

PENGASUHAN BERDASARKAN PERKEMBANGAN OTAK ANAK



PENGASUHAN BERDASARKAN PERKEMBANGAN OTAK ANAK



**Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini**

2020

Judul Seri Pendidikan Orang Tua:
Pengasuhan Berdasarkan Perkembangan Otak Anak

Cetakan Pertama 2020

CATATAN: Buku ini merupakan buku untuk pegangan orang tua yang dipersiapkan Pemerintah dalam upaya meningkatkan partisipasi pendidikan anak, baik di satuan pendidikan maupun di rumah. Buku ini disusun dan ditelaah oleh berbagai pihak di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Buku ini merupakan “dokumen hidup” yang senantiasa diperbaiki, diperbarui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Dalam rangka meningkatkan mutu buku, masyarakat sebagai pengguna buku diharapkan dapat memberikan masukan kepada alamat penulis dan/atau penerbit dan laman <http://buku.kemdikbud.go.id> atau melalui post-el buku@kemdikbud.go.id.

Diterbitkan oleh:



Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar,
dan Pendidikan Menengah
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

@2020 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Hak Cipta dilindungi undang-undang. Diperbolehkan mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku dengan izin tertulis dari penerbit.

Pengarah: Hamid Muhammad
Penanggungjawab: Muhammad Hasbi
Penyusun: Muhammad Hasbi, Andyda Meliala, Maryana, Muhammad Ngasmawi, RR. Lestari Koesoemawardani, Aria Ahmad Mangunwibawa, Jakino, Khairullah, Widyati Rosita
Penelaah: Zahrotun Nihayah, Dwi Hastuti, Fairul Zabadi, Agus Wahyu, Ihsan Sani Abdullah, Firman Sudiansyah
Penyunting: Nanik Suwaryani, Nur Ainy Fardana N, Nurfadilah
Ilustrator: Dian Kartika
Penata letak: Tomi Krisnawan
Sekretariat: Beryana Evridawati, Dian Septiany Subagio, Samijah, Amalia Khairati, Robbayanti Ratna Ningrum, Ina Nurohmah, Mira Kumala Sari

Jumlah Halaman: 64 hlm + ilustrasi
Ukuran Buku: 210mm x 148 mm

ISBN 978-602-6964-65-6 (PDF)





Sambutan

Direktur Pendidikan Anak Usia Dini
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Ayah dan Bunda yang baik,

Orang tua adalah pendidik yang pertama dan utama bagi anak. Sayangnya, menjadi orang tua adalah profesi yang sangat tidak tersiapkan. Akibatnya, masa emas tumbuh kembang anak seringkali tidak bisa dimanfaatkan secara optimal.

Untuk meningkatkan kapasitas orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak dan menyiapkan mereka untuk belajar di sekolah dasar, pada tahun anggaran 2020 Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini menyusun sejumlah sumber belajar untuk orang tua dengan beragam tema. Penyusunan sumber belajar ini juga sebagai respons atas

tuntutan keterampilan abad 21 yang meliputi kualitas karakter yang bagus, literasi dasar, dan kompetensi 4K (kemampuan berpikir kritis, berkomunikasi, berkolaborasi, dan kreatif).

Semoga sumber belajar ini bermanfaat bagi orang tua dalam mengasuh dan mendidik anak usia dini, terutama di masa anak belajar dari rumah (BDR) dan masa kebiasaan baru (*new normal*) sebagai akibat dari pandemi Covid-19.

Terakhir, saya ucapkan terima kasih kepada tim penyusun, tim penelaah, ilustrator, dan pihak-pihak lain yang telah memungkinkan terbitnya sumber belajar ini. Semoga proses penyusunan sumber belajar ini menjadi proses yang memberikan berkah dan banyak pelajaran baru bagi kita semua.

Muhammad Hasbi

Pengantar

Lebih mudah membesarkan anak menjadi sehat, cerdas dan bahagia, dibandingkan memperbaiki anak yang dibesarkan dengan pola asuh keliru.

Ayah Bunda, apa yang Anda harapkan ketika memiliki anak? Semua orang tua tentu menginginkan anak yang cerdas, berhasil di sekolah, dan akhirnya bisa mandiri dan sukses dalam hidup. Anda pun kemudian merencanakan menu yang sehat, lingkungan, atau sekolah terbaik untuknya. Anda ingin berhasil mendidik dan mengasuhnya agar ia sukses dalam hidup.

Ada hal penting yang perlu diperhatikan agar Anda bisa membentuk anak Anda menjadi pribadi yang positif, mandiri, dan sukses, yaitu mengasuh anak Anda berdasarkan perkembangan otaknya.

Daftar Isi



Memulai Perjalanan

2



Kenali Musuh yang Mengintai

12



Melatih “Sang Direktur Utama”

18



Nikmati Perjalanan Bersama Anak

29



Lebih mudah membesarkan anak menjadi sehat, cerdas dan bahagia, dibandingkan memperbaiki anak yang dibesarkan dengan pola asuh keliru.

Ayah Bunda, apa yang Anda harapkan ketika memiliki anak? Semua orang tua tentu menginginkan anak yang cerdas, berhasil di sekolah, dan akhirnya bisa mandiri dan sukses dalam hidup. Anda pun kemudian merencanakan menu yang

sehat, lingkungan, atau sekolah terbaik untuknya. Anda ingin berhasil mendidik dan mengasuhnya agar ia sukses dalam hidup.

Ada hal penting yang perlu diperhatikan agar Anda bisa membentuk anak Anda menjadi pribadi yang positif, mandiri, dan sukses, yaitu mengasuh anak Anda berdasarkan perkembangan otaknya.



**"Memulai
Perjalanan"**

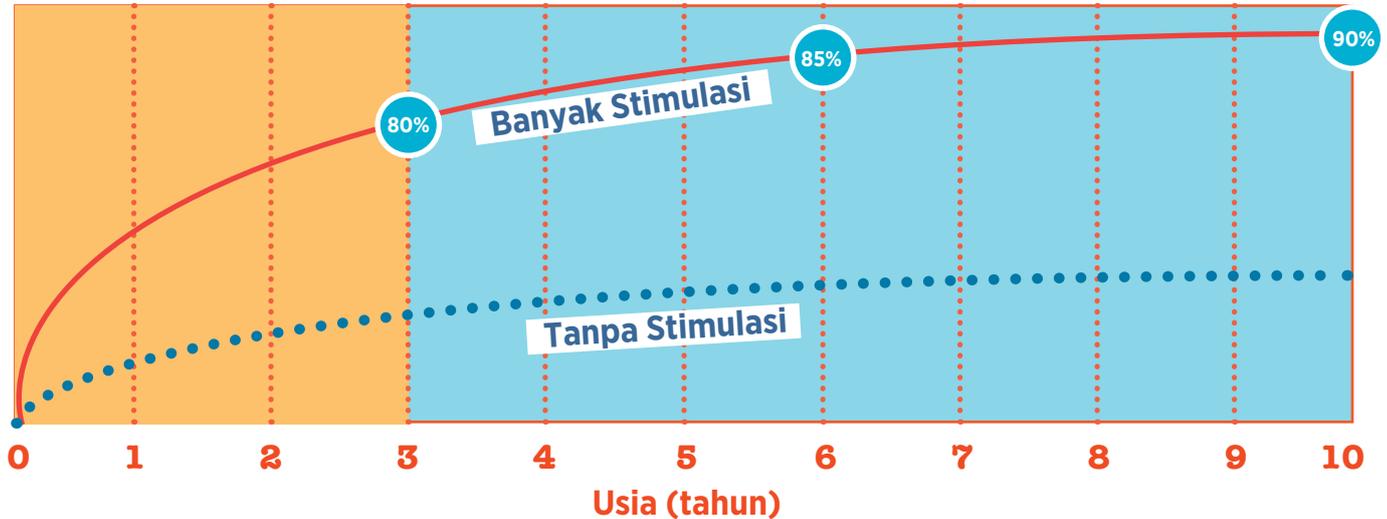
Mengapa orang tua perlu mengetahui tahapan perkembangan otak anak?

- Karena otak adalah organ paling penting dan paling kuat pada manusia. Dengan otak, seorang anak bisa merasa, berpikir, memiliki perasaan ingin tahu, dan belajar.
- Pada tahun pertama kehidupan manusia, otak berkembang tiga kali lipat. Kemudian sampai menjelang umur 6 tahun, otak anak berkembang sangat pesat dibandingkan pada periode lain dalam hidupnya.
- Perkembangan otak pada usia dini ini



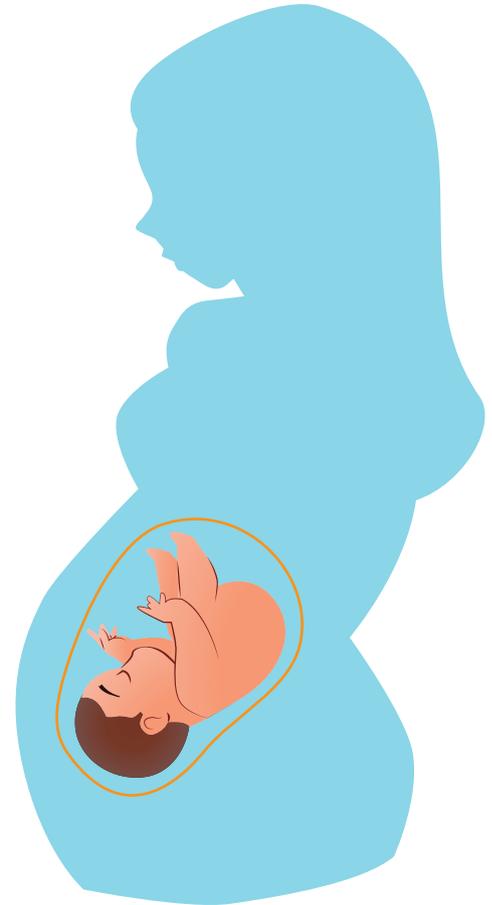
berdampak besar pada kemampuan anak untuk belajar dan berhasil di sekolah serta perjalanan hidupnya.

Bagaimana Otak Berkembang



Pertumbuhan dan perkembangan otak akan menjadi optimal jika anak sehat, gizinya cukup dan mendapatkan stimulasi yang tepat sesuai dengan anak pada kelompok usia anak

- Menurut istilah biologi otak, orang yang memiliki struktur otak yang rimbun dikatakan sebagai orang yang cerdas.
- Setiap stimulasi dan pengalaman yang dialami anak akan membentuk sambungan baru antarneuron, yang disebut dengan sinaps. Sinaps inilah yang membuat struktur otak semakin rimbun. Jika anak memperoleh stimulasi atau pengalaman serupa selama beberapa kali maka sinapsis akan menjadi permanen. Hal ini pulalah yang menjadi dasar untuk mengulang-ulang pembelajaran kepada anak pada masa usia dini.
- Seiring pertumbuhan anak, otak mulai mengadakan pemangkasan sinapsis, terutama untuk bagian yang tidak/sedikit sekali distimulasi.



2-6 bulan



Otak anak Anda berkembang karena adanya pengalaman dan relasi yang ia alami setiap hari.

6-9 bulan



Menjelang sembilan bulan, otak anak dapat membentuk sambungan antara apa yang mereka lihat, dengar, rasakan, dan cecap. Kesempatan pembelajaran untuk perkembangan awal bisa dihadirkan lewat interaksi dengan orang tua dan anggota keluarga yang dekat.

3 tahun



Menjelang 3 tahun, otak anak memiliki sekitar 1.000 trilyun sambungan otak (sinaps).

3-5 tahun



Menjelang sekolah, perkembangan otak anak dibangun berdasarkan fondasi yang sudah kuat, yang terbentuk pada lima tahun pertama.

Seberapa penting orang tua perlu mengetahui dan menerapkan pengasuhan berdasarkan perkembangan otak anak?

- Bayangkan sebuah tanaman mangga. Bagaimana pohon mangga itu nantinya bisa tumbuh dan berbuah lebat? Pertama-tama kita perlu tahu bahwa supaya kokoh, pohon mangga itu harus punya akar yang kuat. Dalam hal ini otak bisa diumpamakan akar. Akar yang kuat akan menunjang perkembangan tanaman itu selanjutnya.
- Atau bayangkan jika Anda hendak mendirikan rumah. Supaya rumah itu bisa berdiri dan tahan guncangan, pertama-tama yang harus diperhatikan adalah membuat fondasi yang kokoh.
- Pengasuhan anak berdasarkan perkembangan otak itu ibarat kita menguatkan akar atau membuat fondasi yang kokoh. Jika sejak dini otak distimulasi sesuai perkembangannya, anak akan mengalami kemajuan yang pesat sehingga masa depannya pun lebih cerah.
- Anak yang kurang mendapat stimulasi otak, perkembangannya akan terhambat. Hal ini berdampak pada



masa depannya karena kerusakan otak sejak dini lebih sulit diperbaiki.

- Lebih baik meluangkan waktu

dan usaha memberikan stimulasi otak sejak dini daripada harus memperbaikinya kelak saat anak sudah besar/dewasa.

- Anak yang mendapatkan stimulasi sesuai perkembangan otaknya akan lebih sukses di sekolah, pekerjaan, dan rumah tangga. Dengan demikian, kita ikut mencetak generasi yang akan menjadi warga negara yang kreatif, mandiri, dan positif.
- Stimulasi yang dimaksud disini adalah suatu aktivitas atau interaksi antara orang tua/pengasuh dengan anak yang dapat membantu perkembangan otak.

Apa kunci keberhasilan pengasuhan berdasarkan perkembangan otak?

- Interaksi antara anak dan orang tua Misalnya, orang tua dan anak terlibat dalam permainan yang sama sambil melakukan komunikasi dua arah yang membantu kemampuan berpikir kritis anak. Jadi, orang tua bukan sekedar menemani anak yang sedang bermain.
- Merespon dengan kata-kata, sentuhan, atau sikap yang positif terhadap perilaku anak Misalnya, ketika anak menangis, orang tua memeluk anak untuk menenangkan dan memberikan rasa aman kepada anak. Dengan demikian, akan memperkuat sambungan saraf yang terbentuk di otak anak.





Kenali Musuh yang Mengintai

Memahami Stres

Selain perlu mengetahui apa yang mendukung keberhasilan pengasuhan anak, Anda pun perlu tahu musuh yang dapat membuatnya gagal.

Apa yang melemahkan dan mengganggu perkembangan otak anak

Satu hal yang harus dihindari adalah stres racun atau biasa disebut stres toksik. Stres sendiri artinya suatu gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan faktor luar atau ketegangan. Adapun stres toksik terus-menerus meracuni anak. Stres racun akan merusak



perkembangan sambungan saraf, terutama di area otak untuk keterampilan dengan tingkatan yang lebih tinggi.

Apa yang dimaksud stres

Pengalaman negatif terus-menerus atau berulang yang membuat anak stres, tanpa dukungan atau perlindungan dari orang tua atau pengasuhnya sendiri.

Jadi, yang perlu digarisbawahi dari stres racun adalah karena peristiwa negatif tersebut:

- Berlangsung lama atau selalu berulang
- Anak tidak mendapat perlindungan atau dukungan





Apa saja yang bisa menyebabkan stres racun pada anak?

- Orang tua/pengasuh yang selalu mengabaikan atau tidak peduli pada anak
- Orang tua/pengasuh tidak memberikan respons ketika anak mengajak bicara atau mengajak bermain
- Orang tua/pengasuh memberikan tanggapan keliru kepada anak
- Hukuman fisik
- Kata-kata kasar orang tua/pengasuh
- Pelecehan
- Kematian orang terkasih
- Perpisahan atau perceraian orang tua
- Kekerasan dalam keluarga
- Kemiskinan yang sangat parah





Apa dampak stres?

Merusak perkembangan sambungan saraf dan susunan otak anak, yang selanjutnya akan mengganggu kemampuan belajar anak yang membutuhkan keterampilan berpikir tingkat tinggi





Melatih “Sang Direktur Utama”

Tahukah anda, bahwa di dalam otak kita ada semacam koordinator yang mengatur kerja otak?

Seperti layaknya direktur utama sebuah perusahaan dalam menjalankan fungsi eksekutifnya, yaitu menetapkan, merencanakan dan menyelesaikan sesuatu sesuai tujuan perusahaan. Bagaimana, dengan fungsi eksekutif otak?

Apa yang dimaksud dengan fungsi eksekutif anak?

Merupakan sekumpulan keterampilan kognitif yang memungkinkan anak untuk berpikir kritis, membuat rencana, fokus, mengingat perintah, dan mengerjakan beberapa hal sekaligus. Jadi, keterampilan ini ada karena faktor latihan atau dipelajari bukan karena bawaan lahir.

Apakah semua anak mempunyai fungsi eksekutif otak yang sama baiknya?

Tidak, karena dipengaruhi oleh kondisi anak ketika lahir, gizi dan stimulasi yang diberikan oleh orang tua.

Apa yang tercakup dalam fungsi eksekutif otak?

1. Memori kerja atau kemampuan mengingat dalam periode waktu pendek untuk mengerjakan sesuatu. Anak yang memiliki memori kerja yang baik akan:

- Mampu mengingat satu informasi dan menggunakannya untuk menyelesaikan tugas. Misalnya mengikuti instruksi sederhana dari orang tuanya untuk melepas sepatu lalu berganti pakaian sepulang dari bepergian. Dua tugas itu bisa ia kerjakan dengan baik tanpa terus-

menerus diingatkan.

- Mampu mengingat dan mengelola informasi-informasi penting untuk menjalankan aktivitas. Misalnya ia bisa mengetahui dan menjalankan aturan bermain monopoli.

2. Pengendalian Diri

Anak yang memiliki pengendalian diri yang baik mampu:

- Berpikir sebelum bertindak.
- Mengabaikan godaan dan gangguan tertentu saat menyelesaikan tugas.
- Mengelola waktu dengan baik dengan memulai dan



menyelesaikan aktivitasnya.

Misalnya, ia bisa menjalani rutinitas paginya dengan lancar dan penuh konsentrasi.

3. Kemampuan berfikir fleksibel

Anak yang bisa berfikir fleksibel mampu:

- Memikirkan sesuatu lebih dari satu cara.
- Bisa beradaptasi terutama jika keadaan tidak berjalan sesuai rencana.
- Bisa melihat dari sudut pandang yang lain.

Aktivitas apa saja yang meningkatkan keterampilan fungsi eksekutif otak?

Untuk usia 6 hingga 12 bulan

- Bermain cilukba untuk melatih ingatannya pada sebuah objek, bahkan ketika benda atau orang tersebut tidak kelihatan.
 - Mengajak anak bicara untuk membantu membangun atensi dan kemampuannya untuk fokus.
 - Menyediakan mainan yang cocok untuk usianya. Bisa memakai benda-benda yang ada di sekitar rumah, misalnya sendok atau mangkuk plastik, selimut, dll.
- 
- Bermain "tiru aku" misalnya meminta si kecil meniru Anda bertepuk tangan, mengangguk, dll. Hal ini melatih kemampuannya untuk mengingat dan mengajarnya bagaimana meniru Anda.

Untuk usia 1 hingga 2 tahun

- Bermain "tunjuk dan sebut". Misalnya tunjuk meja, lalu sebutkan "Itu meja". Cara ini melatih si kecil untuk memusatkan perhatian dan belajar relasi antara kata dan benda tertentu.
- Memberikan perintah sederhana untuk meningkatkan kemampuannya mendengarkan, mengingat instruksi, dan memulai tugas baru.
- Menggambar memakai jari dengan aneka warna. Aktivitas ini bisa meningkatkan kemampuan berpikir kreatif.



- Menyendok biji-bijian kering dari satu toples lalu dipindahkan ke toples kosong lainnya. Aktivitas ini membantu anak belajar berkonsentrasi pada satu tugas tertentu.

Untuk usia 2 hingga 3 tahun

- Bernyanyi sambil bermain yang ada instruksinya. Misalnya bernyanyi "Sedang Apa". Aktivitas ini melatih anak bergantian dan mengingat kata-kata lalu melengkapinya.
- Bermain di tempat baru. Misalnya bermain di pantai, di taman, di kebun belakang, dsb. Cara ini melatih anak untuk beradaptasi dengan tempat dan pengalaman baru.
- Membereskan mainan setelah bermain.

- Hal ini melatih kemampuannya mengorganisir barang.
- Bermain "Ikuti Aku". Caranya ucapkan perintah sederhana untuk diulangi lalu dilakukan. Misalnya: Katakan, "Ambil bola". Lalu si kecil menirukan perintah itu dan melakukannya. Cara ini membantu anak mengembangkan kemampuannya untuk mendengarkan dengan baik, mengikuti perintah, dan belajar untuk menunggu giliran.



Untuk usia 4 hingga 5 tahun

- o Ajak anak bermain peran untuk melatihnya membuat keputusan.
- o Sediakan waktu untuk mengerjakan prakarya sederhana untuk membangun kemampuan berpikir kreatif.
- o Bacakan atau buat cerita yang menggambarkan urutan dan detail peristiwa
- o Ketika anak mengerjakan *puzzle* atau bermain, ajukan pertanyaan untuk membantunya berpikir dan menentukan langkah-langkah.

- o Bermain lego, blok kayu, tanah liat, atau plastisin untuk mengembangkan kemampuannya membuat perencanaan dan menyelesaikan tugas dengan langkah-langkah kompleks.



Untuk usia 5 tahun ke atas

- Bermain mencocokkan dan memilah benda.
- Melakukan permainan yang meminta anak untuk mengikuti instruksi. Misalnya bermain ular tangga.
- Melakukan aktivitas fisik yang terstruktur, misalnya bermain sepak bola untuk melatihnya supaya fokus.
- Memberi kesempatan padanya untuk membuat keputusan. Misalnya, minta dia memutuskan mau bermain apa dan menentukan bagaimana aturannya.



Apa ciri anak yang bermasalah dengan kemampuan fungsi eksekutif otak?

- Sulit mengatur waktu
- Sulit memulai mengerjakan tugas sendiri (harus selalu disuruh)
- Tidak teratur
- Sulit menggunakan dan menerapkan informasi berdasarkan ingatannya
- Mudah lupa pada aturan atau kesepakatan
- Sulit merencanakan dan menyelesaikan proyek
- Harus mengikuti jadwal rutinitas yang ketat
- Tidak menyukai perubahan



- Selalu tampak impulsif
- Kurang bisa mengendalikan emosi
- Kesulitan ketika berhadapan dengan aktivitas yang menuntut kreativitas



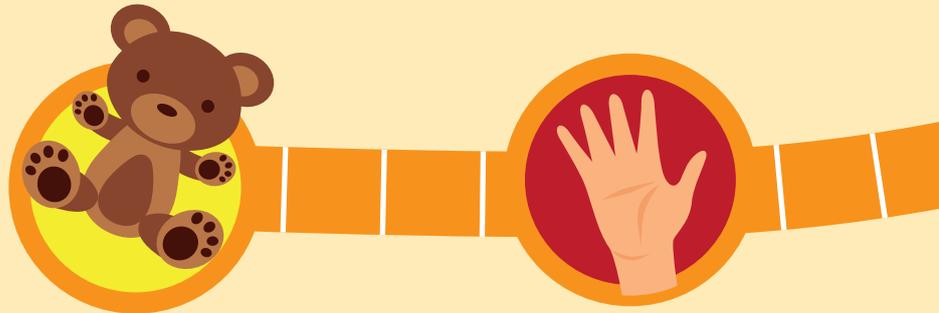
Nikmati Perjalanan Bersama Anak

Selain aktivitas yang mendukung fungsi eksekutif otak, aktivitas apa saja yang bisa orang tua lakukan bersama anak?

Untuk Usia 1 tahun

Kalau Anda orang tua bekerja dan si kecil harus diasuh orang lain, beri waktu kepada anak Anda untuk mengenal pengasuhnya yang baru. Berikan mainan, boneka, atau selimut kesayangannya untuk membantu menenangkannya.

Untuk menanggapi perilaku yang tidak Anda sukai, katakan "tidak" dengan tegas. Jangan berteriak, atau memukul. Jangan memberi penjelasan panjang. Beri waktu jeda 30 detik-1 menit untuk membantu mengarahkannya kembali.



Beri pelukan, ciuman, dan pujian yang banyak ketika ia berperilaku baik. Luangkan waktu yang cukup lama untuk mendorong perilaku yang diinginkan. Sebaiknya tidak menghukumnya ketika melakukan perilaku yang tidak diinginkan.

Beri penjelasan mengenai apa yang Anda lakukan. Misalnya, "Ibu mencuci tanganmu dengan sabun."



Bacakan cerita untuk dia setiap hari. Minta dia membuka halaman. Bergantian menceritakan gambar dengan anak Anda.



Jelaskan apa yang dikatakan atau yang berusaha ia katakan atau ia tunjuk. Kalau ia menunjuk gambar bola dan berkata "b" atau "bola", katakan, "Iya, ini bola berwarna biru."



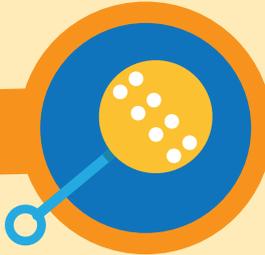
Beri krayon dan kertas dan biarkan ia menggambar bebas. Ajari bagaimana membuat garis naik, turun, dan melintang. Puji anak Anda ketika ia berusaha meniru.



Ajak anak bermain balok, memasukkan permainan bidang sesuai bentuknya, atau mainan lain yang mendorong anak menggunakan tangan.



Ajak anak menyanyikan lagu dengan gerakan. Misalnya, lagu "Burung Kakaktua", "Balonku Ada Lima", dll. Ajari gerakan-gerakannya dan biarkan dia meniru.

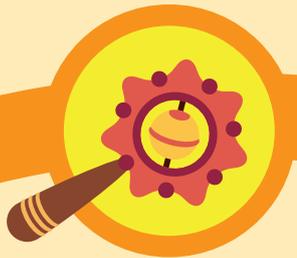


Sembunyikan mainan kecil-kecil dan benda lain dan minta dia mencarinya.



Ajak anak Anda menyebutkan bagian-bagian tubuh atau benda yang dilihat ketika naik mobil.

Beri mainan yang bisa ia dorong-dorong. Misalnya mobil-mobilan.



Beri benda-benda yang bisa ia pukul dengan aman dan menimbulkan suara. Misalnya mainan icik-icik atau drum, bekas kaleng biskuit. Biarkan dia menciptakan suara.



Sediakan taman yang aman dan luas untuk ia eksplorasi. Buat batas dengan pagar yang aman dan kunci pintu ke arah luar.



Untuk Usia 18 Bulan

Berikan lingkungan yang aman dan nyaman secara konsisten dan berkesinambungan

Tekankan pada perilaku baik yang harus dilakukan anak ketika anak menampilkan perilaku yang tidak diinginkan



Kenalkan anak pada emosi-emosi yang dirasakannya, misalnya, “Kamu senang ya membaca buku ini bersama ayah?”



Ajak anak untuk bermain peran bersama



Ajak anak untuk berempati dengan menunjukkan kepedulian kepada orang lain dan lingkungan sekitar (alam, binatang, tanaman)

Bercerita menggunakan kata-kata yang mudah dimengerti anak





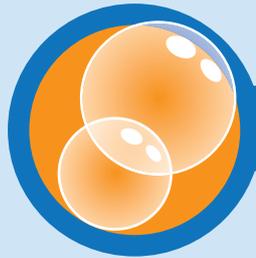
Tiru kata-kata
anak Anda



Gunakan kata yang
menggambarkan
perasaan serta emosi



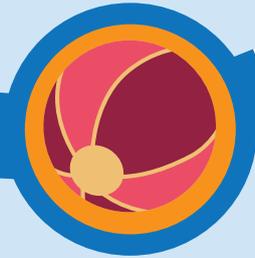
Gunakan
kata sederhana
dan jelas



Tiup busa dari cairan
sabun dan biarkan
anak Anda memecah-
kan busa-busa itu



Dorong dia untuk minum
dari cangkirnya dan
menggunakan sendok
walau berantakan



Berikan bola untuk
ia tendang, guling,
dan lempar

Ajukan pertanyaan sederhana



Sembunyikan benda-benda di bawah selimut dan bantal, lalu dorong dia untuk mencarinya



Bermain dengan menggunakan balok, bola, *puzzle*, buku, dan mainan yang mengajarkan sebab akibat serta penyelesaian masalah



Sediakan tempat yang aman bagi anak Anda untuk berjalan dan berkeliling, berikan mainan yang bisa ia dorong atau tarik dengan aman



Berikan mainan yang mendorongnya untuk bermain peran; misalnya boneka, bermain telepon-teleponan



Beri nama gambar pada buku dan bagian tubuh

Untuk Usia 2 Tahun

Sembunyikan mainan anak Anda di dalam ruangan dan minta dia mencarinya



Bantu anak Anda menyelesaikan *puzzle* sesuai bentuk, warna, atau bentuk binatang



Tendang bola maju dan mundur dengan anak Anda. Kalau dia bisa menendang dengan baik, dorong dia untuk berlari dan menendang



Beri nama setiap kepingnya
kalau anak Anda bisa
meletakkannya dengan
benar sesuai tempatnya

Dorong anak Anda untuk
bermain dengan balok.
Bergantian membuat menara
dan merobohkannya

Lakukan proyek seni
dengan anak Anda
menggunakan
krayon, cat air, dan
kertas. Jelaskan apa
yang digambar oleh
anak Anda dan
pasang di tembok
atau di pintu kulkas



Setelah anak Anda
bisa berjalan dengan baik,
minta dia membawakan
benda-benda kecil untuk
Anda



Minta anak Anda untuk
membantu membukakan
pintu dan laci, serta
membuka halaman buku
atau majalah



Ajak anak Anda ke taman untuk berlari, menaiki fasilitas bermain, atau berjalan di jalan yang alami. Dampingi dia terus



Mengajak anak Anda untuk membantu melakukan pekerjaan rumah, seperti menyapu dan memasak untuk makan malam. Puji dia karena bisa membantu dengan baik



Pada umur 2 tahun, anak masih bermain di samping (bukan bersama) anak yang lain, dan belum bisa berbagi. Sediakan mainan yang banyak untuk bermain bersama. Dampingi ketika mereka bermain dan leri kalau mereka mulai bertengkar



Ajari anak Anda untuk mengidentifikasi dan menyebutkan bagian-bagian tubuh, binatang, dan hal-hal umum lainnya

Beri perhatian dan pujian ketika dia mengikuti instruksi. Batasi perhatian jika ia menunjukkan perilaku membangkang. Lebih baik sering memujinya saat berperilaku bagus daripada menghukum saat ia berperilaku buruk.



Dorong anak Anda untuk mengucapkan kata, alih-alih menunjuk. Jika anak Anda tidak bisa mengucapkan satu kata utuh, misalnya kata "susu", ucapkan suku kata pertama "su" untuk membantu. Seiring berjalannya waktu, Anda bisa mendorongnya mengucapkan satu kalimat utuh--"Aku mau susu."



Jangan membetulkan anak Anda ketika dia menyebutkan kata yang keliru. Sebaiknya, Anda saja yang mengatakannya dengan benar. Misalnya, "Ini bola."

Untuk Usia 3 Tahun

Pergi ke taman bermain dengan anak Anda atau ke tempat lain yang ada anak-anak lain, lalu dorong dia untuk berteman dengan anak lain



Bekerja sama dengan anak Anda untuk menyelesaikan masalah ketika dia kesal

Mengajaknya bicara tentang emosi. Misalnya, katakan, "Ibu tahu kamu marah saat kamu membuang mainanmu." Dorong anak Anda untuk mengenali perasaan lewat buku yang dibaca.



Tetapkan aturan dan batasan bagi anak Anda, dan patuhi. Jika anak Anda melanggar aturan, setrap dia selama 30 detik sampai 1 menit di kursinya atau minta dia masuk kamarnya. Puji anak Anda kalau dia mau mengikuti aturan.

Beri anak Anda instruksi 2 atau 3 langkah. Misalnya, "Ayo masuk kamar dan jangan lupa lepas sepatu serta jaketmu."

Lakukan permainan tebak nama. Minta anak Anda menemukan benda di buku atau di sekitar rumah yang sama.



Beri anak Anda "kotak aktivitas" yang berisi kertas, krayon, dan buku mewarnai. Warnai gambar, menggambar garis, dan aneka bentuk dengan anak Anda.

Lakukan permainan berhitung. Hitung bagian-bagian tubuh, anak tangga, dan benda-benda lain yang Anda gunakan atau lihat setiap hari.

Pegang tangan anak Anda sambil naik turun tangga. Ketika dia bisa naik turun dengan mudah, dorong dia untuk berpegangan pada pegangan tangga.



Bacakan cerita untuk anak Anda setiap hari. Minta anak Anda untuk menunjuk hal-hal di gambar dan mengulangi kata-kata yang Anda baca.

Bermainlah di luar dengan anak Anda. Pergilah ke taman atau jalan-jalan lintas alam. Biarkan anak Anda bermain dengan bebas tanpa aktivitas yang terstruktur.

Untuk Usia 4 Tahun

Bermain peran dengan anak Anda. Biarkan dia yang memimpin dan tiru apa yang dia lakukan



Bermain peran dengan anak Anda. Biarkan dia yang memimpin dan tiru apa yang dia lakukan



Dorong anak Anda untuk mengucapkan kata-kata, berbagi mainan, dan gantian bermain





Minta dia bermain peran untuk acara yang akan datang, yang membuatnya gugup, misalnya ketika ia akan masuk sekolah untuk pertama kalinya atau ketika ia hendak menginap di rumah kakek nenek



Beri pilihan sederhana pada anak Anda. Minta dia memilih apa yang mau dia pakai, mainkan, makan. Batasi pilihan 2 sampai 3 saja



Selama bermain peran, biarkan anak Anda menyelesaikan masalahnya dengan teman-temannya, tetapi tetap berada di dekatnya untuk membantu kalau dibutuhkan



Beri anak Anda mainan untuk membangun imajinasinya, seperti baju boneka, mainan masak-masakan, dan balok

Gunakan tata bahasa yang baik saat berbicara dengan anak Anda. Gunakan kata seperti "pertama", "kedua", dan "akhirnya" ketika membicarakan aktivitas sehari-hari. Hal ini akan membantunya belajar tentang urutan kejadian



Luangkan waktu untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan "mengapa"-nya. Kalau Anda tidak tahu jawabannya, katakan saja, "Tidak tahu" atau bantu dia untuk menemukan jawaban di buku, internet, atau dari orang lain

Ketika Anda membaca dengan anak Anda, minta dia untuk menceritakan kembali cerita tersebut



Setel lagu favorit anak Anda dan menarilah dengan dia. Secara bergantian, tiru gerakan masing-masing



Sebutkan warna, gambar, dan benda-benda di rumah. Hitung benda-benda yang biasa dijumpai, seperti jumlah jajanan, kerupuk, anak tangga, atau mobil-mobilan



Ajari anak Anda untuk bermain di luar, seperti bermain ular naga panjangnya, bermain petak umpet, lompat tali, dll.

Untuk Usia 5 Tahun

Bermain peran, pergi ke taman, atau taman bermain. Beri anak Anda kebebasan untuk memilih aktivitas untuk bermain dengan teman-temannya, dan biarkan dia menyelesaikan masalahnya sendiri

Mungkin anak Anda mulai membantah atau menggunakan kata-kata yang kurang sopan (umpatan) sebagai bentuk kemandiriannya. Jangan terlalu memperhatikan pada ucapannya ini, sebaliknya beri pujian kalau dia berbicara dengan manis dan beri jawaban "tidak" dengan tenang





Ini saat yang tepat untuk mendiskusikan bagian mana orang boleh menyentuhnya. Tak boleh ada yang menyentuh bagian tubuhnya yang pribadi, kecuali dokter atau tenaga medis saat ia diperiksa, atau orang tua ketika sedang membantunya membersihkan tubuh



Ajari anak Anda tentang alamat dan nomor telepon rumah yang bisa dihubungi



Dorong anak Anda untuk membaca dengan melihat gambar dan menceritakan kisah



Ketika membaca bersama, minta dia untuk menebak apa yang akan terjadi selanjutnya

Ajari anak Anda tentang konsep waktu seperti pagi, siang, malam, besok, kemarin. Mulai ajari dia tentang hari-hari dalam seminggu

Eksplorasi minat anak Anda dalam komunitas. Misalnya, kalau anak Anda suka binatang, pergilah ke kebun binatang. Pergilah ke perpustakaan atau buka internet untuk belajar tentang topik ini

Sediakan kotak berisi krayon, kertas, cat, gunting, lem. Dorong anak Anda untuk menggambar dan membuat proyek seni dengan aneka bahan



Bermainlah dengan mainan yang mendorong anak Anda bisa meletakkan barang-barang bersama



Ajari anak Anda bagaimana caranya bermain ayunan dengan menyentak kaki dan mendorong kaki ke depan



Bantu anak Anda untuk memanjat fasilitas bermain yang khusus untuk memanjat



Berjalan-jalan dengan anak Anda. Lakukan permainan berburu "harta karun" dengan anak Anda di seputar rumah atau taman. Ajari dia naik sepeda roda dua menggunakan sepeda yang memiliki roda bantu di belakang (sepeda roda empat) dan memakai helm



Catatan:

A series of ten horizontal dotted lines for writing notes.

Narahubung:

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Direktorat Jenderal PAUD, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini

Komplek Kemendikbud
Jalan Jenderal Sudirman, Gedung E Lt. 7 Senayan Jakarta 10270
Surel: paud@kemdikbud.go.id
Telp: (021) 572-5495





Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini
2020

ISBN 978-602-6964-65-6 (PDF)

