

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ORANG TUA TERHADAP PERKEMBANGAN PIKIRAN BAWAH SADAR ANAK GENERASI ALFA

Maria Silvana Dhawo^{1*}, Dania Relina Sitompul²

^{1,2}STIKES Suaka Insan Banjarmasin

*e-mail: mariadhawo@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Generasi alfa merupakan generasi pertama yang hidup berdampingan dengan teknologi canggih sejak dilahirkan. Generasi ini juga dikenal dengan generasi digital. Generasi alfa memiliki resiko tinggi terhadap masalah kesehatan mental di masa depan sehingga diperlukan pengetahuan khusus dari orang tuanya dalam proses pengasuhannya. **Tujuan:** Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan orang tua terhadap perkembangan pikiran bawah sadar anak generasi alfa. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan sampelnya adalah orang tua dari generasi alfa. **Hasil:** 60 orang tua tergabung dalam penelitian ini. Mayoritas dari orang tua berusia 18-39 tahun yakni usia dewasa muda (83,33%). Hasil penelitian menunjukkan masih ditemukan keterbatasan pengetahuan orang tua terhadap perkembangan pikiran bawah sadar anak dimana mayoritas orang tua (78,33%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup. **Kesimpulan:** Data menemukan, keterbatasan pengetahuan orang tua berada pada aspek: fungsi pikiran bawah sadar, periode emas perkembangan pikiran bawah sadar, bahasa cinta orang tua, serta penggunaan gadget pada anak.

Kata Kunci: Generasi Alfa; Orang Tua; Pengetahuan; Pikiran Bawah Sadar

ABSTRACT

Background: The alpha generation is the first generation who use the technology since birth. This generation is also known as the digital generation. They have a high risk on mental health problems in the future, therefore their parents should have a specific knowledge in dealing with this issue. **Objective:** This study aimed to identify parents' level of knowledge on the development of subconscious mind of alpha generation. **Method:** The research design used descriptive quantitative. The sampling technique in this study was accidental sampling with the sample being parents of the alpha generation. **Result:** 60 parents joined in this study. The majority of parents are 18-39 years (83.33%). The results showed that parents still have a limited knowledge regarding the development of the child's subconscious mind where the majority of parents (78.33%) had a level of knowledge in the sufficient category. **Conclusion:** The data found that the limited knowledge of parents was in these aspects: the function of the subconscious mind, the golden period of the development of subconscious mind, the love language of parents, and the use of gadgets in children.

Keyword: Alpha generation; Level of Knowledge; Parents; Subconscious mind

PENDAHULUAN

Jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 150 juta jiwa dengan penetrasi 56% yang tersebar di seluruh

wilayah. Penggunaan internet ini, sebagian besar dilakukan secara *mobile* yaitu 53% dari total pengguna internet yang mayoritas penggunaannya tersebar di

pulau Jawa dan Sumatera (Rizkinaswara, 2019). Data tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi digital di Indonesia berlangsung masif. Perkembangan teknologi juga menjangkau anak yang mulai mendapatkan hiburan dan pembelajaran secara online. Keterampilan dasar yang dimiliki oleh generasi saat ini adalah literasi teknologi, informasi, dan komunikasi oleh karenanya, mereka dikenal dengan generasi alfa yang sangat akrab dengan teknologi digital serta diklaim sebagai generasi paling cerdas dibandingkan generasi sebelumnya (Purnama, 2018).

Menurut Strauss dan Howe dalam bukunya, *Generations: The History of America's Future*, perubahan generasi terjadi dalam masyarakat sekitar setiap 20 tahun. Tantangan dan tanggung jawab yang dihadapi setiap generasi akan berbeda dan membuat peranan orang tua menjadi sangat penting dalam mendampingi anak (Reis, 2018). Tahun 2021 merupakan tahun perkembangan bagi Generasi Alfa. Generasi Alfa merupakan generasi pertama yang benar-benar telah hidup berdampingan dengan teknologi canggih sejak mereka dilahirkan, dari alasan inilah mereka

kerap disebut sebagai “Generasi Digital”. Dibesarkan pada era dimana teknologi selalu berkembang secara konstan, Generasi Alfa dapat memegang peranan penting yang sangat berpengaruh terhadap berbagai industri untuk terus berevolusi dan menciptakan inovasi terbaru. Generasi Alfa, memiliki banyak kelebihan namun generasi ini juga diperkirakan memiliki resiko yang lebih tinggi terhadap masalah kesehatan mental. Beberapa diantaranya adalah gangguan kecemasan dan depresi.

Hal ini tak mengherankan, mengingat anak dituntut untuk selalu menjadi progresif dan didorong agar selalu bergerak lebih cepat. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memiliki pengetahuan bagaimana mendidik para Generasi Alfa, agar dapat menjadi bibit yang bertumbuh dan memiliki konstruksi diri yang kuat. Dalam memahami kondisi anak, orang tua tidak boleh memaksakan asumsi yang dianggap orang tua benar kepada anak. Anak terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan termasuk dengan teknologi yang digunakan untuk sarana hiburan dan belajar (Tim Ide Plus Growing Centre, 2020).

Generasi alfa akan menjadi generasi yang paling terdidik karena kesempatan sekolah yang lebih banyak di era sekarang. Perkembangan anak generasi alfa merubah cara pandang dan pola hidup masyarakat yang semula konvensional menjadi inkonvensional. Orang tua yang mendidik anak diharapkan mampu berevolusi dan turut memperhatikan perkembangan pikiran bawah sadar yang akan membentuk karakter, kepribadian, dan kebiasaan dari generasi alfa (Fadlurrahim, Husein, Yulia, Wibowo, & Raharjo, 2019). Pikiran bawah sadar bersifat netral, sugestif dan berperan hampir 88% dari keseluruhan aktivitas keseharian manusia. Oleh karena itu, pikiran ini menerima serta merta informasi yang telah dianalisis dan diterima oleh pikiran sadar (*conscious mind*). Pikiran bawah sadar tidak memikirkan alasan-alasan yang mendasari informasi tersebut. Pikiran bawah sadar tidak menganalisis dan hanya menerima secara otomatis. Ia juga memiliki fungsi menyimpan memori jangka panjang, citra diri, kepribadian, dan kebiasaan yang dimiliki seseorang (Prastowo, 2018).

Pada saat terjadi pembuahan (sel telur ibu dibuahi sel sperma), pikiran bawah sadar manusia sudah aktif dan akan terus aktif sampai meninggal. Pada saat manusia di dalam kandungan sampai berusia sekitar 3 tahun, pikiran bawah sadar yang terus aktif sedangkan pikiran sadarnya belum aktif. Masa 6 tahun pertama adalah masa yang sangat kritis dan sering tidak dipahami oleh orang tua. Padahal, dalam rentang usia 0-6 tahun adalah kompas yang menentukan arah kehidupan seseorang, baik perilaku, kebiasaan, cara berpikir, dan lain sebagainya sampai anak tersebut dewasa.

Program pikiran adalah apa yang anak yakini/percayai sebagai sesuatu yang benar dan ditanamkan oleh orang tua, pengasuh, hingga pembelajaran serta permainan yang didapatkan secara online melalui bantuan teknologi (Tim Ide Plus Growing Centre, 2020). Dalam usia 0-6 tahun, apapun yang anak terima sebagai informasi dapat dijadikan kebenaran melalui sistem pikiran bawah sadarnya oleh karena itu orang tua perlu memiliki pengetahuan yang baik terkait perkembangan pikiran bawah sadar anak agar dapat membentuk karakter yang tepat dalam menghadapi dunia

yang sangat disruptif akibat teknologi. Penelitian terkait pengetahuan orang tua terhadap perkembangan pikiran bawah sadar anak generasi alfa belum banyak ditemui, penelitian sebelumnya hanya membahas tentang gambaran karakteristik generasi alfa serta upaya hipnoparenting dalam mengarahkan perilaku anak. Fokus penelitian sebelumnya, belum menelusuri akar masalah yang dapat terjadi bila orang tua belum memahami perkembangan pikiran bawah. Seperti yang kita dipaparkan sebelumnya, pikiran bawah

sadar memiliki peranan sangat penting dalam pembentukan perilaku, karakter, dan kepribadian anak di masa depan. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini hadir untuk mengidentifikasi pengetahuan orang tua tentang perkembangan pikiran bawah sadar anak agar dapat dijadikan acuan dalam mendidik generasi alfa yang sangat cerdas dan rawan untuk mengalami penyakit mental di masa depan.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8-14 November 2021 di daerah Kalimantan Selatan dan Kalimantan Timur. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan sample nya adalah orang tua dari generasi alfa yang berjumlah 60 orang. Instrumen yang digunakan dalam

penelitian ini adalah kuesioner tingkat pengetahuan orang tua terkait perkembangan pikiran bawah sadar anak yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan aplikasi AnatesV4. Analisa yang digunakan adalah analisa *univariate* yaitu usia dan pengetahuan orang tua. Penelitian ini telah mendapatkan lulus uji kelayakan etik dari Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

HASIL PENELITIAN

Pelaksanaan pengambilan data telah dilakukan oleh peneliti, yakni menyebarkan google form kepada subjek. Di dapatkan hasil sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
18-39 Tahun (Dewasa Muda)	50	83,33
40-60 Tahun (Dewasa Madya)	10	16,67
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	10	16,67
Perempuan	50	83,33

Sumber: Data Primer terolah, 2021

Analisa: Tabel 1 menunjukkan usia responden paling banyak yaitu usia dewasa muda (18-39 tahun) berjumlah 50 responden (83,33%) dan jenis kelamin mayoritas dari responden adalah perempuan yakni 50 responden (83,33%).

2. Tingkat Pengetahuan Orang Tua terkait Perkembangan Pikiran Bawah Sadar Generasi Alfa

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Orang Tua terkait Perkembangan Pikiran Bawah Sadar Generasi Alfa

Pengetahuan Orang Tua	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	9	15
Cukup	47	78,33
Kurang	4	6,67

Sumber: Data Primer terolah, 2021

Analisa: Berdasarkan tabel 2 di atas, tingkat pengetahuan orang tua tentang perkembangan pikiran bawah sadar anak adalah mayoritas dalam kategori cukup (78,33%) yaitu sejumlah 47 responden.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Usia

Hasil analisis tabel 1 menunjukkan bahwa dari 60 responden, sebagian besar berusia

18-39 tahun (83,33%) yang berada dalam rentang usia dewasa muda. Berdasarkan tugas perkembangan Havighurts usia dewasa muda merupakan usia untuk menikah dan membangun keluarga.

Responden dalam penelitian ini, memiliki tanggung jawab perkembangan untuk mendidik, mengasuh anak, serta melakukan pekerjaan untuk menghidupi keluarga. Usia responden paling muda adalah 20 tahun, dimana usia ini secara fisik dan mental telah siap menerima kehamilan, merawat, dan membesarkan anak (Mulqiah, Santi, & Lestari, 2017). Usia dewasa muda juga turut mengembangkan kematangan psikologis dalam masa peralihan agar dapat hidup dalam keluarga yang mandiri serta bertanggung jawab. Orang tua yang telah memiliki kematangan emosi akan membantu dalam proses pengasuhan, seperti yang disampaikan oleh Supartini (2014) bahwa Usia orang tua yang terlalu muda dan terlalu tua menjadikan peran pengasuhan tidak optimal karena memerlukan kesiapan secara psikologis. Kematangan psikologis yang dimiliki oleh para orang tua, dapat mengarahkan dan mengembangkan karakter serta kepribadian anak yang matang khususnya yang memiliki kaitan dengan perkembangan pikiran bawah sadar.

Jenis Kelamin

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden orang tua mayoritas berjenis kelamin wanita yaitu sebanyak 50 responden

(83,33%). Wanita sebagai ibu memiliki peranan penting dalam memenuhi kebutuhan dasar anak serta mencapai tugas perkembangan anak (Septiani, Widyaningsih, & Igomh, 2016). Ibu memiliki peranan dalam setiap tahapan kehidupan anak termasuk perkembangan pikiran bawah sadar anak yang akan berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian dan karakter anak. Baik orang tua laki-laki dan wanita perlu memiliki persamaan persepsi dalam mengasuh anak agar anak tidak menemukan kebingungan aturan yang ditetapkan oleh figur otoritas yaitu orang tua.

2. Tingkat Pengetahuan Orang Tua terkait Perkembangan Pikiran Bawah Sadar Generasi Alfa

Tabel 2 menunjukkan mayoritas pengetahuan orang tua berada dalam rentang cukup (78,33%). Pengetahuan yang cukup menunjukkan masih terdapat keterbatasan informasi yang didapatkan orang tua terkait perkembangan pikiran bawah sadar generasi alfa. Data menunjukkan, banyak orang tua belum mengetahui tentang usia penting perkembangan pikiran bawah sadar, fungsi pikiran bawah sadar, Bahasa kasih untuk mengasuh anak, serta penggunaan gadget pada generasi alfa. Hal tersebut dapat

menimbulkan dampak dalam proses asuhan serta pembimbingan pembentukan karakter anak menjadi lebih positif dan terpuji. Pikiran bawah sadar memiliki kunci untuk menanamkan sistem kepercayaan kepada anak atau lebih dikenal dengan *belief system*. *Belief system* manusia berkembang melalui beberapa periode. Pada periode tiga tahun pertama (0-3 tahun), pikiran sadar anak belum berkembang sehingga semua kesan yang anak terima akan diserap 100% baik untuk hal yang bersifat positif dan negatif. Periode tiga tahun kedua (4-7 tahun), pikiran sadar anak sudah berkembang. Dalam masa ini akan terbentuk filter antara pikiran sadar dan pikiran bawah sadar. Bila ada hal yang anak temui tidak sesuai dengan kebenaran pikiran bawah sadarnya, hal tersebut akan ditolak. Usia 8-13 tahun, filter tersebut menjadi semakin tebal dan seterusnya *belief system* anak akan semakin sulit untuk diubah (Prastowo, 2018).

Pengetahuan orang tua yang terbatas menjadi kendala dalam menanamkan program *belief system* kepada anak khususnya saat anak berusia 0-3 tahun. Di usia ini, telah dijelaskan apapun yang orang tua sampaikan akan dianggap kebenaran bagi anak. Bila orang tua

berkata ke anak “Kamu bodoh, tidak bisa apa-apa” anak akan percaya ucapan orang tuanya karena hal ini yang akan masuk ke pikiran bawah sadar anak. Bila orang tua berkata sebaliknya, anak ini pintar, cerdas, bersemangat, pasti bisa maka kata positif ini juga yang akan menjadi landasan dalam bersikap dan berperilaku. *Belief system* dapat tertanam dalam diri anak melalui gadget yang digunakan untuk hiburan serta permainan bagi anak. Anak generasi alfa sangat akrab dengan internet, tidak terlepas dari gadget, kurang bersosialisasi, kurang daya kreativitas dan bersifat individualis. Generasi alfa memiliki karakteristik menyukai hal instan dan kurang menghargai proses (Fadlurrahim, Husein, Yulia, Wibowo, & Raharjo, 2019). Pengetahuan orang tua terkait karakter generasi alfa akan sangat berguna dalam mengarahkan perilaku anak. Generasi alfa akrab belajar menggunakan perangkat lunak, bila tidak dibatasi aktivitas belajar dan bermain anak akan memilih permainan yang mengandung unsur kekerasan serta pembunuhan. Anak yang pikiran sadarnya belum berkembang, akan menganggap hal ini sebagai suatu kebenaran. Hal ini tentunya akan sangat berpengaruh terhadap mental dan kepribadian yang terbentuk dari generasi alfa.

Teknologi dapat membantu manusia dalam menjalani hidup. Orang tua dapat menggunakan teknologi sebagai bagian dari pengasuhan anak generasi alfa. Namun, orang tua juga perlu mempertimbangkan efek samping yang dapat ditimbulkan akibat penggunaan teknologi. Anak usia 0-2 tahun tidak boleh diberikan layar apapun sama sekali karena usia ini merupakan fase pertumbuhan tercepat selama hidup manusia. Usia 2-4 tahun, adalah fase pengenalan media stimulasi analog dan digital. Namun, pada fase ini anak tidak boleh diberikan teknologi yang dapat digenggam sendiri. Teknologi tidak boleh bersifat interaksi kepada anak. Orang tua perlu menetapkan batas waktu penggunaan gadget agar anak dapat mengembangkan kemampuan sosial. Usia 4-6 tahun anak mulai berinteraksi dengan gadget. Tahap ini perlu ditanamkan pengendalian diri anak dalam menggunakan gadget. Usia > 6 tahun anak boleh berinteraksi langsung dengan gadget namun tidak menjadi kepemilikan. Usia >10 tahun anak boleh memiliki handphone sendiri namun tetap dalam pengawasan orang tua serta memiliki pondasi yang kuat dalam penggunaan gadget (Indrayana, Aryanto, & Christianna, 2018).

Pengetahuan orang tua khususnya ibu terhadap perkembangan pikiran bawah sadar, dapat membantu ibu untuk menunjukkan Bahasa cintanya pada anak sehingga dapat memilih metode komunikasi yang baik pada anak. Ibu adalah orang tua yang paling sering melakukan interaksi dengan anak dalam kondisi positif dan negatif. Komunikasi dengan Bahasa cinta dapat memberikan kekuatan pada anak karena anak tahu orang tua peduli dengannya. Bahasa cinta dapat ditunjukkan dalam bentuk sentuhan fisik, kata-kata pendukung, waktu berkualitas, hadiah dan layanan. Anak yang merasa dirinya dicintai harga dirinya meningkat, lebih ceria, dan hubungan dengan orang tua menjadi berkualitas (Gunawan, 2010).

Setelah lahir ke dunia, anak menghabiskan waktu lebih banyak dengan orang tuanya khususnya ibu. Semua interaksi yang melibatkan fisik, verbal, dan mental sangat berpengaruh terhadap program pikiran bawah sadar anak. Program pikiran inilah yang akan menjadi peta mental anak dalam menjalani hidupnya saat dewasa nanti (Salami, 2017).

SARAN

Perawat dapat meningkatkan perannya sebagai edukator dalam memberikan informasi kesehatan kepada para orang tua terkait pentingnya memahami pikiran bawah sadar anak, waktu tepat dalam pembentukan karakter anak, bahasa kasih, serta kemampuan komunikasi untuk orang tua dan anak.

Orang tua dapat memanfaatkan sarana informasi yang mudah didapatkan saat ini tentang upaya parenting bagi generasi alfa. Orang tua dari generasi alfa, adalah generasi milenial yang juga sudah memiliki kemampuan dalam menggunakan teknologi. Informasi parenting terkait seminar mudah didapatkan melalui kegiatan online. Orang tua juga perlu memodifikasi perilakunya dalam hal berkomunikasi serta menunjukkan bahasa kasih yang tepat untuk anaknya. Anak belajar dengan meniru, orang tua harus menjadi contoh yang tepat agar proses penanaman belief system anak bisa membentuk pribadinya menjadi lebih positif

Penelitian ini menyediakan dasar untuk memberikan intervensi pada pemberian pendidikan kesehatan serta penelitian terkait hipnoparenting dalam memodifikasi

pikiran bawah sadar anak melalui peranan orang tua yang perlu ditelusuri secara langsung pengaruhnya pada perilaku anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadlurrahim, I., Husein, A., Yulia, L., Wibowo, H., & Raharjo, S. T. (2019). Memahami Perkembangan Anak Generasi Alfa di Era Industri 4.0. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 178-186.
- Gunawan, A. W. (2010). *Hypnotherapy for Children*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Indrayana, M. L., Aryanto, H., & Christianna, A. (2018). Perancangan Buku Interaktif Pembelajaran Pengembangan Karakter Pada Generasi Alfa. *Jurnal DKV Adiwarna, Universitas Kristen Petra*, 1-12.
- Mulqiah, Z., Santi, E., & Lestari, D. R. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Bahasa Anak Prasekolah. *Dunia Keperawatan*, 61-67.
- Prastowo, A. (2018). Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah Berbasis Pemberdayaan Pikiran

- Bawah Sadar. *Journal of Islamic Primary Education*, 56-64.
- Purnama, S. (2018). Penguasaan Digital Untuk Anak Generasi Alpha. *Al Hikmah Proceedings on Islamic Early Childhood Education*, 493-502.
- Reis, T. (2018). Study on The Alpha Generation and The Reflections of Its Behavior In The Organizational Environment. *Questjournals.com*, 9-19.
- Rizkinaswara, L. (2019, Agustus 14). *Kementerian Komunikasi dan Informatika RI*. Retrieved from aptika.kominfo.go.id:
<https://aptika.kominfo.go.id/2019/08/penggunaan-internet-di-indonesia/>
- Salami. (2017). Ibu Sebagai Hypnotist Terhebat di Dunia. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1-19.
- Septiani, R., Widyaningsih, S., & Igomh, M. K. (2016). Tingkat Perkembangan Anak Pra Sekolah Usia 3-5 Tahun Yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Keperawatan*, 114-125.
- Tim Ide Plus Growing Centre. (2020). *101 Pertanyaan dengan Adi W. Gunawan*. Jakarta: Ide Plus Growing Centre.