



## Menemani Anak Melalui Kesalahan dan Kegagalan

Oleh: Jesslyn Soetjipto, S.E., BBA, CHt®, CT

Pernahkah anak Anda kesal saat ia salah mewarnai gambarnya? Atau marah saat ia tidak bisa memainkan piano dengan lancar? Atau sedih saat ia mendapat nilai ujian yang rendah? Atau mengamuk saat ia tidak kunjung paham dengan pelajaran Matematika yang diajarkan?

Reaksi seperti ini adalah hal yang sangat wajar pada anak. Rasa kecewa, marah, atau sedih saat menghadapi kesalahan dan kegagalan adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Namun, bagaimana orang tua merespon momen-momen ini memiliki pengaruh besar pada cara anak melihat dirinya sendiri dan tantangan di masa depan.

Saat anak-anak bertumbuh, bentuk kegagalannya pun ikut berubah. Jika saat kecil mereka kecewa karena mainannya rusak, saat remaja mereka mungkin kecewa karena kalah di pertandingan basket, tidak terpilih sebagai Best Student, atau merasa malu saat presentasi di kelas tidak berjalan lancar.



Meski situasinya berbeda, emosi yang mereka rasakan tetap sama: kecewa, marah, sedih, dan merasa tidak cukup baik.

Di setiap tahap perkembangan, **kesalahan dan kegagalan adalah bagian dari perjalanan menjadi manusia**. Namun, yang sering kali lebih diingat anak bukan sekadar kejadiannya atau hasil akhirnya, tetapi bagaimana orang tua hadir menemani mereka saat mereka berhadapan dengan berbagai emosi akibat kesalahan atau kegagalan.

### Bagaimana orang tua bisa hadir secara emosional?

#### 1. Berikan Ruang untuk Merasa

Terkadang, dorongan pertama orang tua saat melihat anak kecewa adalah langsung memberikan solusi atau berkata, "*Tidak apa-apa, nanti juga bisa lagi.*" Namun, yang paling dibutuhkan anak di saat itu adalah **validasi perasaan mereka**.

Biarkan anak mengekspresikan kekecewaan, kemarahan, atau kesedihannya tanpa buru-buru menenangkan. Kalimat seperti, "Mama/Papa bisa lihat kamu kecewa karena nggak menang. Wajar kok merasa seperti itu." membantu anak merasa dimengerti dan didukung.

## 2. Menjadi Cermin Emosi yang Tenang

Anak-anak belajar meregulasi emosi dari orang tua. Jika orang tua tenang saat anak frustrasi, anak pun perlahan belajar bahwa emosi tidak perlu ditakuti atau ditolak.

Saat anak menangis atau bersungut-sungut karena gagal, cobalah tetap hadir dengan nada suara netral dan tatapan penuh kasih. Pahami bahwa emosi tidak perlu diselesaikan secara terburu-buru, tetapi bisa dirasakan dan dikenali terlebih dahulu.

## 3. Membantu Anak Melihat Kesempatan Belajar

Setelah emosi anak lebih tenang, barulah ajak mereka merefleksikan pengalaman tersebut. Bukan dengan nada menghakimi, tetapi dengan rasa ingin tahu.

**Contoh kalimat yang bisa digunakan:**

*"Menurut kamu, bagian mana yang paling sulit tadi?"*

*"Apa yang bisa kita lakukan lain kali supaya lebih baik?"*

*"Kamu sudah berlatih dan berusaha keras, bagian mana yang menurut kamu sudah berjalan cukup baik?"*

Pertanyaan seperti ini membantu anak membangun pola pikir bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar, bukan sesuatu yang perlu ditakuti.

## 4. Menjadi Pendamping, Bukan Penyelamat

Sebagai orang tua, naluri kita mungkin ingin langsung membantu, mempermudah, atau memperbaiki keadaan agar anak tidak kesulitan terlalu lama.

Namun, tugas kita bukanlah **menyelamatkan anak dari rasa tidak nyaman**, melainkan menemani mereka melewati rasa tidak nyaman itu.

Biarkan anak tahu bahwa meskipun mereka gagal, mereka tetap dicintai. Ucapkan hal-hal seperti :

*"Mama di sini kalau kamu butuh pelukan."  
"Papa tahu kamu kecewa, tapi papa percaya kamu bisa mencoba lagi."*

## 5. Rayakan Usaha, Bukan Hasil

Alih-alih hanya memuji hasil akhir, berikan apresiasi pada usaha yang telah anak lakukan.

*"Mama lihat kamu sudah latihan piano setiap hari, itu nggak mudah lho. Kamu hebat karena terus berusaha."*

Dengan begitu, anak belajar bahwa nilai diri mereka tidak ditentukan oleh keberhasilan atau kegagalan, melainkan dari proses yang telah mereka jalani.

Menghadapi kesalahan dan kegagalan adalah bagian alami dari perjalanan hidup anak. Peran orang tua bukanlah mencegah anak dari kegagalan, melainkan menemani mereka melewati emosi yang muncul dan mendukung proses belajar.

Ketika anak merasa didampingi dan diterima sepenuhnya, mereka akan tumbuh menjadi individu yang lebih tangguh, percaya diri, dan siap menghadapi tantangan di masa depan. Bersama orang tua yang hadir, kesalahan bukan akhir dari segalanya, melainkan langkah menuju pembelajaran yang berharga.