhatian, dan kesetiaan, anak belajar bahwa kasih itu nyata.

Dan ketika *attachment* itu terbangun, anak bukan hanya bertumbuh menjadi pribadi yang sehat, tetapi juga memiliki fondasi kuat untuk mengenal dan mengasihi Tuhan sepanjang hidupnya.

Susanna Wesley adalah ibu dari 19 anak, 10 orang yang hidup, termasuk John Wesley yang kemudian menjadi salah satu tokoh kebangunan rohani terbesar dalam sejarah gereja. Kehidupan keluarga mereka tidak mudah. Mereka sering menghadapi kesulitan ekonomi, tekanan pelayanan dari suaminya yang adalah seorang pendeta, serta tanggung jawab besar dalam membesarkan anak-anak dalam kondisi

yang serba terbatas. Rumah mereka bukanlah tempat yang bebas dari tekanan, tetapi justru di tengah keterbatasan itulah Susanna memilih untuk membangun sesuatu yang jauh lebih berharga: fondasi hati anak-anaknya.

Susanna memiliki keyakinan yang sangat kuat bahwa masa kanak-kanak adalah masa pembentukan jiwa. Ia percaya bahwa apa yang ditanamkan pada usia dini akan membentuk arah hidup anak di masa depan. Karena itu, meskipun ia sangat sibuk, ia membuat komitmen pribadi untuk menyediakan waktu khusus secara bergiliran dengan setiap anaknya. Dalam waktu-waktu pribadi itu, ia tidak hanya mengajar, tetapi juga mendengar hati anaknya, memahami pergumulan mereka, dan berdoa bersama mereka secara pribadi. Anak-anaknya merasa bahwa mereka bukan sekadar bagian dari keluarga besar, tetapi pribadi yang berharga di mata ibunya.

Susanna juga dikenal karena konsistensinya dalam membangun disiplin yang penuh kasih. Ia mengajarkan ketaatan, tetapi tidak melalui kekerasan atau ketakutan. Ia memimpin dengan ketegasan yang disertai kasih, sehingga anak-anaknya belajar bahwa disiplin bukanlah penolakan, tetapi bentuk perhatian. Ia menciptakan lingkungan rumah yang stabil secara emosional, di mana anak-anak merasa aman, diterima, dan diarahkan.

Ia tidak hanya mengajar melalui kata-kata, tetapi melalui teladan hidup yang nyata. Anak-anaknya melihat bagaimana ibunya tetap setia berdoa di tengah kesulitan, tetap sabar dalam tekanan, dan tetap mengasihi tanpa syarat. Bahkan ada kisah terkenal bahwa ketika Susanna menutupi kepalanya dengan celemek dan duduk diam, anak-anaknya

tahu bahwa itu adalah waktu ibunya berdoa, dan mereka belajar menghormati momen itu. Tanpa disadari, anak-anaknya sedang belajar bahwa Tuhan adalah bagian nyata dari kehidupan sehari-hari.

Rumah mereka menjadi tempat pertama anak-anak mengenal Tuhan, bukan sebagai konsep yang jauh, tetapi sebagai Pribadi yang nyata dalam kehidupan keluarga mereka. Iman bukan hanya diajarkan, tetapi dialami. Relasi antara ibu dan anak menjadi jembatan bagi anak-anak untuk memahami kasih Tuhan.

Kelekatan emosional dan rohani yang dibangun Susanna sejak usia dini menjadi fondasi yang sangat kuat dalam kehidupan anak-anaknya, khususnya John Wesley. Ketika John bertumbuh dan menghadapi berbagai tantangan, fondasi itu tetap tinggal di dalam hatinya. Ia tidak hanya memiliki pengetahuan tentang Tuhan, tetapi juga pengalaman relasi yang nyata dengan kasih dan kepemimpinan yang sehat.

John Wesley bertumbuh dengan identitas yang jelas dan iman yang kokoh. Ia kemudian menjadi pemimpin gerakan Methodis, sebuah kebangunan rohani yang membawa perubahan besar di Inggris dan berdampak ke seluruh dunia. Pelayanannya menjangkau ribuan orang dan membentuk sejarah kekristenan secara signifikan.

Menariknya, John Wesley sendiri kemudian mengakui betapa besar pengaruh ibunya dalam hidupnya. Ia tidak hanya mewarisi ajaran, tetapi juga mewarisi fondasi hati yang dibangun melalui relasi yang penuh kasih dan konsistensi sejak masa kecilnya.

Kisah ini menunjukkan bahwa investasi emosional dan rohani sejak usia dini tidak pernah sia-sia. Apa yang dibangun dalam kesunyian rumah, dalam doa-doa sederhana, dalam percakapan-percakapan kecil, dan dalam kehadiran yang setia, dapat membentuk arah hidup seorang anak secara mendalam dan jangka panjang.

Ini juga menjadi pengingat bahwa orang tua tidak perlu sempurna untuk membentuk anak yang kuat. Yang dibutuhkan adalah kesetiaan, kehadiran, dan kasih yang konsisten. Fondasi yang dibangun sejak usia dini dapat menjadi jangkar yang menjaga anak tetap berdiri, bahkan ketika ia menghadapi badai kehidupan di masa depan.

“Salah satu hadiah terbesar yang dapat Anda berikan kepada anak adalah kehadiran Anda.”

(Gary Chapman)

PENGASUHAN BERDASARKAN TAHAP USIA

Usia 0 – 2 Tahun: Membangun Rasa Aman

Pada usia 0–2 tahun, anak sedang belajar satu hal utama: apakah dunia ini aman. Tangisan bayi bukan manipulasi, melainkan bahasa kebutuhan. Ketika orang tua merespons dengan cepat dan penuh kasih, anak belajar bahwa ia berharga dan diperhatikan.

Sentuhan, pelukan, suara lembut, dan konsistensi kehadiran sangat penting di fase ini. Banyak orang tua keliru menganggap bayi “belum mengerti apa-apa”, padahal justru di usia inilah fondasi rasa aman sedang dibangun. Mazmur 139:13–16 mengingatkan bahwa Tuhan sudah mengenal dan

memperhatikan manusia sejak dalam kandungan—sebuah teladan bagi orang tua untuk menghargai kehidupan anak sejak awal.

Usia 0–2 tahun sering dianggap fase yang “belum penting” karena anak belum bisa berbicara atau memahami instruksi. Padahal justru di masa inilah dasar paling penting dalam hidup manusia sedang dibentuk: rasa aman.

Rasa aman bukan diajarkan lewat kata-kata, tetapi dialami lewat relasi. Anak belajar tentang dunia bukan dari penjelasan, melainkan dari bagaimana dunia memperlakukan dirinya setiap hari. Misalnya ketika bayi menangis lalu direspons dengan cepat dan lembut, ia sedang belajar satu pesan penting: “Aku tidak sendirian.” Sebaliknya, ketika tangisan diabaikan terus-menerus, anak belajar bahwa kebutuhan bisa tidak dipedulikan.

Tangisan bayi bukan tanda manja, melainkan bahasa pertama. Ia menangis karena lapar, tidak nyaman, takut, kesepian, atau lelah. Respons orang tua terhadap tangisan inilah yang membentuk pola kelekatan awal.

Sentuhan fisik memiliki peran besar di usia ini. Pelukan, menggendong, menimang, dan kontak kulit ke kulit menenangkan sistem saraf anak. Tubuh anak belajar relaks karena merasa aman.

Suara orang tua juga menjadi jangkar emosional. Nada suara yang lembut memberi rasa tenteram, sementara suara keras dan kasar bisa menimbulkan kecemasan, bahkan sejak usia sangat dini.

Kehadiran emosional berarti orang tua benar-benar hadir, bukan sekadar secara fisik. Menggendong bayi sambil

sibuk dengan ponsel berbeda dampaknya dengan menggondong sambil memberi perhatian penuh.

Di usia ini, konsistensi sangat penting. Pola tidur, makan, dan rutinitas harian membantu anak merasa dunia bisa diprediksi. Dunia yang dapat diprediksi terasa aman bagi anak kecil. Perubahan yang terlalu sering, tanpa transisi yang jelas, dapat membuat anak gelisah. Karena itu, keteraturan bukan soal disiplin kaku, tetapi tentang menciptakan rasa aman.

Kesalahan umum dalam pengasuhan usia ini adalah membandingkan bayi satu dengan yang lain. Setiap anak unik dan memiliki kebutuhan berbeda. Tidak ada standar tunggal untuk semua anak.

Kesalahan lain adalah menganggap bayi terlalu kecil untuk merasakan emosi. Padahal emosi justru mulai terbentuk jauh sebelum kemampuan berpikir logis berkembang. Anak mungkin tidak mengingat peristiwa masa bayi secara sadar, tetapi tubuh dan emosinya menyimpan pengalaman itu. Rasa aman atau tidak aman akan muncul kembali di kemudian hari dalam bentuk kepribadian.

Bagi orang tua yang harus bekerja, membangun rasa aman tetap mungkin dilakukan. Yang dibutuhkan bukan kesempurnaan, melainkan kehadiran yang konsisten dan penuh kasih saat bersama anak.

Perpisahan yang sehat juga perlu dilatih sejak dini. Orang tua dapat menenangkan anak sebelum berpisah dan memastikan anak merasa ditinggalkan di lingkungan yang aman dan penuh kasih.

Pengasuh, kakek-nenek, atau penitipan anak perlu sejalan dengan nilai pengasuhan orang tua. Konsistensi respons sangat membantu anak membangun rasa aman meski diasuh oleh lebih dari satu orang.

Peran ayah di usia ini sering dianggap sekunder, padahal kehadiran ayah sangat penting. Sentuhan dan suara ayah juga membentuk kelekatan yang kuat dan unik. Bagi ibu yang mengalami kelelahan, baby blues, atau depresi pasca melahirkan, membangun rasa aman bisa terasa berat. Di sinilah pentingnya dukungan suami, keluarga, dan komunitas.

Mengakui keterbatasan bukan tanda kegagalan, melainkan langkah awal pemulihan. Anak tidak membutuhkan orang tua sempurna, tetapi orang tua yang mau mencari pertolongan.

Doa sederhana yang diucapkan sambil menggendong anak adalah bentuk pengasuhan rohani pertama. Anak mungkin belum mengerti kata-kata, tetapi merasakan damai dari hadirat Tuhan.

Mazmur 139:13–16 mengingatkan bahwa Allah terlibat sejak awal kehidupan manusia. Ia membentuk, mengenal, dan memperhatikan setiap anak secara pribadi. Ketika orang tua meneladani kepedulian Allah ini, mereka sedang menjadi perpanjangan tangan kasih Tuhan bagi anak-anak mereka.

Pengasuhan usia 0–2 tahun bukan tentang stimulasi berlebihan atau pencapaian perkembangan tercepat, melainkan tentang membangun dasar yang kokoh. Anak yang merasa aman akan lebih siap belajar, menjelajah, dan berelasi di tahap berikutnya. Rasa aman menjadi fondasi bagi keberanian dan kemandirian. Sebaliknya, rasa aman yang

rapuh sering membuat anak sulit percaya, mudah cemas, atau terlalu melekat di kemudian hari.

Apa yang ditanam di usia ini mungkin tidak langsung terlihat, tetapi dampaknya sangat panjang. Inilah investasi relasi yang hasilnya baru dipanen bertahun-tahun kemudian. Karena itu, pengasuhan di usia 0–2 tahun adalah panggilan yang sangat mulia. Di tangan orang tua, Tuhan sedang membentuk hati seorang manusia.

Ketika rasa aman ditanam dengan kasih, anak bukan hanya bertumbuh sehat secara emosional, tetapi juga memiliki dasar yang kuat untuk mengenal Allah sebagai Bapa yang baik dan penuh kasih.

“Jika Anda ingin mengubah dunia, pulanglah dan kasihi keluarga Anda.” (Mother Teresa)

Usia 3–6 Tahun: Menanam Nilai dan Batas

Memasuki usia 3–6 tahun, anak mulai mengeksplorasi dunia dengan lebih aktif. Mereka ingin tahu, banyak bertanya, dan mulai menguji batas. Di fase ini, kasih dan ketegasan harus berjalan bersama. Anak membutuhkan aturan yang jelas, tetapi juga kehangatan yang menenangkan.

Mengajar nilai tidak selalu melalui ceramah, melainkan melalui kehidupan sehari-hari: bagaimana orang tua berbicara, menyelesaikan konflik, meminta maaf, dan bersyukur. Ulangan 6:6–7 menegaskan bahwa firman Tuhan diajarkan “ketika engkau duduk, berjalan, berbaring, dan bangun” —dalam keseharian, bukan hanya momen formal.

Pada usia 3–6 tahun, anak mulai menyadari bahwa dirinya adalah pribadi yang terpisah dari orang tuanya. Ia

memiliki kehendak, keinginan, dan pendapat sendiri. Kalimat seperti “aku mau”, “tidak mau”, atau “kenapa harus begitu?” menjadi sangat akrab di telinga orang tua. Ini bukan tanda pembangkangan semata, melainkan proses alami pembentukan identitas diri.

Di fase ini, anak belajar bahwa dunia memiliki aturan. Ia mulai memahami bahwa tidak semua keinginannya dapat dipenuhi, dan bahwa ada konsekuensi dari setiap pilihan. Karena itu, peran orang tua sangat krusial sebagai penuntun yang sabar, bukan penguasa yang menekan, maupun teman yang membiarkan tanpa arah.

Kasih tanpa batasan akan melahirkan anak yang bingung dan merasa tidak aman. Sebaliknya, batasan tanpa kasih akan menciptakan anak yang takut, memberontak, atau menutup diri. Anak usia 3–6 tahun membutuhkan keduanya berjalan seimbang—kasih yang menerima dan batas yang menuntun.

Batasan yang sehat membantu anak memahami mana yang benar dan salah. Aturan sederhana seperti waktu tidur, cara berbicara, berbagi dengan teman, dan menghormati orang lain menjadi sarana penting untuk menanamkan nilai. Bukan aturan yang banyak, tetapi aturan yang konsisten dan dijalankan dengan penuh kasih.

Konsistensi menjadi kunci utama. Anak akan bingung bila hari ini suatu perilaku dibiarkan, tetapi besok dimarahi untuk hal yang sama. Ketika orang tua sepakat dan konsisten, anak belajar bahwa aturan bukan soal suasana hati, melainkan nilai yang dijaga bersama.

Di usia ini, anak juga belajar melalui peniruan. Apa yang ia lihat jauh lebih berpengaruh daripada apa yang ia

dengar. Orang tua yang berkata “jangan berteriak” tetapi sering berteriak, tanpa sadar sedang mengajarkan hal yang bertentangan.

Karena itu, pengasuhan di usia 3–6 tahun sering kali lebih menantang bagi orang tua daripada bagi anak. Anak sedang belajar, tetapi orang tua juga sedang diuji: diuji kesabarannya, emosinya, dan kedewasaan rohaninya.

Konflik kecil sehari-hari—seperti anak menolak mandi, tantrum di tempat umum, atau sulit berbagi—sebenarnya adalah ruang pembelajaran. Di sanalah nilai tentang kesabaran, pengendalian diri, dan komunikasi mulai ditanamkan, bukan hanya pada anak, tetapi juga pada orang tua.

Penting disadari bahwa disiplin bukanlah hukuman. Disiplin adalah proses mengajar. Tujuannya bukan membuat anak takut, tetapi membantu anak memahami dampak dari tindakannya dan belajar bertanggung jawab.

Dalam memberi disiplin, nada suara, ekspresi wajah, dan sikap hati orang tua sangat menentukan. Teguran yang disampaikan dengan marah dan merendahkan akan melukai, sementara teguran yang tegas namun penuh hormat akan membangun.

Anak usia 3–6 tahun juga mulai mengembangkan empati, meskipun masih sangat sederhana. Orang tua dapat menolong proses ini dengan kalimat seperti, “Kalau kamu diperlakukan begitu, bagaimana perasaanmu?” atau “Menurutmu, temanmu sedih tidak?”

Melalui percakapan sederhana, anak belajar mengenali emosi—emosi dirinya dan emosi orang lain. Ini menjadi dasar

penting bagi kecerdasan emosional di masa depan, termasuk kemampuan membangun relasi yang sehat.

Di usia ini, pengenalan akan Tuhan juga mulai bermakna. Anak mungkin belum memahami konsep teologis yang rumit, tetapi ia bisa mengenal Tuhan sebagai Pribadi yang mengasihi, melindungi, dan hadir dalam hidupnya.

Doa-doa sederhana sebelum tidur, cerita Alkitab yang disampaikan dengan bahasa anak, dan ucapan syukur atas hal-hal kecil menjadi cara alami menanamkan iman. Tuhan diperkenalkan bukan sebagai sosok yang menakutkan, tetapi sebagai Bapa yang baik.

Rumah menjadi “gereja pertama” bagi anak. Cara orang tua berbicara tentang Tuhan, menyebut nama Tuhan, dan bersandar pada Tuhan dalam keseharian akan membentuk gambaran anak tentang iman.

Di sisi lain, orang tua juga perlu realistis. Tidak ada pengasuhan yang sempurna. Akan ada hari-hari ketika orang tua kehilangan kesabaran, berkata terlalu keras, atau bereaksi berlebihan. Di momen seperti inilah, keteladanan justru dapat muncul melalui kerendahan hati. Ketika orang tua mau meminta maaf kepada anak, anak belajar bahwa mengakui kesalahan bukanlah kelemahan. Ia belajar bahwa relasi dipulihkan melalui kejujuran dan kasih, bukan melalui gengsi.

Usia 3–6 tahun juga sering disebut sebagai masa “menyerap nilai”. Nilai tentang kejujuran, tanggung jawab, kerja sama, dan rasa hormat mulai tertanam, bahkan ketika anak belum bisa mengungkapkannya dengan kata-kata yang matang.

Karena itu, orang tua perlu berhati-hati terhadap lingkungan yang membentuk anak—baik dari tontonan, permainan, maupun pergaulan. Bukan untuk mengisolasi anak, tetapi untuk memastikan nilai yang ia serap selaras dengan iman dan karakter yang ingin dibangun.

Di tengah kesibukan dan tekanan hidup, pengasuhan di usia ini sering terasa melelahkan. Namun, justru di fase inilah investasi jangka panjang sedang dilakukan. Apa yang ditanam hari ini mungkin belum langsung terlihat hasilnya, tetapi akan berbuah di waktu yang tepat.

Ulangan 6:6–7 mengingatkan bahwa pendidikan iman terjadi dalam keseharian. Nilai ditanam bukan lewat satu momen besar, melainkan melalui ribuan momen kecil yang berulang.

Ketika orang tua setia menjalani proses ini, rumah menjadi tempat yang aman sekaligus membentuk. Anak belajar bahwa ia dikasihi, tetapi juga diarahkan. Diterima apa adanya, tetapi juga dipanggil untuk bertumbuh.

Pada akhirnya, tujuan pengasuhan di usia 3–6 tahun bukanlah menghasilkan anak yang “selalu patuh”, melainkan anak yang mengenal batas, memahami nilai, dan merasa aman dalam kasih orang tuanya.

Inilah fondasi penting sebelum anak melangkah ke fase berikutnya. Ketika nilai dan batas ditanam dengan kasih, anak akan lebih siap menghadapi dunia yang lebih luas—dengan hati yang kuat, iman yang bertunas, dan karakter yang mulai terbentuk.

Dan di tengah semua proses ini, orang tua pun kembali belajar makna menjadi “kita”: bukan hanya sebagai

pasangan, tetapi sebagai tim yang dipakai Tuhan untuk membentuk satu kehidupan kecil yang dipercayakan kepada mereka.

“Lebih mudah membangun anak yang kuat daripada memperbaiki orang dewasa yang terluka.”

(Frederick Douglass)

Usia 7–9 Tahun: Tanggung Jawab dan Empati

Di usia ini, anak mulai memahami sebab-akibat. Mereka belajar bertanggung jawab, bekerja sama, dan berempati. Orang tua perlu berhati-hati agar tidak membandingkan anak dengan anak lain, karena perbandingan sering kali melukai harga diri dan menumbuhkan kepahitan.

Kolose 3:21 mengingatkan para orang tua agar tidak menyakiti hati anak-anaknya, supaya mereka jangan tawar hati. Disiplin yang sehat bertujuan membangun, bukan melampiaskan emosi orang tua.

Memasuki usia 7–9 tahun, anak mulai menunjukkan perubahan yang cukup signifikan. Cara berpikir mereka menjadi lebih logis, pertanyaan mereka lebih mendalam, dan kepekaan sosial mulai berkembang. Anak tidak lagi sekadar bereaksi, tetapi mulai memikirkan alasan di balik suatu aturan atau keputusan.

Di fase ini, anak mulai memahami konsep sebab-akibat dengan lebih jelas. Mereka mulai menyadari bahwa pilihan membawa konsekuensi. Karena itu, pengasuhan perlu diarahkan untuk menolong anak belajar bertanggung jawab, bukan sekadar takut pada hukuman.

Tanggung jawab tidak lahir dari tekanan, melainkan dari kepercayaan. Ketika orang tua memberi anak tanggung jawab kecil—merapikan tempat tidur, menjaga barang sendiri, atau menyelesaikan tugas sekolah—anak belajar bahwa ia dipercaya dan mampu.

Namun, tanggung jawab juga perlu disertai pendampingan. Anak usia ini masih membutuhkan arahan, pengingat, dan dukungan. Menuntut kemandirian penuh tanpa bimbingan justru dapat membuat anak merasa terbebani atau gagal.

Selain tanggung jawab, empati menjadi aspek penting yang mulai berkembang. Anak mulai mampu memahami perasaan orang lain, meski belum selalu mampu merespons dengan tepat. Mereka belajar bahwa tindakannya dapat melukai atau menguatkan orang lain.

Orang tua berperan besar dalam menumbuhkan empati ini. Cara orang tua berbicara tentang orang lain, menyikapi konflik, atau menanggapi kesalahan anak akan membentuk cara anak memandang sesama.

Ketika orang tua meremehkan, mempermalukan, atau membandingkan anak dengan orang lain, pesan yang diterima anak bukanlah motivasi, melainkan luka. Perbandingan sering kali menumbuhkan rasa tidak cukup, iri hati, atau kepahitan yang tersembunyi.

Disiplin yang sehat bertujuan membangun karakter, bukan melampiaskan emosi orang tua. Ketika disiplin dilakukan dalam kemarahan, anak lebih mudah menangkap emosi daripada nilai yang ingin diajarkan.

Anak usia 7–9 tahun juga mulai peka terhadap ketidakadilan. Mereka akan protes ketika merasa diperlakukan tidak adil, baik di rumah maupun di sekolah. Di sinilah orang tua perlu belajar mendengar, bukan langsung menghakimi.

Mendengarkan tidak berarti selalu menyetujui, tetapi memberi ruang bagi anak untuk merasa dihargai. Ketika anak merasa didengar, ia lebih mudah menerima koreksi dan arahan.

Di fase ini, anak juga mulai membandingkan dirinya dengan teman-temannya. Prestasi akademik, kemampuan sosial, dan penerimaan lingkungan menjadi hal yang sensitif. Orang tua perlu menegaskan bahwa nilai anak tidak ditentukan oleh pencapaian semata.

Pujian yang sehat di usia ini bukan hanya tentang hasil, tetapi juga tentang proses. Menghargai usaha, ketekunan, dan sikap akan menolong anak membangun identitas yang lebih kokoh.

Kegagalan pun menjadi bagian penting dari pembelajaran. Anak perlu diajar bahwa gagal bukan akhir segalanya, melainkan kesempatan untuk belajar dan bertumbuh. Cara orang tua merespons kegagalan anak akan membentuk cara anak menghadapi kegagalan di masa depan.

Dalam konteks iman, usia 7–9 tahun adalah masa di mana anak mulai bertanya lebih serius tentang Tuhan. Mereka mulai ingin tahu bukan hanya “apa”, tetapi “mengapa”. Ini adalah kesempatan emas untuk membangun iman yang lebih personal.

Doa bersama, diskusi sederhana tentang firman Tuhan, dan teladan hidup sehari-hari menjadi sarana penting untuk menolong anak mengenal Tuhan secara nyata, bukan hanya sebagai konsep.

Anak juga mulai belajar tentang keadilan, kejujuran, dan tanggung jawab moral. Ketika orang tua berlaku adil dan konsisten, anak belajar bahwa nilai-nilai tersebut bukan sekadar teori.

Namun, orang tua juga perlu menyadari bahwa mereka sendiri masih dalam proses bertumbuh. Tidak jarang respons orang tua dipengaruhi oleh luka masa lalu, tekanan pekerjaan, atau kelelahan emosional.

Karena itu, pengasuhan di usia ini menuntut kerendahan hati orang tua untuk terus belajar, meminta hikmat Tuhan, dan bersedia dikoreksi.

Ketika orang tua gagal, momen pemulihan menjadi sangat penting. Permintaan maaf yang tulus dari orang tua dapat menjadi pelajaran empati yang jauh lebih kuat daripada seribu nasihat.

Anak usia 7–9 tahun sedang belajar menyeimbangkan kebebasan dan tanggung jawab. Mereka ingin dipercaya, tetapi masih membutuhkan batasan. Tugas orang tua adalah menjaga keseimbangan ini dengan bijaksana.

Tujuan pengasuhan di fase ini bukan hanya membentuk anak yang “berprestasi”, tetapi anak yang memiliki hati yang peka, bertanggung jawab, dan mampu mengasihi sesama.

Ketika tanggung jawab dan empati ditanamkan bersama, anak akan bertumbuh menjadi pribadi yang tidak

hanya cakap secara akademis, tetapi juga matang secara emosional dan rohani.

Dan sekali lagi, dalam proses ini, orang tua diingatkan bahwa membesarkan anak bukanlah proyek individu. Ini adalah panggilan “kita”—suami dan istri yang berjalan bersama, saling menopang, dan terus bergantung pada anugerah Tuhan.

“Didiklah anak di jalan yang benar—tetapi pastikan Anda sendiri berjalan di jalan itu.” (Charles Spurgeon)

TANTANGAN NYATA DALAM PENGASUHAN

Ketika Anak Belum Sekolah, Tapi Kedua Orang Tua Bekerja

Bagi banyak pasangan muda, realitas hidup sering kali tidak seideal yang dibayangkan. Ketika anak masih kecil dan belum masuk sekolah, sementara kedua orang tua harus bekerja, muncul dilema yang tidak sederhana. Di satu sisi ada tuntutan ekonomi dan tanggung jawab pekerjaan, di sisi lain ada kerinduan untuk hadir penuh bagi anak.

Tidak sedikit orang tua yang hidup dengan rasa bersalah. Setiap kali meninggalkan anak di rumah bersama pengasuh, kakek-nenek, atau *daycare*, hati mereka dipenuhi pertanyaan: “Apakah aku orang tua yang egois?” atau “Apakah anakku akan merasa ditinggalkan?”

Rasa bersalah ini manusiawi. Ia muncul karena kasih. Namun, rasa bersalah yang tidak dikelola dengan sehat justru dapat melumpuhkan dan membuat orang tua kehilangan sukacita dalam menjalani peran mereka.

Penting untuk disadari bahwa bekerja bukanlah dosa, dan mencari nafkah juga merupakan bagian dari tanggung jawab orang tua. Alkitab pun menghargai kerja sebagai bagian dari panggilan hidup manusia. Yang menjadi persoalan bukan sekadar bekerja atau tidak, tetapi bagaimana orang tua tetap hadir secara bermakna.

Dalam kondisi ini, peran pengasuh, kakek-nenek, atau *daycare* sering kali menjadi solusi praktis. Mereka membantu memenuhi kebutuhan fisik anak ketika orang tua tidak bisa hadir secara langsung sepanjang hari.

Namun, orang tua perlu berhati-hati agar tidak sepenuhnya menyerahkan peran pengasuhan nilai kepada pihak lain. Siapa pun yang merawat anak, nilai utama tetap harus datang dari orang tua.

Pengasuh bisa membantu menjaga, memberi makan, atau menemani bermain, tetapi pembentukan nilai, kelekatan emosional utama, dan arah rohani tetap menjadi tanggung jawab ayah dan ibu.

Karena itu, penting bagi orang tua untuk memilih pengasuh atau tempat penitipan yang sejalan dengan nilai keluarga. Bukan hanya soal keamanan, tetapi juga soal sikap, cara bicara, dan perlakuan terhadap anak.

Komunikasi yang jelas antara orang tua dan pengasuh sangat diperlukan. Orang tua perlu menyampaikan nilai-nilai yang ingin ditanamkan, kebiasaan yang dijaga, serta batasan yang harus dihormati.

Selain itu, orang tua juga perlu terus terlibat, bukan sekadar “menitipkan”. Bertanya tentang keseharian anak,

memperhatikan perubahan emosi, dan tetap menjadi figur utama dalam hidup anak adalah hal yang krusial.

Di sinilah prinsip penting perlu dipegang: kehadiran orang tua tidak diukur dari durasi semata, tetapi dari kualitas. *Quality time* yang disengaja dapat menjadi pengganti waktu yang terbatas. *Quality time* bukan berarti harus lama atau mahal. Duduk bersama tanpa gawai, mendengarkan cerita anak, memeluk, dan memberi perhatian penuh selama beberapa menit dapat berdampak sangat besar.

Rutinitas pulang kerja juga bisa menjadi momen membangun koneksi. Cara orang tua menyapa anak sepulang kerja—dengan senyum, sentuhan, dan sapaan hangat—memberi pesan bahwa anak adalah prioritas. Sebaliknya, pulang dengan wajah lelah, emosi meledak, atau langsung sibuk dengan ponsel dapat membuat anak merasa diabaikan, meski orang tua secara fisik ada di rumah.

Ritual sederhana seperti makan malam bersama, doa sebelum tidur, atau membaca cerita Alkitab dapat menjadi jangkar emosional yang kuat bagi anak.

Dalam semua ini, keselarasan antara ayah dan ibu sangat penting. Anak membutuhkan pesan yang konsisten, bukan aturan yang berubah-ubah tergantung siapa yang sedang lelah atau sibuk.

Ketika ayah dan ibu tidak sejalan, anak menjadi bingung dan merasa tidak aman. Karena itu, komunikasi pasangan menjadi fondasi utama pengasuhan yang sehat.

Pengkhotbah 4:9–10 mengingatkan bahwa dua orang lebih baik daripada satu, karena mereka mendapat upah yang baik dalam jerih payah mereka. Jika yang satu jatuh, yang lain

dapat menolongnya bangun. Ayat ini sangat relevan bagi pasangan orang tua bekerja. Ketika salah satu merasa lelah atau bersalah, yang lain dipanggil untuk menguatkan, bukan menghakimi. Kerja sama dalam pengasuhan berarti saling menopang, saling memahami keterbatasan, dan saling mengingatkan tujuan bersama.

Anak tidak membutuhkan orang tua yang sempurna, tetapi orang tua yang mau hadir dengan hati. Ketulusan jauh lebih berpengaruh daripada idealisme yang tidak realistis.

Ada kalanya orang tua perlu mengampuni diri sendiri. Menyadari bahwa mereka melakukan yang terbaik dalam keterbatasan adalah langkah penting menuju pengasuhan yang sehat. Ketika orang tua berdamai dengan realitas hidup mereka, anak pun akan merasakan keamanan emosional yang lebih besar.

Di tengah kesibukan dan tantangan, orang tua diingatkan bahwa Tuhan adalah rekan kerja yang setia dalam membesarkan anak. Ia melihat setiap air mata, doa, dan usaha yang sering kali tidak terlihat.

Dan ketika ayah dan ibu berjalan bersama—bukan saling menyalahkan, tetapi saling menolong—anak akan belajar satu pelajaran penting sejak dini: bahwa kasih dan kerja sama adalah fondasi rumah yang kokoh.

Daniel (Nama Samaran) dan **Maria** (Nama Samaran) adalah pasangan muda yang keduanya bekerja penuh waktu. Ketika anak mereka, Lucas, lahir, hidup mereka berubah secara drastis. Sukacita menjadi orang tua bercampur dengan pergumulan batin yang tidak mudah. Mereka bersyukur atas kehadiran anak itu, tetapi juga diliputi rasa bersalah karena tidak bisa selalu berada di sisinya sepanjang hari.

Lucas diasuh oleh seorang pengasuh di siang hari karena tuntutan pekerjaan. Setiap pagi ketika Maria harus berangkat kerja dan meninggalkan Lucas yang masih kecil, hatinya sering terasa berat. Ia bertanya dalam diam apakah anaknya akan merasa ditinggalkan, apakah anaknya akan merasa lebih dekat dengan pengasuh daripada dengan dirinya sendiri. Perasaan itu membuatnya sering diliputi kecemasan dan kesedihan.

Daniel pun mengalami pergumulan yang sama, meskipun ia jarang mengungkapkannya. Ia bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan keluarga, tetapi di dalam hatinya ia takut kehilangan kedekatan dengan anaknya. Ia tidak ingin menjadi ayah yang hanya hadir sebagai penyedia, tetapi tidak hadir sebagai pribadi yang dikenal oleh anaknya.

Namun mereka memutuskan untuk tidak menyerah pada rasa bersalah. Mereka menyadari bahwa meskipun mereka tidak bisa selalu hadir secara fisik sepanjang hari, mereka masih bisa hadir secara emosional dengan sengaja dan konsisten. Mereka mulai membangun kebiasaan-kebiasaan kecil yang menjadi jembatan relasi.

Setiap pagi sebelum berangkat kerja, Maria selalu meluangkan waktu beberapa menit untuk memeluk Lucas, menatap matanya, dan berbicara dengan lembut. Ia tidak ingin pergi dengan terburu-buru tanpa koneksi. Ia ingin Lucas merasakan bahwa ia dikasihi, bukan ditinggalkan.

Setiap malam, Daniel dan Maria menyediakan waktu khusus bersama Lucas. Mereka tidak langsung sibuk dengan urusan rumah atau pekerjaan lain. Mereka bermain bersama, tertawa bersama, dan memberi perhatian penuh. Mereka

membaca cerita sebelum tidur, berdoa bersama, dan menciptakan rutinitas yang membuat Lucas merasa aman.

Mereka juga berusaha hadir secara emosional, bukan hanya secara fisik. Ketika Lucas menangis, mereka tidak hanya mencoba menghentikan tangisannya, tetapi berusaha memahami apa yang ia rasakan. Ketika Lucas mulai bertumbuh dan belajar berbicara, mereka mendengarnya dengan penuh perhatian, meskipun ceritanya sederhana.

Hari-hari itu mungkin tampak biasa. Tidak ada momen besar yang dramatis. Namun melalui konsistensi kecil setiap hari, sebuah fondasi sedang dibangun—fondasi kelekatan, kepercayaan, dan rasa aman.

Seiring waktu, Daniel dan Maria mulai melihat buah dari investasi emosional mereka. Lucas bertumbuh menjadi anak yang memiliki rasa aman yang kuat. Ia menyambut orang tuanya dengan sukacita setiap kali mereka pulang. Ia mencari mereka ketika ia sedih, dan ia merasa nyaman berada di dekat mereka.

Lucas tidak menjadi anak yang menjauh secara emosional, meskipun ia diasuh oleh pengasuh di siang hari. Ia tahu siapa figur utamanya. Ia tahu kepada siapa ia melekat. Orang tuanya bukan hanya bagian dari hidupnya, tetapi pusat rasa amannya.

Daniel dan Maria juga menyadari bahwa kelekatan tidak dibangun melalui kehadiran tanpa henti, tetapi melalui kehadiran yang penuh makna. Mereka belajar bahwa beberapa jam yang penuh perhatian jauh lebih berharga daripada sepanjang hari yang penuh distraksi.

Ketika Lucas bertumbuh lebih besar, relasi itu tetap kuat. Ia tidak melihat orang tuanya sebagai orang asing, tetapi sebagai tempat pulang. Ia tidak meragukan kasih mereka, karena ia telah merasakannya secara konsisten sejak dini.

Kisah ini menunjukkan bahwa kualitas kehadiran lebih penting daripada jumlah waktu semata. Anak tidak hanya membutuhkan orang tua yang selalu ada secara fisik, tetapi orang tua yang benar-benar hadir secara emosional ketika mereka bersama. Bahkan di tengah kesibukan dan keterbatasan, kelekatan yang sehat tetap dapat dibangun melalui kasih yang disengaja, konsisten, dan tulus.

"Anak lebih mungkin mengikuti teladan Anda daripada nasihat Anda." (Howard Hendricks)

Peran Ayah Yang Sering Terlupakan

Dalam banyak budaya, termasuk di masyarakat kita, peran ayah sering kali dipersempit menjadi satu fungsi utama: pencari nafkah. Selama ayah bekerja keras, membawa pulang uang, dan memenuhi kebutuhan materi, ia dianggap sudah menjalankan tanggung jawabnya.

Tanpa disadari, cara pandang ini telah menghilangkan dimensi penting dari peran ayah dalam keluarga. Ayah bukan sekadar mesin ekonomi, melainkan figur relasional yang sangat menentukan perkembangan anak.

Alkitab tidak pernah membatasi peran ayah hanya pada urusan materi. Sejak awal, ayah dipanggil untuk terlibat secara aktif dalam kehidupan keluarga—secara emosional, rohani, dan relational.

Ketika ayah hanya hadir sebagai penyedia kebutuhan finansial, tetapi absen secara emosional, anak tetap bisa merasa lapar—bukan lapar akan makanan, melainkan lapar akan kehadiran, pengakuan, dan kasih.

Banyak anak tumbuh dengan rumah yang cukup, tetapi hati yang kosong. Mereka tidak kekurangan fasilitas, tetapi kehilangan figur ayah yang benar-benar mengenal mereka.

Kehadiran emosional ayah sangat berpengaruh dalam membentuk identitas anak. Dari ayah, anak belajar apakah dirinya berharga, diterima, dan layak dikasihi.

Cara ayah memandang anak—melalui kata-kata, sikap, dan perhatian—secara perlahan membentuk cara anak memandang dirinya sendiri. Pujian yang tulus dapat menumbuhkan kepercayaan diri, sementara kritik yang kasar dapat meninggalkan luka jangka panjang.

Bagi anak laki-laki, ayah menjadi cermin maskulinitas. Mereka belajar tentang tanggung jawab, pengendalian diri, keberanian, dan kerendahan hati melalui teladan ayahnya.

Bagi anak perempuan, ayah sering kali menjadi figur laki-laki pertama yang membentuk cara mereka memandang diri dan relasi di masa depan. Kehadiran ayah yang penuh kasih membantu anak perempuan memahami bahwa dirinya layak dihormati dan dicintai.

Ketika ayah jarang terlibat, anak bisa tumbuh dengan pertanyaan-pertanyaan batin yang tidak terjawab: “Apakah aku penting?” atau “Mengapa aku tidak cukup berharga untuk diperhatikan?”

Peran ayah juga sangat erat dengan pembentukan gambar Allah dalam diri anak. Banyak anak pertama kali mengenal konsep Allah sebagai Bapa melalui relasi mereka dengan ayah di rumah.

Jika figur ayah hadir dengan kasih, konsistensi, dan keadilan, anak lebih mudah memahami Allah sebagai Bapa yang baik. Sebaliknya, jika ayah kasar, dingin, atau tidak hadir, anak bisa membawa luka itu ke dalam relasinya dengan Tuhan.

Ini tidak berarti Allah dibatasi oleh pengalaman manusia, tetapi pengalaman dengan ayah sering menjadi jendela awal bagi anak untuk mengenal Allah.

Karena itu, peran ayah bukan hanya berdampak secara psikologis, tetapi juga rohani. Cara ayah mengasihi akan memengaruhi cara anak memahami kasih Allah.

Efesus 6:4 memberikan peringatan yang sangat relevan: “Dan kamu, bapa-bapa, janganlah bangkitkan amarah di dalam hati anak-anakmu, tetapi didiklah mereka di dalam ajaran dan nasihat Tuhan.”

Ayat ini menegaskan bahwa ayah memiliki tanggung jawab aktif dalam mendidik anak, bukan sekadar menyerahkannya kepada ibu atau lembaga pendidikan.

“Jangan membangkitkan amarah” berarti ayah dipanggil untuk mendidik tanpa kekerasan, tanpa penghinaan, dan tanpa sikap otoriter yang melukai jiwa anak. Sebaliknya, ayah dipanggil untuk membimbing dengan kesabaran, ketegasan yang penuh kasih, dan teladan hidup yang nyata.

Sayangnya, banyak ayah merasa canggung atau tidak percaya diri dalam peran ini. Mereka ingin terlibat, tetapi tidak tahu harus mulai dari mana. Ada ayah yang tumbuh tanpa figur ayah yang sehat, sehingga tidak memiliki model yang bisa diteladani. Ketidaktahuan ini sering kali membuat mereka memilih mundur.

Namun, menjadi ayah yang hadir bukan soal sempurna atau serba tahu. Ini soal kesediaan untuk belajar, mendengarkan, dan bertumbuh bersama anak.

Kehadiran ayah bisa dimulai dari hal-hal sederhana: meluangkan waktu bermain, mendengarkan cerita anak, berdoa bersama, atau sekadar menemani tanpa tergesa-gesa.

Anak tidak membutuhkan ayah yang hebat, tetapi ayah yang mau hadir. Kehadiran yang konsisten jauh lebih berharga daripada momen spektakuler yang jarang terjadi.

Ketika ayah berani terlibat, bukan hanya anak yang diubah, tetapi ayah itu sendiri. Banyak ayah menemukan pemulihan dan makna hidup melalui relasi yang dalam dengan anak-anak mereka.

Kehadiran ayah juga memperkuat ikatan pernikahan. Ketika ayah dan ibu berjalan bersama dalam pengasuhan, beban tidak dipikul sendiri-sendiri. Anak yang melihat ayah dan ibu bekerja sama akan belajar tentang cinta, kerja tim, dan saling menghormati.

Peran ayah adalah panggilan mulia yang tidak bisa digantikan sepenuhnya oleh siapa pun. Tidak oleh uang, jabatan, atau kesibukan pelayanan.

Ketika ayah memilih untuk hadir—secara emosional, rohani, dan relasional—ia sedang menanam benih yang dampaknya akan terasa jauh melampaui masa kanak-kanak.

Dan di tengah segala keterbatasan, Tuhan menyediakan kasih karunia bagi setiap ayah yang rindu bertumbuh. Tidak pernah terlambat untuk mulai hadir, belajar, dan mengasihi dengan lebih sungguh.

James Dobson, seorang psikolog Kristen terkenal dan pendiri pelayanan keluarga Focus on the Family, pernah menceritakan pengalaman masa kecilnya yang sangat membentuk hidupnya. Ia dibesarkan dalam keluarga seorang pendeta. Ayahnya adalah pria yang sangat mengasihi Tuhan dan melayani dengan sepenuh hati, tetapi konsekuensinya adalah ia sering bepergian untuk berkhotbah dan melayani jemaat di berbagai tempat. Secara fisik, ada banyak momen di mana ayahnya tidak selalu berada di rumah.

Sebagai seorang anak, James tentu merasakan kerinduan akan kehadiran ayahnya. Ada momen-momen ketika ia melihat keluarga lain memiliki ayah yang selalu hadir setiap hari, sementara ayahnya harus pergi melayani. Namun sesuatu yang sangat membekas dalam hatinya adalah sikap ayahnya ketika ia berada di rumah. Ayahnya tidak hanya hadir secara fisik, tetapi hadir secara emosional. Ia tidak sibuk dengan dunianya sendiri, tetapi benar-benar memberi perhatian penuh kepada anaknya.

Ayahnya meluangkan waktu untuk berbicara dengan James, menanyakan perasaannya, mendengarkan ceritanya, dan menunjukkan ketertarikan yang tulus pada hidupnya. Ia tidak hanya memberi instruksi, tetapi membangun relasi. Dalam momen-momen sederhana seperti duduk bersama,

berjalan bersama, atau berbicara sebelum tidur, James merasakan sesuatu yang sangat penting: ia merasa dilihat, didengar, dan dihargai.

Ayahnya juga menunjukkan kasih secara nyata melalui sikap, bukan hanya kata-kata. Ia menunjukkan penerimaan, kehangatan, dan perhatian yang konsisten. Hal-hal sederhana itu membangun rasa aman yang dalam di hati James. Ia tahu bahwa meskipun ayahnya tidak selalu hadir secara fisik, relasi mereka tetap kuat secara emosional.

James kemudian mengatakan bahwa ia tidak mengingat semua nasihat yang pernah diberikan ayahnya. Ia tidak mengingat semua percakapan mereka secara detail. Tetapi ia mengingat dengan jelas bagaimana ayahnya membuatnya merasa. Ia merasa dikasihi. Ia merasa penting. Ia merasa berharga. Perasaan itulah yang membentuk fondasi identitasnya.

Kehadiran emosional ayahnya menjadi jangkar yang memberi stabilitas dalam masa pertumbuhannya. Ia tidak merasa sendirian. Ia tidak merasa diabaikan. Ia memiliki figur ayah yang, meskipun sibuk, tetap membangun koneksi hati dengannya.

Pengalaman masa kecil itu memiliki dampak yang sangat besar dalam kehidupan James Dobson. Kehadiran emosional ayahnya membentuk rasa percaya diri, rasa aman, dan identitas dirinya. Ia bertumbuh dengan keyakinan bahwa dirinya berharga dan dikasihi. Fondasi ini kemudian memengaruhi cara pandanganya terhadap relasi, keluarga, dan pengasuhan.

Sebagai seorang dewasa, ia memahami bahwa anak tidak hanya membutuhkan penyedia kebutuhan fisik, tetapi

juga membutuhkan koneksi emosional yang kuat dengan orang tuanya, khususnya ayahnya. Ia menyadari bahwa attachment atau kelekatan emosional yang sehat adalah fondasi penting bagi kesehatan psikologis dan rohani seorang anak.

Pengalaman pribadinya mendorongnya untuk mendedikasikan hidupnya dalam membantu keluarga. Melalui pelayanan, konseling, dan buku-bukunya, ia mengajarkan bahwa kehadiran emosional orang tua adalah salah satu kebutuhan terdalam anak. Ia menekankan bahwa kualitas kehadiran jauh lebih penting daripada sekadar kuantitas waktu.

Kisah ini menunjukkan bahwa seorang ayah tidak harus selalu hadir setiap saat untuk membangun relasi yang kuat. Tetapi ketika ia hadir, ia perlu hadir dengan sepenuh hati. Anak mungkin akan melupakan banyak kata, tetapi ia tidak akan pernah melupakan bagaimana orang tuanya membuatnya merasa.

Kehadiran emosional ayah memberi rasa aman yang menjadi fondasi bagi kehidupan anak. Dari fondasi itulah anak bertumbuh dengan identitas yang kuat, hati yang sehat, dan kemampuan untuk membangun relasi yang sehat di masa depan.

"Aturan tanpa relasi akan menghasilkan pemberontakan."

(Josh McDowell)

Baby Blues dan Pergumulan Emosional Ibu

Kelahiran seorang anak sering digambarkan sebagai momen paling membahagiakan dalam hidup seorang

perempuan. Senyum, ucapan selamat, dan harapan besar menyertai hari-hari awal menjadi ibu. Namun di balik itu, ada realitas lain yang jarang dibicarakan dengan jujur.

Banyak ibu mengalami pergumulan emosional yang mendalam setelah melahirkan. Tangisan tanpa sebab yang jelas, perasaan sedih, cemas, lelah berlebihan, bahkan rasa kosong bisa muncul secara tiba-tiba. Inilah yang sering disebut sebagai *baby blues*.

Baby blues bukan tanda ibu kurang bersyukur atau kurang iman. Ia adalah kondisi emosional yang umum terjadi akibat perubahan hormon yang drastis, kelelahan fisik, kurang tidur, serta perubahan besar dalam ritme hidup.

Sebagian besar ibu akan mengalami *baby blues* dalam beberapa hari hingga minggu setelah melahirkan. Biasanya kondisi ini bersifat sementara dan dapat membaik dengan dukungan yang tepat. Namun, ada juga ibu yang mengalami depresi pascamelahirkan (*postpartum depression*), yang gejalanya lebih berat dan berlangsung lebih lama. Kondisi ini membutuhkan perhatian serius dan, dalam banyak kasus, bantuan profesional.

Sayangnya, banyak ibu tidak berani mengungkapkan apa yang mereka rasakan. Mereka takut dicap lemah, tidak siap menjadi ibu, atau bahkan dianggap tidak mengasahi anaknya.

Di sinilah stigma “ibu harus selalu kuat” menjadi beban yang sangat berat. Seolah-olah menjadi ibu berarti harus selalu bahagia, sabar, dan sanggup menghadapi segalanya tanpa keluhan.

Budaya dan bahkan lingkungan rohani kadang tanpa sadar memperkuat tekanan ini. Ibu yang menangis dianggap kurang berserah, ibu yang kelelahan dianggap kurang iman, dan ibu yang meminta bantuan dianggap gagal.

Padahal, menjadi ibu tidak otomatis membuat seseorang kebal terhadap luka, kelelahan, dan pergumulan batin. Justru di masa inilah seorang perempuan sangat membutuhkan pengertian dan dukungan.

Menghapus stigma adalah langkah awal menuju pemulihan. Ibu perlu diberi ruang untuk jujur mengatakan, “Aku lelah,” “Aku kewalahan,” atau bahkan, “Aku tidak baik-baik saja.”

Kejujuran ini bukan dosa. Kejujuran adalah pintu masuk bagi pertolongan Tuhan dan sesama.

Mazmur 34:19 berkata, “TUHAN itu dekat kepada orang-orang yang patah hati, dan Ia menyelamatkan orang-orang yang remuk jiwanya.” Ayat ini menjadi penghiburan besar bagi ibu yang merasa hancur secara emosional. Tuhan tidak menjauh dari ibu yang menangis. Ia tidak menuntut kekuatan palsu. Ia justru mendekat kepada hati yang rapuh dan jiwa yang remuk.

Dalam kondisi seperti ini, peran suami menjadi sangat penting. Suami bukan hanya pendamping secara fisik, tetapi juga penjaga emosional bagi istrinya. Suami dipanggil untuk peka, mendengar tanpa menghakimi, dan hadir tanpa buru-buru memberi solusi. Terkadang, yang dibutuhkan istri hanyalah ditemani dan dimengerti.

Ucapan sederhana seperti “Aku ada untukmu” atau “Kita jalani ini bersama” dapat menjadi jangkar yang menenangkan di tengah badai emosi.

Keluarga besar juga memiliki peran yang signifikan. Bantuan praktis—seperti membantu pekerjaan rumah, menjaga bayi sesaat, atau menyediakan makanan—bisa sangat meringankan beban ibu. Namun lebih dari bantuan fisik, sikap yang penuh empati dan tidak menghakimi sangat dibutuhkan. Komentar yang meremehkan justru bisa memperdalam luka.

Komunitas rohani juga dipanggil untuk menjadi tempat yang aman, bukan tempat tuntutan. Gereja seharusnya menjadi ruang pemulihan, bukan tekanan tambahan. Ketika komunitas berani membuka percakapan tentang kesehatan mental, khususnya pergumulan ibu, banyak jiwa akan tertolong.

Doa, penguatan firman Tuhan, dan kehadiran yang tulus bisa menjadi sarana kasih karunia Tuhan bagi ibu yang sedang bergumul. Namun penting juga disadari bahwa mencari bantuan profesional—seperti konselor atau tenaga medis—bukan tanda kurang iman. Itu adalah bentuk tanggung jawab terhadap kehidupan yang Tuhan percayakan.

Tuhan bekerja melalui banyak cara, termasuk melalui ilmu pengetahuan dan tenaga ahli yang diperlengkapi-Nya.

Ibu juga perlu belajar menerima bahwa mereka tidak harus sempurna. Tidak ada ibu yang selalu sabar, selalu tenang, dan selalu tahu apa yang harus dilakukan. Mengakui keterbatasan bukan kegagalan, melainkan langkah menuju pertumbuhan.

Dalam proses ini, pasangan suami istri dipanggil untuk kembali menjadi “kita”. *Baby blues* bukan hanya pergumulan ibu, tetapi pergumulan keluarga. Ketika suami dan istri saling menopang, ikatan pernikahan justru bisa diperdalam melalui masa yang sulit ini.

Anak pun bertumbuh di dalam lingkungan yang penuh kasih, bukan tuntutan.

Tuhan tidak mencari ibu yang sempurna, melainkan ibu yang mau datang kepada-Nya dengan hati yang jujur. Di tengah air mata, kelelahan, dan kebingungan, Tuhan tetap bekerja membentuk kasih yang baru, iman yang lebih dalam, dan “kita” yang lebih kuat.

Dan bagi setiap ibu yang sedang bergumul hari ini, ada pengharapan yang pasti: Tuhan dekat, Tuhan peduli, dan Tuhan tidak pernah meninggalkan.

Anna (nama samaran) mengalami *baby blues* setelah melahirkan anak pertamanya, seorang bayi perempuan yang telah lama ia nantikan. Selama masa kehamilan, ia membayangkan momen-momen indah menjadi seorang ibu—memeluk bayinya dengan penuh sukacita, merasakan ikatan yang kuat, dan menjalani peran barunya dengan penuh keyakinan. Namun kenyataan yang ia alami berbeda dari harapannya.

Setelah melahirkan, tubuhnya kelelahan dan emosinya menjadi sangat sensitif. Ia sering menangis tanpa alasan yang jelas. Ia merasa lelah secara fisik, tetapi lebih dari itu, ia merasa kosong secara emosional. Ia mulai mempertanyakan dirinya sendiri. Ia bertanya dalam hatinya, “Mengapa aku tidak merasa bahagia seperti yang seharusnya?”

Setiap hari terasa berat. Tanggung jawab baru sebagai ibu membuatnya merasa kewalahan. Ketika bayinya menangis, ia kadang merasa panik dan tidak yakin apa yang harus dilakukan. Ia takut melakukan kesalahan. Ia takut tidak cukup baik.

Anna juga diliputi rasa bersalah. Ia merasa bersalah karena tidak merasakan kebahagiaan yang ia bayangkan. Ia merasa bersalah karena kadang merasa lelah dan ingin beristirahat. Ia bahkan merasa bersalah karena mempertanyakan kemampuannya sendiri sebagai ibu.

Perasaan itu membuatnya mulai menarik diri secara emosional. Ia merawat bayinya, tetapi hatinya dipenuhi keraguan. Ia tidak lagi percaya diri. Ia takut bahwa ia telah gagal bahkan sebelum ia benar-benar memulai.

Suaminya, **David** (nama samaran), mulai memperhatikan perubahan itu. Ia melihat bahwa istrinya tidak lagi tersenyum seperti sebelumnya. Ia melihat kelelahan di matanya. Ia melihat pergumulan yang tidak selalu diungkapkan dengan kata-kata.

Namun David memilih untuk tidak menghakimi. Ia tidak mengatakan bahwa Anna harus lebih kuat. Ia tidak meremehkan perasaannya. Sebaliknya, ia mulai hadir secara emosional. Ia mendengarkan tanpa mencoba langsung memperbaiki. Ia memberi ruang bagi Anna untuk jujur tentang apa yang ia rasakan.

Ia mulai membantu lebih banyak dalam merawat bayi mereka. Ia mengambil alih tugas-tugas praktis agar Anna bisa beristirahat. Ia juga terus meyakinkan Anna bahwa ia bukan ibu yang gagal. Ia mengingatkan bahwa proses ini membutuhkan waktu.

Ia sering berkata dengan lembut, “Kamu tidak harus menjadi ibu yang sempurna. Kamu hanya perlu tetap hadir. Dan kamu tidak sendirian.”

Kata-kata itu menjadi jangkar bagi Anna di tengah badai emosinya.

Perlahan, melalui waktu, dukungan, dan kasih yang konsisten, Anna mulai pulih secara emosional. Ia mulai menerima bahwa apa yang ia alami bukanlah tanda kegagalan, tetapi bagian dari proses penyesuaian yang nyata dan manusiawi.

Ia mulai membangun kembali kepercayaan dirinya. Ia mulai menikmati momen-momen kecil bersama bayinya—pelukan sederhana, tatapan mata, dan kehadiran yang tenang. Ia mulai merasakan koneksi yang sebelumnya terasa jauh.

Ia juga belajar bahwa menjadi orang tua bukan tentang kesempurnaan instan, tetapi tentang kesediaan untuk terus hadir dan bertumbuh. Ia menyadari bahwa kasih tidak selalu dimulai dengan perasaan yang kuat, tetapi sering bertumbuh melalui kesetiaan dalam hal-hal kecil setiap hari.

Anaknya pun tetap membangun attachment yang sehat dengannya. Kelekatan tidak rusak oleh pergumulan sementara, karena Anna tidak menyerah. Ia tetap hadir. Ia tetap mencoba. Ia tetap membuka hatinya.

Dukungan suaminya juga memperkuat fondasi keluarga mereka. Anna tidak harus berjalan sendirian. Mereka menjadi “kita” dalam menghadapi musim yang sulit itu.

Kisah ini menunjukkan bahwa pengumpulan emosional setelah melahirkan bukanlah akhir dari cerita. Dengan dukungan pasangan, kasih, dan waktu, pemulihan dapat terjadi. Dan bahkan melalui kelemahan, relasi yang kuat antara ibu dan anak tetap dapat dibangun.

Kasih yang setia, bahkan di tengah kerapuhan, tetap memiliki kuasa untuk membentuk ikatan yang mendalam dan bertahan seumur hidup.

Ketika Orang Tua Juga Sedang Bertumbuh dan Terluka

Tidak semua orang tua memasuki peran pengasuhan dengan hati yang utuh. Banyak di antara kita menjadi orang tua sambil membawa luka-luka lama yang belum pernah benar-benar sembuh.

Luka itu sering berasal dari masa kecil: pola asuh yang keras, pengabaian emosional, kekerasan verbal atau fisik, orang tua yang tidak hadir, atau keluarga yang penuh konflik. Luka-luka ini mungkin tidak selalu diingat secara detail, tetapi jejaknya tertanam dalam cara kita merespons kehidupan.

Ketika seseorang menjadi orang tua, luka masa kecil itu sering muncul kembali—bukan sebagai kenangan, melainkan sebagai reaksi emosional. Nada suara anak, perilaku tertentu, atau situasi tertentu bisa memicu kemarahan, ketakutan, atau kepanikan yang tidak proporsional.

Banyak orang tua kaget melihat diri mereka bereaksi seperti orang tua mereka dahulu, padahal mereka berjanji tidak akan mengulanginya. Inilah kenyataan pahit: luka yang tidak disadari sering kali diwariskan tanpa sengaja.

Luka masa kecil memengaruhi pola asuh. Orang tua yang dibesarkan dengan disiplin keras bisa menjadi sangat kaku atau sebaliknya terlalu permisif. Orang tua yang kurang mendapat afeksi bisa kesulitan mengekspresikan kasih secara sehat.

Ada juga orang tua yang tumbuh dalam keluarga penuh tuntutan dan kritik, lalu tanpa sadar melakukan hal yang sama kepada anaknya—menekan, membandingkan, dan menuntut kesempurnaan.

Semua ini jarang dilakukan dengan niat jahat. Justru sering kali terjadi karena orang tua belum pernah belajar cara lain. Bahaya terbesar bukan pada luka itu sendiri, tetapi pada luka yang tidak disadari. Trauma yang tidak diolah bisa berubah menjadi pola pengasuhan yang melukai generasi berikutnya.

Anak-anak bukan hanya menerima apa yang diajarkan, tetapi juga apa yang dirasakan orang tua. Ketegangan, kemarahan terpendam, kecemasan, dan ketakutan orang tua sering “menular” secara emosional.

Ketika orang tua tidak menyadari luka batinnya, anak bisa tumbuh dalam lingkungan yang tidak aman secara emosional—meskipun secara fisik semua kebutuhan terpenuhi.

Inilah yang disebut sebagai warisan trauma lintas generasi. Bukan karena orang tua tidak mengasihi, tetapi karena mereka mengasihi dari hati yang belum dipulihkan.

Namun kabar baiknya: siklus ini tidak harus diteruskan. Pengasuhan bisa menjadi pintu kesembuhan, bukan hanya bagi anak, tetapi juga bagi orang tua.

Ketika orang tua mulai menyadari reaksinya sendiri, bertanya dengan jujur, “Mengapa aku begitu marah?” atau “Mengapa aku begitu takut?”, proses pemulihan sudah dimulai.

Kesadaran diri adalah langkah pertama yang sangat penting. Tanpa kesadaran, tidak ada perubahan yang mungkin terjadi. Dalam banyak kasus, anak justru menjadi cermin yang Tuhan pakai untuk menyingkap luka orang tua. Bukan untuk mempermalukan, tetapi untuk menyembuhkan.

Saat anak menangis dan orang tua merasa panik berlebihan, mungkin itu menyentuh luka ditinggalkan. Saat anak membantah dan orang tua langsung meledak, mungkin itu menyentuh luka tidak dihargai.

Proses ini memang tidak nyaman. Namun di situlah kasih karunia Tuhan bekerja paling dalam. Pengasuhan bukan hanya tentang membentuk anak, tetapi juga membentuk orang tua. Dalam mendampingi anak bertumbuh, orang tua pun diajak bertumbuh.

Tuhan sering memakai fase pengasuhan untuk memperlambat hidup orang tua, memaksa mereka berhadapan dengan diri sendiri, dan belajar bersandar kepada-Nya. Ini sebabnya pengasuhan tidak bisa dijalani dengan kekuatan manusia semata. Ia membutuhkan kerendahan hati dan ketergantungan kepada Tuhan.

Mengakui luka bukan tanda kelemahan, melainkan keberanian rohani. Orang tua yang berani berkata, “Aku terluka,” sedang membuka ruang bagi Tuhan untuk bekerja.

Dalam konteks iman Kristen, pemulihan luka batin bukan sekadar soal kesehatan mental, tetapi bagian dari proses pembaruan hati.

Tuhan Yesus tidak hanya datang untuk menyelamatkan jiwa dari dosa, tetapi juga menyembuhkan hati yang remuk dan memulihkan yang patah.

Ketika orang tua mengalami pemulihan, dampaknya sangat besar bagi anak. Anak tidak membutuhkan orang tua yang sempurna, tetapi orang tua yang mau bertobat dan berubah. Meminta maaf kepada anak bukan melemahkan wibawa orang tua. Justru itu mengajarkan kerendahan hati dan tanggung jawab. Anak yang melihat orang tuanya mau mengakui kesalahan belajar bahwa relasi dibangun di atas kejujuran, bukan kekuasaan.

Dalam keluarga seperti inilah, kasih karunia menjadi nyata dan dapat dirasakan.

Komunitas juga memegang peran penting dalam proses ini. Orang tua membutuhkan ruang aman untuk bercerita, didengar, dan didoakan. Tanpa dukungan, banyak orang tua memilih menutup diri, bertahan dalam kepura-puraan, dan akhirnya kelelahan. Namun ketika orang tua berani berjalan bersama orang lain, proses pemulihan menjadi lebih mungkin dan lebih ringan.

Pengasuhan sebagai proses penyembuhan bukan berarti semua luka langsung hilang. Ini adalah perjalanan panjang, penuh jatuh bangun. Akan ada hari di mana orang tua gagal, bereaksi salah, dan menyesal. Namun selalu ada kesempatan untuk belajar dan memperbaiki.

Yang terpenting bukan seberapa cepat sembuh, tetapi seberapa sungguh mau berjalan dalam terang. Dalam perjalanan ini, Tuhan tidak menuntut kesempurnaan. Ia mengundang kejujuran dan kesetiaan.

Ketika orang tua bertumbuh dan dipulihkan, anak-anak tidak hanya dibesarkan dengan aturan, tetapi dengan kasih yang hidup. Dan di sanalah keluarga menjadi tempat yang aman—bukan karena bebas luka, tetapi karena ada penyembuhan.

Pengasuhan yang demikian bukan hanya membentuk generasi yang lebih sehat, tetapi juga memuliakan Tuhan yang memulihkan.

Pada akhirnya, Tuhan tidak hanya membentuk anak melalui orang tua, tetapi juga membentuk orang tua melalui anak—agar “kita” sungguh-sungguh menjadi komunitas kasih yang menyembuhkan.

“Anak tidak akan peduli seberapa banyak Anda tahu sampai mereka tahu seberapa besar Anda peduli.”

(Theodore Roosevelt)

Rumah Sebagai Tempat Pertama Anak Mengenal Allah

Rumah adalah sekolah iman pertama bagi seorang anak. Sebelum anak mengenal gereja, sekolah minggu, persekutuan orang Kristen atau pengajaran formal, ia terlebih dahulu mengenal kehidupan melalui rumah.

Di dalam rumahlah anak belajar arti aman, dikasihi, didengar, dan diterima. Dari pengalaman inilah gambaran awal anak tentang Allah mulai terbentuk.

Banyak orang tua berharap gereja atau persekutuan siswa/mahasiswa atau sekolah yang menanamkan iman pada anak, padahal Alkitab menempatkan keluarga sebagai ladang utama pembentukan iman.

Iman tidak pertama-tama diturunkan melalui khotbah, melainkan melalui kehidupan sehari-hari yang anak lihat dan rasakan. Anak-anak belajar tentang Tuhan dari cara orang tua berdoa dan membaca Alkitab, berbicara, mengampuni, dan menghadapi masalah dan sebagainya dalam kehidupan sehari-hari.

Doa sederhana bersama anak menjadi langkah awal yang sangat penting. Doa tidak harus panjang atau rumit. Bahkan doa satu kalimat sebelum tidur bisa menjadi benih iman yang kuat.

Ketika anak mendengar orang tuanya menyebut nama Tuhan dalam doa, ia belajar bahwa Tuhan itu nyata dan dekat. Doa bersama juga mengajarkan anak bahwa dalam setiap keadaan—senang atau sedih—Tuhan adalah tempat bersandar. Anak tidak membutuhkan doa yang sempurna, tetapi doa yang tulus dan konsisten.

Selain doa, teladan hidup jauh lebih kuat daripada teori iman. Anak mungkin lupa apa yang diajarkan, tetapi ia akan mengingat apa yang dilihat. Ketika orang tua mengajarkan kasih tetapi hidup dalam kemarahan, anak menangkap kontradiksi itu.

Sebaliknya, ketika orang tua mengakui kesalahan dan meminta maaf, anak belajar tentang kerendahan hati dan kasih karunia.

Iman yang hidup adalah iman yang terlihat dalam tindakan sehari-hari. Anak belajar tentang kejujuran saat orang tua jujur, tentang pengampunan saat orang tua mengampuni, dan tentang iman saat orang tua berserah kepada Tuhan di tengah kesulitan.

Karena itu, mengenalkan Tuhan bukan terutama soal menghafal ayat, tetapi soal menghadirkan Tuhan dalam kehidupan nyata.

Anak belajar iman melalui relasi—relasi dengan orang tua, dan melalui relasi itu, ia mengenal Allah. Jika relasi dengan orang tua penuh ketakutan, keras, atau tidak aman, anak bisa membawa gambaran yang sama tentang Allah. Namun jika relasi dengan orang tua hangat, penuh kasih, dan dapat dipercaya, anak lebih mudah memahami kasih Allah.

Inilah sebabnya pengasuhan dan spiritualitas tidak bisa dipisahkan. Rumah yang penuh kasih menjadi jembatan bagi anak untuk mengenal Allah yang penuh kasih. Sebaliknya, rumah yang penuh pertengkaran, tekanan, dan ketidakjujuran bisa menjadi penghalang bagi pertumbuhan iman anak.

Itulah mengapa orang tua dipanggil bukan hanya untuk mengajarkan iman, tetapi juga menghidupinya. Momen-momen sederhana di rumah bisa menjadi altar rohani: makan bersama, berbagi cerita, berdoa sebelum tidur, atau membaca Alkitab bersama.

Tidak semua momen harus terasa “rohani”. Justru di tengah keseharian, iman menjadi nyata.

Ketika orang tua bersyukur atas hal kecil, anak belajar bersyukur. Ketika orang tua berharap kepada Tuhan, anak belajar berharap.

Iman bukan sesuatu yang dipaksakan, tetapi ditularkan melalui kedekatan dan keaslian.

Rasul Paulus mengingatkan Timotius bahwa imannya tidak muncul begitu saja. Iman itu diwariskan melalui neneknya Lois dan ibunya Eunike (2 Timotius 1:5). Ayat ini menunjukkan bahwa iman bertumbuh dalam konteks keluarga yang setia, bukan sempurna.

Lois dan Eunike bukan tokoh besar, tetapi mereka setia hidup dalam iman dan menularkannya melalui relasi sehari-hari.

Warisan iman bukan soal status rohani, tetapi kesetiaan dalam keseharian. Orang tua tidak perlu merasa harus selalu kuat secara rohani. Justru kejujuran iman—termasuk pergumulan—membuat iman terasa nyata bagi anak.

Ketika orang tua berkata, “Mari kita berdoa karena Mama/Papa juga butuh Tuhan,” anak belajar bahwa iman adalah kebutuhan, bukan formalitas. Rumah menjadi tempat anak belajar bahwa Tuhan hadir dalam segala situasi, bukan hanya di gereja dan komunitas Kristen. Dengan demikian, rumah menjadi tempat aman bagi pertanyaan iman anak, bukan ruang yang menakutkan.

Anak yang diberi ruang bertanya akan memiliki iman yang lebih dewasa, bukan iman yang rapuh.

Tentu tidak semua keluarga berjalan mulus. Akan ada kegagalan, konflik, dan kelelahan. Namun Tuhan tidak menuntut rumah yang sempurna, melainkan hati yang mau

dibentuk. Ketika orang tua bersandar pada kasih karunia Tuhan, rumah bisa menjadi tempat pemulihan, bukan hanya pembentukan.

Dan dari rumah seperti inilah, anak belajar mengenal Allah—bukan sebagai konsep jauh, tetapi sebagai Pribadi yang mengasihi, dekat, dan nyata dalam hidup sehari-hari.

Rumah yang menghadirkan Tuhan bukanlah rumah tanpa masalah, melainkan rumah yang mengundang Tuhan hadir di tengah segala keterbatasan manusia.

Billy Graham dibesarkan di sebuah keluarga sederhana di pedesaan Charlotte, North Carolina. Orang tuanya, khususnya ayahnya William Franklin Graham Sr. dan ibunya Morrow Coffey Graham, bukanlah tokoh terkenal. Mereka hanyalah orang tua biasa yang menjalani kehidupan dengan kerja keras, tanggung jawab, dan iman yang tulus kepada Tuhan. Namun justru dalam kesederhanaan itulah, fondasi hidup Billy dibentuk secara mendalam.

Sejak usia dini, Billy melihat iman bukan hanya sebagai ajaran, tetapi sebagai gaya hidup. Ia melihat orang tuanya berdoa, bersandar kepada Tuhan dalam keputusan, dan menjalani kehidupan dengan integritas. Iman tidak hanya dibicarakan pada hari Minggu, tetapi terlihat dalam sikap sehari-hari, dalam cara mereka memperlakukan orang lain, dalam cara mereka menghadapi kesulitan, dan dalam cara mereka memimpin keluarga.

Orang tuanya tidak memaksakan iman dengan tekanan atau ketakutan. Mereka tidak memaksa Billy untuk “percaya” secara formal. Sebaliknya, mereka menciptakan suasana rumah yang penuh kasih, stabilitas, dan keteladanan rohani. Mereka memberikan ruang bagi anak-anak mereka untuk

bertanya, bertumbuh, dan memahami iman secara pribadi. Rumah mereka menjadi tempat yang aman, bukan hanya secara emosional, tetapi juga secara rohani.

Billy muda juga melihat konsistensi. Ia melihat bahwa iman orang tuanya tidak berubah tergantung situasi. Dalam kelimpahan maupun kekurangan, mereka tetap percaya kepada Tuhan. Konsistensi ini memberi pesan yang sangat kuat kepada hatinya. Ia belajar bahwa Tuhan bukan hanya bagian dari kehidupan, tetapi pusat kehidupan.

Selain itu, orang tuanya memberi batas, tanggung jawab, dan disiplin yang sehat. Mereka membesarkan anak-anak mereka dengan keseimbangan antara kasih dan kepemimpinan. Billy belajar tentang tanggung jawab, kerja keras, dan rasa hormat sejak usia muda. Semua ini menjadi bagian dari pembentukan karakternya, bahkan sebelum ia sepenuhnya memahami panggilan rohaninya.

Rumah menjadi tempat pertama Billy Graham mengenal Tuhan. Bukan melalui khotbah besar atau panggung pelayanan, tetapi melalui kehidupan sehari-hari orang tuanya. Ia melihat iman yang hidup, bukan hanya iman yang diajarkan.

Fondasi yang dibangun sejak masa kecil mempersiapkan hati Billy Graham untuk merespons panggilan Tuhan di kemudian hari. Ketika ia mendengar Injil diberitakan dalam sebuah kebaktian kebangunan rohani saat remaja, hatinya siap untuk merespons. Benih yang telah ditanam sejak masa kecil bertumbuh dan menghasilkan buah.

Ia kemudian menyerahkan hidupnya kepada Tuhan dan pada akhirnya menjadi salah satu penginjil paling berpengaruh dalam sejarah modern. Melalui pelayanannya

dan organisasi yang ia dirikan, Billy Graham Evangelistic Association, jutaan orang di seluruh dunia mendengar Injil.

Billy Graham sendiri sering mengakui bahwa fondasi imannya tidak dimulai di panggung pelayanan, tetapi di rumah masa kecilnya. Ia belajar tentang Tuhan pertama kali melalui kehidupan orang tuanya. Ia melihat iman sebelum ia sepenuhnya memahaminya.

Kisah ini menunjukkan bahwa rumah adalah tempat pertama dan terpenting dalam pembentukan iman anak. Pengaruh orang tua di masa dini sering kali tidak terlihat secara langsung, tetapi dampaknya dapat membentuk arah hidup anak selamanya. Fondasi yang dibangun dengan kasih, konsistensi, dan keteladanan dapat menjadi akar yang kuat, bahkan ketika anak menghadapi dunia yang penuh tantangan.

Ini mengingatkan setiap orang tua bahwa mereka tidak harus menjadi sempurna untuk membentuk iman anak. Mereka hanya perlu setia. Karena sering kali, bukan kata-kata besar yang membentuk iman anak, tetapi kehidupan kecil yang dilihat setiap hari di rumah.

“Dikenal dan dikasihi adalah kebutuhan terdalam manusia—dan itu dimulai dalam keluarga.”

(Timothy Keller)

Menjadi “Kita” dalam Pengasuhan

Menjadi orang tua bukan hanya tentang membesarkan anak, tetapi tentang bagaimana suami dan istri belajar berjalan sebagai satu tim. Dalam pengasuhan, anak tidak hanya memperhatikan siapa ayah dan ibunya, tetapi

bagaimana relasi di antara keduanya terbangun. Dari sana, anak menangkap rasa aman, stabilitas, dan arah hidup.

Kesatuan ayah dan ibu memberi fondasi emosional yang sangat kuat bagi anak. Anak tidak membutuhkan orang tua yang selalu sempurna, tetapi orang tua yang saling mendukung dan sejalan. Ketika ayah dan ibu berdiri di sisi yang sama, anak merasa dunia di sekitarnya dapat dipercaya.

Kesatuan visi dalam pengasuhan menjadi hal yang krusial. Ketika orang tua sepakat tentang nilai, batas, dan tujuan, anak tidak hidup dalam kebingungan. Ia tahu apa yang diharapkan darinya dan merasa aman karena aturan yang ada konsisten.

Sebaliknya, perbedaan yang tidak diselesaikan sering kali menciptakan ketegangan yang dirasakan anak. Anak sangat peka membaca suasana emosional orang tuanya, bahkan sebelum ia mampu menjelaskannya dengan kata-kata. Ketidaksatuan membuat anak merasa tidak stabil dan cemas.

Anak dengan cepat belajar ketika ayah dan ibu tidak satu suara. Ia tahu kapan ayah berkata “tidak” tetapi ibu berkata “ya”, dan sebaliknya. Dalam kondisi seperti ini, anak bukan hanya belajar mencari celah, tetapi juga kehilangan rasa aman yang seharusnya ia miliki.

Ketika orang tua tidak sejalan, anak sering merasa harus memilih pihak. Beban emosional ini terlalu berat bagi anak, karena ia dipaksa menanggung konflik yang bukan tanggung jawabnya. Perlahan, hal ini dapat melukai relasi anak dengan kedua orang tuanya.

Perbedaan pendapat dalam pengasuhan sebenarnya adalah hal yang wajar. Ayah dan ibu datang dari latar belakang keluarga, nilai, dan pengalaman hidup yang berbeda. Namun, perbedaan tidak seharusnya menjadi sumber perpecahan, melainkan ruang untuk saling belajar.

Yang terpenting bukanlah apakah orang tua berbeda pendapat, tetapi bagaimana perbedaan itu dikelola. Perbedaan yang dibicarakan dengan dewasa dan penuh hormat justru memperkaya pengasuhan. Sebaliknya, perbedaan yang dipertontonkan di depan anak melukai rasa aman mereka.

Anak tidak perlu menyaksikan perdebatan orang tuanya tentang aturan atau hukuman. Diskusi, negosiasi, dan penyesuaian sebaiknya dilakukan secara pribadi antara suami dan istri. Di depan anak, orang tua dipanggil untuk menunjukkan kesatuan.

Kesatuan ini tidak berarti selalu sepakat dalam segala hal. Kesatuan berarti sepakat untuk saling mendukung, meskipun sebelumnya memiliki pandangan berbeda. Ketika keputusan telah diambil, ayah dan ibu berdiri bersama di belakang keputusan itu.

Anak merasa aman ketika orang tuanya satu suara. Rasa aman ini menolong anak untuk taat bukan karena takut, tetapi karena percaya. Ia belajar bahwa aturan bukan alat kekuasaan, melainkan wujud kasih dan perlindungan.

Kesatuan orang tua juga menjadi teladan hidup bagi anak tentang kerja sama. Anak melihat bagaimana dua orang dewasa yang berbeda belajar saling menghormati dan menyelesaikan perbedaan dengan sehat. Pelajaran ini jauh lebih kuat daripada nasihat lisan.

Menjadi “kita” dalam pengasuhan juga berarti saling melengkapi peran. Ada saat ayah lebih tegas dan ibu lebih lembut, atau sebaliknya. Ketegasan dan kelembutan bukanlah lawan, melainkan pasangan yang saling melengkapi.

Anak membutuhkan struktur sekaligus kehangatan. Ia perlu batas yang jelas, tetapi juga pelukan yang menenangkan. Ketika ayah dan ibu saling menghargai peran masing-masing, anak belajar menerima perbedaan dengan sehat.

Pengasuhan yang sehat tidak berpusat pada ego orang tua, melainkan pada kebutuhan anak. Menjadi “kita” berarti bersedia menurunkan keinginan pribadi demi kebaikan bersama. Ini menuntut kerendahan hati dan kedewasaan.

Tidak jarang proses pengasuhan membuka luka lama dalam diri orang tua. Pengalaman masa kecil yang belum sembuh bisa muncul kembali ketika menghadapi perilaku anak. Di sinilah pengasuhan menjadi cermin bagi pertumbuhan orang tua sendiri.

Alih-alih saling menyalahkan, suami dan istri dipanggil untuk saling menopang. Pengasuhan bukan arena untuk mencari siapa yang benar, tetapi ruang untuk bertumbuh bersama. Anak tidak membutuhkan orang tua yang selalu benar, tetapi orang tua yang mau belajar.

Ketika orang tua bersatu, anak memiliki tempat berpijak yang kuat. Ia tahu bahwa di tengah kesalahan dan proses belajar, ada dua orang dewasa yang berkomitmen berjalan bersama demi dirinya. Rasa aman ini menjadi bekal penting bagi pertumbuhan emosional anak.

Kesatuan orang tua menolong anak membangun kepercayaan diri. Anak merasa diterima dan dilindungi, bukan dihakimi atau diperebutkan. Dari relasi ini, anak belajar arti keluarga yang sehat.

Menjadi “kita” dalam pengasuhan juga berarti menjaga komunikasi pasangan. Orang tua perlu secara rutin berbicara, mengevaluasi, dan menyesuaikan pendekatan pengasuhan. Komunikasi yang jujur menjaga kesatuan tetap hidup.

Pengasuhan adalah perjalanan panjang yang penuh dinamika. Tidak semua hari berjalan mulus, dan tidak semua keputusan langsung tepat. Namun ketika ayah dan ibu tetap bersatu, anak belajar bahwa kegagalan bukan akhir, melainkan bagian dari proses.

Pengasuhan bukan tentang “aku” yang menang atau “kamu” yang kalah. Pengasuhan adalah tentang “kita” yang berjalan bersama, saling menguatkan, dan bertumbuh. Dari “kita” inilah, anak mengenal kasih, keamanan, dan arti rumah yang sesungguhnya.

Riko (nama samaran) dan **Sarah** (nama samaran) adalah pasangan yang sangat mengasahi anak mereka, Ethan, yang saat itu berusia 5 tahun. Mereka sama-sama ingin memberikan yang terbaik, tetapi mereka memiliki pendekatan yang berbeda dalam pengasuhan. Riko percaya bahwa anak perlu belajar disiplin sejak dini. Ia tegas, langsung, dan tidak ragu memberi konsekuensi ketika Ethan melanggar aturan. Sebaliknya, Sarah lebih lembut. Ia mudah berempati dan sering mempertimbangkan perasaan Ethan sebelum mengambil tindakan.

Pada awalnya, perbedaan ini tidak terasa sebagai masalah besar. Namun seiring waktu, Ethan mulai

menunjukkan perilaku yang berbeda tergantung pada siapa yang ia hadapi. Ketika bersama ayahnya, ia cenderung lebih berhati-hati. Tetapi ketika bersama ibunya, ia lebih berani melanggar batas, karena ia tahu ibunya lebih mudah melunak.

Suatu hari, Ethan meminta tambahan waktu bermain gawai. Riko mengatakan tidak, karena waktu yang diizinkan sudah habis. Ethan menangis dan kemudian pergi menemui ibunya. Dengan wajah sedih, ia meminta hal yang sama. Sarah, yang tidak ingin melihat anaknya kecewa, mengizinkan tambahan waktu tanpa berdiskusi dengan Riko.

Situasi seperti ini mulai sering terjadi. Ethan belajar bahwa ia bisa mendapatkan jawaban berbeda dari masing-masing orang tua. Ia tidak melakukan ini dengan niat buruk, tetapi sebagai respons alami terhadap lingkungan yang tidak konsisten. Ia mencoba mencari rasa aman dan keuntungan dalam batas yang tidak jelas.

Tanpa disadari, perbedaan ini menciptakan kebingungan dalam diri Ethan. Ia tidak benar-benar memahami batas yang sebenarnya. Ia juga mulai kehilangan rasa hormat terhadap aturan, karena ia tahu aturan itu bisa berubah tergantung pada siapa yang ia dekati.

Di sisi lain, hubungan Riko dan Sarah juga mulai mengalami ketegangan. Riko merasa Sarah terlalu lunak. Sarah merasa Riko terlalu keras. Mereka mulai saling mengoreksi, bahkan terkadang di depan Ethan. Meskipun mereka sama-sama mengasihi anak mereka, ketidaksatuan mereka menciptakan ketidakstabilan emosional dalam keluarga.

Ethan menjadi lebih mudah frustrasi dan lebih sering menguji batas. Bukan karena ia anak yang sulit, tetapi karena ia mencoba memahami dunia yang terasa tidak konsisten.

Suatu malam, setelah Ethan tidur, Riko dan Sarah memutuskan untuk berbicara secara jujur. Bukan untuk saling menyalahkan, tetapi untuk saling memahami. Mereka menyadari bahwa masalah utamanya bukan pada Ethan, tetapi pada kurangnya kesatuan mereka sebagai orang tua.

Mereka mulai berbagi isi hati masing-masing. Riko mengungkapkan bahwa ketegasannya berasal dari keinginannya untuk mempersiapkan Ethan menghadapi dunia. Sarah mengungkapkan bahwa kelembutannya berasal dari keinginannya untuk melindungi hati anak mereka.

Percakapan itu membuka pemahaman baru. Mereka menyadari bahwa mereka bukan lawan, tetapi rekan satu tim. Mereka memiliki tujuan yang sama, meskipun pendekatannya berbeda.

Mereka mulai menyepakati prinsip-prinsip bersama. Mereka berdiskusi tentang batas, disiplin, dan nilai-nilai yang ingin mereka tanamkan. Mereka juga sepakat untuk tidak saling bertentangan di depan Ethan. Jika ada perbedaan, mereka akan membicarakannya secara pribadi.

Perubahan itu mulai terlihat. Ketika Ethan meminta sesuatu, ia menerima jawaban yang konsisten. Ia tidak lagi mendapatkan pesan yang berbeda. Dunia emosionalnya menjadi lebih stabil.

Ia mulai merasa lebih aman, karena batas menjadi jelas dan dapat diprediksi. Ia tidak lagi harus “menebak-nebak” siapa yang akan memberinya jawaban yang ia inginkan. Ia

belajar bahwa aturan bukanlah sesuatu yang berubah-ubah, tetapi sesuatu yang dapat dipercaya.

Lebih dari itu, ia mulai melihat bahwa orang tuanya adalah satu tim. Ia melihat kesatuan, bukan perpecahan. Hal ini memberinya rasa aman yang mendalam.

Riko dan Sarah juga merasakan perubahan dalam hubungan mereka. Mereka tidak lagi merasa sendirian dalam pengasuhan. Mereka belajar saling mendukung. Mereka belajar menjadi “kita,” bukan lagi berjalan sendiri-sendiri.

Kisah ini menunjukkan bahwa anak tidak membutuhkan orang tua yang sempurna. Anak membutuhkan orang tua yang bersatu. Kesatuan orang tua menciptakan stabilitas emosional yang menjadi fondasi penting bagi pertumbuhan anak.

Ketika orang tua belajar menjadi “kita,” anak belajar bahwa ia hidup dalam dunia yang aman, konsisten, dan penuh kasih.

Harapan bagi Orang Tua yang Merasa Gagal

Banyak orang tua menjalani hari-hari pengasuhan dengan perasaan lelah, bingung, dan diam-diam merasa gagal. Ada doa-doa yang terasa tidak terjawab, ada konflik yang berulang, dan ada luka yang belum sembuh. Di balik senyum di depan anak, tersimpan pertanyaan sunyi: “Apakah aku sudah menjadi orang tua yang baik?”

Perasaan gagal sering muncul bukan karena orang tua tidak peduli, tetapi justru karena mereka sangat peduli. Orang tua yang tidak peduli jarang bertanya tentang kesalahan mereka. Sebaliknya, rasa bersalah sering lahir dari

hati yang ingin melakukan yang terbaik, tetapi merasa tidak mampu.

Masyarakat sering menuntut standar yang tidak realistis. Orang tua dituntut sabar setiap saat, bijaksana dalam setiap keputusan, dan kuat dalam segala situasi. Ketika realitas tidak seindah harapan, orang tua mulai membandingkan diri dengan keluarga lain dan merasa tertinggal.

Media sosial memperparah luka ini. Potret keluarga harmonis, anak-anak berprestasi, dan orang tua yang tampak selalu bahagia menciptakan ilusi kesempurnaan. Tanpa disadari, banyak orang tua menghakimi diri sendiri dengan ukuran yang tidak adil.

Alkitab tidak pernah berbicara tentang orang tua yang sempurna. Yang kita temukan justru kisah-kisah keluarga dengan konflik, kegagalan, dan ketidaksempurnaan. Namun, di tengah semua itu, Allah tetap bekerja dengan setia.

Tidak ada orang tua yang sepenuhnya siap ketika anak hadir. Setiap orang belajar sambil berjalan, sering kali melalui kesalahan. Kegagalan bukan tanda bahwa seseorang adalah orang tua yang buruk, melainkan tanda bahwa ia sedang berada dalam proses.

Banyak orang tua menyesali kata-kata yang pernah terucap dalam emosi. Ada tindakan yang ingin ditarik kembali, waktu yang ingin diulang, dan keputusan yang terasa salah. Penyesalan ini bisa menjadi beban berat jika tidak dibawa kepada Tuhan.

Namun, kasih karunia Allah tidak berhenti pada masa lalu. Ratapan 3:22-23 mengingatkan bahwa kasih setia Tuhan

tidak berkesudahan dan rahmat-Nya selalu baru setiap pagi. Ayat ini bukan hanya penghiburan, tetapi janji bagi mereka yang merasa kehabisan harapan.

Allah tidak menunggu orang tua menjadi sempurna untuk bekerja. Ia bekerja di tengah ketidaksempurnaan, melalui proses yang sering kali panjang dan tidak instan. Bahkan kegagalan pun dapat dipakai Tuhan untuk membentuk kerendahan hati dan kepekaan.

Banyak orang tua merasa terlambat. Mereka berkata, “Seandainya dulu aku tahu,” atau “Seandainya aku bertindak berbeda.” Namun, Tuhan tidak dibatasi oleh waktu manusia. Tidak ada kata terlambat bagi pemulihan di dalam Tuhan.

Pertobatan dan perubahan selalu mungkin dimulai hari ini. Anak tidak membutuhkan orang tua yang tanpa cela, tetapi orang tua yang mau mengakui kesalahan dan belajar memperbaiki diri. Pengakuan yang jujur sering kali menjadi awal pemulihan relasi.

Ketika orang tua berani berkata, “Maafkan Papa” atau “Mama salah,” anak belajar pelajaran yang sangat berharga. Mereka belajar bahwa kasih lebih besar daripada ego. Mereka belajar bahwa hubungan dapat dipulihkan.

Tuhan adalah Bapa yang memahami pergumulan orang tua. Ia tidak menghakimi dengan keras, tetapi mengundang untuk datang dengan jujur. Di hadapan-Nya, orang tua boleh menangis, mengeluh, dan mengakui kelemahan.

Proses pemulihan sering kali dimulai dari menerima bahwa diri sendiri juga membutuhkan kasih. Orang tua bukan hanya pemberi, tetapi juga manusia yang perlu

disembuhkan. Mengakui kebutuhan ini bukan kelemahan, melainkan keberanian.

Ada orang tua yang membawa luka masa kecil ke dalam pengasuhan. Luka itu memengaruhi cara mereka mendisiplinkan, berkomunikasi, dan merespons anak. Tuhan rindu menyembuhkan luka itu agar tidak terus diwariskan.

Pemulihan orang tua sering berdampak langsung pada pemulihan anak. Ketika orang tua berubah, suasana rumah pun berubah. Anak merasakan perbedaan, meskipun tidak selalu bisa menjelaskannya.

Tuhan bekerja melalui proses kecil yang konsisten. Kadang perubahan tidak terlihat dramatis, tetapi setia. Setiap doa, setiap usaha memperbaiki diri, dan setiap langkah kecil memiliki nilai di mata Tuhan.

Orang tua perlu memberi ruang bagi diri sendiri untuk bertumbuh. Tidak semua kesalahan harus ditebus dalam satu hari. Proses pengasuhan adalah perjalanan seumur hidup.

Komunitas kristen juga berperan penting dalam pemulihan. Orang tua tidak diciptakan untuk berjalan sendiri. Dukungan, doa, dan nasihat dari sesama orang percaya menjadi penguat di masa sulit.

Sering kali, Tuhan memakai kegagalan untuk mengajar kasih karunia. Orang tua yang pernah jatuh justru lebih empatik dan penuh belas kasih. Mereka belajar mengasihi bukan dari teori, tetapi dari pengalaman.

Harapan tidak berarti semua masalah langsung selesai. Harapan berarti percaya bahwa Tuhan tetap bekerja, bahkan ketika situasi belum berubah. Harapan adalah memilih percaya di tengah ketidakpastian.

Anak pun berada dalam proses mereka sendiri. Orang tua tidak bisa mengontrol setiap keputusan anak, tetapi bisa tetap mengasihi tanpa syarat. Kasih yang konsisten sering kali berbicara lebih keras daripada nasihat. Tuhan mengenal setiap anak secara pribadi. Ia lebih mengasihi anak itu daripada orang tua mana pun. Kesadaran ini menolong orang tua melepaskan rasa bersalah yang berlebihan.

Ketika orang tua menyerahkan anak kepada Tuhan, mereka belajar mempercayakan hasilnya. Tugas orang tua adalah setia, bukan sempurna. Tuhan yang mengerjakan pertumbuhan.

Kasih dan pemulihan selalu tersedia, bahkan di tengah kehancuran. Tidak ada situasi yang terlalu rusak bagi Tuhan. Ia adalah Allah yang ahli memulihkan yang hancur.

Setiap pagi adalah kesempatan baru. Ratapan 3:23 berkata bahwa rahmat Tuhan selalu baru setiap pagi. Ini berarti kegagalan kemarin tidak harus menentukan hari ini.

Orang tua yang merasa gagal sering lupa bahwa mereka sudah bertahan sejauh ini. Bertahan pun adalah bentuk kesetiaan. Bertahan adalah bukti bahwa mereka belum menyerah. Tuhan melihat air mata yang tidak dilihat orang lain. Ia mendengar doa yang terucap dalam kelelahan. Tidak ada satu pun pergumulan orang tua yang diabaikan-Nya.

Pengharapan Kristen bukan harapan kosong. Pengharapan itu berakar pada karakter Allah yang setia. Jika Tuhan setia di masa lalu, Ia akan setia di masa depan.

Anak-anak tidak membutuhkan orang tua yang selalu kuat. Mereka membutuhkan orang tua yang mau berjalan

bersama Tuhan. Ketergantungan pada Tuhan justru menjadi teladan iman yang sejati. Ketika orang tua belajar berharap kepada Tuhan, rumah menjadi tempat anugerah, bukan tuntutan. Anak belajar bahwa hidup adalah perjalanan bersama Allah.

Pengharapan bagi orang tua yang merasa gagal bukan terletak pada kemampuan manusia. Pengharapan itu terletak pada kasih setia Tuhan yang tidak pernah habis. Dan selama Tuhan masih memberi hari ini, selalu ada kesempatan untuk melangkah lagi. Dengan kasih yang baru, kekuatan yang baru, dan harapan yang tidak pernah padam.

Refleksi Pasangan

Refleksi pasangan bukanlah bagian tambahan yang bisa dilewati, melainkan ruang penting untuk berhenti, diam, dan jujur. Di tengah kesibukan mengurus anak, bekerja, dan menjalani rutinitas, pasangan sering lupa bertanya: bagaimana sebenarnya kondisi batin keluarga kami hari ini?

Menjadi orang tua sering membuat pasangan fokus pada kebutuhan anak secara fisik—makan, sekolah, kesehatan—tetapi melupakan kebutuhan emosional yang tidak terlihat. Padahal, kebutuhan emosional inilah yang paling lama membekas dalam hati anak.

Pertanyaan pertama yang perlu diajukan adalah: apakah kami sungguh hadir secara emosional bagi anak? Hadir bukan sekadar berada di rumah, tetapi benar-benar terhubung. Anak dapat merasakan apakah orang tuanya hadir dengan hati atau hanya dengan tubuh.

Ada orang tua yang selalu sibuk dengan ponsel meski duduk bersebelahan dengan anak. Ada juga yang cepat

tersulut emosi karena kelelahan yang tidak diolah. Ketidakhadiran emosional sering kali tidak disengaja, tetapi dampaknya nyata.

Refleksi ini menolong pasangan menyadari bahwa kehadiran emosional perlu diupayakan dengan sengaja. Mendengar cerita anak tanpa menyela, memeluk tanpa tergesa, dan menatap mata anak ketika berbicara adalah bentuk kehadiran yang sederhana tetapi bermakna.

Pertanyaan ini juga perlu dijawab bersama, bukan saling menyalahkan. Tujuannya bukan mencari siapa yang kurang, tetapi menyadari bahwa pengasuhan adalah tanggung jawab bersama. Anak membutuhkan kehadiran ayah dan ibu secara utuh.

Refleksi berikutnya adalah tentang *attachment* apa yang sedang dibangun. Apakah anak merasa aman untuk datang kepada orang tuanya saat takut, sedih, atau gagal? Atau justru anak belajar menyembunyikan perasaan karena takut dimarahi atau diabaikan?

Attachment yang aman tidak dibangun dalam satu peristiwa besar, tetapi dalam respons kecil yang konsisten. Cara orang tua menanggapi tangisan, kemarahan, dan pertanyaan anak membentuk pola kelekatan yang akan mereka bawa hingga dewasa.

Pasangan perlu bertanya dengan jujur: apakah rumah kami menjadi tempat aman secara emosional? Apakah anak boleh menjadi dirinya sendiri, atau harus selalu tampil “baik” agar diterima?

Ada keluarga yang tanpa sadar membangun *attachment* berbasis performa. Anak dipuji ketika berprestasi,

tetapi diabaikan ketika gagal. Pola ini menanamkan keyakinan bahwa kasih harus diperjuangkan.

Refleksi ini menolong pasangan mengoreksi arah. *Attachment* yang sehat dibangun di atas kasih tanpa syarat. Anak dicintai bukan karena apa yang mereka lakukan, tetapi karena siapa mereka.

Pertanyaan ini juga menyentuh relasi pasangan itu sendiri. Anak belajar tentang relasi dari apa yang mereka lihat setiap hari. Cara ayah dan ibu saling berbicara, berbeda pendapat, dan berdamai menjadi pelajaran hidup yang kuat.

Attachment anak sering kali mencerminkan kualitas relasi orang tuanya. Ketika pasangan saling terhubung, anak merasa aman. Ketika pasangan renggang, anak sering menjadi cemas meski tidak mengerti alasannya.

Refleksi selanjutnya adalah tentang nilai apa yang ingin diwariskan. Setiap keluarga sedang menanam nilai, entah disadari atau tidak. Pertanyaannya bukan apakah nilai diwariskan, tetapi nilai apa yang sedang ditanamkan.

Nilai tidak terutama diwariskan lewat kata-kata, tetapi lewat kehidupan. Anak belajar tentang kejujuran dari cara orang tua berkata jujur. Anak belajar tentang kasih dari cara orang tua mengasihi.

Pasangan perlu bertanya: apakah nilai yang kami ajarkan selaras dengan nilai yang kami hidupi? Ketidaksesuaian ini sering membingungkan anak dan melemahkan pesan yang ingin disampaikan.

Nilai iman juga perlu direfleksikan. Apakah Tuhan hanya dikenal anak sebagai konsep, atau sebagai Pribadi yang hadir dalam keseharian keluarga? Cara orang tua

berdoa, bersyukur, dan bersandar pada Tuhan membentuk iman anak.

Refleksi ini mengajak pasangan untuk menyepakati nilai inti keluarga. Tidak semua hal harus sempurna, tetapi arah harus jelas. Nilai menjadi kompas ketika keluarga menghadapi badai.

Pasangan juga perlu bertanya: nilai apa yang ingin kami koreksi? Ada nilai yang mungkin diwariskan tanpa sadar dari keluarga asal, tetapi ternyata melukai. Refleksi membuka ruang untuk memutus rantai yang tidak sehat.

Proses refleksi sering kali memunculkan rasa bersalah. Namun, refleksi bukan untuk menghukum diri, melainkan untuk menyadari dan memperbaiki. Rasa bersalah yang sehat membawa pada pertobatan, bukan keputusan.

Refleksi pasangan juga menuntut kerendahan hati untuk mendengarkan satu sama lain. Ada perspektif yang mungkin berbeda antara ayah dan ibu. Perbedaan ini bukan ancaman, tetapi kekayaan jika dibicarakan dengan kasih.

Dalam refleksi, pasangan belajar menjadi satu tim. Bukan “aku” melawan “kamu”, tetapi “kita” yang sedang belajar. Kesatuan ini sendiri sudah menjadi hadiah bagi anak.

Refleksi perlu dilakukan secara berkala, bukan hanya saat masalah muncul. Ketika refleksi menjadi kebiasaan, keluarga lebih peka terhadap perubahan dan kebutuhan anak.

Waktu refleksi tidak harus panjang atau rumit. Bisa dilakukan dalam percakapan sederhana, doa bersama, atau momen hening setelah anak tidur. Yang penting adalah kejujuran dan keterbukaan.

Refleksi juga mengingatkan pasangan bahwa mereka pun sedang bertumbuh. Menjadi orang tua adalah proses pembentukan yang terus berjalan. Tidak ada titik “sudah selesai”.

Ketika pasangan berani merefleksikan diri, mereka memberi teladan penting bagi anak: bahwa hidup adalah proses belajar. Anak belajar bahwa bertumbuh itu wajar, dan berubah itu mungkin.

Refleksi membantu pasangan melihat bahwa keberhasilan pengasuhan tidak diukur dari kesempurnaan, tetapi dari kesetiaan. Setia hadir, setia belajar, dan setia mengasahi.

Refleksi pasangan membawa keluarga kembali kepada Tuhan. Mengakui keterbatasan, memohon hikmat, dan menyerahkan masa depan anak kepada-Nya.

Tuhan tidak mencari orang tua yang paling pintar atau paling siap. Ia mencari hati yang mau diajar. Refleksi adalah tanda hati yang mau dibentuk.

Ketika pasangan mau berhenti sejenak dan bertanya, “Bagaimana kami hari ini?”, di situlah pengasuhan mulai disembuhkan. Dari kesadaran lahir perubahan.

Dan ketika pasangan memilih berjalan bersama—dalam refleksi, doa, dan kasih—anak tidak hanya dibesarkan, tetapi dibentuk dalam suasana aman dan penuh harapan.

Refleksi pasangan bukan akhir dari sebuah bab, melainkan undangan untuk melangkah lebih dalam sebagai “kita”. Karena keluarga yang sehat bukan keluarga tanpa masalah, melainkan keluarga yang mau terus belajar bersama Tuhan.

PENYELIDIKAN ALKITAB (PA)

Dasar Firman Tuhan: Ulangan 6:4–9 ; Mazmur 127:3 ;
Amsal 22:6 ; 2 Timotius 1:5 ; Ratapan 3:22–23

Pertanyaan:

1. Siapa yang pertama kali dipanggil Tuhan dalam perikop ini: anak atau orang tua? Apa maknanya bagi peran orang tua?
2. Perintah utama apa yang Tuhan sampaikan sebelum berbicara tentang anak-anak?
3. Dalam konteks apa saja iman diajarkan kepada anak menurut ayat 7?
4. Apakah perikop ini lebih menekankan pengajaran formal atau kehidupan sehari-hari? Mengapa?
5. Mengapa kasih kepada Tuhan menjadi fondasi sebelum berbicara tentang pengasuhan anak?
6. Apa arti “mengajarkan berulang-ulang” dalam konteks usia dini (0–9 tahun)?
7. Bagaimana konsep ini sejalan dengan prinsip *attachment* (kelekatan) antara orang tua dan anak?
8. Apa bahayanya jika orang tua menyerahkan sepenuhnya pembentukan iman anak kepada sekolah, gereja, lembaga pelayanan, komunitas kristen atau pengasuh?
9. Dalam realitas keluarga masa kini (orang tua bekerja, lelah, sibuk), bagian mana dari perikop ini paling sulit dilakukan?
10. Bagaimana perikop ini menantang pola pikir bahwa pengasuhan rohani bisa “menunggu nanti”?

11. Apa hubungan antara kehadiran emosional orang tua dan keberhasilan penanaman nilai iman?
12. Apa yang dapat dilakukan orang tua yang masih bergumul dengan luka masa lalu agar tidak mewariskannya kepada anak?
13. Bagaimana ayat ini berbicara kepada keluarga yang merasa gagal atau terlambat memulai?
14. Setelah membaca perikop ini, apa satu kebenaran yang paling menegur atau menguatkan Anda sebagai orang tua? Dan apa yang ingin dilakukan?
15. Doa apa yang ingin Anda naikkan bersama pasangan terkait pengasuhan anak saat ini?

Pertanyaan refleksi:

1. Saat menjalani peran sebagai orang tua hari ini, emosi apa yang paling sering saya rasakan: damai, lelah, takut, atau frustrasi?
2. Apakah saya masih memandang anak sebagai titipan Tuhan, atau tanpa sadar memperlakukannya sebagai proyek, beban, atau perpanjangan diri saya?
3. Seberapa hadir saya secara emosional bagi anak, bukan hanya secara fisik?
4. Attachment (kelekatan) seperti apa yang sedang saya bangun dengan anak melalui cara saya merespons kebutuhan, tangisan, dan kesalahannya?
5. Jika anak belajar tentang dunia dari cara saya memperlakukannya, dunia seperti apa yang sedang saya perkenalkan kepadanya?
6. Nilai apa yang paling nyata anak lihat setiap hari dari hidup saya, bukan dari nasihat yang saya ucapkan?

7. Apakah ada luka, kepahitan, atau kelelahan dalam diri saya yang sedang memengaruhi cara saya mengasuh anak?
8. Ketika saya gagal, apakah saya lebih mudah menyalahkan diri, menyalahkan orang lain, atau datang kepada Tuhan?
9. Apakah rumah saya sudah menjadi tempat yang menolong anak mengenal kasih Allah melalui sikap, kata, dan doa sederhana?
10. Jika anak membangun gambaran tentang Allah dari relasinya dengan saya, gambaran seperti apa yang kemungkinan sedang terbentuk?
11. Di tengah segala keterbatasan saya sebagai orang tua, apakah saya masih percaya bahwa Tuhan sanggup bekerja dan memulihkan?
12. Apakah saya dan pasangan sedang berjalan sebagai satu tim dalam pengasuhan, atau lebih sering berjalan sendiri-sendiri dengan ekspektasi dan luka yang tidak terucap?
13. Satu langkah kecil apa yang Tuhan minta saya lakukan hari ini untuk mengasihi dan hadir lebih utuh bagi anak?

Daftar Buku

Buku-buku yang sudah ditulis dan diterbitkan lainnya:

1. Indahnya Ber-saat Teduh
2. Gejolak Kawula Muda – Relasi Muda Mudi (diterbitkan PT Suluh Cendikia Jakarta)
3. Dalam Untung dan Malang – Relasi Suami Istri (diterbitkan PT Suluh Cendikia Jakarta)
4. Anakku Karunia Tuhan - Relasi Orangtua Anak (diterbitkan PT Suluh Cendikia Jakarta)
5. Bagaimana Diselamatkan dalam Kristus?
6. Bagaimana Mengerti Kehendak Tuhan?
7. #Tibadikamu, Sebuah Perjalanan Menuju Kamu
8. Relasiku adalah Rumah Kristus (Bahan PA untuk orang yang sedang pacaran)
9. Mentuhankan Kristus dlm bidang-bidang Kehidupan (Bahan PA)
10. Memahami dan Menjalani Hidup Yang Berarti
11. Tetesan Waktu (Novel)

Alamat Email Penulis:

danielpuspo@gmail.com

Media sosial:

@danielpuspowardojo

@mentoring_temanhidup

FB: daniel puspowardoyo

Daftar Pustaka

- Alcorn, Randy. *Uang, Harta, dan Kekekalan*. Malang: Literatur SAAT, 2009.
- Anderson, Neil T. *The Bondage Breaker: Pemulihan Luka Batin*. Malang: Gandum Mas, 2006.
- Ainsworth, Mary D. S. *Infant-Mother Attachment*. American Psychologist, 1979
- Bancroft, Lundy. *Why Does He Do That? Inside the Minds of Angry and Controlling Men*. New York: Berkley Books, 2002.
- Burkett, Larry. *Prinsip-Prinsip Keuangan Alkitabiah*. Bandung: Kalam Hidup, 1992.
- Chapman, Gary. *Things I Wish I'd Known Before We Got Married*. Northfield Publishing, 2010
- Chapman, Gary. *Lima Bahasa Kasih*. Light Publishing
- Dobson, James. *Memantapkan kehidupan Keluarga*. Bandung: Kalam Hidup, 1996.
- Dobson, James. *Cinta Harus Tangguh*. Jakarta: Harvest Publication House, 2003.
- Eldredge, John, dan Stasi Eldredge. *Captivating: Unveiling The Mystery Of A Woman's Soul*. Thomas Nelson, 2005.
- Elliot, Elisabeth. *Passion and Purity: Hasrat dan Kekudusan*. Bandung: Pioner Jaya, 2014.
- Glass, Shirley P. *Not "Just Friends": Rebuilding Trust and Recovering Your Sanity After Infidelity*. New York: Free Press, 2004

- Graham, Billy. *Rahasia Hidup Bahagia*. Bandung: LLB, 1975.
- Ho, Benny. *Mengelola Uang dengan Cara Tuhan*. Yogyakarta: Andi Offset, 2010.
- Keller, Timothy. *Makna Pernikahan*. Bandung: Pioner Jaya, 2013.
- Lembaga Alkitab Indonesia. 2019. *Alkitab Terjemahan Baru (TB)*. Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia.
- McDowell, Josh. *The Secret of Loving*. Here's Life Publishers, 1985.
- Ramsey, Dave. *Total Money Makeover*. Thomas Nelson, 2003.
- Thomas, Gary. *Sacred Marriage: Pernikahan Kudus*. Yogyakarta: Katalis Media, 2013.
- Tripp, Paul David. *Buku Apa Yang Anda Harapkan? Menebus Realitas Pernikahan*. Surabaya: Momentum, 2013.
- White, Ellen G. *Child Guidance*. Nashville: Southern Publishing, 1954
- Wright, H. Norman. *Communication: Key to Your Marriage*. Ventura: Regal Books, 2000
- Focus on the Family, <https://www.focusonthefamily.com>
- <https://www.ccef.org>
- <https://www.desiringgod.org>
- <https://www.enditnow.org>
- <https://www.crown.org>
- <https://www.gottman.com>
- <https://drjamesdobson.org>
- <https://marriagetoday.com>
- <https://www.psychologytoday.com>
- <https://www.christianitytoday.com/2026/01/>
- “Beberapa kisah dan materi disarikan dari berbagai sumber biografi dan literatur rohani lainnya.”

Isi Buku

Jilid 3 Selanjutnya

Setiap pernikahan dimulai dengan cinta. Namun seiring waktu, cinta itu diuji oleh realitas kehidupan—anak-anak yang mulai berubah, komunikasi yang tidak lagi mudah, perbedaan yang semakin terasa, dan konflik yang tak terhindarkan. Bahkan, ada masa ketika hubungan diuji oleh luka yang dalam seperti perselingkuhan dan kekerasan, yang mengguncang fondasi kepercayaan.

Di tengah semua itu, satu pertanyaan penting muncul: *bagaimana tetap menjadi “kita”?*

Buku *SAAT AKU MENJADI KITA – Jilid 3* membawa Anda masuk ke dalam dinamika pernikahan yang nyata dan sering dialami banyak pasangan. Dimulai dari tantangan menghadapi anak di masa remaja yang dapat mengubah suasana rumah, buku ini mengajak pasangan untuk tetap bersatu sebagai tim, bukan saling menyalahkan.

Anda juga akan diajak memahami kembali pentingnya komunikasi—bukan sekadar berbicara, tetapi komunikasi yang membangun, menyembuhkan, dan memberi kehidupan. Ketika perbedaan mulai terasa, buku ini menolong pasangan menyadari bahwa sering kali masalah bukan karena kurangnya cinta, tetapi karena perbedaan cara

mengekspresikan dan menerima kasih. Kita saling mencintai, tetapi berbicara dengan “bahasa” yang berbeda.

Tidak berhenti di situ, buku ini dengan jujur membahas realitas yang menyakitkan—perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga. Namun, di balik luka tersebut, tetap ada jalan pemulihan, pengampunan, dan kesempatan untuk membangun kembali relasi yang hancur.

Pada akhirnya, setiap pasangan akan berhadapan dengan konflik. Buku ini menolong Anda melihat bahwa konflik bukan musuh, tetapi kesempatan untuk bertumbuh—ketika dihadapi dengan kasih, kerendahan hati, dan prinsip yang benar.

Ditulis dengan bahasa yang membumi, sistematis, dan praktis, buku ini berangkat dari pengalaman nyata dan kasus-kasus pernikahan yang sering terjadi, dilengkapi prinsip Alkitabiah serta langkah-langkah aplikatif yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Buku ini ditujukan bagi:

- Pasangan yang sedang mempersiapkan pernikahan
- Pasangan yang baru memasuki kehidupan rumah tangga
- Pasangan suami istri yang telah menjalani pernikahan bertahun-tahun, bahkan puluhan tahun

Karena pada akhirnya, pernikahan bukan tentang tidak adanya perbedaan atau masalah, tetapi tentang dua orang yang terus belajar memahami, mengasihi, mengampuni, dan memilih untuk tetap menjadi “kita”—dalam setiap musim kehidupan

Profil Penulis

Daniel Puspo Wardojo, S.Pd., M.Pd.K. dan **Widya Damajanti, A.Md.** adalah pasangan suami istri yang telah menjalani kehidupan pernikahan dan pelayanan bersama selama bertahun-tahun. Mereka dikaruniai tiga orang putra, yang menjadi bagian penting dari perjalanan iman, pembelajaran, dan pendewasaan hidup keluarga mereka.

Daniel dan Widya melayani sebagai **hamba Tuhan** dengan fokus pada **pemuridan dan pembinaan keluarga Kristen**. Pelayanan mereka meliputi pendampingan dan **konseling pranikah serta konseling pernikahan** baik secara on-site atau on-line, memimpin **kelompok Pemahaman Alkitab (PA) atau Kelompok Tumbuh Bersama (KTB)** bagi keluarga dan pasangan suami istri, serta menjadi **narasumber dalam berbagai seminar, retreat, dan pembinaan rohani** di gereja maupun komunitas Kristen.

Melalui pelayanan tersebut, mereka berjumpa dengan banyak pasangan dari berbagai latar belakang—pasangan yang sedang mempersiapkan pernikahan, pasangan muda, hingga pasangan yang telah menjalani pernikahan selama puluhan tahun. Pengalaman mendampingi pasangan-pasangan inilah yang memperkaya perspektif mereka tentang dinamika pernikahan yang nyata: penuh sukacita, pergumulan, konflik, pemulihan, dan pertumbuhan iman.

Selain melayani secara langsung, Daniel dan Widya juga aktif menulis dan telah menghasilkan **beberapa buku bertema pernikahan, keluarga, dan pemuridan Kristen**. Tulisan-tulisan mereka lahir dari kombinasi pengalaman pribadi dalam pernikahan sejak awal menikah, pengalaman pelayanan, pembelajaran teologis, serta refleksi atas Firman Tuhan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai wujud kepedulian terhadap proses pencarian teman hidup yang sehat dan bertanggung jawab secara iman, mereka juga mendirikan sebuah **platform perijodohan Kristen berbasis mentoring** yang dapat diakses melalui aplikasi di Play Store dengan nama **“Mentoring Teman Hidup.”** Platform ini dirancang bukan sekadar untuk mempertemukan individu, tetapi untuk menolong setiap pribadi mempersiapkan diri secara rohani, emosional, dan karakter sebelum memasuki pernikahan.

Melalui seluruh karya dan pelayanan mereka, Daniel dan Widya memiliki satu kerinduan utama: **menolong pasangan Kristen membangun pernikahan yang sehat, dewasa, dan memuliakan Tuhan**, dengan kesadaran bahwa pernikahan bukan sekadar tentang “aku dan kamu”, melainkan tentang perjalanan panjang **“saat aku menjadi kita”** di dalam kasih Kristus.

Ketika Kita Belajar Mengasuh, Berjuang, dan Menjalani Pernikahan di Era Digital

Pernikahan tidak berhenti ketika dua orang berkata, “Aku bersedia.” Justru di situlah perjalanan yang sesungguhnya dimulai.

Perjalanan ketika dua pribadi belajar menjadi orang tua.

Perjalanan ketika anak yang dulu selalu dekat, perlahan mulai berubah.

Perjalanan ketika tekanan hidup, luka, konflik, dan dunia digital mulai memasuki rumah dan memengaruhi relasi.

Perjalanan ketika “aku” terus dipanggil untuk menjadi “kita”—bukan hanya sebagai suami dan istri, tetapi sebagai satu tim dalam membangun keluarga.

Banyak pasangan tidak pernah benar-benar dipersiapkan untuk fase-fase ini. Bagaimana membangun ikatan yang kuat dengan anak sejak usia dini? Bagaimana merespons ketika anak mulai berubah dan menjauh?

Bagaimana tetap bersatu sebagai pasangan di tengah perbedaan, konflik, tekanan ekonomi, dan distraksi dunia digital? Bagaimana menjaga iman, relasi, dan keutuhan keluarga di tengah dunia yang terus berubah?

Buku ini membawa Anda masuk ke dalam perjalanan nyata kehidupan pernikahan dan pengasuhan—dengan segala keindahan, pergumulan, dan harapannya.

Ditulis dengan **bahasa yang membumi, sistematis, praktis, dan berdasarkan pengalaman nyata serta kasus-kasus yang sering terjadi**, buku ini menolong Anda memahami:

- Bagaimana membangun kelekatan emosional dan iman anak sejak usia dini
- Bagaimana menghadapi perubahan anak pra-remaja tanpa kehilangan relasi
- Bagaimana melewati masa-masa sulit dalam pernikahan tanpa menyerah
- Bagaimana mengelola tantangan era digital dengan hikmat
- Bagaimana membangun kesatuan, komunikasi, dan pengelolaan keuangan yang sehat sebagai pasangan

Buku ini tidak ditulis untuk pasangan yang sempurna.

Buku ini ditulis untuk pasangan yang sedang belajar. Belajar mengasuh, belajar bertahan, belajar bertumbuh, belajar tetap memilih satu sama lain, setiap hari.

Baik Anda yang sedang mempersiapkan pernikahan, baru memulai kehidupan rumah tangga, maupun yang telah berjalan bersama selama puluhan tahun, buku ini akan menolong Anda melihat bahwa perjalanan dari “aku” menjadi “kita” bukanlah perjalanan yang mudah—tetapi perjalanan yang indah ketika dijalani bersama, dengan kasih, komitmen, dan penyertaan Tuhan.

Karena pada akhirnya, keluarga tidak dibangun oleh dua orang yang sempurna—tetapi oleh dua orang yang terus memilih untuk menjadi “kita.”

Ketika kita belajar mengasuh, berjuang, dan menjalani pernikahan di era digital. Pernikahan tidak berhenti ketika dua orang berkata, "Aku bersedia." Justru di situlah perjalanan yang sesungguhnya dimulai.

Perjalanan ketika dua pribadi belajar menjadi orang tua. Perjalanan ketika anak yang dulu selalu dekat, perlahan mulai berubah. Perjalanan ketika tekanan hidup, luka, konflik, dan dunia digital mulai memasuki rumah dan memengaruhi relasi. Perjalanan ketika "aku" terus dipanggil untuk menjadi "kita"—bukan hanya sebagai suami dan istri, tetapi sebagai satu tim dalam membangun keluarga.

Banyak pasangan tidak pernah benar-benar dipersiapkan untuk fase-fase ini. Bagaimana membangun ikatan yang kuat dengan anak sejak usia dini? Bagaimana merespons ketika anak mulai berubah dan menjauh?

Bagaimana tetap bersatu sebagai pasangan di tengah perbedaan, konflik, tekanan ekonomi, dan distraksi dunia digital? Bagaimana menjaga iman, relasi, dan keutuhan keluarga di tengah dunia yang terus berubah?

Buku ini membawa Anda masuk ke dalam perjalanan nyata kehidupan pernikahan dan pengasuhan—dengan segala keindahan, pergumulan, dan harapannya.

Ditulis dengan bahasa yang bumi, sistematis, praktis, dan berdasarkan pengalaman nyata serta kasus-kasus yang sering terjadi, buku ini menolong Anda memahami:

- Bagaimana membangun kelekatan emosional dan iman anak sejak usia dini
- Bagaimana menghadapi perubahan anak pra-remaja tanpa kehilangan relasi
- Bagaimana melewati masa-masa sulit dalam pernikahan tanpa menyerah
- Bagaimana mengelola tantangan era digital dengan hikmat
- Bagaimana membangun kesatuan, komunikasi, dan pengelolaan keuangan yang sehat sebagai pasangan

Buku ini tidak ditulis untuk pasangan yang sempurna. Buku ini ditulis untuk pasangan yang sedang belajar. Belajar mengasuh, belajar bertahan, belajar bertumbuh, belajar tetap memilih satu sama lain, setiap hari.

Baik Anda yang sedang mempersiapkan pernikahan, baru memulai kehidupan rumah tangga, maupun yang telah berjalan bersama selama puluhan tahun, buku ini akan menolong Anda melihat bahwa perjalanan dari "aku" menjadi "kita" bukanlah perjalanan yang mudah—tetapi perjalanan yang indah ketika dijalani bersama, dengan kasih, komitmen, dan penyertaan Tuhan.

Karena pada akhirnya, keluarga tidak dibangun oleh dua orang yang sempurna—tetapi oleh dua orang yang terus memilih untuk menjadi "kita."