

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Seorang *people pleaser* adalah seseorang yang sangat sulit untuk mengatakan tidak dan menentukan *boundaries* pribadinya, terlalu memikirkan opini orang lain tentang dirinya, sangat menghindari konflik, dan merasa bertanggung jawab atas terlalu banyak orang (Stoneson, n.d.). Kebiasaan ini masih umum ditemukan di Indonesia. Dari survei yang dilakukan penulis kepada 102 masyarakat Indonesia, 77,5% responden merasa membuat satu kesalahan akan membuat dirinya dibenci orang lain, 69,6% merasa frustrasi dengan diri sendiri atau anggota kelompok tiap kali terjadi kesalahan dalam pekerjaan, 48% sulit menolak permintaan orang lain bahkan saat jadwal mereka sudah penuh atau kondisi mereka tidak memungkinkan, dan 46,1% merasa bersalah jika mempunyai waktu istirahat atau membeli barang keinginan diri sendiri. Keempat hal ini adalah hal umum yang dirasakan oleh seorang *people pleaser*.

Kebiasaan *people pleasing* muncul salah satunya karena didikan orang tua kepada anaknya. Menurut Lancer (2018), anak patuh dengan keinginan orang tuanya karena cara ini paling berhasil untuk mendapatkan cinta orang tua. Jika orang tua memiliki ekspektasi terlalu tinggi, sangat ketat dalam menerapkan aturan, atau menghukum anak atas hal yang di luar kendali anak, mereka akan belajar untuk hati-hati dan selalu kooperatif dengan keinginan orang tuanya.

Menurut Hadiwidjojo, orang tua milenial Indonesia sudah mulai meninggalkan cara didik otoriter ini dan lebih memberi kebebasan pada anak untuk beropini dan membuat pengalaman baru (dikutip dari Putri, 2019). Namun, dari survei yang dilakukan penulis, sebagian orang tua berusia 26-35 tahun di Indonesia masih merasa kesulitan dalam mendidik anaknya. Kesulitan yang muncul secara berulang dalam jawaban survei adalah anak tidak kooperatif, anak atau orang tua lupa teorinya saat berhadapan langsung dengan situasi nyata, perlunya kesabaran dan mengulang – ulang penjelasan/instruksi kepada anak, dan berbedanya cara didik orang tua dengan kakek – nenek.

Pencegahan *people pleasing* perlu dilakukan sedini mungkin karena menurut Miller, S. A., Church, E. B., dan Poole, C., n.d., anak mulai dari usia 2 tahun sudah mulai sadar akan ‘diri’ mereka, dan membutuhkan dukungan orang tua dan orang dekat lainnya untuk membentuk kepercayaan diri mereka. Selain itu, anak yang sudah mencapai usia 12 tahun akan sulit diajari karena di usia ini mereka sudah mulai menginginkan kebebasan dan otonomi atas diri sendiri (Morelli, n.d.). Jika dibiarkan, kebiasaan *people pleasing* akan membuat anak selalu mencari pengakuan, tidak punya opini sendiri, dan merasa bertanggung jawab atas hal yang di luar kendali mereka (Guttman, 2019).

Oleh karena itu, dibutuhkan panduan tahapan cara didik (agar cara didik yang dilakukan konsisten), penjelasan atas cara didik yang diterapkan (agar orang tua bisa membuat anak dan kakek – nenek paham), dan media untuk berlatih dan introspeksi jika terjadi kesalahan saat berhadapan langsung dengan situasi nyata.

Ketiga hal ini akan diwujudkan dalam bentuk sebuah buku panduan tentang mencegah anak menjadi *people pleaser* yang ditujukan kepada orang tua.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana merancang buku ilustrasi tentang panduan mencegah anak menjadi *people pleaser* untuk orang tua?

1.3. Batasan Masalah

Batasan target audiens untuk perancangan buku panduan berilustrasi ini adalah:

1. Secara demografis:
 - a. Usia: 26-35 tahun
 - b. Jenis kelamin: perempuan dan laki-laki
 - c. Ekonomi: SES A-B
 - d. Pendidikan: D3-S1
 - e. Bahasa yang digunakan: Bahasa Indonesia
2. Secara psikografis: sudah atau berencana memiliki anak, peduli dengan masa depan anaknya, mau ikut berpartisipasi dalam mengajari anak, dan mau menerima masukan mengenai cara mengajari anak. Buku hanya berupa media informasi dan sebatas panduan, oleh karena itu target audiens dipilih dari kalangan yang memang merasa butuh panduan, sudah punya kesadaran awal mengenai topik, dan bersedia untuk mengikuti panduan.

3. Secara geografis: Tinggal di daerah perkotaan Jabodetabek.

1.4. Tujuan Tugas Akhir

Merancang buku ilustrasi tentang panduan mencegah anak menjadi *people pleaser* untuk orang tua.

1.5. Manfaat Tugas Akhir

- a. Manfaat bagi penulis: memberikan pengalaman mendesain buku ilustrasi untuk penulis dan belajar mengenai psikologi, *people pleasing*, cara didik orang tua dan pengaruhnya terhadap anak.
- b. Manfaat bagi orang lain: memberi panduan cara dan penjelasan untuk membantu orang tua yang kesulitan dalam mendidik anak mereka agar tidak menjadi *people pleaser*, dan memberikan aset/media untuk orang tua mendidik anak mereka.
- c. Manfaat bagi universitas: untuk menambah pustaka universitas dan sebagai referensi mahasiswa lain mengenai *people pleasing* dan cara pencegahannya melalui didikan orang tua, dan mengenai kesulitan orang tua dalam mendidik anaknya dan cara mengatasinya.