



Fenomena Anak Indigo: Antara Kepercayaan, Kajian Psikologi, Dan Dampak Sosial

Dewi Evalina Siregar¹, Imel Sihombing², Maulana AL Kahfi³, Yan Indra Siregar⁴, Badin sipahutar⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Email: dewievalina97@gmail.com

Abstrak

Fenomena anak indigo merupakan topik yang menarik banyak perhatian publik sejak akhir abad ke-20. Anak indigo diyakini memiliki kepekaan emosional, intuisi, sampai kemampuan spiritual yang lebih tinggi dari anak pada umumnya. Konsep ini pertama kali dikenalkan oleh Nancy Ann Tappe pada tahun 1970-an melalui teori aura, yang kemudian dipopulerkan oleh Carroll dan Tober (1999) melalui karya *The Indigo Children*. Meskipun masyarakat sering mengaitkan indigo adalah kemampuan istimewa, kajian ilmiah menunjukkan bahwa karakteristik indigo dapat dijelaskan melalui psikologi modern, antara lain sensitivitas tinggi (*highly sensitive person*), anak berbakat (*gifted children*), serta pengaruh sugesti sosial. Artikel ini bertujuan untuk memberikan tinjauan mendalam mengenai asal-usul istilah indigo, karakteristik yang dilekatkan pada anak indigo, pandangan ilmiah berdasarkan kajian psikologi, dan dampak sosial yang ditimbulkan. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa fenomena indigo bukanlah ednitas supranatural yang terbukti secara empiris, melainkan konstruksi sosial yang terbentuk dari interaksi budaya, psikologi, sosial dan kepercayaan masyarakat. Dengan demikian, pendekatan yang kritis dan objektif perlu digunakan agar fenomena indigo tidak menimbulkan stigma maupun ekspektasi berlebihan terhadap anak.

Kata Kunci : *Indigo, Psikologi Anak, Gifted Children*

PENDAHULUAN

Fenomena anak indigo merupakan salah satu topik yang menarik perhatian publik sejak beberapa dekade terakhir. "Menurut Kozlowski, K. (2007), pemahaman tentang psikologi perkembangan sangat penting dalam memahami fenomena anak indigo." Di masyarakat, anak indigo sering dianggap sebagai individu yang memiliki keistimewaan, baik berupa kemampuan supranatural maupun kepekaan emosional yang tidak biasa. Popularitas istilah ini semakin meningkat ketika media massa dan buku populer menyoroti kisah-kisah anak yang diklaim mampu melihat hal gaib, meramalkan

peristiwa, atau memiliki kecerdasan spiritual lebih tinggi dibandingkan anak-anak sebaya.

Meski demikian, " Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Menjelaskan bahwa individu yang sangat sensitif memiliki karakteristik yang mirip dengan beberapa ciri yang sering dikaitkan dengan anak indigo." pandangan akademik tidak sepenuhnya sejalan dengan keyakinan masyarakat. Banyak pakar psikologi berpendapat salah satunya Putra, A. R. (2021). bahwa ciri-ciri yang dilekatkan pada anak indigo dapat dijelaskan melalui pendekatan ilmiah, seperti teori Rahayu, N. (2020). yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata atau konsep highly sensitive person yang menunjukkan kepekaan emosional lebih tinggi dibandingkan orang kebanyakan. Hal ini menimbulkan pertanyaan penting: apakah indigo merupakan fenomena nyata yang bersifat supranatural, atau sekadar konstruksi sosial yang lahir dari interpretasi budaya dan sugesti?

Kajian kritis terhadap fenomena ini menjadi penting, bukan hanya untuk menjawab perdebatan antara keyakinan dan sains, tetapi juga untuk memberikan pemahaman yang lebih tepat dalam mendampingi anak. Apapun label yang diberikan, setiap anak memiliki kebutuhan perkembangan yang perlu dihargai dan difasilitasi secara optimal. Oleh sebab itu, artikel ini mencoba menelaah fenomena indigo melalui perspektif psikologi dan sosial dengan tujuan memberikan gambaran yang lebih seimbang antara pandangan populer dan penjelasan ilmiah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur (*library research*) dengan menelaah buku, artikel ilmiah, dan jurnal psikologi yang relevan. Data dianalisis dengan pendekatan deskriptif-analitis untuk mengkaji asal-usul, karakteristik, serta dampak fenomena indigo dari perspektif ilmiah dan sosial.

Data diperoleh dari buku yang membahas tentang indigo, psikologi perkembangan, sensitivitas, dan giftedness. Artikel jurnal ilmiah terkait psikologi anak, fenomena sosial, dan labeling. Artikel populer dan media massa yang menggambarkan persepsi masyarakat terhadap indigo.

Teknik Pengumpulan Data Identifikasi sumber: memilih literatur yang relevan dengan topik indigo. Klasifikasi informasi: mengelompokkan data ke dalam kategori (ciri-

ciri, penjelasan psikologis, dampak sosial). Sintesis data: menyatukan temuan dari berbagai sumber untuk memberikan gambaran komprehensif.

Teknik Analisis Data Analisis dilakukan dengan pendekatan deskriptif-analitis, yaitu: mendeskripsikan temuan dalam literatur, membandingkan pandangan populer dengan pandangan ilmiah, Menyusun interpretasi mengenai posisi fenomena indigo dalam konteks psikologi dan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian "Penelitian oleh Maryatun (2018) menunjukkan bahwa anak indigo dapat dipahami melalui perspektif psikologi perkembangan." literatur menunjukkan bahwa Fenomena indigo dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara kepercayaan spiritual, kondisi psikologis, dan konstruksi sosial. Dari sisi spiritual, indigo diyakini sebagai anak dengan kelebihan istimewa Santrock, J. W. (2018). Dari sisi psikologi, indigo dapat dijelaskan melalui teori sensitivitas tinggi, *gifted children*, dan pengaruh sugesti sosial Jung, C. G. (2016).

Di masyarakat, fenomena ini menimbulkan ambivalensi. Sebagian orang tua merasa bangga, tetapi sebagian lain khawatir akan pandangan negatif lingkungan. Di sekolah, anak indigo sering menimbulkan tantangan pedagogis karena memiliki perilaku kritis dan cenderung berbeda dengan mayoritas siswa.

Dengan begitu, fenomena anak indigo bukan hanya persoalan individu tetapi juga persoalan sosial yang melibatkan cara pandang masyarakat, pola asuh orang tua, keluarga dan sistem pendidikan.

Tabel 1. Hasil Penelitian

ASPEK	HASIL PENELITIAN
Asal-usul konsep indigo	Istilah indigo pertama kali dikenalkan oleh Nancy Ann Tappe (1970-an) melalui teori aura, kemudian dipopulerkan oleh Carroll & Tober (1999). Konsep ini berasal dari kepercayaan spiritual yang mengaitkan warna aura "biru nila" dengan tingkat kesadaran tinggi. Dalam psikologi modern, istilah ini tidak memiliki dasar ilmiah yang kuat, namun menarik minat masyarakat karena nilai mistiknya.
Pandangan psikologis	Fenomena indigo dapat dijelaskan melalui teori sensitivitas tinggi (HSP), <i>gifted children</i> , dan pengaruh sugesti sosial. (Aron, 1996; Baum et al., 1995; Jung, 1964) Anak indigo sering kali hanyalah anak yang

	sangat sensitif atau berbakat. Kepekaan emosional dan daya pikir kritis mereka bukan kemampuan supranatural, melainkan variasi normal dari kepribadian dan perkembangan manusia.
Pandangan sosial	Label "indigo" memunculkan pro dan kontra di masyarakat: sebagian menganggap anugerah, sebagian menganggap berlebihan. (Sutanto, 2019; Poerwandari, 2005) Label sosial dapat menimbulkan stigma atau ekspektasi berlebihan. Menurut teori labeling, anak dapat menginternalisasi label tersebut dan berperilaku sesuai harapan masyarakat-baik positif maupun negatif.
Dampak terhadap anak dan keluarga	Anak indigo menghadapi ambivalensi sosial: bisa dikagumi, namun juga disalahpahami. Di sekolah, mereka sering menjadi tantangan pedagogis. Perlu pendekatan inklusif dalam pendidikan dan pola asuh. Dukungan emosional serta pengakuan tanpa menekankan label sangat penting agar perkembangan anak tetap seimbang. Implikasi pendidikan Anak indigo menunjukkan perilaku kritis, independen, dan sensitif terhadap ketidakadilan. Guru dan orang tua perlu memahami karakter ini bukan sebagai "kenakalan" tetapi ekspresi dari kecerdasan emosional dan sosial tinggi. Pendidikan perlu disesuaikan dengan kebutuhan mereka.
Konteks budaya dan kepercayaan	Masyarakat Indonesia masih memandang fenomena indigo secara spiritual dan mistis (Sudarsono, 2017). Pandangan budaya turut memperkuat keyakinan tentang anak indigo, namun sering kali mengaburkan aspek psikologis ilmiah. Perlu literasi psikologi untuk mengimbangi kepercayaan mistis.

Selain itu, di sisi lain masyarakat masih terbelah dua antara mereka yang menganggap indigo sebagai anugerah supranatural dan mereka yang menilainya sebagai fenomena biasa yang dilebih-lebihkan. "Teori labeling, seperti yang dijelaskan oleh Sutanto (2019), dapat memberikan wawasan tentang bagaimana label 'indigo' memengaruhi perkembangan anak." Perdebatan ini menimbulkan implikasi penting: anak dengan label indigo berpotensi berkembang secara positif jika diarahkan dengan benar, namun juga bisa mengalami hambatan jika terjebak dalam stigma Poerwandari, E. K. (2015). Literatur populer menggambarkan anak indigo dengan ciri-ciri berikut: memiliki intuisi tajam, seolah bisa meramalkan kejadian, Sensitivitas emosional yang tinggi, Rasa empati mendalam terhadap orang lain, Sering berpikir kritis dan menolak aturan yang dianggap tidak logis, Ketertarikan terhadap hal-hal spiritual atau metafisik.

Pembahasan

Fenomena anak indigo telah menjadi subjek diskusi yang luas dan beragam, memicu minat dari berbagai kalangan masyarakat. Istilah ini, yang pertama kali dipopulerkan oleh Carroll dan Tober (2018) dalam buku mereka "*The Indigo Children: The New Kids Have Arrived*," merujuk pada anak-anak yang diyakini memiliki karakteristik khusus dan unik, termasuk intuisi yang tajam, tingkat empati yang tinggi, serta potensi spiritual dan kreatif yang luar biasa. Namun, di balik popularitasnya, fenomena ini mengundang pertanyaan kritis mengenai validitas ilmiah, implikasi sosial, dan dampak psikologis yang mungkin timbul.

Dari sudut pandang psikologi, penting untuk mendekati fenomena anak indigo dengan kerangka kerja yang berbasis bukti dan teori yang mapan. Salah satu konsep yang relevan adalah *highly sensitive person* (HSP), yang dijelaskan secara rinci oleh Aron (2016). Individu dengan sensitivitas tinggi menunjukkan respons yang lebih kuat terhadap rangsangan sensorik dan emosional, yang dapat termanifestasi dalam berbagai cara, seperti kepekaan terhadap kebisingan, cahaya, atau perubahan suasana hati orang lain. Karakteristik ini sering kali disalahartikan sebagai tanda "keistimewaan" atau "kemampuan supranatural," padahal sebenarnya merupakan variasi normal dalam temperamen manusia.

Selain itu, konsep giftedness atau keberbakatan juga relevan dalam memahami fenomena anak indigo. Baum et al. (2022) menekankan pentingnya mengidentifikasi dan mendukung anak-anak dengan potensi intelektual dan kreatif yang tinggi. Anak-anak berbakat mungkin menunjukkan minat yang mendalam pada topik tertentu, kemampuan berpikir abstrak yang kuat, serta dorongan intrinsik untuk belajar dan berprestasi (Silverman, 1993). Namun, penting untuk diingat bahwa keberbakatan tidak selalu berarti kesuksesan akademis atau sosial. Anak-anak berbakat juga dapat menghadapi tantangan unik, seperti ekspektasi yang tinggi, isolasi sosial, atau kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang kurang menantang (Neihart, 1999).

Dalam konteks sosial, fenomena anak indigo tidak dapat dipisahkan dari pengaruh budaya dan keyakinan yang berlaku di masyarakat. Sudarsono (2017) meneliti bagaimana mitos dan realitas anak indigo berinteraksi di Indonesia, menciptakan narasi yang kompleks dan sering kali kontradiktif. Label "indigo" dapat memberikan dampak ganda: di satu sisi, dapat meningkatkan perhatian dan dukungan terhadap anak; namun di sisi lain, dapat menciptakan stigma dan ekspektasi yang tidak realistis (Tobing &

Sinaga, 2021). Oleh karena itu, penting untuk berhati-hati dalam menggunakan label ini dan memastikan bahwa anak diperlakukan sebagai individu yang unik dengan kebutuhan dan potensi masing-masing.

Selain itu, teori labeling yang dikemukakan oleh Suryabrata, S. (2012). memberikan wawasan penting tentang bagaimana label sosial dapat memengaruhi perkembangan anak. Ketika seorang anak dilabeli sebagai "indigo," mereka mungkin mulai menginternalisasi label tersebut dan berperilaku sesuai dengan harapan yang terkait dengannya. Hal ini dapat berdampak positif jika label tersebut memotivasi anak untuk mengembangkan potensi mereka; namun, juga dapat berdampak negatif jika label tersebut membatasi anak atau menciptakan tekanan yang tidak sehat.

Dari perspektif perkembangan, penting untuk memahami bahwa anak-anak, terlepas dari label yang diberikan, mengalami tahapan perkembangan yang berbeda dengan kebutuhan yang berbeda pula (Papalia et al., 2019). Hurlock (2015) menekankan pentingnya memahami psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan untuk memberikan dukungan yang tepat kepada anak-anak. Oleh karena itu, pendekatan yang terbaik adalah fokus pada pemenuhan kebutuhan individu anak, seperti kebutuhan akan cinta, perhatian, dukungan, dan stimulasi yang sesuai dengan usia dan kemampuan mereka.

Dalam memahami fenomena anak indigo, penting untuk menghindari polarisasi antara pandangan mistis dan ilmiah. Alih-alih terjebak dalam perdebatan tentang apakah anak indigo "nyata" atau tidak, lebih bermanfaat untuk mengakui bahwa fenomena ini mencerminkan kompleksitas interaksi antara faktor biologis, psikologis, sosial, dan budaya. Dengan pendekatan yang holistik dan berbasis bukti, kita dapat memberikan dukungan yang tepat kepada anak-anak dengan karakteristik unik dan membantu mereka mencapai potensi penuh mereka (Goleman, 2012).

KESIMPULAN

Fenomena anak indigo merupakan isu yang muncul dari pertemuan antara kepercayaan spiritual dengan perkembangan kajian psikologi modern. Secara historis, istilah indigo berasal dari gagasan tentang aura berwarna biru tua yang menandakan tingkat kesadaran lebih tinggi. Namun, hasil telaah literatur menunjukkan bahwa sebagian besar ciri yang dilekatkan pada indigo seperti empati mendalam, intuisi tajam, serta sikap kritis terhadap aturan dapat dijelaskan melalui kerangka psikologi, misalnya

konsep *gifted children* yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata, *highly sensitive person* yang menunjukkan kepekaan emosional tinggi, maupun teori labeling yang menjelaskan bagaimana label sosial dapat membentuk perilaku anak.

Dari sudut pandang sosial, fenomena indigo menghadirkan dampak ganda. Di satu sisi, label indigo dapat meningkatkan perhatian orang tua dan masyarakat terhadap anak, sehingga memunculkan pengakuan dan rasa percaya diri. Namun, di sisi lain, anak yang dilabeli indigo berpotensi menghadapi beban ekspektasi, stigma mistis, bahkan kesalahpahaman dalam dunia pendidikan.

Oleh karena itu, indigo sebaiknya tidak dipahami semata sebagai kategori supranatural, melainkan sebagai konstruksi sosial-psikologis yang menuntut pendekatan rasional dan inklusif. Fokus utama seharusnya bukan pada label “indigo”, melainkan pada bagaimana mendukung kebutuhan perkembangan anak secara optimal. Guru, orang tua, dan masyarakat perlu memberikan ruang yang sehat agar anak dengan kepekaan dan kecerdasan unik ini dapat tumbuh menjadi individu yang percaya diri, kritis, sekaligus memiliki keseimbangan emosional. Dengan demikian, memahami indigo secara kritis dapat membantu kita berpindah dari perdebatan mistis-ilmiah menuju praktik nyata: memberikan perhatian, dukungan, dan pendidikan terbaik bagi setiap anak, baik yang disebut indigo maupun tidak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aron, E. N. (2016). *The highly sensitive person: How to thrive when the world overwhelms you*. New York: Broadway Books.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). *Pengantar psikologi (terj.)*. Jakarta: Erlangga.
- Baum, S. M., Renzulli, J. S., & Hébert, T. P. (2021). Reconsidering the role of gifted education and talent development for the 21st century. *Phi Delta Kappan*, 76(8), 619–620.
- Carroll, B., & Tober, J. (2018). *The Indigo Children: The new kids have arrived*. New York: Hay House.
- Goleman, D. (2017). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jung, C. G. (2016). *Man and his symbols*. London: Aldus Books.

- Kozlowski, K. (2007). *The secret life of the Indigo children*. Bloomington: AuthorHouse.
- Maryatun, S. (2018). Anak indigo dalam perspektif psikologi perkembangan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 16(2), 101–110. <https://doi.org/xxxx>
- Neihart, M. (1999). *The impact of giftedness on psychological well-being*. *Roeper Review*, 22(1), 10–17.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2019). *Human development (11th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Poerwandari, E. K. (2015). *Pendekatan kualitatif dalam penelitian psikologi*. Jakarta: LPSP3 Universitas Indonesia.
- Putra, A. R. (2021). Fenomena anak indigo sebagai konstruksi sosial: Antara mitos dan realitas. *Jurnal Sosiologi Indonesia*, 9(1), 45–58.
- Rahayu, N. (2020). Sensitivitas emosional pada remaja: Kajian terhadap fenomena “indigo”. *Psikoedukasi: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 77–86.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence (16th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Silverman, L. K. (1993). *Counseling the gifted and talented*. Denver, CO: Love Publishing.
- Sudarsono, S. (2017). Mitos dan realitas anak indigo di Indonesia. *Jurnal Psikologi Budaya*, 5(1), 55–67.
- Suryabrata, S. (2012). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sutanto, A. (2019). Labeling theory dan implikasinya dalam pendidikan anak berbakat. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 9(1), 45–57.
- Tobing, R., & Sinaga, S. (2021). Stigma sosial terhadap anak indigo di masyarakat urban. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, 12(2), 88–101.