

BUKU PANDUAN BAGI ORANG TUA

**UNTUK MENINGKATKAN
REGULASI DIRI
DALAM BELAJAR**
(Self Regulated Learning) **ANAK !**



Dr. Nazia Nuril Fuadia, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Keselarasan antara pendidikan di sekolah dan di rumah menjadi kesadaran dan dianggap penting dewasa ini. Pengalaman belajar yang diterima anak di sekolah diharapkan selaras dengan apa yang dialami anak ketika di rumah. Aktifitas pembelajaran dilaksanakan guru di sekolah semestinya selaras dengan apa yang dilakukan orang tua terhadap anak di rumah. Dalam konteks demikian inilah maka pentingnya kajian tentang pendidikan orang tua (*parenting education*).

Salah satu unsur penting dalam pendidikan adalah materi-materi yang sangat berkaitan dengan pencapaian tujuan belajar. Oleh karena itu dalam konteks *parenting* perlu dikaji materi yang relevan dalam pendidikan pengasuhan, yaitu kemampuan orang tua dalam merubah perilakunya, dalam merespon dan memenuhi kebutuhan anaknya, dimana orangtua mau beradaptasi dengan perannya sebagai orang tua secara maksimal, yaitu orang tua mampu menetapkan perilakunya dalam membentuk nilai-nilai, kemampuan, maupun keterampilan yang akan dibangun pada anak mereka.

Salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki anak salah satunya yaitu *self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajar, yaitu kemampuan anak untuk dapat berperan aktif dalam proses belajarnya, dengan cara menggunakan proses metakognisi, motivasi, dan kontrol perilaku dalam mencapai tujuan belajarnya. Dimana ketika anak sudah memiliki kemampuan meregulasi dirinya dalam belajar, maka anak tersebut memiliki kemandirian dalam kegiatan belajarnya.

Dalam rangka mewujudkan hal tersebut, penulis membuat suatu pedoman bagi pelaku pendidikan anak usia dini khususnya orang tua sebagai orang yang paling dekat dan paling berperan bagi anak, yaitu Buku Panduan Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Dalam Belajar (*Self Regulated Learning*) Anak, khususnya pada anak usia dini yang berada pada fase transisi, yaitu masa sekolah dasar kelas awal yang merupakan fondasi utama dalam menentukan karakter, sikap, dan perilaku masa depannya kelak.

Jakarta, 5 Mei 2020

Nazia Nuril Fuadia

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	
PENDAHULUAN	4
A. Latar Belakang	4
B. Tujuan	5
C. Ruang Lingkup	5
D. Manfaat	5
E. Garis Besar Materi Buku Panduan	7
F. Target Buku Panduan	8
G. Petunjuk Penggunaan Buku Panduan	9
MATERI BUKU PANDUAN ORANG TUA (PARENTING)	10
A. Perkembangan Anak	10
1. Definisi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak.....	10
2. Aspek dan Tahapan Perkembangan Anak	12
3. Masa Transisi (Sekolah Dasar Kelas Awal).....	14
4. Karakteristik dan Tugas Perkembangan Masa Transisi.....	15
5. Upaya Orang Tua Dalam Menghadapi Masa Transisi	16
6. Evaluasi dan Refleksi	17
B. Pengasuhan Positif	19
1. Peran Orang Tua Dalam Pengasuhan.....	19
2. Berbagai Macam Pola Asuh Orang Tua.....	21
3. Pengasuhan Positif dan Cara Melakukannya	25
4. Komponen Yang Terlibat Dalam Pengasuhan.....	26
5. Evaluasi dan Refleksi.....	27
C. Komunikasi Efektif	29
1. Pengertian Komunikasi.....	29
2. Ciri dan Jenis Komunikasi.....	30
3. Cara Komunikasi Efektif Orang Tua-Anak.....	31
4. Evaluasi dan Refleksi.....	38
D. Disiplin Positif	40

1. Pengertian Disiplin	40
2. Perbedaan Disiplin Dengan Hukuman	40
3. Trik Mendisiplinkan Anak	42
4. Cara Menerapkan Disiplin Positif Kepada Anak	43
5. Hal-hal Yang Diperhatikan Dalam Membuat Aturan.....	48
6. Apa yang Harus Dilakukan dan Tidak Boleh Dilakukan Orangtua.....	50
7. Evaluasi dan Refleksi	51
E. Perkembangan Anak	53
1. Pengertian Mengenal Diri.....	53
2. Cara Mengenal Diri (Self Assesment).....	54
3. Lembar Teknik Pengenalan Diri.....	56
4. Pemahaman Konsep Diri.....	57
5. Cara Menumbuhkan Konsep Diri Positif.....	58
6. Evaluasi dan Refleksi	62
F. Strategi Belajar (<i>Learning Strategic</i>).....	64
1. Konsep Strategi Belajar.....	64
2. Cara Agar Belajar Menjadi Efektif dan Menyenangkan.....	64
3. Program Intervensi Penerapan Strategi Belajar	68
a. Tahapan I (Evaluasi Diri dan Pengawasan)	69
b. Tahapan II (Perencanaan Tujuan dan Strategi)	70
c. Tahapan III (Strategi Pelaksanaan dan Pengawasan)	79
d. Tahapan IV (Strategi Pengawasan Hasil Belajar).....	80
4. Pengenalan Gaya Belajar.....	80
a. Gaya Belajar Visual dan Strateginya.....	81
b. Gaya Belajar Auditori dan Strateginya.....	82
c. Gaya Belajar Kinestetik dan Strateginya.....	83
5. Pengaturan Waktu (<i>Time Management</i>).....	84
6. Cara Mengatur Waktu.....	85
7. Contoh Jadwal Kegiatan Harian Anak.....	88

DAFTAR PUSTAKA

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sebagai generasi penerus bangsa yang tumbuh dan berkembang secara terus menerus, berkesinambungan dan berkelanjutan, dari satu generasi ke generasi berikutnya. Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak satu dan lainnya tentunya berbeda-beda, yang ditentukan oleh pendidikan yang diperolehnya, baik melalui keluarga, sekolah maupun masyarakat, terutama pendidikan yang diperolehnya pada masa usia dini. Masa usia dini dikenal sebagai masa emas (*golden age*) yang ditandai dengan kemampuan otak yang mampu menyerap informasi sangat tinggi yang berdampak pada perkembangan kepribadian maupun kemampuan kognitifnya kelak.

Peserta didik yang berada di SD/ MI kelas awal termasuk dalam rentang anak usia dini (0-8 tahun). Rentang ini termasuk dalam masa transisi/ peralihan dari pra-sekolah (TK) ke sekolah dasar (SD). Pada masa ini anak dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai keterampilan dasar yang sifatnya akademis seperti: kemampuan calistung, adaptasi pembelajaran dari individual ke klasikal, penambahan jumlah mata pelajaran yang berimplikasi pada penambahan jumlah waktu belajar yang lebih banyak, serta sistem belajar yang menjadi lebih formal. Dalam upaya menyikapi hal tersebut, perlu dilakukan peningkatan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak, yaitu kemampuan individu (anak) untuk dapat berperan aktif dalam proses belajarnya, dengan cara menggunakan proses berpikir (metakognisi), memotivasi diri sendiri, dan mengontrol perilaku dalam mencapai tujuan belajarnya.

Pembentukan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) ini ditentukan oleh faktor internal yaitu dirinya sendiri, maupun faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Regulasi diri dalam belajar anak ini sangat ditentukan oleh faktor eksternal, khususnya orang tua sebagai lingkungan terdekat anak yang memiliki peranan begitu besar di dalam perkembangan anaknya, dimana pengetahuan, keterampilan, sikap dan perilaku orang tua berpengaruh besar terhadap kemandirian, perkembangan kognitif dan keterampilan sosial anak. Oleh karena itu diperlukan suatu panduan bagi orang tua untuk dapat meningkatkan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak.

B. Tujuan

Buku Panduan Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Dalam Belajar (*Self Regulated Learning*) Anak ini, ditujukan untuk memberdayakan para orangtua siswa khususnya orang tua siswa sekolah dasar kelas awal, dalam meningkatkan pengetahuan, sikap maupun keterampilan orang tua dalam membentuk atau meningkatkan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak. Kompetensi yang diharapkan dari orang tua yaitu meningkatnya pengetahuan, sikap maupun keterampilannya dalam hal:

1. Perkembangan Anak
2. Pengasuhan Positif
3. Komunikasi Efektif
4. Disiplin Positif
5. Pengenalan Diri
6. Strategi Belajar

C. Ruang Lingkup

Secara garis besar materi Buku Panduan untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak ini dikelompokkan ke dalam enam materi pembelajaran. Pengelompokan materi didasarkan atas pertimbangan kebutuhan anak serta kebutuhan orang tua dan proporsi waktu yang dimiliki orang tua, dimana hal ini telah disesuaikan dengan situasi dan kondisi di lapangan. Keenam Materi kegiatan belajar tersebut sebagai berikut: 1) Perkembangan Anak, 2) Pengasuhan Positif, 3) Komunikasi Efektif, 4) Disiplin Positif, 5) Pengenalan Diri dan 6) Strategi Belajar.

D. Manfaat

Manfaat Buku Panduan ini, yaitu agar orang tua dapat membangun regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak, melalui pengetahuan, sikap dan keterampilan yang akan ditingkatkan kepada orang tua terkait hal-hal sebagai berikut: Perkembangan Anak (khususnya pada masa transisi/ sekolah dasar kelas awal), Pengasuhan positif, Komunikasi efektif, Disiplin positif, Pengenalan Diri, dan Strategi Belajar. Keenam materi tersebut merupakan berbagai komponen yang diperlukan untuk dapat meningkatkan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak.

Pemahaman tentang pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, khususnya pada masa transisi (sekolah dasar kelas awal) akan membantu orang tua dalam memahami perkembangan anak pada saat usianya, sehingga dapat menetapkan stimulus apa saja yang tepat yang dapat diberikan sesuai dengan tahap perkembangannya, kemudian orang tua lebih mampu beradaptasi terhadap proses masa transisi, yaitu perpindahan masa taman kanak-kanak ke masa sekolah dasar, sehingga dapat menerapkan pola belajar yang tepat dan sesuai dengan masanya.

Pengasuhan, komunikasi dan disiplin yang positif tentunya membantu para orang tua untuk dapat menyampaikan dan menerapkan nilai-nilai perilaku apa saja yang ingin diterapkan kepada anaknya, dan dapat memberikan berbagai saran atau nasihat kepada anaknya dengan baik, serta orang tua pun lebih dapat memahami dan beradaptasi terhadap perasaan maupun perilaku anaknya. Demikian juga dengan orang tua dapat menerapkan kebiasaan-kebiasaan yang baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam kegiatan belajar anak, sehingga terbentuklah kemandirian anak.

Pengenalan diri anak yang tepat akan membentuk konsep diri anak yang baik yang berdampak kepada keyakinan diri (*self efficacy*) anak, dimana anak akan merasa keberadaan dirinya diakui, kemudian ia akan yakin dengan kemampuan yang ia miliki, sehingga terbentuk motivasi dan rasa percaya diri dari dalam dirinya untuk dapat melakukan sesuatu dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan, dimana anak melakukan segala sesuatu dengan sendirinya tanpa paksaan/ suruhan dari orang lain.

Berbekal pengetahuan tentang strategi belajar yang dimiliki, orang tua dapat mengenali gaya belajar anak, mengajarkan kepada anak tentang strategi belajar dan pengaturan waktu yang baik, yang sesuai dengan karakteristik maupun tahap perkembangannya, sehingga anak tersebut memiliki pemahaman cara belajar yang baik, efektif, dan menyenangkan, serta dapat memaksimalkan waktu yang ada, sehingga pada akhirnya anak dapat mengatur dirinya dalam belajar (memiliki regulasi diri dalam belajar / *self regulated learning*), dimana tumbuh suatu kedisiplinan dalam belajar, dan belajar dirasa sebagai sesuatu kebutuhan yang menyenangkan, bukan sebuah paksaan, sehingga diharapkan dapat memperoleh hasil belajar yang optimal.

Pada akhirnya orang tua akan memahami akan perkembangan anak khususnya pada masa transisi, dan dapat menerapkan pola pengasuhan positif, komunikasi efektif

dan pendisiplinan yang positif, sehingga hal tersebut akan memudahkan orang tua dalam menyampaikan pesan atau nilai-nilai perilaku yang ingin diterapkan kepada anak sehingga anak tidak merasa digurui atau dipaksa, serta memudahkan orang tua dalam membentuk perilaku serta kebiasaan-kebiasaan yang diharapkan. Kemudian dengan orang tua terus menanamkan konsep diri yang baik dan menimbulkan keyakinan diri (*self efficacy*) pada anak, maka anak tersebut akan tumbuh rasa percaya dirinya, sehingga tumbuh kemandirian dalam melakukan segala sesuatunya, dimana tumbuh kesadarannya untuk melakukan apa yang seharusnya dilakukan tanpa harus disuruh bahkan dipaksa oleh orang tuanya. Selanjutnya dengan orang tua mengajarkan strategi belajar kepada anak, maka anak dapat menerapkan strategi yang tepat dalam belajarnya dan mampu memberlakukan aturan-aturan kegiatan belajar bagi dirinya, serta mampu memecahkan permasalahan yang dihadapinya, mengetahui apa yang harus dilakukan jika menemukan permasalahan di dalam kegiatan belajarnya, sehingga pada akhirnya anak memiliki regulasi diri dalam belajarnya (*self regulated learning*).

E. Garis Besar Materi

➤ **Materi 1: Perkembangan Anak**

Memahami pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini khususnya masa transisi (sekolah dasar kelas awal); Karakteristik dan Tugas perkembangannya; Upaya yang dilakukan orang tua untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

➤ **Materi 2: Pengasuhan Positif**

Memaknai peran sebagai orang tua dalam pengasuhan anak; Memahami apa itu pengasuhan, berbagai pola pengasuhan dan dampaknya; Memahami konsep pengasuhan positif dan bagaimana cara melakukannya; Mengetahui hal apa saja yang harus dilakukan dan tidak boleh dilakukan orang tua dalam pengasuhan; serta mengetahui siapa saja sebaiknya yang terlibat dalam pengasuhan anak.

➤ **Materi 3: Komunikasi Efektif**

Memahami apa yang dimaksud dengan komunikasi; Mengetahui ciri komunikasi yang efektif; Mengenal jenis-jenis komunikasi dan hal apa saja yang harus diwaspadai dalam komunikasi; Mengetahui cara berkomunikasi positif antara orang tua dengan anak, sehingga tujuan komunikasi dapat tercapai dengan baik.

➤ **Materi 4: Disiplin Positif**

Pemahaman konsep disiplin positif; Dapat membedakan antara disiplin dengan hukuman; Mengetahui cara mendisiplinkan anak secara positif; Mengetahui hal-hal yang perlu diperhatikan dalam membuat aturan dan konsekuensi; Memaknai hal-hal yang harus dilakukan dan harus dihindari dalam mendisiplinkan anak.

➤ **Materi 5: Pengenalan Diri**

Memiliki pemahaman akan diri sendiri; Dapat melakukan *self assessment* (teknik mengenal diri), sehingga dapat mengenali kekuatan dan kelemahan diri; Memiliki pengetahuan tentang konsep diri; Mengetahui cara menumbuhkan konsep diri positif, serta mengetahui apa saja yang harus dilakukan dan tidak boleh dilakukan oleh orang tua dalam menumbuhkan konsep diri yang baik pada anak, yang nantinya tentu akan berdampak pada keyakinan diri (*self efficacy*) anak.

➤ **Materi 6: Strategi Belajar**

Memahami konsep strategi belajar; Orang tua mengetahui teknik belajar yang efektif dan menyenangkan; Melakukan berbagai intervensi yang dilakukan oleh orang tua kepada anak dalam menerapkan strategi belajar, seperti membuat perencanaan, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi; Memahami berbagai macam gaya belajar, dan dapat membuat sebuah jadwal kegiatan belajar.

F. Target Buku Panduan

1. Orang tua memiliki pemahaman, serta mengalami peningkatan kepercayaan diri dan keyakinan diri dalam mengembangkan kemampuan atau kompetensinya untuk dapat menjalankan tugas dan perannya sebagai orang tua dengan optimal.
2. Memahami profesi orang tua sebagai pendidik pertama dan utama bagi anak.
3. Memahami pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya pada masa transisi, sehingga orang tua memiliki harapan dan bertindak secara proporsional terhadap anaknya, sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan anak.
4. Memiliki pengetahuan akan cara/ metode dalam menghadapi perilaku anak.
5. Menerapkan pola asuh yang tepat yang sesuai dengan kebutuhan anak.
6. Memahami bahwa setiap masalah/ hambatan yang dihadapi, menjadi sebagai sebuah kesempatan untuk mendidik anak dengan penuh kasih sayang.

7. Mampu berkomunikasi dengan baik dan efektif dengan anak.
8. Mampu mendisiplinkan anak dengan cara yang positif.
9. Menumbuhkan konsep diri yang positif kepada anak.
10. Meningkatkan keyakinan diri anak.
11. Mengenali gaya belajar anak sesuai karakteristiknya.
12. Mampu mengatur waktu dalam kegiatan sehari-hari dan belajarnya.
13. Mampu menerapkan strategi belajar yang efektif dan menyenangkan.

Pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) anak, sehingga dapat diperoleh hasil belajar yang optimal.

G. Petunjuk Penggunaan Buku Panduan

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menggunakan buku panduan ini yaitu:

1. Bacalah terlebih dahulu bagian Pendahuluan Buku Panduan ini, agar Bapak/ Ibu (orang tua) mendapatkan gambaran tentang latar belakang, tujuan, ruang lingkup, manfaat, target, dan garis besar isi dari materi dari buku panduan ini.
2. Uraian pada buku panduan ini disajikan dalam rangkaian materi yang berurutan, yaitu materi satu sampai dengan enam, sehingga diharapkan pembaca dapat menyelesaikan terlebih dahulu bagian awal lalu berlanjut ke bagian selanjutnya.
3. Pada setiap kegiatan belajar disajikan pokok bahasan dan sub pokok bahasan.
4. Pada kegiatan belajar 1 disajikan materi tentang Perkembangan Anak.
5. Pada kegiatan belajar 2 disajikan materi tentang Pengasuhan Positif.
6. Pada kegiatan belajar 3 disajikan materi tentang Komunikasi Efektif.
7. Pada kegiatan belajar 4 disajikan materi tentang Disiplin Positif.
8. Pada kegiatan belajar 5 disajikan materi tentang Pengenalan Diri
9. Pada kegiatan belajar 6 disajikan materi tentang Strategi Belajar
10. Pada setiap kegiatan pembelajaran memberikan penekanan pada kalimat yang dianggap penting/ istilah asing yang sulit dipahami, yang dijelaskan di akhir buku.
11. Setiap akhir kegiatan dilakukan evaluasi perkembangan kemampuan orang tua.
12. Setiap akhir kegiatan pembelajaran dilengkapi dengan Refleksi Diri, yaitu pembuatan komitmen orang tua terhadap anaknya, dalam rangka perubahan perilaku orang tua, yang tentunya akan berdampak kepada perilaku anaknya.

MATERI 1: PERKEMBANGAN ANAK

Makna pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, khususnya pada masa transisi (sekolah dasar kelas awal); Karakteristik dan Tugas perkembangannya; dan Upaya yang dapat dilakukan orang tua untuk dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak; Evaluasi dan Refleksi Diri.



Mendidik dan Membimbing Anak Dengan Penuh Cinta dan Berpijak Pada Tugas Perkembangan Anak

❖ Apa itu Pertumbuhan dan Perkembangan Anak ?

✓ **Pertumbuhan:**

- Perubahan bersifat kuantitatif.
- Perubahan ukuran tubuh/ fisik.
- Berhenti di usia tertentu
(ada saatnya tidak bisa bertambah tinggi lagi, atau gigi tidak bertambah lagi)

✓ **Perkembangan:**

- Perubahan bersifat kualitatif.
- Urutan-urutan perubahan yang bertahap dalam suatu pola yang teratur.

- Perubahan yang saling berpengaruh satu dengan lainnya, misalnya anak belum bisa berjalan sebelum anak tersebut bisa duduk.
- Hasil dari usaha belajar, seperti: bisa bicara, semakin cepat larinya, bertambah pintar, semakin mandiri, dan semakin mampu bersosialisasi.
- Tidak pernah ada kata terlambat untuk berkembang.
- Bersifat terus menerus berlangsung seumur hidup hingga akhir hayat.



❖ **Kapan Masa Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Terjadi ?**

Pertumbuhan terjadi secara **bertahap**, sedikit demi sedikit. Anak dengan asupan gizi yang baik akan tumbuh lebih cepat dibandingkan dengan anak yang tidak mendapatkan asupan gizi yang baik. Pertumbuhan dapat **berhenti di usia tertentu** (misalkan ada saatnya suatu saat tinggi badan kita tidak bertambah lagi atau gigi kita tidak bertambah lagi).

Perkembangan berlangsung **terus menerus**, seumur hidup walaupun setiap tahap perkembangan memiliki masa perkembangan optimal dan perkembangan pun bersifat **bertahap** mulai dari masa konsepsi/ pembuahan (pertemuan sel telur dengan sperma) hingga **akhir masa hidupnya**, artinya kemampuan akan naik secara bertahap, dimana kemampuan berikutnya akan muncul jika kemampuan pada tahap sebelumnya telah dilalui dengan baik.

Pentingnya Masa Anak Usia Dini (*Golden Age*)



- Setiap anak adalah unik. Anak akan tumbuh, berkembang serta belajar dengan kecepatannya yang berbeda dengan anak yang seusianya.
- Kapasitas otak luar biasa → setidaknya ada 100 milyar sel otak. Perkembangan intelegensi atau kecerdasan anak sangat pesat terjadi pada usia 0-8 tahun. Di usia 4 tahun kira-kira telah mencapai 50%, usia 8 tahun telah mencapai 80%, dan titik puncak/ tertinggi berada pada usia sekitar 18 tahun.
- Kegagalan dalam pola pengasuhan di masa usia dini, akan berdampak pada gagalnya masa usia remaja atau dewasa.

❖ Apa saja Aspek dan Tahapan Perkembangan Anak ?

Aspek	Perkembangan	Aktifitas Pendukung
Fisik Motorik 	Berkaitan dengan gerakan	Lakukan berbagai aktifitas fisik: <ul style="list-style-type: none">- Motorik/ gerak kasar: berjalan, berlari, melompat, merangkak, melempar, naik tangga dll.- Motorik halus: menggambar, main kelereng, dll

<p style="text-align: center;">Kecerdasan</p> 	<p>Berkaitan dengan kemampuan berpikir</p>	<p>Berikan sebanyak mungkin pengalaman melalui semua inderanya, seperti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan music - Menunjukkan warna dan bentuk - Merasakan berbagai rasa/ tekstur (kasar, lembut, keras, dingin, panas dll)
<p style="text-align: center;">Sosial dan Bahasa</p> 	<p>Bekaitan dengan kemampuan berhubungan dengan orang lain dan komunikasi. Seperti berbagi, berteman, dan sopan santun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beri kesempatan pada anak untuk melakukan aktifitas secara mandiri - Libatkan dalam pengambilan keputusan sederhana dan membuat aturan sederhana - Mendongeng pada anak, bermain peran (rumah-rumahan, dll - Selalu menggunakan kalimat positif - Membacakan dongeng.

<p style="text-align: center;">Emosi</p> 	<p>Berkaitan dengan perasaan</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu anak mengenali perasaannya dengan cara mengungkapkannya melalui kata-kata atau gerak tubuh. - Bermain ekspresi/ mimik wajah untuk mengungkapkan perasaan marah, senang, sedih, kecewa, susah, cemas, dan lain-lain - Tumbuhkan empati melalui bermain tebak perasaan
---	----------------------------------	---

❖ Apa itu Masa Transisi???

Dipandang dari sudut psikologi, perkembangan anak usia 6-8 tahun masih berada dalam rentang usia 0-8 tahun, yaitu masa anak usia dini. Anak pada usia 6-8 tahun tepatnya berada pada **masa peralihan atau perpindahan dari masa prasekolah (TK) ke masa sekolah dasar (SD) yang kita kenal sebagai Masa Transisi.**

Berkaitan dengan masa transisi ini, tentunya orang tua harus peka. *Pahamilah bahwa perubahan-perubahan dari TK ke SD seringkali membuat murid kelas awal merasa “ketakutan”.* Agar anak dapat melalui masa transisinya dengan baik, maka orang tua dapat membantu anak dengan cara berusaha memahami diri anak dan memberikan motivasi secara terus-menerus kepada anak.

Masa sekolah dasar awal (kelas 1-3) sebagai masa tansisi, dimana orangtua dan anak saling membagi kekuasaannya, dalam arti *Orangtua dalam hal ini mengawasi anak, sedangkan anak mulai melatih meregulasikan/ mengatur dirinya dari waktu ke waktu.* Orangtua cukup membimbing dan mendiskusikan berbagai hal pada anak dan

tidak terlalu banyak memerintah dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, sehingga anak mulai dapat mengatur dirinya sesuai dengan kehendaknya.



➤ **Ciri atau Karakteristik anak usia sekolah dasar kelas awal (*masa transisi*):**

1. Suka memuji diri sendiri.
2. Kalau tidak dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan, tugas atau pekerjaan itu dianggap tidak penting.
3. Suka membandingkan dirinya dengan anak lain.
4. Suka meremehkan orang lain.
5. Perhatiannya tertuju pada kehidupan rutin sehari-hari.
6. Rasa Ingin tahu dan ingin belajar yang besar.
7. Senang berkompromi, membuat aturan bersama.
8. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
9. Anak memandang nilai sebagai ukuran mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
10. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya (*peer group*)/ *genk* untuk bermain bersama, membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

➤ **Tugas perkembangan pada anak sekolah dasar awal (*masa transisi*) adalah:**

1. Belajar keterampilan fisik yang diperlukan untuk bermain
2. Belajar bergaul dengan teman sebaya
3. Mulai mengembangkan peran sosial pria atau wanita
4. Mengembangkan keterampilan dasar membaca, menulis dan berhitung

5. Mengembangkan pengertian dalam kehidupan sehari-hari
6. Mengembangkan nilai-nilai moral
7. Mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan lingkungannya
8. Mencapai kebebasan pribadi

Beberapa Upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam menghadapi masa transisi anak, yaitu:

1) Hubungan perkembangan Kecerdasan dengan Pembelajaran

Mengembangkan keterampilan berpikir melalui:

- a. Mengasah ketajaman panca indra untuk menerima masukan/ informasi
- b. Mengarahkan perhatian untuk menjaring informasi
- c. Mengevaluasi, melakukan penilaian
- d. Mengabstraksi, membuat ringkasan
- e. Menyimpulkan, menduga, menguraikan
- f. Mengenali ciri-ciri penting
- g. Mengurutkan, membedakan, mengelompokkan
- h. Mengingat, dengan strategi antara lain pengulangan, atau membuat catatan.

2) Hubungan Perkembangan Bahasa dengan Pembelajaran

Pembelajaran bahasa diperuntukkan untuk menambah perbendaharaan kata, menyusun struktur kalimat, keterampilan mengarang, dll. Kemampuan berbahasa ini dapat ditingkatkan lagi melalui kegiatan:

- a. Berkomunikasi baik dengan orang lain
- b. Belajar menyatakan isi hatinya (perasaannya)
- c. Berusaha memahami keterangan (informasi yang diterima)
- d. Berpikir (menyatakan pendapat atau gagasannya)
- e. Berperilaku mengekspresikan pikiran dan perasaannya

3) Hubungan Perkembangan Sosial dengan Pembelajaran

Berkat diperolehnya perkembangan sosial, anak dapat menyesuaikan diri dengan kelompok teman sebayanya atau lingkungan sekitarnya. Maka sebagai orang tua sebaiknya terus memberikan dukungan kepada anaknya untuk dapat bersosialisasi dengan teman maupun lingkungan di sekitarnya.

4) Hubungan Perkembangan Emosi dengan Pembelajaran

Emosi/ perasaan merupakan faktor terbesar yang memengaruhi tingkah laku individu, dalam hal ini termasuk perilaku belajarnya. Emosi positif akan memengaruhi individu untuk mengonsentrasikan dirinya terhadap kegiatan belajar seperti memperhatikan penjelasan guru, membaca buku, diskusi dll. Oleh karena itu orang tua harus memberikan rasa aman, nyaman kepada anak, sehingga anak menjadi tenang.

5) Hubungan Perkembangan Fisik (motorik) dengan Pembelajaran

Perkembangan motorik/ gerak tubuh sangat berpengaruh terhadap kelancaran proses belajar, baik dalam bidang pengetahuan, maupun keterampilannya. Untuk memfasilitasi perkembangan fisik motorik ini, maka orangtua harus terus memberikan rangsangan/ stimulasi untuk kemampuan motoriknya.

❖ Hal-Hal yang dapat Dilakukan Orang Tua dalam Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah Dasar Kelas Awal, yaitu:

- a. Memberikan gizi seimbang dan membiasakan perilaku hidup sehat.
- b. Menciptakan suasana yang nyaman dan baik untuk tumbuh kembang.
- c. Memberikan cinta dan kasih sayang yang tulus dan penuh.
- d. Memberikan berbagai stimulasi atau rangsangan.
- e. Memberikan kebebasan dalam gerak dan usaha anak untuk bereksplorasi.
- f. Mempercayai bahwa anak itu adalah unik dan berbeda-beda.
- g. Memberikan penghargaan atas keberhasilannya.
- h. Memberlakukan kesalahan dan kegagalan sebagai proses belajar.
- i. Belajar sambil bermain dan menyenangkan.
- j. Tetapkan jam belajar, dan buatlah kesepakatan bersama.
- k. Memberikan dukungan atau motivasi secara terus menerus.
- l. Menjadi model/ contoh yang baik sebagai panutan anak.

EVALUASI:

1. Beberapa pernyataan terkait dengan perkembangan antara lain yaitu, kecuali?
 - a. Perubahan yang bertahap dalam suatu pola yang teratur
 - b. Perubahan bersifat kualitatif (kualitas)

- c. Perubahan hasil dari belajar
 - d. Berhenti di usia tertentu
2. Beberapa pernyataan terkait dengan pertumbuhan antara lain yaitu, kecuali?
- a. Perubahan yang bertahap dalam suatu pola yang teratur
 - b. Berhenti di usia tertentu
 - c. Perubahan bersifat kuantitatif (jumlah)
 - d. Perubahan dalam ukuran tubuh
3. Pada usia berapa pertumbuhan dan perkembangan anak terjadi secara pesat?
- a. Usia 8-12 tahun
 - b. Usia 5-8 tahun
 - c. Usia 7-12 tahun
 - d. Usia 0-8 tahun
4. Beberapa pernyataan yang terkait dengan masa transisi antara lain yaitu, kecuali?
- a. Anak yang berada pada rentang usia 6-8 tahun
 - b. Masa peralihan dari masa kanak-kanak ke sekolah dasar
 - c. Masa dimana sudah dapat mandiri sepenuhnya tanpa bimbingan orangtua
 - d. Masa dimana anak mulai dilatih mandiri namun masih dibimbing orang tuanya
5. Tugas perkembangan pada masa transisi adalah, kecuali?
- a. Belajar mengembangkan pengertian dalam kehidupan sehari-hari
 - b. Belajar mengembangkan keterampilan dasar membaca, menulis dan berhitung
 - c. Belajar mengembangkan sikap terhadap kelompok sosial dan sekolah
 - d. Belajar mandiri tanpa perlu bimbingan dari orang tua

Refleksi Diri

1. Apa yang dapat saya pelajari dari Materi ini?

.....

.....

2. Langkah apa yang akan mulai dilakukan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak khususnya pada masa transisi/ sekolah dasar kelas awal?

.....

.....

MATERI 2 : PENGASUHAN POSITIF

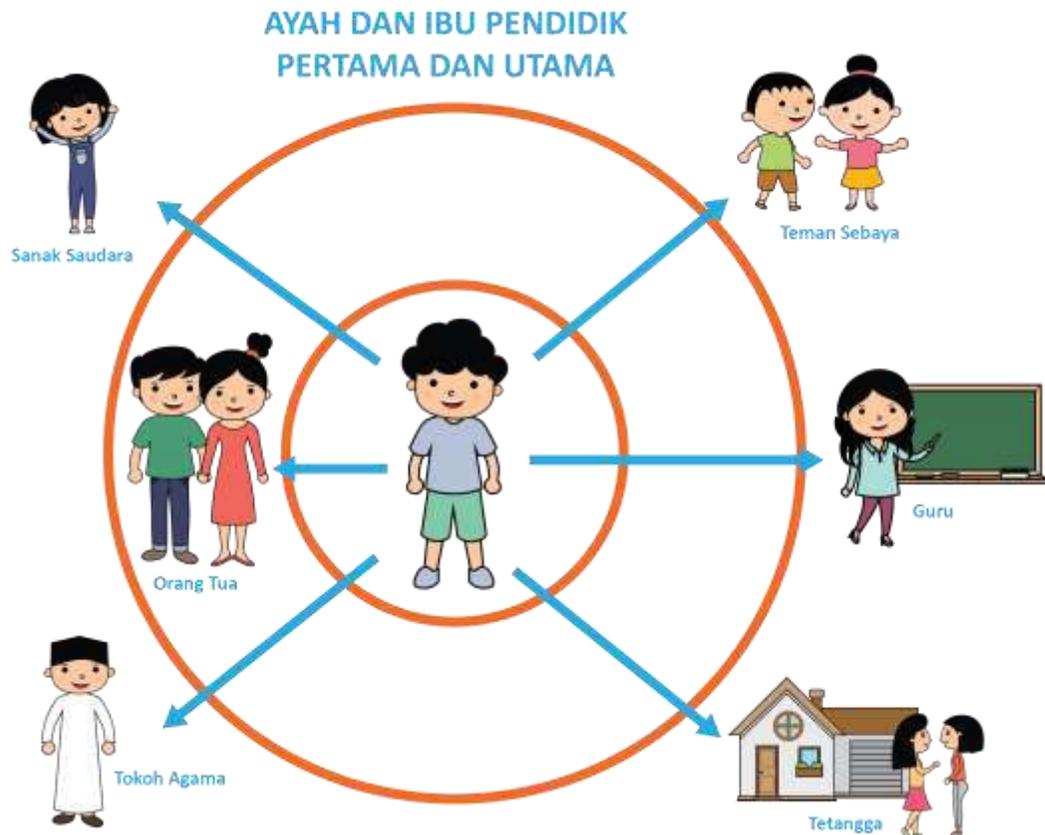
Memahami peran sebagai orang tua; Memahami apa itu pengasuhan; Mengenal berbagai macam pola asuh dan dampaknya; Memahami pengasuhan positif dan tahu bagaimana cara melakukan pengasuhan positif; Mengetahui siapa saja yang terlibat dalam pengasuhan anak; Evaluasi dan Refleksi Diri.



" Pentingnya Orang Tua Memiliki Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan dalam Pengasuhan Anak "

- Sebelum memahami pengasuhan, maka kita harus memahami lebih dulu *Siapa Orang Tua dan Apa Peran Orang Tua dalam Pengasuhan?*
 - ✓ Orang tua (*parents*) adalah individu yang mendampingi dan membimbing anak pada semua tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak, dengan merawat, melindungi, membimbing, serta mengarahkan kehidupan anak dalam setiap tahapan perkembangannya, agar diperoleh hasil yang maksimal.
 - ✓ Peran Orang tua begitu penting dalam pendidikan dan pengasuhan anak, karena orang tua adalah sosok tedekat anak.

- ✓ Pengasuhan yang tepat yang diberikan orang tua kepada anaknya akan: 1) Mengembangkan potensi kecerdasan anak seperti kemampuan calistung, bahasa dan pemecahan masalah; 2) Membentuk keterampilan sosio-emosional anak, seperti pengaturan emosi, reaksi terhadap stress dan rasa percaya diri; dan 3) Membentuk perilaku dan disiplin positif anak.



Peran orangtua dalam pendidikan anak tidak dapat digantikan oleh siapa pun, baik masyarakat maupun lembaga PAUD

➤ **Apa itu Pengasuhan dan Apa Saja Pola-Pola Dalam Pengasuhan?**

- ✓ Pengasuhan adalah: segala hal yang berhubungan dengan bagaimana kita sebagai orang tua memenuhi kebutuhan anak, memberikan perlindungan, mengelola, memelihara, membimbing dan mendidiknya dari dalam kandungan hingga ia dewasa, agar tumbuh dan berkembang secara optimal.

➤ **Bagaimana Pola Pengasuhan Anak yang Baik???**

Pola pengasuhan yang baik adalah pola pengasuhan yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi serta kebutuhan anak itu sendiri. yang dilakukan dengan penuh cinta dan kasih sayang, komunikasi yang efektif, pendisiplinan positif dan pemberian rangsangan yang disesuaikan dengan tahapan perkembangan anak serta pemberian nutrisi yang baik, sehingga dapat tumbuh dan berkembang secara optimal/maksimal.



APA ITU POLA ASUH ?

Cara atau pola perilaku yang diterapkan orang tua kepada anaknya dan bersifat relative konsisten dari waktu ke waktu yang mempengaruhi masa depannya kelak.

Dalam interaksi anak-orang tua, cenderung menggunakan cara-cara tertentu yang dianggap paling baik bagi anak. Disatu sisi orang tua juga harus bisa menentukan pola asuh yang tepat dalam mempertimbangkan kebutuhan dan situasi anak, disisi lain sebagai orang tua juga tentunya mempunyai keinginan dan harapan.

Disinilah letaknya terjadi beberapa perbedaan dalam pola asuh.

✓ **Ada berbagai jenis pola asuh, antara lain yaitu:**

Apakah kita termasuk orang tua yang Otoriter ???

- **Pola Asuh Otoriter** adalah pengasuhan yang kaku, satu arah dan memaksa anak untuk selalu mengikuti perintah orang tua tanpa memberikan penjelasan. Orang tua cenderung menetapkan standar yang mutlak harus dituruti, biasanya bersamaan dengan ancaman. Misalnya kalau tidak mau menuruti apa yang diperintahkan orang tua atau melanggar peraturan orang tua, maka akan "...". Orang tua tipe ini juga tidak mengenal kompromi, dan dalam komunikasi biasanya bersifat satu arah, tidak memerlukan umpan balik dari anaknya.



Pola asuh otoriter ini akan membentuk anak dengan karakteristik sebagai berikut: anak penakut, pendiam, tertutup, tidak memiliki inisiatif, gemar menentang, suka melanggar norma/ aturan, berkepribadian lemah dan menarik diri serta cenderung mudah cemas.

o **Apakah kita termasuk orang tua yang Permisif ???**

Pola Asuh Permisif atau pemanja biasanya memberikan pengawasan yang sangat longgar. Cenderung selalu memberikan kebebasan pada anaknya tanpa memberikan kontrol atau batasan sama sekali, tidak menegur atau memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya, anak sedikit sekali dituntut suatu kewajiban dan tanggung jawab, serta orang tua kurang memiliki ketegasan. Selain itu, kehendak anak lebih dominan daripada orang tua dalam membuat keputusan, sehingga jarang sekali terjadi komunikasi timbal balik.



Pola asuh permisif ini akan membentuk anak dengan karakteristik: cenderung agresif, tidak patuh, manja, kurang mandiri, mau menang sendiri, kurang matang secara sosial, dan kurang percaya diri.

o **Apakah kita termasuk orang tua yang Demokratis ???**

Pola Asuh Demokratis adalah pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi tidak ragu-ragu mengendalikan mereka. Orang tua memberikan kesempatan kepada anak, orang tua mendasari tindakannya pada pemikirannya, bersikap realistis terhadap kemampuan anak, memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih dan melakukan suatu tindakan tetapi penuh dengan pemantauan dan bimbingan kepada anak, dan pendekatannya bersikap hangat, orangtua suka berdiskusi dengan anak, mau mendengar keluhan anak, tidak kaku atau luwes, memberi kesempatan untuk mandiri dan mengembangkan kontrol internalnya, memberikan kesempatan kepada anak untuk mengeluarkan pendapat, usul, saran dan inisiatif; anak pun didengar, dihargai dan diakui.



Pola asuh permisif ini akan membentuk anak dengan karakteristik: percaya diri, mandiri, dapat memecahkan persoalan-persoalan yang dihadapinya, emosinya cenderung stabil sehingga memungkinkan ia terbuka terhadap kritik-kritik orang lain, mampu menghargai orang lain, cenderung periang, kooperatif, mudah menyesuaikan diri, mampu menghadapi stress dan mempunyai minat terhadap hal-hal yang baru serta berkemauan untuk maju sehingga merasa optimis dalam menyongsong masa depannya.

- **Pola Asuh tipe Penelantar (*Neglected*)** ini pada umumnya memberikan waktu dan biaya yang sangat minim pada anak. Waktu mereka banyak digunakan untuk keperluan pribadi mereka, seperti bekerja, dan juga kadangkala biayapun dihemat-hemat untuk anak mereka. Termasuk dalam tipe ini adalah perilaku penelantaran secara fisik dan psikis. Biasanya pola pegasuhan ini terdapat pada orang tua dengan status sosial ekonomi yang sangat kurang.



Pola asuh tipe penelantar ini akan menghasilkan anak dengan karakteristik: anak *moody*, agresif/ menentang, kurang bertanggung jawab, tidak mau mengalah, tidak peduli pada sekitar, memiliki harga diri yang rendah, dan sering bermasalah dengan temannya.



MENGAPA PENTING MELAKUKAN PENGASUHAN POSITIF ?

- Meningkatkan kualitas interaksi anak dengan orang tua.
- Mengoptimalkan tumbuh kembang anak.
- Mencegah perilaku-perilaku menyimpang.

➤ **Apa itu Pengasuhan Positif dan Bagaimana Cara Melakukannya?**

Pengasuhan yang diberikan secara positif oleh orang tua kepada anaknya, melalui:

- (1) Pemenuhan **nutrisi yang seimbang**, gizi yang baik berpengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan.
- (2) Mencerahkan segenap **cinta dan kasih sayang** yang tulus.
- (3) Kehidupan yang seimbang, dimana anak diberikan **kesempatan untuk bermain, belajar, mengeksplorasi lingkungannya** dan memiliki **waktu** yang berkualitas bersama kedua orangtuanya.
- (4) Memberikan **stimulasi atau rangsangan** yang tak henti-henti agar pertumbuhan dan perkembangan dapat tercapai dengan optimal.
- (5) Mengembangkan **rasa aman dan nyaman** (perlindungan) dalam keseharian, dilakukan untuk melindungi anak dari dampak lingkungan yang negatif, situasi yang belum waktunya dipahami, dan menciptakan lingkungan yang positif, aman dan nyaman.
- (6) Memelihara **komunikasi yang terbuka** kepada anak, teman-temannya, pihak sekolah dan lingkungan sekitar anak, sehingga anak merasa didengarkan, memiliki ikatan yang kuat, dan memahami potensi-keterbatasannya.

" Harulah diawali dari sikap dan karakter orangtua yang positif dan baik terhadap kehidupan keluarga (positive parenting) "



Harapan orang tua ketika kelak anak dewasa :

- Menjadi anak yang sehat secara fisik
- Dapat mandiri secara finansial
- Berprestasi
- Memiliki keyakinan beragama yang kuat

**APAKAH YANG SUDAH DILAKUKAN?
BAGAIMANA CARANYA?**

Terbaik bagi anak menurut orang tua atau menurut potensi dan kebutuhan anak it sendiri !

✓ Oleh karena itu **Orang Tua Sebaiknya Dapat:**

- (1) **Memilih pola asuh yang tepat** yang akan diterapkan kepada anak.
- (2) **Konsisten** atau ajeg. Jangan suka berubah-ubah agar anak tidak bingung.
- (3) Jadilah orang tua yang **pantas diteladani** anak dengan mencontoh hal-hal yang positif dalam kehidupan sehari-hari.
- (4) Sesuaikan pola asuh dengan **situasi, kondisi, dan kebutuhan anak**.
- (5) **kedisiplinan** tetap terus **diutamakan** dalam membimbing anak sejak dini hingga dewasa agar anak dapat mandiri dan dihargai
- (6) **Tanamkan agama dan moral** yang baik sejak dini.
- (7) Tanggung jawab orang tua yang dirasakan oleh anak akan menjadi dasar peniruan dan **identifikasi diri untuk berperilaku**.

➤ **Siapa saja yang harus terlibat dalam Pengasuhan anak ???**

Pengasuhan yang baik tidak hanya mengandalkan lingkungan rumah atau dengan kata lain orang tua saja, melainkan harus melibatkan **berbagai pihak atau unsur didalamnya**, seperti lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat maupun pemerintah (kebijakan). Semua unsur tersebut diharapkan dapat bekerjasama secara selaras dalam mendidik anak.

LINGKUNGAN RUMAH

Ayah, Ibu, Kakak, Nenek, Kakek, Om, Tante, Sepupu, dan Asisten Rumah Tangga. (Semua orang dewasa yang ada di rumah)





LINGKUNGAN SEKOLAH

Guru, Kepala Sekolah, Administrator, dan Warga sekolah lainnya.

LINGKUNGAN MASYARAKAT

Tetangga dan orang-orang yang tinggal di sekitar tempat tinggal.



EVALUASI:

1. Pernyataan yang tepat terkait dengan peran orangtua antara lain yaitu, kecuali?
 - a. Individu yang bertugas memberikan perawatan dan perlindungan anak
 - b. Individu yang mendampingi dan membimbing anak
 - c. Berperan sebagai contoh/ model yang pertama dan utama
 - d. Individu yang tugasnya hanya melahirkan saja
2. Pola asuh yang menekankan komunikasi 2 arah dan kesepakatan bersama adalah:
 - a. Pola asuh otoriter
 - b. Pola asuh demokratis
 - c. Pola asuh permisif
 - d. Pola asuh penelantaran

3. Apa dampak dari pola asuh otoriter ?
 - a. Anak menjadi penakut dan pendiam
 - b. Anak menjadi inisiatif dan produktif
 - c. Anak menjadi berani dan percaya diri
 - d. Anak menjadi ceria dan pandai
4. Yang dimaksud dengan pengasuhan positif, adalah kecuali?
 - a. Pengasuhan yang meningkatkan kualitas interaksi orangtua-anak
 - b. Pengasuhan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak
 - c. Pengasuhan yang mencegah perilaku-perilaku menyimpang
 - d. Pengasuhan yang tidak menekankan kedisiplinan anak
5. Siapakah yang berperan dalam pengasuhan anak?
 - a. Orangtua
 - b. Sekolah
 - c. Masyarakat
 - d. Orangtua, Sekolah, Masyarakat dan Pemerintah

Refleksi Diri

1. Apa yang dapat saya pelajari dari Materi ini?

.....
.....

2. Kesalahan apa saja yang telah saya dilakukan selama ini:

.....
.....

3. Komitmen apa yang akan ditanamkan mulai dari sekarang:

.....
.....

4. Perubahan dalam pengasuhan yang seperti apa yang akan diterapkan:

.....
.....

MATERI 3: KOMUNIKASI EFEKTIF

Memahami apa itu komunikasi; Mengetahui ciri-ciri komunikasi efektif; Mengenal jenis-jenis komunikasi dan Hal-hal yang harus diwaspadai dalam komunikasi; Mengetahui bagaimana cara berkomunikasi positif orang tua terhadap anaknya; Evaluasi dan Refleksi Diri



Komunikasi adalah Alat Untuk Mengetahui Apa yang Anak Kita Pikirkan dan Rasakan !!!

➤ Apa itu Komunikasi ?

- *Komunikasi* merupakan kegiatan penyampaian pesan.
- Proses yang melibatkan dua pihak yang berkomunikasi.
- Sebagai suatu proses penyampaian, penerimaan dan pengolahan pesan.
- Adanya sebuah interaksi dalam komunikasi.

➤ Ciri Komunikasi Efektif:

- Isi pesan sederhana dan lengkap.
- Ada rasa saling percaya.
- Sesuai dengan situasi dan kondisi.
- Menggunakan bahasa tubuh yang tepat.

- Terciptanya situasi yang timbal balik
- Terciptanya kepuasan kedua belah pihak.



➤ **Jenis-jenis Komunikasi:**

Komunikasi verbal

- Bahasa, kata-kata
- Berbicara, mengirim tulisan

Komunikasi non-verbal

- Ekspresi wajah
- nada bicara
- tatapan matanya
- gerak-gerak tubuh
- nada suara
- sentuhan

- posisi tubuh
- jarak antara yang sedang berkomunikasi

➤ **Hal-hal yang perlu diwaspadai jika lawan bicara kita:**

- Kehilangan minat
- Tidak peduli
- Cemas
- Panik
- Tersinggung



Gunakan Komunikasi yang Positif Dalam Pengasuhan

➤ “ Cara Komunikasi Positif Orang Tua Terhadap Anak” :

1) Mendengar Aktif



Stephen Covey mengatakan bahwa:

Komunikasi itu layaknya bernapas, sebuah bagian kebutuhan hidup manusia yang tidak dapat dipisahkan

Tujuannya: membangun hubungan sosial hangat antara anak dan orang tua, membangun kepercayaan diri anak. Hal tersebut dapat *dilakukan dengan cara:*

- Dengarkan dengan penuh perhatian dan gunakan bahasa tubuh ketika sedang bicara dengan anak.
- Orang tua menjadi cermin yang memantulkan perasaan anak, dengan menggunakan kata-kata, seperti: *terus... bagaimana?...., “ Ooo begitu...., kemudian apalagi yang dirasakan...., lalu... “*
- Orang tua diharapkan mempunyai waktu yang cukup untuk anak
- Singkirkan pikiran dan hal-hal yang mengganggu ketika berkomunikasi dengan anak.

2) Pesan Diri



Tujuannya: untuk Melatih memahami perasaan orang lain, **Caranya:**

- Gambarkan apa yang mengganggu anda

Contoh : *"Ketika ruang berisik"*

- Ungkapkan perasaan anda (tapi jangan menyalahkan).

Contoh : *"Mama merasa terganggu dan tidak bisa berpikir"*

- Jelaskan akibatnya (konsekuensi yang ditanggung anak)

Contoh : *Mama perlu ruangan yang tenang untuk penyelesaian pekerjaan mama. Bila tidak.....maka nanti pekerjaannya mama menumpuk, dan pada akhirnya tidak bisa main dengan kamu nak.*

"Tidak usah takut mengungkapkan perasaan kita terhadap anak, sehingga anak tahu apa yang kita pikirkan atau rasakan"

3) Posisi Tubuh Seजार



4) Gunakan Kata-kata Positif

CONTOH UCAPAN MEMBAHAGIAKAN

01	Ibu dan Ayah menyayangimu, Nak	06	Selamat ya.... Ayah dan Ibu/ kami bangga dengan usahamu
02	Ibu dan Ayah kangen sama kamu, Nak	07	Maafkan Ayah dan Ibu ya Nak, karena melakukan sesuatu yang salah.
03	Bagaimana harimu, coba cerita sama Ibu dan Ayah?	08	Boleh tolong Ibu dan Ayah melakukan...? sesuatu yang salah.
04	Terima kasih ya Kakak / Adik sudah membantu Ibu dan Ayah	09	Kakak/Adik adalah hadiah terindah dari Tuhan untuk Ayah dan Ibu
05	Coba cerita dulu...kok wajahnya begitu? Oh begitu....	10	Ayah dan Ibu akan ada untuk Kakak dan Adik kapanpun dibutuhkan

Komunikasi akan efektif apabila penyampaian pesan dapat dipahami oleh penerima pesan dengan rasa nyaman

5) Libatkan Diri Dengan Kegiatan Anak

Orang tua berusaha untuk memahami apa yang disukai dan tidak disukai oleh anaknya, sehingga orang tua harus menyelami dan mengenal dunia anak.



6) Jadilah Orang Tua yang Menyenangkan

Komunikasi akan berjalan dengan baik, jika anak merasa aman dan nyaman saat berkomunikasi dengan orang tuanya, maka ia akan lebih terbuka.



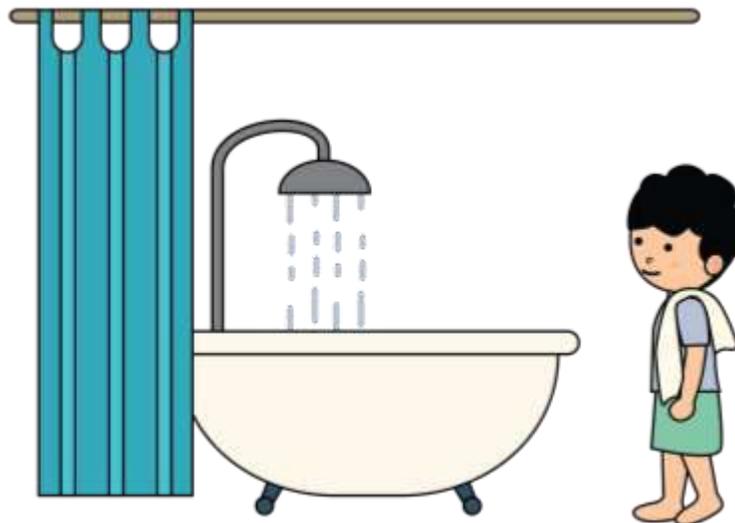
7) Jangan Malu Mengakui Kesalahan

Katakanlah maaf jika memang kita melakukan kesalahan. Andaikata kita tidak tahu, katakan tidak tahu dan janjikan kita akan mencari tahu kemudian, kita beri tahu kalau sudah menemukan jawaban.



8) Berikan Kepercayaan Kepada Anak

Dalam membangun komunikasi akan ada kepercayaan dan penghargaan atas kemampuan anak. Kalau ada keinginan anak untuk melakukan segalanya sendiri, berilah ia kepercayaan dan kesempatan untuk melakukannya sendiri sambil kita terus mendampingi dan mengawasi.



9) Berikan Teguran yang Sesuai dan Masuk Akal

Ketika anak berbuat salah/ tidak sesuai dengan aturan yang berlaku, maka tegurlah dia. Jangan ada nada dendam/ menghakimi, sebab anak mempunyai harga diri.



10) Berikan Pujian untuk setiap keberhasilan

Sekecil apapun keberhasilan yang anak raih, harus diberikan pujian agar anak merasa dihargai dan termotivasi.



11) Tidak Bicara dengan Tergesa-gesa

- Kemampuan anak menangkap pesan masih terbatas, sehingga beri waktu anak untuk dapat memahami isi pembicaraan, memahami dan merespon pesan kita.
- Bila hal tersebut dilakukan, maka pesan dapat diterima dengan baik.



12) Hindari 12 Gaya Bicara Populer antara lain yaitu:

- | | |
|-----------------|--------------|
| ✓ Memerintah | ✓ Mengkritik |
| ✓ Menyalahkan | ✓ Mengomel |
| ✓ Meremehkan | ✓ Membohongi |
| ✓ Menasehati | ✓ Mencap |
| ✓ Membandingkan | ✓ Mengancam |
| ✓ Menilai | ✓ Menyindir |





Sering terjadi komunikasi yang kurang serasi antara anak-ortu.

Penyebabnya : **PESAN KAMU...**

EVALUASI:

1. Beberapa pernyataan terkait dengan pengertian komunikasi antara lain, kecuali?
 - a. Kegiatan penyampaian pesan satu arah
 - b. Interaksi sosial berupa lisan maupun tulisan
 - c. Proses yang melibatkan 2 pihak atau lebih
 - d. Sebagai proses penyampaian, penerimaan dan pengolahan pesan

2. Manakah yang termasuk komunikasi verbal:
 - a. Bahasa/ kata-kata
 - b. Ekspresi wajah
 - c. Gerak gerik tubuh
 - d. Sentuhan

3. Beberapa ciri dari komunikasi yang baik antara orangtua-anak antara lain, kecuali ?
 - a. Mendengarkan aktif
 - b. Lakukan kontak mata
 - c. Posisi tubuh sejajar
 - d. Hanya berbicara saja tidak mau mendengarkan

4. Beberapa ciri dari komunikasi efektif antara lain, kecuali ?
 - a. Cepat dalam menyampaikan pesan
 - b. Isi pesan sederhana namun lengkap
 - c. Terciptanya situasi yang timbal balik
 - d. Menggunakan bahasa tubuh

5. Ada beberapa gaya komunikasi populer atau umum yang harus dihindari, kecuali?
 - a. Mengancam
 - b. Mengkritik
 - c. Mencap
 - d. Mendengarkan

Refleksi Diri

1. Apa yang dapat saya pelajari dari Materi ini?

.....

.....

2. Perubahan apa yang akan dilakukan dalam berkomunikasi dengan anak?

.....

.....

MATERI 4: DISIPLIN POSITIF

Pemahaman disiplin positif; Dapat membedakan disiplin dengan hukuman; Mengetahui cara mendisiplinkan anak secara positif; Mengetahui cara membuat aturan dan akibatnya; Memahami hal-hal yang harus dilakukan dan yang harus dihindari dalam mendisiplinkan anak; Evaluasi dan Refleksi Diri.



Disiplin Bukan Hukuman, Tapi Pembiasaan

❖ Apa itu Disiplin?

Disiplin adalah pembentukan kebiasaan tingkah laku anak yang positif dengan kasih sayang sehingga anak akan menjadi makhluk sosial yang tumbuh dan berkembang dengan baik.

❖ Apa bedanya antara disiplin dengan hukuman?

✓ Disiplin:

- Berasal dari kata disiplin, yaitu “mendidik”.
- Disiplin berarti membimbing, mendidik dan mengarahkan anak agar mengetahui dan mematuhi peraturan yang berlaku di masyarakat.
- Fokusnya: masa depan

- Tujuannya: mengajarkan perilaku yang baik, menciptakan disiplin diri melalui komunikasi orang tua dan anak yang interaktif (dua arah).
- Disiplin artinya mengikuti aturan, teratur, terarah
- Mendisiplinkan artinya mengajarkan perilaku yang sesuai aturan



✓ **Hukuman:**

- Pinalti yang diterima seseorang karena melanggar aturan
- Fokus: masa lalu atau hal yang sudah terjadi
- Tujuannya: menghentikan perilaku yang melanggar aturan dan memberikan keteraturan sesaat.

❖ **Disiplin Positif = *Bimbingan Positif***

- Mengajarkan hal yang seharusnya dilakukan
- Mencegah agar anak tidak mengulang kesalahan
- Mengajarkan melalui contoh dan pembiasaan yang positif
- Diterapkan dengan penuh kasih sayang bukan ancaman
- Dibutuhkan sebuah kesabaran dan komitmen bersama
- Membuat anak bertanggungjawab atas segala tingkah lakunya



Pendisiplinan dengan cara positif	Pendisiplinan dengan cara dihukum
1. Ditunjukkan perilaku yang seharusnya	1. Perilaku dikontrol oleh rasa takut
1. Perilaku yang baik dihargai dan dipuji	2. Perasaannya tidak dihargai
2. Mengetahui bagaimana perilakunya berakibat pada orang lain	3. Berusaha menghindari dari hukuman/ berbohong
3. Orangtua/ guru menciptakan dan menerapkan aturan yang adil dan sederhana secara konsisten, tegas dan penuh kasih sayang	4. Orangtua hanya memberi tahu apa yang tidak boleh dilakukan saja
4. Dapat mengatasi rasa marahnya	5. Cenderung mudah marah
5. Mampu menghadapi masalah sendiri (disiplin diri)	6. Tidak mampu menghadapi masalah (kontrol diri)
6. Merasa yakin dan percaya diri	7. Merasa dipermalukan/ rendah diri

❖ **Trik dalam mendisiplinkan anak antara lain yaitu:**

1. Melakukan pendekatan yang positif dengan memberikan **keteladanan/ contoh, dorongan, komunikasi efektif, serta pujian dan penghargaan.**
2. **Sabar dan percaya diri.** Untuk mendisiplinkan anak dituntut kesabaran yang dan keyakinan bahwa orang tua memiliki kemampuan mendisiplinkan anak.
3. **Tenang.** Sikap tenang orang tua diperlukan agar pesan yang disampaikan lebih jelas, sehingga mudah dipahami anak.
4. **Memilih waktu yang tepat.** Pilihan waktu yang tepat jangan suka menunda-nunda, sampaikan pesan berulang-ulang dengan cara yang menyenangkan.
5. **Tidak mudah menyerah.** Jangan mudah terpancing oleh perilaku anak sehingga menimbulkan kemarahan.
6. **Konsisten.** Orang tua harus konsisten/ ajeg dengan keputusan atau aturan-aturan yang telah ditetapkan bersama.
7. **Memberikan Penjelasan,** sehingga anak mengerti.

TAHAPAN MENERAPKAN DISPLIN

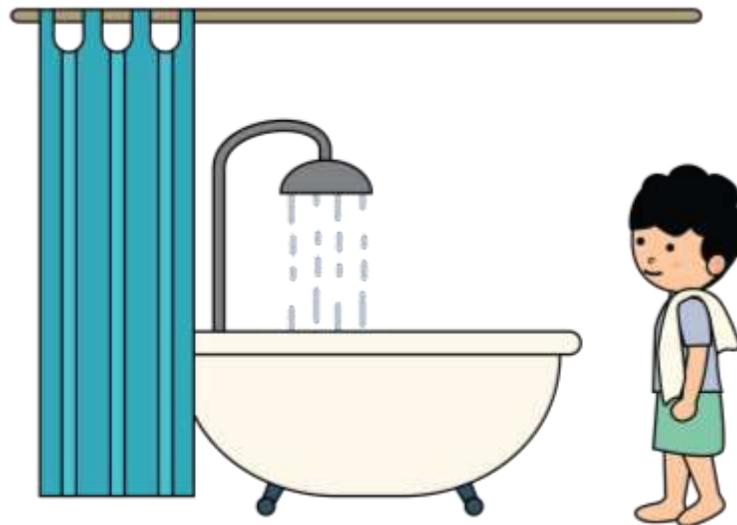
- ✓ Tentukan perilaku apa yang diinginkan oleh orang tua.
- ✓ Katakan kepada anak tingkah laku apa yang sudah ditentukan dan jelaskan pula mengapa harus dilakukan.
- ✓ Puji anak bila berhasil bertingkah laku sesuai dengan yang diinginkan.
- ✓ Lakukan terus atau diulang sampai kedisiplinan yang diinginkan menjadi menetap pada anak.



❖ *Cara Menciptakan Disiplin Positif Tanpa Harus Menghukum, yaitu:*

1. Anak butuh keteraturan dalam hidupnya, keteraturan:

- Rutinitas
- Lingkungan yang teratur
- Konsisten atau Ajeg
- Ada kepastian



*Anak akan merasa lingkungannya terkontrol dan aman
Bila ada kepastian dari hari ke hari*

2. Rasa aman karena ada orang dewasa yang:

- Bisa dipercaya
- Dihargai
- Membimbing dan tahu bagaimana bersikap
- Tempat mencari solusi



Anak merasa orang dewasa di lingkungannya bisa dipercaya dan bisa diandalkan, sehingga anak tidak ragu untuk melakukan banyak hal

3. Batasan dan aturan yang sederhana dan jelas

- Anak diberi kebebasan untuk bereksplorasi
- Harapan dan petunjuk dari orangtua yang jelas
- Konsisten atau tidak berubah-ubah



Tumbuh rasa aman dan percaya diri karena anak tahu apa yang bisa dan tidak bisa dilakukan

4. Keterlibatan

- Anak dilibatkan dalam mengambil sebuah keputusan
- Anak dilibatkan dalam aktifitas rutin
- Diberi hak untuk memutuskan sendiri pada hal-hal yang sederhana misalnya memilih baju, memilih menu makanan, mengatur kamarnya dan lain-lain
- Anak diberi kesempatan menyelesaikan masalahnya



Yang paling utama dan paling penting yang dibutuhkan anak dalam perkembangannya adalah anak diberikan kesempatan

5. Kegembiraan

- Dengan bermain, disitulah anak dapat belajar dari lingkungannya
- Ananda harus gembira untuk bisa mengikuti apa yang diajarkan orangtuanya
- Seringkali ananda melanggar apa yang sudah diajarkan. Lalu bagaimana orangtua menghadapinya?..haruskah kita marah?

Yang bisa dilakukan adalah membuat anak merasakan akibat dari perbuatannya atau memberi konsekuensi.

Penerapan konsekuensi ada 2 macam yaitu:

- (1). Konsekuensi positif (penghargaan)
- (2). Konsekuensi negatif



Bila anak berbuat baik, akan merasakan konsekuensi positif, tapi bila anak melanggar maka mendapatkan konsekuensi negatif

6. Penghargaan dan konsekuensi

- a) *Penghargaan* atau *konsekuensi positif* diberikan bila anak berbuat baik.
- ✓ Contoh penghargaan dalam bentuk kalimat:
- Baik sekali, azka sudah bertanggung jawab mau merapihkan mainannya
 - Wah, sekarang raisya sudah bisa makan sendiri ya...hebat!
 - Terimakasih sudah menjadi anak mama yang santun
 - Umi senang deh, kamu sudah bertanggungjawab dengan mainanmu.
- ✓ Penghargaan bisa juga berbentuk sebuah perayaan, misalkan: dengan jalan-jalan ke kebun binatang atau ke mall, mendapat bintang di sekolah, diberikan selamat oleh semua anggota keluarga.



b) *Konsekuensi negatif* diterapkan bila anak melanggar aturan. Konsekuensi negative ada 2 macam yaitu

- *Natural*: terjadi apa adanya/ alami.

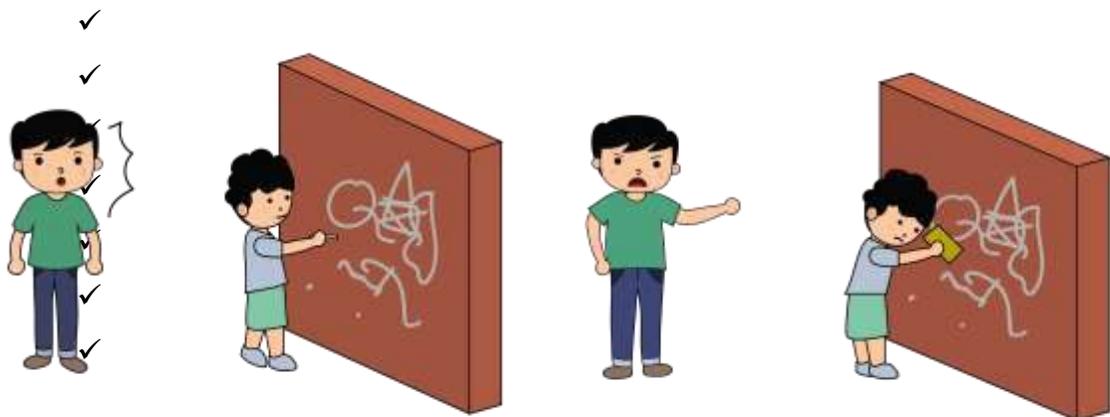
Contoh: ananda tidak membawa payung saat mendung padahal sudah diingatkan, sehingga akibat/ konsekuensinya adalah hujan.



- *Logis*:

- ✓ Yang berhubungan dengan kesalahan anak.

Contoh: ananda mencoret-coret dinding, konsekuensinya harus membersihkan dinding dari coretan yang dilakukan.



- ✓ Yang tidak berhubungan dengan kesalahan anak.

Contoh: ananda lupa mengerjakan PR, padahal sudah diingatkan. Maka konsekuensinya dia tidak boleh masuk kelas dulu dan harus membereskan buku dipergustakaan sekolah, sementara temannya belajar. (Membereskan buku tidak ada hubungannya dengan tidak mengerjakan PR).



❖ **Hal-Hal yang Perlu Diperhatikan Dalam Membuat Aturan dan Konsekuensi:**

1. Tujuan :

Bimbingan positif memungkinkan ananda untuk tumbuh menjadi anak yang: bertanggungjawab, tanggap, terhormat, inisiatif, pandai, bisa diandalkan, bisa memecahkan masalah dan mengambil keputusan

2. Usia Anak

- Apakah ananda cukup usianya untuk mengerjakan apa yang anda inginkan?
- Apakah ananda mengerti apa yang anda ucapkan saat memberi arahan?
- Apakah anda menggunakan bahasa yang dipahami oleh anak?

3. Harapan

- Harapan harus jelas dan dipahami ananda. Minta ananda untuk mengulang penjelasan anda untuk memastikan ananda menangkap dengan jelas aturan
- Ananda harus tahu alasan dibalik aturan yang anda terapkan
- Berilah perhatian dan pujian pada perilaku yang sesuai aturan. Jangan hanya pada kesalahan atau pelanggaran.

4. Pelajaran

- Pelajaran apa yang ingin diambil dari pengalaman yang dihadapi ananda?
- Mendahulukan kepentingan proses belajar anak daripada mendahulukan pandangan orang lain terhadap peran kita sebagai orang tua.
- Apakah anda lebih memikirkan keteraturan sesaat atau masa depan ananda?

5. Ketika anak meminta izin atau meminta sesuatu, orangtua tidak harus langsung menjawab ya atau tidak, namun:

(1) Luangkan waktu untuk memikirkan pertimbangannya, sebelum memberi jawabagn, katakan:

- Ya boleh, tapi tidak sekarang yaaa....
- Tunggu sebentar, mama/papa akan pertimbangkan terlebih dahulu...

(2) Disampaikan dalam kalimat positif

(3) Menggunakan sedikit mungkin kata-kata

(4) Yang harus dihindari adalah:

- ✓ Hindari pertanyaan pada anak jika tidak ada pilihan

Contoh:

Apakah kamu mau tidur? (jam menunjukkan jam 21.00 wib); apakah kamu mau ganti baju?

Sebaiknya:

Anak-anak, 15 menit lagi waktunya kita tidur yaa...

“mau ganti baju yang biru atau yang hijau”

- ✓ Mengatakan kamu harus... padahal yang anda maksud adalah mama/papa ingin....”

Contoh:

“kamu harus pegi ke pasar bersama mama hari ini...”

(Anak merasa tidak punya kepentingan ke pasar)

Sebaiknya:

“mama ingin kamu ikut mama ke pasar hari ini”

(beri alasan yang kuat kenapa harus ikut)

- ✓ Menanyakan pada anak “ apakah mereka melakukannya atau tidak” padahal anda yakin bahwa mereka melakukan.

Contoh:

“ kamu tumpahkan air di gelas yaa...ayo bersihkan!”

Sebaiknya:

“ ada air tumpah di meja, bagaimana kalo kita bersihkan yuk”

- ✓ Jangan mengancam dengan ancaman yang tidak mungkin dilakukan

Contoh:

“awas loh nanti mama tinggal sendirian dikantor polisi”

- ✓ **Berdebat dengan anak** sudah bisa dipastikan akan sulit. Salah satu harus ada yang kalah. Jadi **HINDARI!!!**

❖ **Apa yang Harus dilakukan orangtua terkait pendisiplinan anak??**



- Mulai dari diri sendiri. orangtua sebagai contoh dan panutan.
- Hargai anak sebagai seorang individu
- Memotivasi terus menerus
- Jangan pakai kata ancaman
- Mengajarkan perilaku daripada melarang perilaku
- Biarkan anak mengalami konsekuensi/ akibat perilakunya
- Beri pujian dan penghargaan
- Lakukan dengan konsisten/ ajeg

❖ Apa yang Perlu Dihindari Oleh Orangtua???



- Membuat aturan yang kaku dan ketat, atau tidak ada aturan sama sekali
- Mengancam dan menghukum atau membiarkan sama sekali
- Fokus pada menghentikan perilaku dan keteraturan sesaat
- Marah-marah bila anak melanggar aturan sebagai konsekuensinya
- Tidak memuji perilaku yang baik, tapi mengkritik perilaku yang salah
- Tidak konsisten dalam berperilaku

EVALUASI:

1. Pengertian disiplin adalah?
 - a. Pinalti yang diterima seseorang karena melanggar aturan
 - b. Fokus pada masa lalu atau hal yang sudah terjadi
 - c. Menghentikan perilaku yang melanggar aturan
 - d. Membimbing dan mengarahkan agar dapat mematuhi peraturan yang dibuat
2. Beberapa ciri anak yang dihukum, kecuali?
 - a. Merasa yakin dan percaya akan dirinya
 - b. Perilaku dikontrol oleh rasa takut
 - c. Merasa dipermalukan/ rendah diri
 - d. Tidak mampu menghadapi masalah sendiri

3. Beberapa pernyataan yang terkait dengan “disiplin” antara lain, kecuali ?
 - a. Fokus masa depan
 - b. Membimbing dan mendidik
 - c. Membuat kesepakatan bersama
 - d. Fokus masa lalu

4. Beberapa cara menciptakan disiplin positif antara lain, kecuali?
 - a. Berikan batasan/ aturan yang jelas dan sederhana
 - b. Adanya keterlibatan orang dewasa
 - c. Ciptakan suasana yang aman dan gembira
 - d. Penghargaan dan konsekuensi yang ketat

5. Ada hal yang perlu diperhatikan dalam membuat aturan dan konsekuensi, kecuali?
 - a. Tujuan
 - b. Hukuman
 - c. Usia anak
 - d. Harapan

Refleksi Diri

1. Apa yang dapat saya pelajari dari Materi ini ?.....
2. Kesalahan apa saja yang sudah dilakukan selama ini:
3. Komitmen yang akan ditanamkan mulai dari sekarang:

MATERI 5 : PENGENALAN DIRI

Memiliki pemahaman akan diri sendiri; Dapat melakukan teknik mengenal diri (*self assessment*); Memiliki pengetahuan tentang konsep diri; Mengetahui cara menumbuhkan konsep diri positif dan apa saja yang harus dilakukan dan tidak boleh dilakukan terkait hal tersebut; Evaluasi dan Refleksi Diri.



*Agar Memiliki Keyakinan Dalam Diri,
Maka Kita Harus Mengenal Diri Kita Terlebih Dahulu !!!*

❖ **Self Assesment...**” Mengenal diri sendiri”. Siapakah Aku (*Who I am*) ???

✓ **Pengertian Mengenal Diri**

Pertanyaan “siapakah aku”, “kenali dirimu sendiri”, ditempatkan sebagai dasar pendorong untuk mencari tahu lebih banyak tentang diri sendiri, dari segi fisik maupun psikis/ jiwa, sebagaimana yang dialami dalam kehidupan keseharian. Ungkapan dari seorang filsuf Yunani Kuno, bernama *Socrates*: **”Kenalilah dirimu”**.

Dari ungkapan tersebut sebenarnya menyampaikan pesan yang sangat menantang bagi kita agar kita berperilaku sesuai dengan keistimewaan yang kita miliki, serta mau berusaha mencari tahu tentang rahasia diri kita sendiri dan tentang kebenaran yang terkandung di dalamnya.

Mengenal diri lebih baik, sebagai suatu keberhasilan seseorang memahami hal-hal pokok penting tentang keberadaan dirinya, baik dari segi fisik maupun psikis yang dialaminya dalam kehidupan nyata sehari-hari. Pemahaman ini merupakan landasan bagi kita dalam mengambil sikap yang tepat dan benar dalam memandang dan memperlakukan diri sendiri, terus mendorong/ memotivasi diri sendiri dalam mencapai apa yang telah menjadi tujuan.

Siapa diri
saya ?



Mengenal diri berarti :

*Memahami apa yang kita senangi dan apa yang tidak kita senangi, ciri-ciri khas pribadi kita, kemampuan khusus kita dan minat kita. Kemudian, dapat disimpulkan apa yang menjadi kekuatan dan kelemahan kita!!!
Lalu mengetahui peran apa yang harus kita mainkan untuk mewujudkannya.*

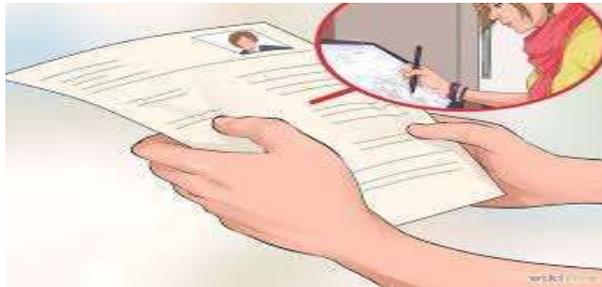
❖ Beberapa Cara Untuk Mengenal Diri Kita

Mengenal diri tentunya tidak lepas dari usaha yang disengaja. Kita bisa mengenal diri kita sendiri dengan berbagai cara, antara lain melalui bantuan ilmu pengetahuan dan teknologi, dengan bantuan teman-teman dan pengalaman yang beraneka ragam yang kita alami sehari-hari:

1. Melalui Sejarah Perkembangan Diri



2. Melalui Penelusuran Bakat dan Kepribadian



2. Melalui Pengalaman Sehari-hari



3 Melalui Kaca Mata/ Pandangan Orang Lain



3. Melalui Refleksi Diri



”LEMBAR TEKNIK PENGENALAN DIRI ”

Nama:.....

Tuliskan kelebihan dan kekurangan saudara di bawah ini!

Gambaran fisik positif	Gambaran fisik negatif
Gambaran kepribadian positif	Gambaran kepribadian Negatif
Gambaran ketrampilan positif	Gambaran ketrampilan Negatif

Kesimpulan: Sikap terhadap diri (puas, cukup puas, tidak puas)

Pengenalan Diri adalah suatu Cara untuk membentuk Konsep Diri. Konsep diri merupakan **pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri**, baik secara *Fisik*, penilaian terhadap tubuh, pakaian, benda miliknya; *Psikis* yaitu pikiran, perasaan, dan sikap individu terhadap dirinya; *Sosial*, yaitu bagaimana peranan sosial dalam masyarakat, dan *Moral*, yaitu nilai dan prinsip yang memberi arah dalam kehidupan.



”Konsep diri positif akan membentuk keyakinan diri (self efficacy), dimana Keyakinan diri yang kuat merupakan salah satu karakteristik dari Anak dengan regulasi diri yang baik”.

❖ **Apa sih yang dimaksud dengan Konsep Diri?**

Konsep diri adalah gambaran diri anak dalam mengenali dirinya.

Contoh: *saya anak kelas 2 MI, saya pintar matematika namun tidak bisa gambar.*

Konsep diri ini berkembang dari bayi sampai dengan dewasa.

❖ **Konsep diri bersumber dari mana?**

1. Respon atau penilaian lingkungan terdekat anak seperti orang tua dll.
2. Bagaimana anak menilai dirinya:
 - ✓ Anak mendapat penilaian positif dari lingkungannya, begitupun juga sebaliknya, anak dapat penilaian negatif dari lingkungannya. *Seperti* anak yang sering dibilang ”bodoh” maka ia akan menganggap dirinya bodoh.
 - ✓ Pembentukan konsep diri positif sangatlah penting
 - ✓ Orang tua diharapkan tidak pernah memberikan label/ cap negatif terhadap anak. Contoh: anak malas, anak payah, anak bodoh, nakal dll.

❖ Bagaimana Cara Menumbuhkan Konsep Diri Positif ???



✓ **Langkah Pertama**, mulailah dari diri sendiri.

Pola pengasuhan itu tidak murni diwariskan namun ada proses *Modelling* (Penteladanan atau Pencontohan).

- Jika orang tua positif, maka anaknya juga akan positif.
- Berdamailah dengan masa lalu. Orangtua yang ketika kecilnya sering dimarahi, maka cenderung ingin memarahi anaknya juga. Maka hentikanlah masa lalu, dan lakukan pengasuhan positif.

✓ **Langkah Kedua**, pahami Konsep Diri anak (apa, bagaimana terbentuk, apa yang bisa dilakukan) dan usahakan untuk membangun konsep diri positif dalam diri.

Ada 3 unsur/ bagian dari konsep diri, yaitu:

(1) Gambaran tentang diri

- Fisik : saya tinggi, saya tegap, saya cantik, saya putih.
- Perasaan: saya penyayang, saya pendiam, saya pemalu.
- Keahlian: saya siswa yang jago berhitung, jago bahasa asing

(2) Bagaimana kita menilai diri kita

- Positif: saya suka wajah saya, saya anak yang soleh dan pintar
- Negatif: saya terlalu tinggi, saya anak yang bodoh dan nakal

(3) Gambaran ideal tentang diri

- Saya ingin menjadi seperti umi nanti kalau sudah dewasa
- Saya ingin menjadi guru atau dokter.



- ✓ **Langkah Ketiga**, adalah *kenali tempramen/ kepribadian* anak.

Tempramen adalah pola tindakan dan emosi yang menjadi karakteristik seseorang yang berpengaruh terhadap caranya dalam merespon lingkungan. Setiap anak memiliki karakter dan tempramen yang berbeda-beda, **misalkan** ada yang riang, pendiam, pemalu, pemberani, pemarah dll. Setiap anak itu adalah unik, memiliki ciri khas masing-masing. Sehingga dalam membimbing anak kita harus mengenali tempramennya/ karakternya terlebih dahulu.



Ketika kita merespon anak sesuai dengan tempramennya, hasilnya maka:

- Anak tumbuh sehat dan gembira
- Mengurangi rasa frustrasi/ stress orangtua dan anak
- Orangtua dapat menumbuhkan keunikan anak ke arah positif

- ✓ **Langkah Keempat**, adalah *tumbuhkan kepercayaan diri* anak melalui:

- **Hargai** anak

Anak yang merasa dihargai keberadaannya, cenderung memiliki kepercayaan diri, dengan cara:

- Sapa anak dengan kebahagiaan dan kasih sayang
- Sebut anak dengan nama, bukan olokan
- Berbicara dengan sopan dan penuh cinta, misalnya jangan katakan: "gitu aja kamu gak bisa!", dasar pemalas, dll.
- Mendengarkan anak dengan penuh perhatian



- Keberhasilan

Perasaan bahwa dirinya bisa melakukan sesuatu dan berhasil akan menumbuhkan rasa percaya diri. Hal yang dapat dilakukan orang tua:

- Beri kesempatan anak untuk menentukan pilihannya sendiri. Misalnya: sejak kecil memilih baju sendiri
- Berikan pengalaman memperoleh keberhasilan. Misalnya: memakai baju atau sepatu sendiri.
- Libatkan diri dalam kegiatan yang anak sukai. Misalnya: menggambar, mewarnai, main bola dll.



- Pujian dan penghargaan

Pujian dan penghargaan dapat menumbuhkan rasa suka dan rasa kepercayaan terhadap diri anak. Hal yang dapat dilakukan adalah:

- Berilah pujian/ penghargaan atas usahanya, walaupun sekecil apapun
- Terima kegagalan ananda dengan lapang dada

- Jujur, Misalnya: *reaksi yang salah* (wow hebat), *reaksi yang benar* (wah..adik bisa menggambar dengan bagus)
- Menekankan pada proses bukan akhir
(*reaksi yang salah*: bagus betul gambarnya, *reaksi yang benar* : mama suka dengan warna dan coretan gambarnya)



- Kontrol

Rasa bahwa anak tahu apa yang akan dihadapi dan memiliki pengaruh bagi lingkungannya, akan menumbuhkan perasaan aman dan percaya diri, dengan cara:

- Lakukan keteraturan, bila terdapat perubahan beri penjelasan
- Buat aturan secara bersama-sama
- Lakukan aturan secara konsisten.



- ✓ **Langkah Kelima**, adalah jangan gunakan kata-kata negatif dalam berkomunikasi



” ANAK DIBESARKAN DARI KEHIDUPAN ” (Doronthy Law Nolte)

Jika anak dibesarkan dengan celaan,
maka ia belajar memaki
Jika anak dibesarkan dengan permusuhan,
maka ia belajar berkelahi
Jika anak dibesarkan dengan cemoohan,
maka ia akan rendah diri
Jika anak dibesarkan dengan penghinaan,
maka ia belajar menyesali dirinya
Jika anak dibesarkan dengan toleransi,
maka ia belajar mengendalikan diri
Jika anak dibesarkan dengan motivasi,
maka ia belajar percaya diri
Jika anak dibesarkan dengan kelembutan,
maka ia belajar menghargai
Jika anak dibesarkan dengan rasa aman,
maka ia belajar percaya
Jika anak dibesarkan dengan dukungan,
maka ia belajar menghargai diri sendiri
Jika anak dibesarkan dengan kasih sayang & persahabatan
maka ia belajar menemukan kasih dalam kehidupannya

EVALUASI:

1. Pengertian dari “self assessment” adalah?
 - a. Menghakimi diri
 - b. Mengevaluasi diri
 - c. Mengenali diri
 - d. Mencap diri

2. Beberapa cara untuk dapat mengenal diri yang tepat melalui, kecuali?
 - a. Sejarah perkembangan diri
 - b. Pengalaman sehari-hari
 - c. Melalui kaca mata/ pandangan orang lain
 - d. Melalui kritikan dari orang lain
3. Pengenalan diri merupakan suatu cara untuk membentuk ?
 - a. Harga diri
 - b. Konsep diri
 - c. Kepercayaan diri
 - d. Kemandirian
4. Beberapa cara menumbuhkan konsep diri positif antara lain melalui, kecuali?
 - a. Mulai dari diri kita sendiri
 - b. Pahami diri sendiri
 - c. Kenali tempramen/ karakter diri
 - d. Kritikan dari orang lain
5. Konsep diri yang positif pada anak, akan membentuk?
 - a. Kepercayaan diri
 - b. Harga diri
 - c. Keyakinan diri
 - d. Harapan

Refleksi Diri

1. Apa yang dapat saya pelajari dari Materi ini?

.....

2. Kesalahan apa saja yang sudah dilakukan selama ini ?

.....

3. Komitmen apa yang akan mulai ditanamkan dari sekarang?

.....

MATERI 6: STRATEGI BELAJAR

Memahami konsep strategi belajar; Teknik belajar yang efektif dan menyenangkan; Intervensi/ perlakuan yang diberikan orang tua kepada anak dalam menerapkan strategi belajar, seperti membuat perencanaan, pelaksanaan, pemantauan sampai dengan penilaian; Memahami berbagai macam gaya belajar, dan Dapat membuat jadwal kegiatan harian/ belajar; Evaluasi dan Refleksi Diri.



*“Belajar Karena Suatu Kebutuhan, Bukan Karena Suatu Paksaan,
Sehingga Belajar Akan Terasa Asik dan Menyenangkan”*

- ❖ **Strategi Belajar adalah:** Segala cara dan daya untuk menghadapi sasaran tertentu dalam kondisi tertentu agar memperoleh hasil yang diharapkan secara maksimal, dalam hal ini adalah kegiatan belajar. **Atau** suatu rangkaian kegiatan yang di rancang untuk mencapai tujuan belajar sehingga diperoleh hasil belajar maksimal.

“ Cara Agar Belajar Menjadi Efektif dan Menyenangkan ” :

- 1) *Menciptakan suasana belajar yang kondusif* seperti duduk di atas kursi yang nyaman dengan meja yang rapih, kemudian menghindarkan diri dari sesuatu yang mengganggu kegiatan belajar anak, misalnya menghindari televisi, *video-game*, *youtube*, dan lain-lain.



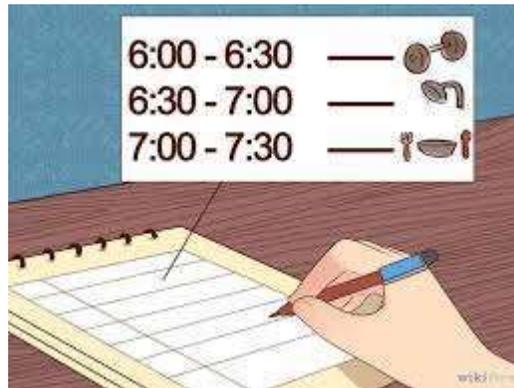
2) *Memberi tahu anak bagaimana cara mengikuti suatu petunjuk.*



3) *Mendorong anak agar memahami metode dan prosedur/ langkah-langkah yang benar dalam menyelesaikan suatu tugas.*



4) *Membantu siswa dalam mengatur waktu atau jadwal belajar (time schedule)*



5) *Menumbuhkan rasa percaya diri pada anak bahwa mereka mampu mengerjakan tugas yang diberikan.*



6) *Mendorong anak untuk dapat mengontrol emosi dan tidak mudah panik ketika menyelesaikan suatu tugas atau ketika menghadapi kesulitan.*



7) *Memperlihatkan kemajuan yang telah dicapai anak.*



8) *Membantu anak mengetahui cara mencari bantuan belajar.*



9) *Membantu anak agar tetap fokus konsisten dalam tujuannya.*



10) *Memberikan motivasi yang terus menerus kepada anak.*



❖ **Adapun Rancangan Intervensi Yang Akan Dilakukan Orang Tua Kepada Anak:**

1. Penyusunan Rancangan Program Intervensi/ Perlakuan

Rancangan program intervensi disusun berdasarkan tahapan pembentukan regulasi diri dalam belajar yang dikemukakan oleh Zimmerman.

2. Tujuan Utama Program Intervensi

Melalui pengajaran orang tua, anak mampu melakukan regulasi diri dalam belajar dengan cara mampu menerapkan strategi belajar, yaitu melakukan evaluasi diri dalam belajar, mampu membuat tujuan dan strategi dalam pencapaian tujuan, mampu mengawasi diri dalam menjalankan strategi serta mampu mengetahui kesesuaian antara strategi yang digunakan dengan hasil yang diperoleh.

3. Target Pertama Program Intervensi

Orangtua mampu mengajarkan kepada anak cara-cara melakukan dan menerapkan strategi belajar sehingga anak mampu menjalankan berbagai tahapan dalam pembentukan regulasi diri dalam belajar.

4. Waktu Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan intervensi dilakukan sebanyak 10 kali, dimana orang tua melakukan pengajaran kepada anaknya kurang lebih selama 1 jam setiap kali pertemuan, (setiap kali pertemuan mengupas satu strategi untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar, jadi 10 strategi X1hari = 10 hari pertemuan orang tua-anak).

5. Tempat Pelaksanaan Intervensi

- (1) Pengajaran program intervensi peneliti kepada orangtua subjek, (dalam hal ini ibu/ ayah siswa) dilakukan pada saat seminar parenting (*parents class*) yang diadakan oleh peneliti di sekolah anak tersebut.
- (2) Selanjutnya pelaksanaan program intervensi orangtua kepada anaknya, dilakukan di rumah karena rumah merupakan tempat paling nyaman dan terlama bagi anak berinteraksi dengan orangtuanya. Setelah intervensi dilakukan, maka perlahan-lahan orang tua melepas anaknya untuk dapat menerapkan apa yang sudah di ajarkan, kemudian dilihat perkembangannya.

6. Alat Ukur Intervensi

Alat ukur merupakan hasil adaptasi peneliti dari alat ukur yang disusun berdasarkan strategi regulasi diri dalam belajar, yang merupakan hasil dari penelitian Zimmerman dan Martinez Pons (dalam Zimmerman, 1989), Tujuan penggunaan alat ukur ini adalah untuk mengetahui apakah anak sudah mampu melakukan/ menggunakan strategi belajar yang diajarkan, dengan kata lain apakah anak mengalami peningkatan regulasi diri dalam belajar/ tidak.

7. Rancangan Program Intervensi:

Program intervensi yang dilakukan terdiri dari 4 tahapan. Adapun uraian tahapan pelaksanaan intervensi sebagai berikut:

➤ Tahap I, Evaluasi Diri dan Pengawasan (*Self Evaluating and Monitoring*)

Tujuan:

Melalui ibu, penelitian memperoleh gambaran strategi belajar yang sudah dan belum dilaksanakan anak dalam meningkatkan regulasi diri dalam belajar sehingga memberi acuan dalam penetapan program intervensi yang akan dilakukan.

Uraian Kegiatan:

1. Penelitian menyediakan lembar evaluasi yang terdiri dari beberapa pertanyaan, penelitian memberikan penjelasan kepada ibu bagaimana cara mengisi lembar evaluasi, yaitu dengan memberikan tanda ceklist pada kolom yang berisikan pernyataannya yang menurut ibu sudah atau belum dilakukan oleh anak dalam proses belajarnya yang telah dilakukannya selama ini.

2. Setelah ibu diberikan lembar evaluasi, kemudian orang tua merangkum lembar evaluasi tersebut, sehingga diketahui apakah anak sudah dapat melakukan atau menerapkan strategi belajarnya/ tidak, dan juga dapat diketahui aspek apa saja yang sudah dan belum dilakukan oleh anak dalam melakukan regulasi diri dalam belajarnya (*self regulated learning*).

➤ **Tahap II, Perencanaan Tujuan dan Strategi (*Goal Setting dan Strategic Planning*).**

Tujuan:

1. Ibu mampu menumbuhkan kesadaran pada diri anak bahwa penetapan tujuan dan penetapan strategi pencapaian tujuan dalam kegiatan belajar penting dilakukan.
2. Anak mampu menetapkan tujuan dan strategi pencapaian tujuan belajarnya.

Uraian Kegiatan:

Kegiatan ini dilakukan bersama ibu dengan berikan penghargaan atas alur yang dilakukan dalam penetapan tujuan dan perolehan hasil belajar.

Adapun alur yang harus dilakukan oleh ibu adalah:

1. Mengajak anak duduk bersama untuk berdiskusi dan kemudian memberikan “rangsangan atau stimulus” pada anak mengenai pentingnya melakukan strategi dalam kegiatan belajar, sehingga dalam diskusi tersebut timbul kesadaran pada diri anak bahwa menetapkan tujuan dalam belajar itu penting untuk dilakukan.
2. Ibu mencontohkan bagaimana menetapkan tujuan dan membuat strategi dalam mencapai tujuan belajar.
3. Ibu membimbing anak dalam menetapkan sebuah tujuan atau target belajar.
4. Ibu memantau anak dalam menetapkan tujuan dan strategi belajarnya.

Indikator Evaluasi:

Tahapan kedua dikatakan berhasil jika:

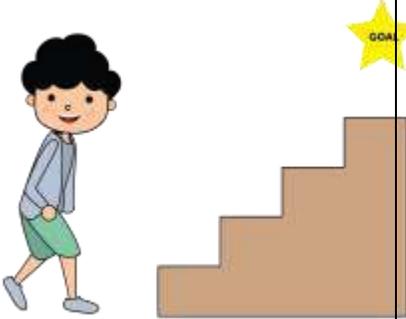
1. Ibu mampu menimbulkan kesadaran pada diri anak bahwa penetapan tujuan dan strategi dalam pencapaian tujuan penting dilakukan.
2. Anak mampu membuat perencanaan mengenai penetapan tujuan dan strategi dalam pencapaian tujuan belajar.

Untuk lebih jelasnya, akan diuraikan kegiatan pada setiap strategi/ langkah dalam tahapan kedua ini. Uraian tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Uraian Kegiatan Setiap Strategi Yang Akan Dilakukan:

Strategi	Tujuan	Kegiatan	Indikator
<p>Evaluasi Diri <i>(Self Evaluating)</i></p> 	<p>Anak mampu melakukan evaluasi kegiatan belajar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu berdiskusi dengan anak yang bertujuan untuk menimbulkan kesadaran pada anak bahwa evaluasi diri adalah hal yang sangat penting dalam kegiatan belajar • Setelah anak mengetahui pentingnya evaluasi diri dalam belajar, selanjutnya ibu memberikan penjelasan untuk menguatkan pemahamannya bahwa evaluasi diri adalah hal yang penting untuk dilakukan. • Ibu memberikan penjelasan mengenai cara yang bisa dilakukan dalam mengevaluasi tugas 	<p>Anak memahami pentingnya membuat <i>lembar evaluasi</i> yang berisikan hal-hal apa yang akan dilakukan menyangkut evaluasi tugas. (Lembar evaluasi dalam kertas kosong)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Ibu menyuruh anak untuk membuat evaluasi diri dalam kegiatan belajarnya. • Anak membuat evaluasi diri dalam lembar kertas kosong. 	
<p>Organisasi dan transformasi <i>(organizing and transforming)</i></p> 	<p>Anak mampu menetapkan cara yang akan dilakukan dalam mengatur kembali materi/ bahan yang akan dipelajari untuk dapat meningkatkan hasil belajarnya</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu dan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran pada anak bahwa kegiatan mengatur materi yang dipelajari bisa memudahkan dan meningkatkan hasil belajar. • Sebagai tambahan, saat diskusi ibu juga memberikan contoh metode yang bisa memudahkan anak mengatur materi yang akan dipelajari -Alternative metode yang bisa dilakukan adalah: merangkum, menggaris bawahi hal yang penting, membuat table/ bagan, 	<p>Anak berhasil menetapkan sendiri metode apa yang akan digunakan pada materi yang akan dipelajari.</p>

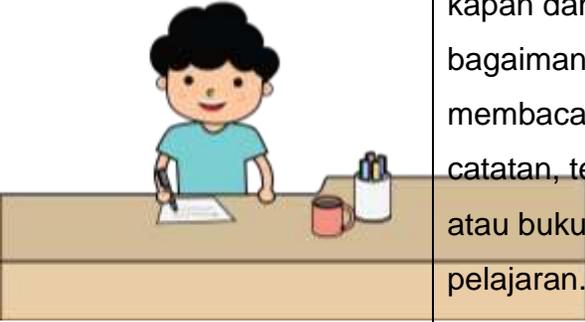
		<p>gambar, membuat peta pikiran (<i>mind mapping</i>).</p> <p>-Anak memilih metode mana yang akan diambilnya.</p> <p>-Anak membuat perencanaan mengenai cara-cara dalam mengatur materi/ bahan yang akan dipelajari.</p>	
<p>Tujuan dan Perencanaan (<i>GoalSetting dan Planning</i>)</p> 	<p>Anak mampu menetapkan tujuan akademik dan melakukan perencanaan aktifitas dalam rangka mencapai tujuan tersebut.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran bahwa penetapan tujuan dan membuat perencanaan adalah hal yang penting dalam belajar. • Ibu menjelaskan bagaimana cara membuat tujuan dan perencanaan. • Ibu mencontohkan bagaimana cara membuat tujuan (tujuan jangka pendek dan jangka panjang) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak menentukan tujuan pendek dan jangka panjang. • Anak menyusun perencanaan dan langkah-langkah apa yang akan dilakukannya dalam kegiatan belajarnya dalam waktu 1 minggu.

		<ul style="list-style-type: none"> • Anak membuat perencanaan yang akan dilakukan selama 1 minggu. • Perencanaan mencakup jadwal kegiatan harian yang akan dilakukan dan kegiatan belajarnya. • Membuat Jadwal Harian (1 Minggu), dapat dibantu oleh Ibu • Hasil pencatatan dilaporkan kepada Ibu. 	
<p>Mencari Informasi (<i>seeking information</i>)</p> 	<p>Anak mengetahui bagaimana cara memperoleh informasi dari sumber-sumber sosial (manusia) maupun non-social (benda mati) ketika belajara atau mengerjakan tugas/ PR.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran akan pentingnya mencari informasi dalam proses belajar. • Kemudian Ibu menjelaskan cara-cara yang dapat dilakukan dalam memperoleh informasi. • Anak mengetahui cara mencari informasi dalam belajar, 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak berhasil memikirkan alternatif yang akan dilakukan dalam mengumpulkan informasi untuk dapat mengerjakan tugas / PR.

		misalnya membuka internet, membaca buku, pergi ke perpustakaan, bertanya kepada orang tua, teman dan orang dewasa lainnya.	
<p>Mencatat dan memonitor <i>(keeping records and monitoring)</i></p> 	<p>Anak mampu menetapkan cara yang dapat dilakukan dalam mencatat berbagai kejadian atau hasil yang telah dicapai.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran kepada anak mengenai pentingnya mencatat kegiatan belajar yang telah dilakukan. • Ibu menjelaskan cara mengetahui kejadian dan hasil yang diperoleh dari belajar. • Anak menetapkan cara yang akan dilakukannya untuk mengetahui kejadian/ hasil yang diperbuat dalam belajarnya. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak membuat perencanaan mengenai hal-hal yang akan dilakukan untuk mengetahui kegiatan atau kejadian dalam belajar. Misalnya: membuat catatan di buku kecilnya.
<p>Menyusun Ulang Lingkungan <i>(Environmental Setting)</i></p>	<p>Anak mampu merencanakan pengaturan tempat atau</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu berdiskusi dengan anak untuk menimbulkan kesadaran pada anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak berhasil menetapkan apa yang bisa dilakukannya

	<p>lingkungan belajar yang kondusif/ mendukung sehingga dapat belajar dengan baik.</p>	<p>dalam menciptakan lingkungan belajar yang nyaman.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anak merencanakan apa yang akan dilakukannya untuk mengatur lingkungan belajarnya, misalnya seperti penataan meja dan kursi belajar, cahaya, buku-buku pelajaran dll. 	<p>untuk membuat dirinya nyaman dalam belajar.</p>
<p>Konsekuensi diri <i>(self consequencing)</i></p> 	<p>Anak mampu membayangkan mengenai hadiah atau konsekuensi atas keberhasilan dan kegagalan yang diperoleh.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu berdiskusi dengan anak untuk menimbulkan kesadaran anak bahwa pemberian hadiah dan konsekuensi untuk diri sendiri dalam belajar adalah penting dilakukan untuk meningkatkan motivasi belajarnya. • Ibu menganjurkan kepada anak untuk dapat merencanakan konsekuensi dan hadiah yang akan diterimanya. 	<p>Anak berhasil menetapkan hadiah atau konsekuensi yang akan diperolehnya jika mengalami keberhasilan atau kegagalan dalam kegiatan belajarnya.</p>

<p>Mengulang dan Mengingat <i>(Rehearsing and Memorizing)</i></p> 	<p>Anak mengetahui cara mengingat materi pelajaran</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran anak mengenai pentingnya mengingat materi. • Ibu menjelaskan berbagai metode yang dapat digunakan dalam belajar. • Metode mengingat dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti: membuat pertanyaan, ringkasan, mengulang kembali pelajaran dll. • Ibu menyuruh anak membuat perencanaan mengenai metode apa yang akan dilakukannya dalam kegiatan belajar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak bisa merencanakan metode apa yang akan dilakukannya dalam mengingat materi pelajaran
<p>Mencari Bantuan Sosial <i>(Seeking Social Assistance)</i></p>	<p>Anak mampu membuat perencanaan untuk mendapatkan bantuan dari teman, guru,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran pada anak mengenai pentingnya mencari bantuan dalam proses belajar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak dapat merencanakan dengan siapa ia akan meminta bantuan dalam proses

	<p>dan orang dewasa lainnya dalam belajar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Setelah timbul kesadaran pada diri anak, kemudian anak merencanakan dengan siapa ia akan meminta bantuan jika menemukan kesulitan dalam belajar. 	<p>kegiatan belajarnya.</p>
<p>Mengulang Catatan (Reviewing Records)</p> 	<p>Anak mampu merencanakan kapan dan bagaimana ia membaca ulang catatan, tes-tes atau buku pelajaran.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ibu bersama dengan anak berdiskusi untuk menimbulkan kesadaran pada anak mengenai pentingnya membaca ulang catatan/ ringkasan buku pelajaran atau tes-tes/ujian yang telah dilakukan. • Setelah anak sadar, kemudian ibu mengarahkan anak untuk membuat perencanaan mengenai kapan melakukan kegiatan membaca ulang pelajaran/ ringkasan atau tes-tes yang sudah dilakukan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anak berhasil membuat perencanaan mengenai kapan dan bagaimana ia melakukan kegiatan membaca ulang buku pelajaran, catatan /ringkasan, PR atau tes-tes/ ujian yang pernah dilakukannya.

➤ **Tahapan III, Strategi Pelaksanaan dan Pengawasan (*Strategy, Implementation and Monitoring*)**

Tujuan:

1. Ibu mampu memantau pelaksanaan tujuan dan strategi yang telah ditetapkan oleh anak.
2. Anak mampu melaksanakan strategi yang telah direncanakannya.

Uraian kegiatan:

Pada tahap ini, peneliti mengarahkan ibu mengenai cara memantau kegiatan belajar anak yaitu melalui:

1. Selama seminggu peneliti meminta ibu untuk mengamati dan memantau kegiatan anak dalam belajarnya, kemudian mencatat strategi apa saja yang sudah dilakukan dan belum/ tidak dapat dilakukan oleh anak sehubungan dengan strategi yang telah ditetapkan sebelumnya.
2. Setelah seminggu, kemudian ibu meminta untuk berdiskusi kepada anak tentang ketepatan dalam menjalankan strategi yang telah dijalankan. Hal yang didiskusikan adalah apakah strategi yang telah dijalankan menunjukkan perubahan yang positif/ tidak, dan mengapa ada strategi yang belum dapat dilakukan (jika ada).
3. Setelah ibu berdiskusi dengan anak, kemudian ibu melaporkan hasil diskusi dan pengamatannya terhadap anak kepada peneliti.
4. Peneliti dan ibu berdiskusi mengenai kendala yang dihadapi ibu dalam memonitor/ memantau anaknya, lalu mengenai pandangan ibu tentang ketepatan penggunaan strategi yang telah dijalankan anak, kemudian hambatannya (jika ada) dan mencari solusinya secara bersama-sama, yang nanti akan diterapkan kepada anak kembali.

Indikator Evaluasi:

Tahapan ketiga dikatakan berhasil jika:

1. Anak dengan kesadaran sendiri atau dengan sedikit bantuan dari orang tua (ayah/ ibu) dapat menjalankan perencanaan strategi belajar yang telah disusunnya dalam pencapaian tujuan.
2. Anak mampu menjelaskan kepada ibu (dengan berdialog antara ibu dengan anak) apakah strategi yang sudah dilakukannya sudah tepat atau belum dapat dilakukan dalam pencapaian tujuan.

➤ Tahap IV, Strategi Pengawasan Hasil Belajar (*Strategy Outcome Monitoring*)

Tujuan:

Anak mampu melihat keberhasilan usahanya dalam mengatur dirinya dalam kegiatan belajar berdasarkan tujuan dan strategi yang telah ditetapkan dan dijalankan.

Uraian kegiatan:

Pada tahap ini, peneliti kembali mengarahkan ibu untuk berdiskusi dengan anak dengan perincian sebagai berikut:

1. Ibu bertanya kepada anak mengenai proses yang dijalankannya selama intervensi (penerapan strategi belajar) apakah menurut anak sudah berhasil atau belum.
2. Jika berhasil, apa yang menyebabkan proses tersebut berhasil dan jika belum berhasil, apa yang menyebabkan proses tersebut tidak berhasil.

Setelah ibu berdiskusi dengan anak, kemudian melaporkan hasilnya kepada peneliti.

Indikator Evaluasi:

Tahapan ini dikatakan berhasil jika ibu dan anak merasa bahwa hal-hal yang telah ditetapkan pada tahap I, II dan tahap III dijalankan dengan tepat sehingga memperoleh hasil yang baik, bahwa anak mampu melakukan regulasi diri dalam belajarnya.

Selanjutnya Agar anak dapat melakukan strategi belajar secara efektif, maka pengenalan pola atau gaya belajar anak pun amat diperlukan untuk dikenali dalam rangka mendukung keterampilan anak dalam menerapkan strategi belajarnya. Sehingga disini akan dibahas mengenai pengenalan gaya belajar. **Gaya Belajar (*Learning Style*)** anak. Gaya Belajar adalah suatu cara atau pola yang sistematis, mulai saat informasi atau pengetahuan (stimulus) diterima oleh panca indera kemudian diolah otak secara tepat dan efektif sehingga informasi atau stimulus tersebut mampu bertahan lama di dalam ingatan dan bermanfaat bagi proses belajar.

Setiap individu memiliki **gaya belajar yang unik dan berbeda**. Gaya belajar yang dimiliki anak akan menentukan seberapa besar anak menyerap materi yang disampaikan oleh sang pengajar. Kesamaan metode dalam penyampaian materi dengan gaya belajar anak itu sendiri akan lebih memaksimalkan dalam penyerapan dan pemahaman anak.

What is your learning style ?



❖ Ada Tiga macam gaya belajar anak, yaitu gaya belajar **kinestetik**, **auditori** dan **visual**. Pengetahuan akan gaya belajar anak memungkinkan orang tua dan guru menemukan konsep yang tepat agar tujuan pembelajaran dapat tercapai maksimal.

❖ **Beberapa ciri gaya belajar anak:**

Booby de Porter, (1999) menyebutkan **Macam-macam Gaya Belajar Anak** usia dini, sebagai berikut:

1) Visual

Gaya visual mengakses citra visual, yang diciptakan atau diingat. Adapun **Ciri-ciri** gaya belajar visual, antara lain:

- Teratur, memperhatikan segala sesuatu
- Mengingat dengan gambar dan membutuhkan gambaran
- Tujuan menyeluruh dan menangkap detail
- Mementingkan penampilan dalam berpakaian
- Tidak mudah terganggu oleh keributan
- Mengingat yang dilihat, dari pada yang didengar
- Lebih suka membaca dari pada dibacakan
- Pembaca cepat dan tekun
- Seringkali mengetahui apa yang harus dikatakan, tapi tidak pandai memilih kata



✓ **Strategi untuk mempermudah proses belajar anak visual :**

1. Gunakan materi visual seperti, gambar-gambar, diagram dan peta
2. Gunakan warna untuk menandai hal-hal penting
3. Ajak anak untuk membaca buku-buku berilustrasi/ bergambar
4. Gunakan multi-media (contohnya: komputer dan video)
5. Ajak anak untuk mencoba mengilustrasikan ide-idenya ke dalam gambar

2) Auditori.

Gaya auditorial mengakses/ memperoleh segala jenis bunyi dan kata diciptakan dan diingat. **Ciri-ciri** gaya auditori, sebagai berikut:

- a. Perhatiannya mudah terpecah atau terganggu oleh keributan
- b. Berbicara dengan pola berirama
- c. Belajar dengan cara mendengarkan
- d. Menggerakkan bibir atau bersuara saat membaca
- e. Berdialog secara internal dan eksternal
- f. Saat bekerja suka bicara kepada diri sendiri
- g. Belajar dengan mendengarkan dan mengingat apa yang didiskusikan
- h. Senang membaca dengan keras dan mendengarkan
- i. Biasanya ia pembicara yang fasih
- j. Lebih pandai mengeja dengan keras daripada menuliskannya



✓ **Strategi untuk mempermudah proses belajar anak auditori :**

1. Ajak anak ikut berpartisipasi dalam diskusi baik di sekolah maupun di rumah
2. Dorong anak untuk membaca materi pelajaran dengan keras
3. Gunakan musik untuk mengajarkan anak
4. Diskusikan ide dengan anak secara verbal
5. Biarkan anak merekam materi pelajarannya ke dalam kaset dan dorong dia untuk mendengarkannya sebelum tidur

3) Kinestetik.

Gaya kinestetik mengakses segala jenis gerak dan emosi-diciptakan maupun diingat. **Ciri-ciri** gaya belajar kinestetik, antara lain:

- a. Banyak bergerak
- b. Belajar dengan melakukan, menunjuk tulisan saat membaca, kemudian menanggapi secara fisik
- c. Mengingat sambil berjalan dan melihat
- d. Belajar melalui memanipulasi dan praktek
- e. Menghafal dengan cara berjalan dan melihat
- f. Menggunakan jari sebagai petunjuk ketika membaca
- g. Merasa kesulitan untuk menulis tetapi hebat dalam bercerita
- h. Menyukai buku-buku dan mereka mencerminkan aksi dengan gerakan tubuh saat membaca.
- i. Menyentuh orang untuk mendapatkan perhatian mereka



✓ **Strategi untuk mempermudah proses belajar anak kinestetik:**

1. Jangan paksakan anak untuk belajar sampai berjam-jam
2. Ajak anak untuk belajar sambil mengeksplorasi lingkungannya (contohnya: ajak dia baca sambil bersepeda, gunakan obyek sesungguhnya untuk belajar sebuah konsep baru)
3. Izinkan anak untuk mengunyah permen pada saat belajar
4. Gunakan warna terang untuk menandai hal-hal penting dalam bacaan
5. Izinkan anak untuk belajar sambil mendengarkan musik

"Tak ada pelajaran yang sulit ketika gaya mengajar guru maupun orang tua Disesuaikan dengan gaya belajar anak"

- ❖ Agar anak dapat belajar dengan optimal dan memperoleh hasil belajar yang lebih maksimal, maka selain mengenali gaya belajar anak, penting pula orang tua mengajarkan kepada anak dalam hal **Mengatur Waktu Belajar (Time Management)**, sehingga anak dapat mengatur waktu belajarnya dengan fleksibel dan disiplin, dan dapat memanfaatkan waktunya secara efektif dan efisien.
- ❖ **Pengaturan waktu atau Manajemen waktu adalah** suatu kemampuan atau keterampilan *dalam menggunakan waktu secara efisien sehingga tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai*. Ada beberapa **Manfaat dari manajemen waktu** antara lain yaitu: individu dapat meningkatkan keteraturan hidup, percaya diri dan disiplin;

meningkatnya kepuasan belajar; dapat diperoleh prestasi belajar yang baik; dapat mengurangi kesalahan yang dibuat dalam pembelajaran; menurunnya tingkat stress pada individu; memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap pembelajaran sehingga meningkatkan produktivitas belajar.

Agar kita dapat menggunakan waktu belajar secara efisien. kita dapat mengikuti beberapa Cara dibawah ini, antara lain yaitu:

- Membuat jadwal kegiatan sehari-hari, misalnya membuat *to-do list* yang mencakup PR apa saja yang harus dikerjakan hari ini. Persiapan harian sangatlah penting. Belajar di kelas akan terasa lebih menyenangkan jika sudah disiapkan sebelumnya.



- Susunlah daftar kegiatan harian dan belajar. Kita dapat menentukan kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada hari itu. misalnya setelah bangun tidur yaitu mandi, siap-siap lalu berangkat sekolah, kemudian pulang sekolah tidur siang dan sorenya membuat ringkasan bahan pelajaran, dan seterusnya. Setelah kita menentukan kegiatan apa yang akan dilakukan, selanjutnya kita menentukan prioritas pelaksanaannya dari kegiatan yang terpenting sampai dengan yang kurang penting.



- Menetapkan waktu belajar, kemudian dilakukan secara konsisten dan disiplin.



- Tidak menunda-nunda suatu pekerjaan/ tugas. Misalnya segera mengerjakan PR sepulang dari sekolah.



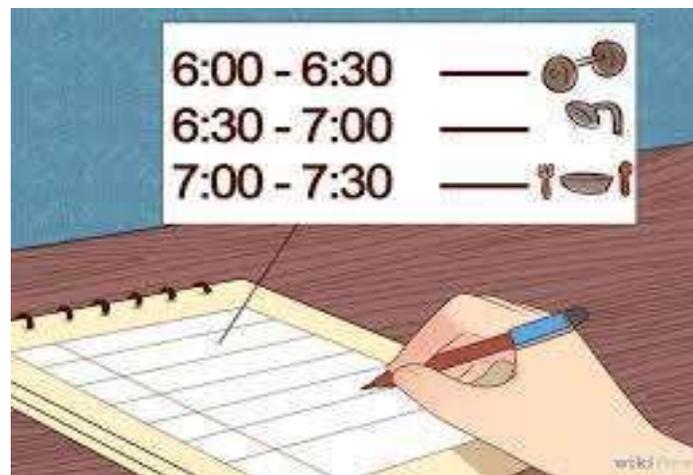
- Bertanya pada diri sendiri pelajaran apa yang sukar dan yang mudah dipahami



- Mata pelajaran yang kita anggap sukar, hendaknya dipelajari lebih lama, sehingga pada akhirnya dapat dimengerti



- Pelajarilah setiap mata pelajaran sesering mungkin. Belajar secara intensif selama 1 jam dalam setiap hari lebih bermanfaat daripada belajar secara marathon/ mendadak pada saat 1 hari sebelum ujian berlangsung.
- Jangan sampai lupa waktu jika sedang bermain *video games* atau internet.
- Jangan sia-siakan waktu yang ada. Lakukan dengan hal yang positif!
- Lihatlah jadwal kegiatan yang telah disusun !
- Lakukan dengan teratur dan konsisten serta dengan hati yang riang!



*Agar dapat membagi dan menggunakan waktu belajar dengan baik,
kita dapat membuat jadwal harian dan jadwal itu
kita laksanakan secara konsisten!!!*

CONTOH JADWAL KEGIATAN HARIAN ANAK

NO.	WAKTU	KEGIATAN	URAIAN	KETERANGAN
1	05.00-05.30	Keagamaan	Sholat subuh Menghafal surat dalam Al-Qur'an (Juz 30) Bersih-bersih tempat tidur	30 menit
2	05.30-06.30	Persiapan berangkat ke sekolah	Mandi Berpakaian rapi Sarapan pagi Berangkat ke sekolah	60 menit
3	07.00-13.00	Menuntut ilmu	Kegiatan pembelajaran di sekolah	6 jam
4	13.00-13.30	Istirahat	Sholat Zuhur Makan siang Menonton TV, Bermain dan lain-lain	30 menit
5	13.30-14.00	Belajar di rumah	Mengulang kembali pelajaran di sekolah Menyiapkan buku sesuai jadwal esok hari	30 menit
6	14.00-16.00	Tidur siang	Hindarkan hal-hal yang mengganggu tidur	2 jam
7	16.00-16.05	Keagamaan	Sholat Asar	5 menit
8	16.05-16.35	Rekreasi/ hiburan	Olah raga, Bermain atau Menonton TV	30 menit
9	16.35-17.00	Membantu orang tua	Mengasuh Adik, Membersihkan Rumah	25 menit
10	17.00-17.30	Kebersihan badan	Mandi Makan Sore	30 menit
11	17.30-18.00	Rekreasi/ hiburan	Menonton TV Bermain lego, boneka, baca cerita dll	30 menit
12	18.00-18.30	Keagamaan	Sholat maghrib Mengaji Al-Qur'an	30 menit
13	18.30-19.00	Makan malam	Makanan Malam Solat Isya	30 menit
14	19.00-20.30	Belajar	Mengerjakan PR Belajar sesuai jadwal esok hari	1,5 jam
15	20.30-21.00	Rekreasi/hiburan	Menonton TV, Bercerita, Bercengkrama	30 menit
16	21.00-05.00	Tidur malam	Berdoa sebelum tidur	8 jam

EVALUASI:

1. Suatu rangkaian kegiatan yang di rancang untuk mencapai tujuan belajar, sehingga dapat diperoleh hasil belajar yang optimal, merupakan pengertian dari?
 - a. Gaya belajar
 - b. Waktu belajar
 - c. Evaluasi belajar
 - d. Strategi belajar
2. Beberapa cara yang dapat dilakukan agar belajar menjadi suatu kegiatan yang efektif dan menyenangkan antara lain, kecuali?
 - a. Memberitahu anak bagaimana cara mengikuti suatu petunjuk
 - b. Mendorong anak agar memahami metode dalam menyelesaikan tugas
 - c. Memberikan motivasi secara terus-menerus kepada anak
 - d. Mengikuti jadwal belajar dengan suka-suka
3. Beberapa langkah yang dapat dilakukan dalam membuat strategi belajar, yaitu?
 - a. Melakukan perencanaan
 - b. Mengkritik cara belajar
 - c. Melakukan pemantauan
 - d. Melakukan evaluasi
4. Lebih suka membaca daripada dibacakan, teratur, mementingkan penampilan dan mengingat sesuatu dengan gambar, merupakan ciri-ciri dari gaya belajar?
 - a. Visual
 - b. Auditori
 - c. Kinestetik
 - d. Audio-Visual
5. Agar tujuan belajar dapat tercapai dengan baik, tentunya kita dapat melakukan hal-hal berikut di bawah ini, kecuali?
 - a. Membuat jadwal kegiatan harian
 - b. Tidak menunda-nunda pekerjaan
 - c. Jangan sia-siakan waktu yang ada
 - d. Abaikan mata pelajaran yang sulit

GLOSARIUM

Belajar: Perubahan yang relatif menetap dalam perilaku atau potensi perilaku sebagai hasil dari pengalaman atau latihan.

Efektif: Berhasil mencapai hasil yang diinginkan atau berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Efisien: Suatu waktu, biaya, tenaga yang digunakan dalam melakukan suatu kegiatan.

Empati: Kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain dan mencoba menyelesaikan masalah, serta mengambil dari sudut pandang orang lain.

Equilibrium: Adanya peningkatan ke arah bentuk-bentuk pemikiran yang lebih kompleks dan kearah lebih mudah dalam menyesuaikan diri.

Evaluasi: proses penilaian atau pengukuran akan ketercapaian sebuah tujuan.

Fisik motorik: Proses tumbuh kembang dalam kemampuan gerak tubuh.

Gaya Belajar:Bara-cara tertentu yang digunakan untuk mempermudah proses belajar. (membantunya menangkap dan mengerti suatu materi pelajaran).

Golden Age: Masa penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan.

Identifikasi Diri: Penilaian atau pengenalan terhadap diri.

Intelegensi: Kemampuan untuk bertindak secara terarah, berpikir secara rasional, dan menghadapi lingkungannya secara efektif.

Kepribadian: Sifat/ watak atau cara seorang individu bereaksi dan berinteraksi.

Kognitif: Berorientasi pada kemampuan berfikir yang mencakup kemampuan intelektual yang lebih sederhana, yaitu mengingat, sampai pada kemampuan memecahkan masalah yang menuntut kemampuan untuk menghubungkan dan menggabungkan beberapa ide, gagasan, metode atau prosedur sesuatu

Kooperatif: Sikap yang menunjukkan dapat bekerjasama.

Konsisten: Ketetapan/ ajeg/ tidak berubah-ubah.

Komitmen: Janji pada diri kita sendiri atau pada orang lain yang tercermin dalam tindakan/ perilaku kita.

Kuantitatif: Berdasarkan jumlah atau banyaknya.

Kualitatif: Berdasarkan mutu, ciri, atau sifat.

Masa Konsepsi: Peristiwa bertemunya sel telur (ovum) dan sperma.

Moral: Hal-hal yang berhubungan dengan nilai-nilai kehidupan manusia, yang berhubungan dengan proses sosialisasi individu.

Optimal: Maksimal/ paling baik/ paling tinggi.

Peer Group: kelompok teman sebaya.

Parenting: Upaya pendidikan dan pengasuhan yang dilaksanakan oleh keluarga dengan memanfaatkan sumber-sumber yang tersedia dalam keluarga dan lingkungan yang berbentuk kegiatan belajar secara mandiri.

Parenting Education: Pendidikan yang terkait dengan teknik/ cara dalam pengasuhan anak agar dapat berkembang sesuai yang diinginkan.

Parenting Programm: Program pendidikan atau pengasuhan yang terkait dengan teknik pengasuhan anak agar dapat berkembang optimal.

Potensi: Sebuah kemampuan dasar yang dimiliki manusia yang sangat mungkin untuk dikembangkan, sehingga pada intinya potensi sendiri berarti suatu kemampuan yang masih bisa dikembangkan menjadi lebih baik lagi.

Psikis: Jiwa/ psikologis/ batin/ rohani manusia.

Refleksi: aktivitas berupa penilaian atau umpan balik.

Regulasi: Pengaturan atau pengelolaan.

Self Efficacy: Penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas.

Reward: Sebuah bentuk apresiasi kepada suatu prestasi tertentu yang diberikan, baik oleh dan dari perorangan ataupun suatu lembaga yang biasanya diberikan dalam bentuk material atau ucapan.

Self Regulation: Kemampuan untuk mengontrol atau mengarahkan perilaku sendiri.

Self Regulated Learning: Kemampuan diri mengelola pembelajaran secara efektif dengan berbagai cara, sehingga mencapai hasil optimal.

Stimulasi: Suatu kegiatan yang dilakukan untuk merangsang kemampuan dasar anak agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Strategi: Pendekatan secara keseluruhan yang berkaitan dengan perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan evaluasi dari sebuah aktivitas dalam kurun waktu tertentu.

Tugas perkembangan: sesuatu tugas yang timbul atau harus diselesaikan pada periode tertentu dalam kehidupan seseorang.

KUNCI JAWABAN EVALUASI

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 1:**

1. D
2. B
3. D
4. C
5. D

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 2:**

1. D
2. B
3. A
4. D
5. D

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 3:**

1. A
2. A
3. D
4. A
5. D

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 4:**

1. D
2. A
3. D
4. D
5. B

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 5:**

1. C
2. D
3. B
4. D
5. C

➤ **KUNCI JAWABAN MATERI 6:**

1. D
2. D
3. B
4. A
5. D

DAFTAR BACAAN

- Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall, 1986.
- Annete Hollander. *How to Help Your Child Have a Spiritual Life: A Parent;s Guide to Inner Development*. New York: Buntan Book, 1980.
- Anita Woolfolk. *Educational Psychology*. 9.Ed. USA: Pearson Education Inc, 2004.
- Becker, A., Weidman., Shell, D. *Attachment Parenting: Developing Connections and Healing Children*. United Kingdom: Jason, 2010.
- Bjorklund, F, David. *Children's Thinking: Cognitive Development and Individual Differences*. 5th Ed.USA: Wadsworth Cengage Learning,2012.
- Bornstein, H, Marc. *Handbook of Parenting: Practical Issues in Parenting*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Association Publisher, 2008.
- Bootzin, R., dkk. *Psychology Today An Introduction*. 5th Ed. USA: Random House, Inc, 1979.
- Brown, K, W dan Ryan, R. M. *The Earliest Relationship: Parents, Infants and The Drama of Early Attachment*. Boston: Dacapo Press, 2003.
- Byrne, Baron, Robert, A. *Social Psychology: Understanding Human Interaction*. 7th Ed. New York: Allyn and Bacon, 1994.
- Crow, D, L dan Crow, A. *Psikologi Pendidikan*. Surabaya: PT Bina Ilmu, 1997.
- Daniel, J., Siegel, M. D., Marietta McCarty. *The Mindful Parenting Collection*. New York, 2012.
- Daniel, J, B. *Personality Spirituality*. USA: Wholistic Healing Publisher, 2006.
- David, H. *Spiritual Parenting: A Long Guide for The New Age Parents*. USA: Marlow, 1990.
- Davies, Douglas. *Child Development: A Practitioner's Guide*. 3rd Ed. USA: Guilford Press, 2011.
- David, H, Olson and John DeFrain. *Marriages and Families: intimacy, diversity and strengths*. 5 Ed. Boston: McGraw Hill. 2006.
- Didik Hermawan. *Suggestive Parenting*. Jakarta: IKAPI, 2013
- Dix, T. *Parenting on Behalf of The Child Empathic Goals in The Regulation of Responsive Parenting*. New Jersey: Erlbaum, 1992.
- Dix, T dan Branca, S. H. *Parenting as a Goal Regulation Process*. New York: Sage Publisher, 2003.
- Doe, M. *10 Principles for Spiritual Parenting: Nurturing your Chil's Soul*. New York: Harper Publisher, 1998.

- Dorothy, S. B. *Handbook of Family Resilience*. New York: Springer, 2013.
- Douglas, Davies. *Child Development: A Practitioner's Guide*. 3th Ed. London: The Guilford Press, 2011.
- Doyle, O. *Mindful Parenting: Find Peace and Joy Through Stress-Free, Conscious Parenting*. USA: Living Press, 2017.
- Ducan, L. G., Coatsworth, J. D., Greenberg, M. T. *A Model of Mindful Parenting: Implications for Parent-Child Relationships and Prevention Research*. USA, 2009.
- Ee Jessie., Agnes, C dan Oon Seng Tan. *Thinking About Thinking: What Educators Need to Know*. Singapore: Mc Graw Hill, 2004.
- Fonagy dan Target. *Attachment and Reflective Function: Their Role in Self Organization, Development and Psychopathology*. USA, 1997.
- Gage, N. L dan Berliner, C David. *Educational Psychology*. 3th Ed. Boston: Houghton Mifflin Company, 1991.
- Ganefi, E, Burhan. Peran Pekerjaan Rumah dan Keterlibatan Orangtua Terhadap Regulasi Diri Dalam Belajar dan Prestasi Belajar Siswa. Tesis. UI: Depok, 2002.
- Gloria, B., Keith, M. *Families and Intimate Relationship*. USA: McGraw Hill, 1994.
- Grusec, J. E dan Kuczynski. *Parenting and Children's Internalization of Value: A Handbook of Contemporary Theory*. New York: Wiley, 1997.
- Grusec, J. E; Goodnow, J. J., Kuczynski. *New Directions in Analysis of Parenting Contributions to Children Acquisition of Values Child Development*. New York: Willey, 2000.
- Hart, Tobin. *The Secret Spiritual World of Children*. California: New World Library, 2003.
- Heckhausen, J. Dweck, C. *Motivation and Self Regulation Across The Life Span*. London: Cambrige University Press, 1998.
- Henry, C Lindgren. *Educational Psychology in The Classroom*. 3th Ed. New York: John Wiley & Sons, Inc. 1967.
- Holden, G. W dan Hawk, K. H. *Meta Parenting The Journey of Child Rearing: A Cognitive Mechanism for Change*. New York: Sage Publisher, 2003.
- Hoffman, L dkk. *Developmental Psychology Today*. USA: Mc GrawHill, 1998.
- Hurlock, B, Elizabeth. *Child Development*. New Jersey: McGraw Hill, 1978.
- Hurlock, E.B. *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Waktu Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 1997.
- Itai Iutzan dan Lomas Tim. *Mindfulness in Positive Psychology*. New York: Routledge, 2016.

- Jeane, E, Ormrod. *Educational Psychology: Developing Learner*. 4th Ed. New Jersey: Merrill Prentice Hall, 2003.
- Jean, O Malley Halley. *Boundaries of Touch: Parenting and Adults Child Intimacy*. USA: Acid Free Paper, 2007.
- Jeffrey, L Fine dan Dalit Fine. *The Art of Conscious Parenting*. USA: Healing Art Press, 2009.
- Jeremy Holmes. *John Bowlby and Attachment Theory*. USA:Routledge, 2014.
- Joan, E. Grusec dan Leon Kuczynski. *Parenting and Children's Internalization of Value*. USA: John Wiley & Son, Inc, 1997.
- Joe Rich. *Parenting The Long Journey*. Canada: John Wiley and Sons, 2002.
- John Gottman dan Joan Declaire. *Raising An Emotionally Intelligent Child: The Heart of Parenting*. USA: Simon & Schuster Paperbacks, 1997.
- John Bowlby. *Attachment*. New York: Basic Book, 1982.
- Joseph, D, S. *The Educated Parent: Child Rearing in The 21st Century*. USA: Praeger Acid Free Paper, 2012.
- Kabat-Zinn, J dan Kabat Zinn, M. *Everyday Blessing: The Inner Work of Mindful Parenting*. New York: Hyperion, 1997.
- Kathryn R, Wentzel dan David, B. *Handbook of Motivation at School*. USA: Routledge, 2009.
- Keith H, Wendy., Andy Frey. *Motivational Interviewing in Schools: Strategies for Engaging Parents, Teacher and Students*. USA: Springer, 2014.
- Kemendiknas. Buku Pedoman Teknis Penyelenggaraan Pendidikan Keorangtuaan (*Parenting*).
- Kitsantas, A., Steen, S., dan Faye. *The Role of Self Regulated Learning Strategis and Goal Orientation in Predicting Achievement of Elementary School Children*. International Electronic Journal of Elementary Education. USA: EBSCO, 2009.
- Kristen, R. *Mindful Parenting*. United States of America: Martin Press, 2013.
- Laura, S Kastner dan Kristen, A, Russel. *Wise Minded Parenting: 7 Essentials for Raising Successful Tweens and Teens*. New York: Parant Map Publisher, 2013.
- Lauri, A Greco., Steven., Hayes. *Acceptance and Mindfulness Treatments for Children and Adolescents: A Practitioner Guide*. Oakland: New Hurbinger Publication, Inc, 2008.
- Lindgren, C, H. *Educational Psychology in The Classroom*. USA: John Wiley & Sons Inc, 1956.
- Lombaerts,K.,Engels,N dan Von,B. *Determinants of Teacher's Recognitions of Self Regulated Learning Practice in Elementary Education*. Journal of Educational Research. 2009, Vol 102 Issue 3,p 163-174.

- Margaret, E. Gredler. *Learning and Instructional: Teori dan Aplikasi*. Terjemahan Tri Wibowo, B, S. Jakarta: Kencana Perdana Media Grup. 2011.
- Margaret, E, Gredler dan Carolyn Claytor Shields. *Vygotsky's Legacy: A Foundation for Research and Practice*. New York: Guilford Press, 2008.
- Mandari, Al, S. *Rumahku Sekolahku*. Jakarta: Pustaka Zahra, 2012.
- Matthew, A Johnson., Matthew V Johnson. *Positive Parenting With a Plan*. USA: Family Rules Inc, 2002.
- Michael, J., Furlong., Gilman, R., Scott, H. *Handbook of Positive Psychology in School*. New York: Routledge, 2014.
- Michael, J, Kirtan., Tonn Hopper, Esther Hopper, M. Kirton. *Motivational Parenting*. USA: Living Press, 1993.
- Mitra, Shalim. *The Art of Successful Parenting*. Jakarta, Gramedia Pustaka, 2007.
- Morris, E. *Psychological Foundations of Education*. USA: Holt, Rinehart and Witson, Inc, 1964.
- Morrison, S., George. *Dasar-dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Ed.5. Jakarta, PT Indeks, 2012.
- Ngalim Purwanto. *Ilmu Pendidikan: Teoretis dan Praktis*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 1985.
- Norman, W, Bell dan Erza, F, Vogel. *A Modern Introduction to The Family*. USA: The Free Press, 1960.
- Olson, D.H De Frain. *Marriages and Family: Intimacy, Diversity and Strengths*. 5th Ed. USA: McGraw Hill, 2006.
- Pasternak, P dan Deborah. *The Role of Parenting in Children's Self Regulated Learning*. Educational Research Centre, (October 2010), Vol 5 Issue 3, p 220-242.
- Richard, M., Ryan., Edward L. *Self Determination Theory:Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness*. USA: Guilford, 2017.
- Richard Barret, *A New Psychology of Human Well Being*. London: Fulfilling Books, 2016.
- Robert F Biehler dan Jack Snowman. *Psychology Applied to Teaching*. 5th Ed. Houghton Mifflin Company, USA.1986.
- Rogers Scott. *Mindful Parenting: Meditations, Verses and Visualization for A More Joyful Life*. USA: Living Press, 2005.
- Sahara dkk. *Harmonius Family*. Jakarta: Pustaka Obor Indonesia, 2013.
- Salmeron, F., Gutierrez C., Fernando, C dan Salmeron V. *Self Regulated Learning, Self Efficacy Beliefs and Performance During The Chillhood*. Journal of Educational Research, (2010), Vol 16, Issue 2, p1-18.

- Siegel, M. D, Daniel, J., Hartzell, M. *Parenting From The Inside Out: How a Deeper Self Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive*. New York: Penguin Putnam Inc, 2003.
- Skinner, E, A. *Six Dimensions of Parenting: A Motivational Model Parenting, Science and Practice*. USA: Johnson Publisher, 2005.
- Smith, J.D dan Dishion. *Mindful Parenting in The Development and Maintenance of Youth Psychopathology*. New York: Guilfor Press, 2013.
- Sri Mulyanti. *Spiritual Parenting*. Yogyakarta: Ramadhan Press, 2013.
- Sujiono, N, Yuliani. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks, 2013.
- Susan S, dan Kathleen, R. *Mindful Parenting: A Guide For Mental Health Practitioners*. New York: Springer, 2014.
- Syaodih, N. *Landasan Psikologi: Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1995.
- Schunk, H, D dan Zimmerman, J, B. *Self Regulation of Learning and Performance: Issues and Educational Applications*. New Jersey: Lawrence Erlbaum, 1994
- Schunk. H.D, Pintrich, P, R. *Motivational In Education: Theory, Research, and Application* . Ohio : Pearson Press, 2008.
- Seng, O, Chang, A., dan Jessie, E. *Thinking About Thinking: What Educators Need to Know*. Singapore: McGraw Hill, 2004.
- The Liang Gie. *Cara Belajar yang Efisien*. Yogyakarta: Liberty, 1985.
- Using Diaries to Shape Self Regulation in Learning*. Laksmi Fatimah. Tesis. UI, 2011.
- Vassallo, Stephen. *Observation of a Working Class Family: Implication for Self Regulated Learning Development*. (Educational Studies, December 2012) Vol.48, Issue 6, p.501.
- Vivian, L. H. *Parenting by Developmental Design: You, Your Child and God*. Oregon: Resource Publisher, 2010.
- Vivian, L., Ford Morgan dan Breiner Heather. *Parenting Matters: Supporting Parents of Children 0-8*. Washington DC USA: The National Academies Press, 2016.
- Watson, C., L, David., dan Tharp, G Roland. *Self Directed Behavior: Self Modification for Personal Adjustment*. California, Pasific Grove: Brooks, 2008
- Zimmerman, J, B dan Schunk, H, D. *Self Regulation Learning From Teaching to Self Reflective Practice*. New York: The Guilford Press, 1998.
- Edy, Ayah. *Ayah Edi Punya Cerita*. Jakarta: PT. Mizan Publika. 2013.

_____Menjawab 100 Persoalan Sehari-hari Orang Tua Yang Tidak Ada Jawabannya di
Kamus Manapun. Bandung: PT. Mizan Publika. 2013.

Menjadi orang tua yang berhasil tidaklah mudah. Mendidik anak menjadi manusia berperilaku baik, percaya diri, bertanggungjawab dan mandiri tak cukup bermodal cinta kasih belaka. Banyak hal lain yang dibutuhkan. Anda harus memiliki pengetahuan dan kesabaran tanpa batas, serta tak jemu-jemu membimbing mereka, hingga akhirnya mereka dapat tumbuh menjadi sosok yang mandiri dalam keseharian maupun kegiatan belajarnya.

Anak yang tumbuh menjadi manusia yang cerdas dan berkarakter tentunya adalah produk dari orang tua yang berhasil. Tapi pernahkah kita mencoba memahami apa arti “menjadi orang tua yang baik?” Ini jelas bukan sesuatu yang terjadi secara alamiah. Orang tua memerlukan cara dan metode tertentu dalam membimbing anak dalam kesehariannya, termasuk dalam kegiatan belajarnya yang disesuaikan dengan tugas perkembangan anak tersebut, sehingga terbangunlah sosok anak yang kita impikan.

Buku Panduan Bagi Orang Tua ini – adalah sebuah model *integrated parenting*, yaitu suatu model *parenting* atau keorangtuaan yang terintegrasi dalam membangun pendidikan kemandirian anak. Pendekatan terintegrasi ini merupakan pendekatan dari berbagai sudut seperti: dari sudut pengetahuan orang tua tentang perkembangan anak, pemberian pengasuhan yang baik, penggunaan komunikasi yang efektif, pendisiplinan yang positif, penanaman keyakinan diri sampai dengan penerapan berbagai strategi belajar, sehingga belajar menjadi suatu kegiatan yang efektif dan menyenangkan. Isinya seputar gagasan dalam membantu orang tua untuk mula-mula mengubah dirinya terlebih dahulu, kemudian membuat langkah-langkah bersama dengan anak dalam mencapai tujuan bersama.

Membaca buku ini mungkin anda akan bertanya-tanya, “Bisakah aneka panduan bagi orang tua ini saya lakukan?”. Selama orang tua memiliki keinginan, pengetahuan, kemauan untuk membuka diri dan memiliki ketulusan dalam melakukannya, serta diiringi kesabaran yang tak henti-hentinya, maka buku ini menawarkan petunjuk dan latihan yang mudah dilaksanakan. Disertakan pula hal-hal mengenai “apa yang boleh” dan “apa yang tidak boleh” dilakukan orang tua serta nasehat sederhana yang bisa langsung diterapkan.

Semoga buku ini memotivasi para orang tua untuk terus menggali dan menjadikan sentuhan tangannya sebagai *Midas Touch* (sentuhan emas) dalam mendidik putra-putrinya menjadi anak yang cerdas dan berkarakter, yang mandiri dan tangguh dalam berbagai hal, sehingga siap menyongsong tantangan di masa depan.

Ilustrator: Nathania Tifara