



### **Hak cipta dan penggunaan kembali:**

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

### **Copyright and reuse:**

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Amarah adalah salah satu perasaan pokok manusia yang umum dialami dan sehat bagi jiwa (Davis, 2004). Seiring berkembangnya pertumbuhan kognitif seorang anak, ia belajar untuk menyikapi perasaan amarah, bisa jadi dengan cara yang sehat maupun tidak sehat. Umumnya kemarahan diekspresikan melalui raut wajah dan kebisingan (menangis, berteriak, cemberut), ucapan permusuhan (mengejek orang lain, berkata kasar), hingga pergerakan agresif yang berpotensi mencelakakan orang lain (memukul, menendang).

Akan tetapi, kemarahan yang dilampiaskan secara agresif dapat mengakibatkan konsekuensi, menurut Faupel, Herrick, & Sharp (2011). Hubungan antara anak dengan teman sebayanya serta orangtua berpotensi retak. Anak pemarah juga cenderung mengalami kesulitan akademis di sekolah serta berisiko tinggal kelas atau keluar sekolah, salah satu alasannya karena keengganannya untuk berpartisipasi dalam pembelajaran, yang dapat mengganggu kegiatan belajar anak-anak lainnya (hlm. 22). Selain itu, studi yang dilakukan tim dari University of Virginia, AS menunjukkan bahwa anak-anak yang selalu berkonflik dengan teman sebayanya dan seringkali tidak bisa diselesaikan dengan baik berisiko menderita berbagai masalah kesehatan, termasuk penuaan dini dan radang sendi (*arthritis*) (Allen et al., 2017).

Penulis melakukan wawancara dengan psikolog anak, Bapak Adib Setiawan, M.Psi, pada hari Senin, 26 Februari 2018. Menurut Pak Adib, seorang anak belajar dengan cara meniru. Sehingga jika orangtua tidak mampu mengontrol amarahnya sendiri, maka anak akan turut meniru. Penulis juga melakukan wawancara dengan psikolog anak lain, ibu Leonarda Anggia, M.Psi pada hari Rabu, 28 Februari 2018. Menurutnya, anak menjadi pemarah letak kesalahannya ada di *parenting*, bisa jadi karena selalu dimanjakan dan dituruti keinginannya, sehingga tidak pernah mengenal rasa frustrasi.

Berdasarkan informasi tersebut, penulis melakukan *focus group discussion* dengan 5 orangtua yang memiliki anak berusia 6 – 12 tahun pada hari Senin, 20 Maret 2018. Dari FGD didapati, bahwa ketika anak marah, orangtua umumnya segera mengancam atau mendinginkan anaknya. Jika anak marah secara keterlaluan, orangtua akan menaikkan volume suara, memberlakukan hukuman, bahkan ada yang menantang anak untuk semakin berkelahi. Menurut kajian pustaka yang penulis baca, cara-cara ini belumlah ideal untuk menangani anak ketika marah.

Masa kanak-kanak merupakan masa penting untuk mengajarkan pengendalian emosi, jika anak-anak tidak diajarkan mengendalikan amarah, dapat tumbuh menjadi remaja yang sulit beradaptasi. Maka dari itu, penulis merancang buku panduan untuk orangtua tentang memahami dan menangani anak ketika marah. Tujuan dibuatnya buku ini diharapkan mampu membantu orangtua mendidik anak cara mengekspresikan marah yang sehat.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, penulis menentukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana cara merancang buku panduan untuk orangtua tentang memahami dan menangani anak ketika marah?

## **1.3. Batasan Masalah**

Perancangan dibatasi pada pembuatan media cetak yang diperuntukan bagi:

1. Anak yang dimaksud merupakan anak normal usia 6 – 12 tahun.
2. Demografis: orangtua berusia 30 – 50 tahun yang memiliki anak usia 6 – 12 tahun, laki-laki dan perempuan, kalangan menengah sampai menengah ke atas (SES A dan B).
3. Geografis: wilayah Jabodetabek.
4. Psikografis: orangtua yang memiliki anak pemarah, orangtua yang ingin mengedukasi anak tentang marah dan cara mengendalikannya, orangtua yang tidak atau belum tahu cara menangani amarah pada anak.

## **1.4. Tujuan Tugas Akhir**

Tujuan dari perancangan buku adalah sebagai berikut:

1. Merancang buku panduan untuk orangtua tentang memahami dan menangani anak ketika marah.

## **1.5. Manfaat Tugas Akhir**

Manfaat yang dapat diperoleh melalui karya tugas akhir ini adalah:

### 1.) Manfaat bagi Penulis

Buku panduan untuk orangtua tentang mengajarkan anak mengendalikan amarah ini dapat menjadi tolak ukur penulis dalam menerapkan ilmu dan teori yang dipelajari selama masa perkuliahan ke dalam karya nyata. Tugas akhir ini juga dapat membantu penulis mengasah konsep dan ide kreatif yang dibutuhkan untuk mengambil keputusan dalam pemecahan masalah desain, sehingga menghasilkan desain yang tepat dan memenuhi kebutuhan masyarakat secara nyata.

### 2.) Manfaat bagi Masyarakat

Buku panduan ini dapat membantu orangtua memberikan cara-cara untuk anak menghadapi perasaan marah dan mengendalikannya, sehingga menjadikan anak lebih kuat dalam menghadapi konflik dan situasi yang membuat marah. Selain itu dapat memutuskan siklus marah yang mungkin sudah terbentuk dari metode pengajaran generasi-generasi sebelumnya yang salah atau mengandung kekerasan, serta menciptakan generasi yang bisa mengontrol emosi dengan baik ketika menginjak usia remaja dan dewasa.

### 3.) Manfaat bagi Universitas

Buku panduan untuk orangtua tentang mengajarkan anak mengendalikan amarah ini dapat menjadi kajian bagi mahasiswa lainnya di Universitas Multimedia Nusantara.