

Apa Rewards Yang Sesuai Untuk Memotivasi Anak Berpuasa?



Melatih anak agar mau belajar berpuasa memang tidak bisa dibilang selalu gampang. Ada kalanya, dalam situasi dan kondisi lingkungan tertentu, kita butuh usaha ekstra untuk memotivasi mereka.

Wujud dari usaha ekstra itu adalah memberi *imbalan (rewards)* agar anak giat, bersemangat, dan bergairah untuk belajar berpuasa. Misalnya kita menjanjikan akan membelikan pakaian, mainan, atau *gadget* supaya bisa merangsang motivasinya.

Yang sering menjadi pertanyaan adalah apakah cara demikian dibenarkan? Apakah cara demikian dapat menimbulkan efek yang bagus bagi perkembangan anak? Jangan-jangan kita sudah terjebak pada praktek menyuap atau membiasakan anak dengan suap? Di sinilah kita perlu membedakan mana suap dalam *parenting* dan imbalan.

Imbalan diberikan ketika si anak sudah melakukan sesuatu seoptimal yang mereka mampu. Kita disarankan memberi imbalan sebagai penghargaan atas perjuangan dan prestasinya belajar berpuasa atau yang lain.

Ini berbeda dengan suap. Suap sangat dilarang. Ketika kita memberi sesuatu lebih dulu supaya si anak melakukan apa yang kita mau (*egoisme pribadi*), maka ini tergolong suap, persis seperti orang dewasa menyuap pejabat.

Bedanya lagi adalah motifnya. Jika anak menangis, berperilaku negatif, termasuk tidak mau berpuasa padahal sudah berkewajiban (*mis-behave*), lalu kita kasih sesuatu agar dia menghentikan perilakunya yang kurang itu, maka ini tergolong suap.

Praktek menyuap seringkali diiringi oleh motif dimana orangtua malas atau mengambil jalan pintas dalam mendidik. Ini berbeda dengan imbalan dimana kita melatih anak agar berperilaku yang semestinya lalu jika dia berhasil maka kita memberinya penghargaan.

Dalam jangka panjang, antara suap dan imbalan punya efek mental yang sangat berbeda. Suap membuat anak selalu mengandalkan sesuatu lebih dulu. Orientasinya adalah apa yang akan diberikan oleh orang lain. Suap juga melatih orang terbiasa memanipulasi.

Cara yang sederhana memotivasi anak agar belajar berpuasa tanpa harus terjebak pada praktek suap adalah dengan mulai menjelaskan kedudukan puasa dalam agama. Puasa ini merupakan perintah Tuhan dengan berbagai keistimewaan. Kita tidak memposisikan diri sebagai pihak yang menyuruhnya puasa. Tuhanlah yang menyuruh puasa itu.

Begitu sudah memahami siapa Tuhan dan apa perintah-Nya, maka mulailah kita menggunakan pendekatan mengajak, melatih, atau mendorong. Begitu sudah berhasil, entah berapa persennya, barulah kita kasih penghargaan.

Sebaiknya, *reward* itu tidak selalu harus materi, tapi disesuaikan dengan kebutuhan perkembangannya. Misalnya dibelikan sesuatu lalu kita tambah dengan mengunjungi museum atau tempat bersejarah lain, membelikan buku, atau peralatan olahraga.

Karena esensi dari puasa itu adalah perubahan perilaku, maka *reward* pun harusnya menantang anak untuk mengubah perilakunya, misalnya semakin jarang *ngambek*, latihan tidak membanting sesuatu saat marah, dan seterusnya.

Semoga bisa kita jalankan.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/apa-rewards-yang-sesuai.html>