

KETIKA AKU MERASA MARAH





Saat bel sekolah terakhir berbunyi, semua anak tertawa dan berteriak dengan penuh kegembiraan.

Semua, kecuali Dita. Dita MARAH!



"Dita! Dita! Lihat betapa cantiknya bunga matahari itu!" kata Appa, saat mereka berkuda melewati ladang.

"GRRMPH! Warnanya KUNING

BANGET! Bikin matakmu perih!"

kata Dita.

"Dita! Dita! Lihat! Lihat semua monyet itu!" kata Appa.
menunjuk ke atap rumahnya.

"CHEEE!" kata Dita. "SHOOO! PERGI! SHOOO!"





"Ini, minumlah buttermilk," kata Appa. "Ini akan membuatmu merasa lebih baik." "HRRRM!" kata Dita. "AKU TIDAK MAU!" "Cobalah seteguk, setidaknya?" "OKE! BAIKLAH!" kata Dita, dan mulai menyesapnya.

Dia menyesap sekali lagi. Dan sekali lagi. Dalam sekejap, gelas itu sudah kosong.



"Apakah kamu ingin vada?" tanya Appa.

"FFEHH!" dapat Dita.

"Hanya satu gigitan kecil saja?"

"Oke, SANGAT BAGUS!" kata Dita, sambil menggigitnya. Rasanya cukup enak.

Dia menggigitnya sekali lagi.

Dan satu hal lagi.

Dalam sekejap, piring itu sudah kosong.





"Anak yang baik," kata Appa. "Sekarang, bisa kah kau ceritakan padaku kenapa kau begitu marah?"

"TIDAK!" kata Dita.

"Apakah itu sesuatu yang aku buat?"

"TIDAK!"

"Apakah itu sesuatu yang dikerjakan Amma?"

"TIDAK!"

"Apakah ada yang tidak baik terjadi di sekolah hari ini?"

"MUNGKIN!"



"Kamu ingin menggambar?" tanya Appa. "Ini selembar kertas yang bagus dan beberapa krayon."

"Oke, BAIK!" kata Dita.

Dita sedang menggambar batu bata...

"Ini BATA BODOH yang bikin aku tersandung pagi ini," kata Dita.

"Kau benar. Itu batu bata yang SANGAT BODOH!" kata Appa.

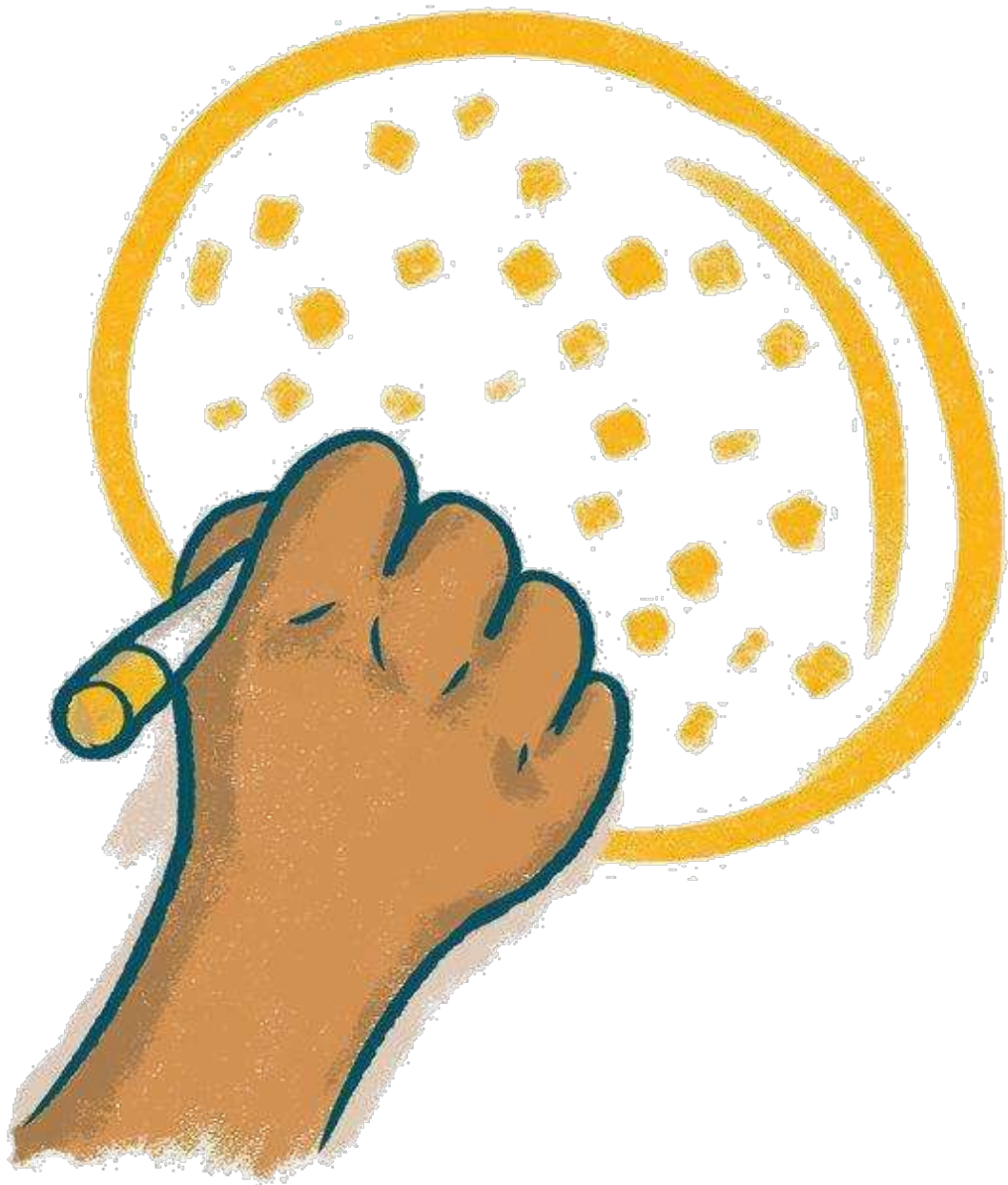




Dan Dita sedang menggambar
seorang anak laki-laki...

"Ini Bikku, ANAK YANG SANGAT NAKAL! Dia tertawa
saat aku terjatuh!" kata Dita.

"Kau benar," kata Appa. "Dia tidak seharusnya
menertawakanmu."



Dan Dita sedang
menggambar telur...

"Ini telur-ku," kata Dita. "Telur-ku terjatuh dari
kotak makan siangku saat aku tersandung BATA
BODOH!"



Dan Dita sedang menggambar seekor burung gagak...

"Ini burung GAGAK JAHAT yang terbang sambil membawa telur saya," kata Dita.

"Burung gagak itu pasti kelaparan," kata Appa.



Dan Dita sedang menggambar gurunya...

"Ini adalah guruku, Nona Amala," kata Dita. "Dia membantuku bangkit saat aku terjatuh. Kemudian dia memelukku." "Dia sangat baik," kata Appa.

"Lalu dia mencubit pipiku. AKU TIDAK SUKA kalau pipiku dicubit." "Oho! Pasti SAKIT, kan?"

"Itu keren."

"Sedikit. Tapi sekarang aku sudah baik-baik saja."

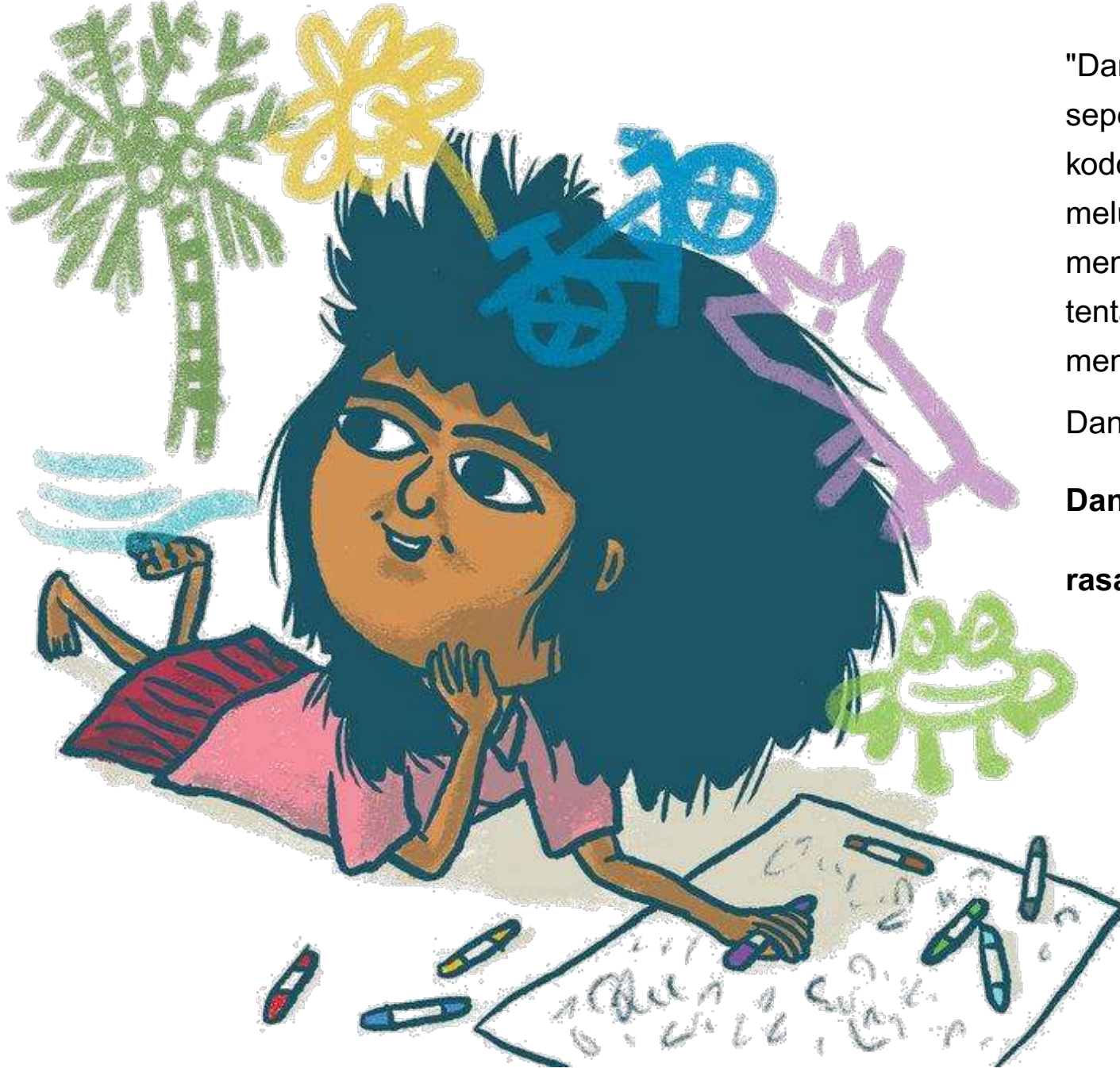


"Lihat, betapa hebatnya kamu menggambar, Dita?" kata Appa.

"Kamu benar-benar seniman! Mau nggak kamu gambar sesuatu untuk Amma juga?" "OH-oke!"

jawab Dita, lalu mulai

menggambar lagi. "Ini tikus putih kecil... dan ini perahu... dan ini pohon kelapa..."



"Dan ini bunga matahari... dan ini sepedamu, Appa... dan ini anjing... dan ini kodok..." Dalam sekejap, Dita sudah melupakan BATA BODOH yang membuatnya tersandung dan jatuh. Juga tentang ANAK NAKAL yang menertawakannya.

Dan mengenai GAGAK PENCURI TELUR.

Dan Dita bahkan sampai lupa tentang rasa MARAHnya.



10 Hal yang Harus Dilakukan Jika Merasa MARAH seperti Dita:

1. Tertawalah dengan keras sambil melompat-lompat dengan kedua tangan di angkasa!
2. Tarik napas perlahan – sangat, sangat perlahan, lalu hembuskan napas!
3. Minumlah air! Atau buttermilk!
4. Makanlah sepotong buah!
5. Ceritakan kepada orang dewasa tentang perasaanmu!
6. Tuliskan tentang perasaanmu!
7. Gambarkan! Warnai!
8. Bermainlah dengan setumpuk tanah liat!
9. Buatlah sebuah lagu tentang kemarahanmu! Nyanyikan dengan suara keras!
10. Menarilah dengan riang!

TAMAT