



MENJADI ORANG TUA HEBAT

Untuk Keluarga dengan Anak
Usia Sekolah Dasar

MENJADI ORANG TUA HEBAT

**Untuk Keluarga
dengan Anak Usia Sekolah Dasar**



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Jakarta
2016

Judul:
Menjadi Orang Tua Hebat Untuk Keluarga dengan Anak Usia Sekolah Dasar
Cetakan Pertama 2016

MILIK NEGARA TIDAK DIPERDAGANGKAN

Disklaimer: 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, dan diserahkan pada hari pertama masuk sekolah di tahun ajaran baru. Buku ini merupakan “dokumen hidup” yang senantiasa diperbaiki, diperbaharui, dan di mutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.

ISBN : 978-602-427-231-9

Kontributor Naskah : Sukiman, Nanik Suwaryani, Anik Budi Utami, Puspa Safitrie, Aria Ahmad Mangunwibawa,
Adi Sutrisno, Sugiyanto

Penelaah : Anne Gracia, Retno Wibowo, Nana Maznah, Nurbaeti Rachman, Ranti Widiyanti, Farida Kadarusno, Helda,
Tita Srihayati, Nirtafitri T., Yuke Indrati, Endang Sri, Rosalina W. Sri, Badarusalam, Rosilawati, Emilia S.

Infografis dan ilustrator : Tomi Krisnawan, Donny Nurcahyo, Amira Rahmitya Murti

Diterbitkan oleh



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Jalan Jenderal Sudirman, Gedung C lt. 13 Senayan Jakarta 10270
Telepon: 021-5703336

Hak Cipta © 2016 pada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Dilindungi Undang-Undang

Sambutan

MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA

Ayah Bunda para pendidik sepanjang hayat yang saya muliakan,

Keluarga adalah tempat lahirnya benih generasi berkarakter dan sekolah adalah tempat tumbuh kembangnya generasi tersebut. Mengingat peran Ayah Bunda sebagai pendidik terpenting dalam masa tumbuh kembang anak, kami selaku pemerintah menyadari bahwa orang tua adalah mitra sejati bagi pendidik. Sebagai orang tua, kita tidak cukup hanya berdiri di luar pagar sekolah mengamati proses pendidikan anak-anak kita dari jauh. Tentu perlu kerja keras dari dua sisi.

Oleh karena itu, sejak tahun 2015, Kemendikbud berupaya membantu Ayah Bunda dengan khusus mendirikan Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga. Direktorat ini bertujuan mendukung kolaborasi yang aktif dan positif antara orang tua dan sekolah untuk menyukseskan dan menyelaraskan program pendidikan yang dikembangkan sekolah, termasuk pendidikan budi pekerti anak-anak kita. Apa yang Kemendikbud lakukan adalah bagian dari komitmen negara untuk hadir mengawal peradaban melalui pendidikan keluarga untuk mempersiapkan generasi penerus yang berkarakter, cerdas, dan kreatif.

Ayah Bunda para sahabat Ananda yang saya hormati,

Berbagai hal baru yang anak-anak kita pelajari pada jenjang Sekolah Dasar ini membuat mereka memiliki rasa ingin tahu yang begitu besar. Mencoba memberikan penjelasan sederhana atas pertanyaan-pertanyaan yang mereka ajukan merupakan hal yang sangat bijak untuk dilakukan. Pendampingan berupa komunikasi dan diskusi hangat antara Ayah Bunda dengan anak-anak merupakan cara-cara yang positif untuk mengasah kemampuan berpikir mereka. Menemukanali minat dan bakat anak sejak dini juga merupakan kesempatan yang Ayah Bunda miliki pada masa ini. Dengan begitu Ayah Bunda dapat

memberikan dukungan yang sesuai dengan kesenangan ananda. Hal ini menjadi modal besar untuk anak-anak kita berkembang di bidang-bidang yang mereka gemari dengan sangat cemerlang di kemudian hari. Masa Sekolah Dasar juga merupakan masa yang krusial untuk melakukan pembiasaan dan pembudayaan budi pekerti agar menciptakan perilaku positif anak yang menetap.

Akhir kata, semoga buku ini dapat menjadi salah satu pemantik inspirasi bagi Ayah Bunda dalam mengantarkan sang buah hati menjadi dirinya yang terbaik, tak padam semangat dalam terus belajar dan berkarya, serta berkontribusi bagi bangsa dan lingkungan sekitarnya.

Selamat membaca dengan hati.

Salam,

Anies Baswedan
Menteri Pendidikan dan Kebudayaan

Daftar Isi

Sambutan
Menteri Pendidikan
dan Kebudayaan

iii

Pentingnya Ayah dan
Bunda Terlibat dalam
Pendidikan Anak

1

Bentuk-bentuk
Keterlibatan Orang Tua
di Sekolah

6

Bentuk-bentuk
Dukungan Orang Tua
di Rumah

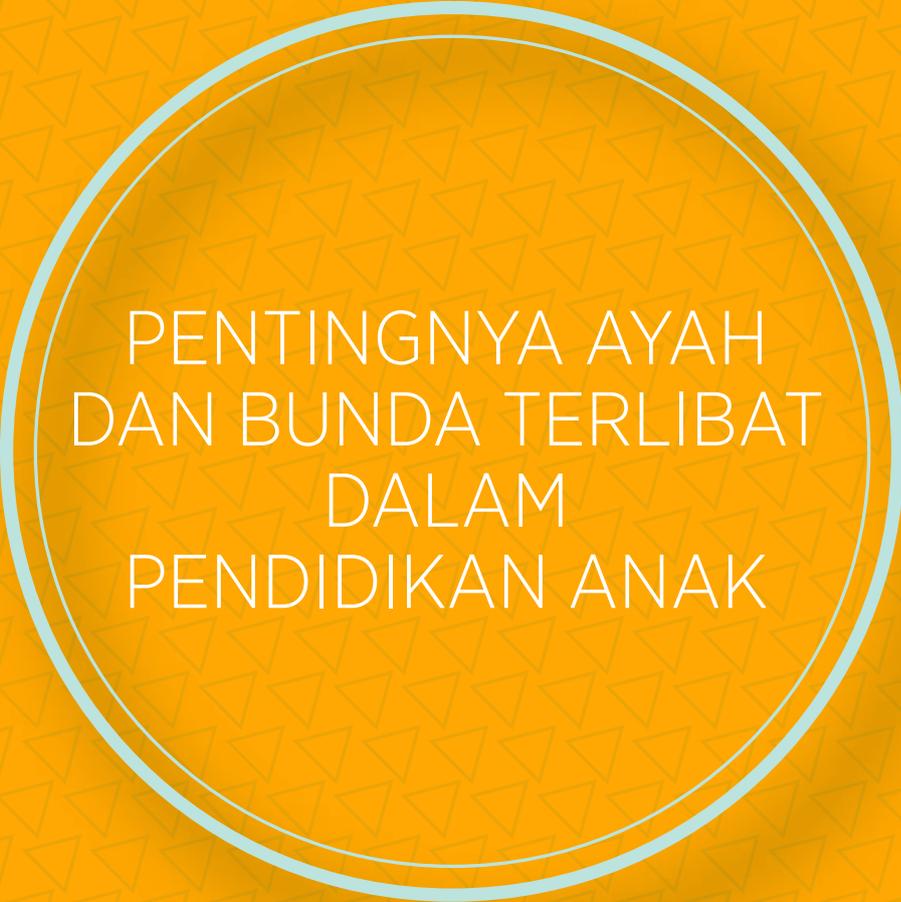
24

Keluarga
dengan Anak
Berkebutuhan Khusus

60

Penutup

68



PENTINGNYA AYAH
DAN BUNDA TERLIBAT
DALAM
PENDIDIKAN ANAK

Ayah dan Bunda yang baik,

Anak-anak kita sudah semakin besar. Rasanya baru kemarin mereka sangat bergantung dengan kita. Sekarang mereka sudah di sekolah dasar. Pada masa di SD mereka akan terlihat semakin cerdas karena banyak sekali yang mereka pelajari dan alami di sekolah.

Selama enam tahun di sekolah ini Ayah dan Bunda akan melihat banyaknya perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikis (kecerdasan emosi dan spiritual) pada anak. Di awal-awal SD masih banyak sifat anak-anak pada mereka, namun di kelas-kelas akhir banyak dari mereka yang mulai memasuki masa pubertas atau awal remaja.

Pendampingan Ayah dan Bunda pada masa-masa itu sangatlah penting. Walaupun para pendidik di sekolah punya peran besar, namun keluarga tetap merupakan yang pertama dan utama dalam membantu anak-anak kita mengembangkan diri dan mewujudkan potensi mereka.

Selain untuk mengasah kecerdasan, peran Ayah dan Bunda yang tidak kalah penting adalah menumbuhkan budi pekerti dalam kehidupan sehari-hari. Caranya adalah melalui metode ACB, yaitu Ajarkan, Contohkan, dan Biasakan.

Manfaat Keterlibatan Orang Tua dalam Pendidikan Anak



Anak



1

Meningkatkan kehadiran anak

Meningkatkan perilaku positif anak

Meningkatkan pencapaian perkembangan anak

Meningkatkan keinginan anak untuk bersekolah

2

Meningkatkan kepercayaan diri anak

3

Meningkatkan kepercayaan diri orang tua

4

5

6

Meningkatkan komunikasi antara orang tua dan anak

7

Meningkatkan harapan orang tua pada anak

9

Meningkatkan kepuasan orang tua terhadap sekolah

8

Mendukung iklim sekolah yang lebih baik

10

Meningkatkan semangat kerja guru

11

12

Mendukung kemajuan sekolah secara keseluruhan



Orang Tua



Guru

Setiap anak memiliki kekhasan masing-masing. Karakteristik umum anak Sekolah Dasar antara lain:

1 Senang bermain terutama mereka yang di kelas-kelas awal

2 Aktif bergerak. Masih belum bisa duduk diam pada waktu yang lama.

8 Senang bekerja dalam kelompok dan mulai tidak bergantung pada kehadiran orang dewasa

7 Mulai memasuki masa pubertas

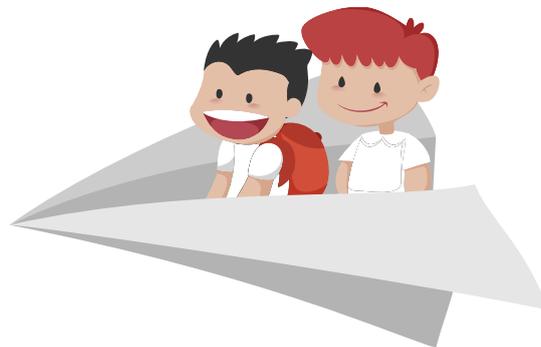


3

Mempunyai
rasa ingin tahu
yang besar

4

Masih lebih
mudah
memahami
hal-hal yang
bersifat konkret



6

Mulai mencari
sendiri hal-hal
yang mereka ingin
ketahui

5

Mulai berpikir
logis dan bisa
memecahkan
masalah
sederhana





BENTUK-BENTUK
KETERLIBATAN
ORANG TUA
DI SEKOLAH

**Ayah dan Bunda,
mengapa kita perlu
terlibat dalam kegiatan
di sekolah anak kita?**



Agar Ayah dan Bunda lebih memahami program sekolah.

Agar Ayah dan Bunda dapat menyelaraskan kegiatan anak di rumah.

Agar Ayah dan Bunda dapat memberikan masukan untuk kemajuan sekolah.

Agar Ayah dan Bunda dapat mengikuti kemajuan belajar anak dan memberikan dukungan untuk kemajuan anak

Agar Ayah dan Bunda bisa membantu mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi sekolah.

Kesamaan hak,
kesejajaran, dan
saling menghargai



Semangat
gotong-
royong dan
kebersamaan

PRINSIP KEMITRAAN KELUARGA DENGAN SEKOLAH



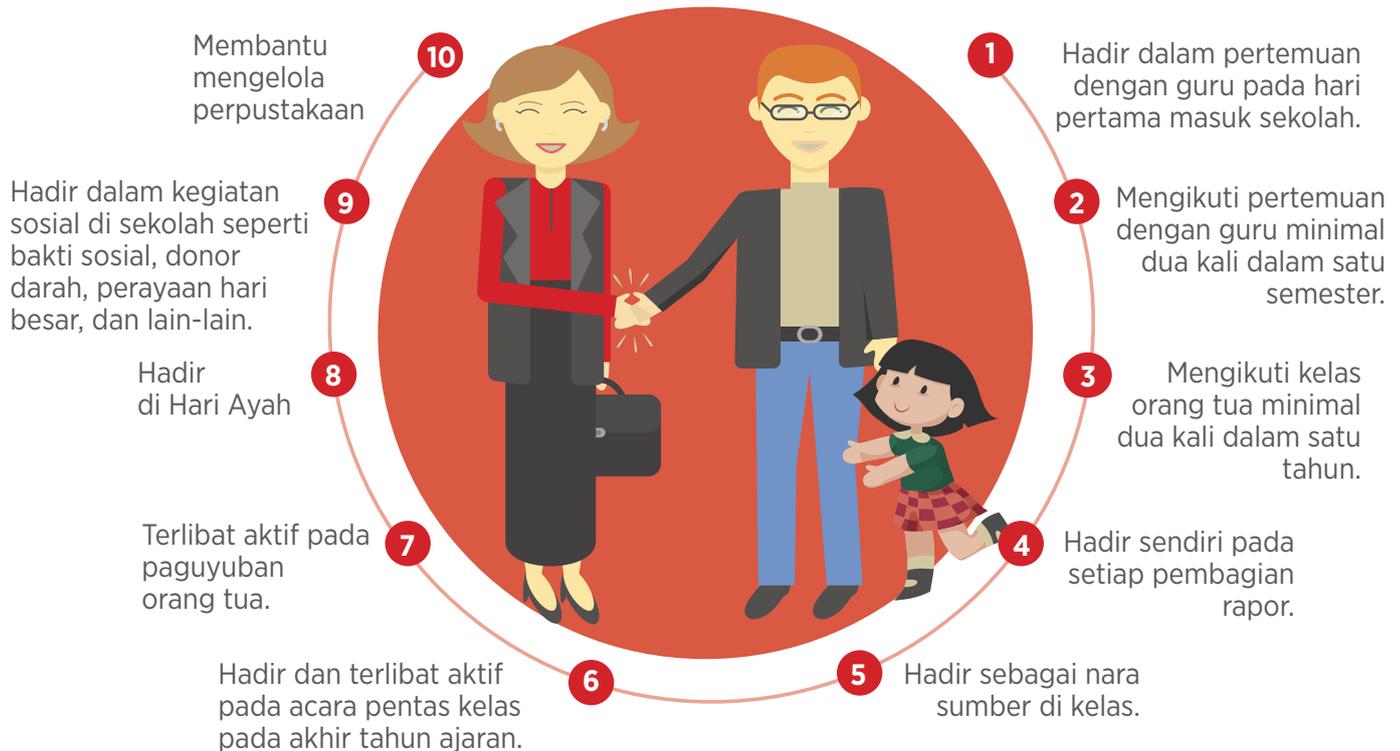
Saling asah,
saling asih, dan
saling asuh



Saling
melengkapi dan
memperkuat



Apa bentuk keterlibatan Ayah dan Bunda di sekolah anak?



Mengapa Ayah dan Bunda perlu hadir dalam pertemuan orang tua dengan wali kelas pada hari pertama masuk sekolah?

Ayah dan Bunda turut menentukan jadwal pertemuan dengan wali kelas dan jadwal kelas orang tua.

Ayah dan Bunda dapat menginformasikan riwayat anak kita

Ayah dan Bunda dapat bertukar nomor telpon/ HP dengan kepala sekolah, ketua komite sekolah, dan sesama orang tua.

Ayah dan Bunda dapat turut menyepakati tata cara komunikasi dengan pihak sekolah, seperti pada saat anak kita absen.

Ayah dan Bunda dapat menyampaikan harapan dan usulan kepada pihak sekolah.

Ayah dan Bunda mengetahui program sekolah selama 1 tahun.

Ayah dan Bunda dapat memilih orang yang tepat untuk diangkat menjadi pengurus paguyuban orang tua sekelas anak kita.

Ayah dan Bunda mengenal secara pribadi guru yang akan menjadi pendamping anak di sekolah selama 1 tahun.



Alasan perlunya Ayah dan Bunda mengikuti pertemuan orang tua dengan wali kelas minimal dua kali dalam satu semester

1

Agar Ayah dan Bunda mengetahui perkembangan program sekolah.

2

Agar Ayah dan Bunda mengetahui kemajuan pendidikan anak.



4

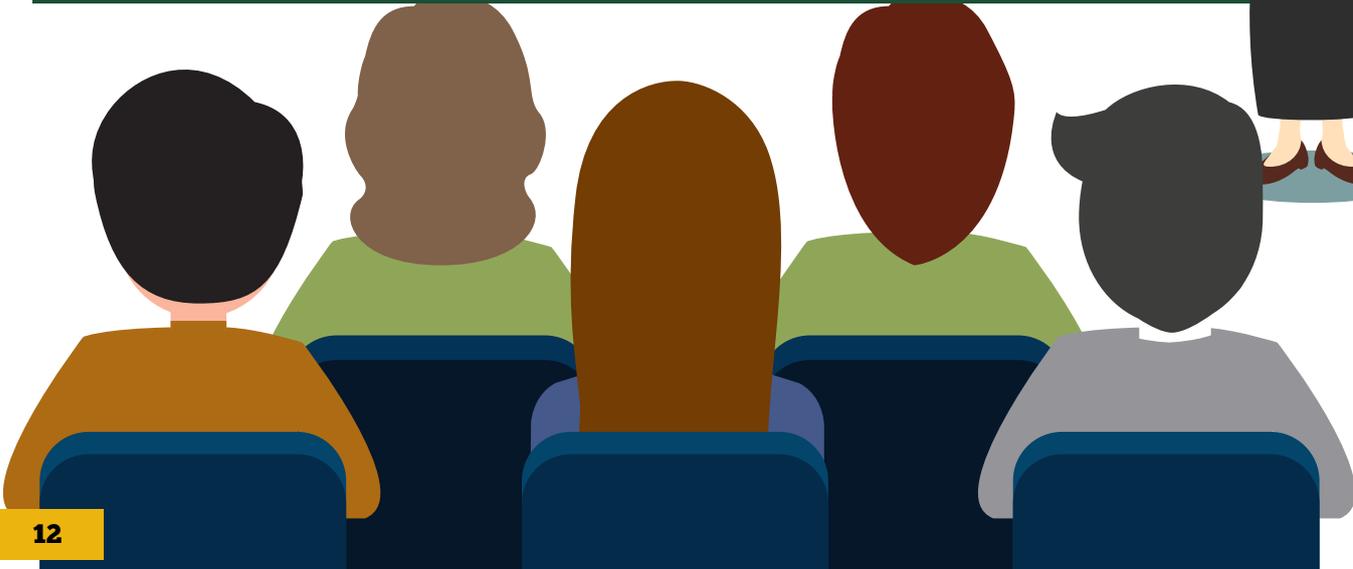
Agar Ayah dan Bunda dapat memberi saran dan masukan untuk kemajuan sekolah.

3

Agar Ayah dan Bunda dapat berkonsultasi dan berbagi pengalaman dalam mendukung pengembangan potensi anak di rumah.

Alasan perlunya Ayah dan Bunda mengikuti kelas orang tua

1. Agar Ayah dan Bunda dapat berbagi pengetahuan dan pengalaman dalam mendampingi anak kita dengan sesama orang tua.
2. Agar Ayah dan Bunda dapat menambah pengetahuan dan keterampilan dalam mendampingi anak kita.
3. Agar Ayah dan Bunda dapat mengusulkan tema yang akan dibahas dalam kelas orang tua.



Mengapa Ayah dan Bunda perlu menghubungi guru ketika anak kita tidak masuk sekolah?

Izin saat anak berhalangan masuk sekolah merupakan aturan baku semua sekolah. Tujuan perlunya izin antara lain:

1. Mereka adalah orang-orang penting di sekolah yang mempunyai banyak informasi tentang sekolah.
2. Untuk yang berkaitan dengan anak, komunikasi paling sering bisa dilakukan dengan wali kelas anak kita.
3. Komunikasi dengan wali/guru kelas bisa berkaitan dengan izin saat anak berhalangan hadir, kegiatan ekstra kurikuler yang diikuti di luar sekolah, dll.

Biasanya, izin tersebut dilakukan dengan mengirim surat permohonan izin atau pemberitahuan dari orang tua/wali. Untuk memudahkan komunikasi, permohonan izin dapat memanfaatkan teknologi komunikasi, misalnya melalui telpon atau bahkan cukup SMS.



Mengapa Ayah dan Bunda perlu memiliki nomor HP kepala sekolah, guru kelas, dan ketua komite?

Kepala sekolah, wali kelas, dan ketua komite adalah orang-orang penting di sekolah yang sewaktu-waktu dapat dihubungi jika diperlukan.

Di antara ketiganya, guru kelaslah yang paling sering berhubungan dengan orang tua. Menjalin komunikasi dengan guru kelas penting untuk mendukung perkembangan anak kita.

Komunikasi dilakukan bukan hanya untuk keperluan izin saat anak berhalangan bersekolah, tetapi untuk keperluan lain yang terkait dengan perkembangan anak kita.



Alasan perlunya Ayah dan Bunda hadir sebagai nara sumber atau membantu di kelas anak:

1 Kehadiran Ayah dan Bunda di kelas adalah hal yang membanggakan bagi anak.



2 Jika Ayah dan Bunda menyampaikan tentang profesi yang dimiliki, maka sejak dini anak punya gambaran tentang beragam profesi.

3 Kehadiran Ayah dan Bunda di kelas bisa juga untuk membantu guru mendampingi anak yang memerlukan kebutuhan khusus.

Alasan perlunya Ayah dan Bunda terlibat aktif dan hadir pada acara pentas kelas pada akhir tahun ajaran

1. Pentas kelas pada akhir tahun yang menampilkan semua anak di setiap kelas adalah ajang aktualisasi dan ekspresi anak yang perlu diapresiasi.
2. Acara ini merupakan projek bersama antara paguyuban orang tua dengan guru.
3. Acara ini juga menjadi ajang untuk merayakan kebersamaan mereka selama satu tahun.
4. Anak bisa diberi penghargaan dengan berbagai macam kategori.
5. Para orang tua yang dinilai memiliki peran menonjol dalam kegiatan bersama juga perlu memperoleh penghargaan.



Alasan perlunya Ayah dan Bunda terlibat aktif pada paguyuban orang tua kelas anak kita

- 1** Agar anak kita akan merasa bangga atas keaktifan Ayah dan Bundanya.
- 2** Paguyuban orang tua merupakan wadah untuk membantu sekolah dalam memajukan pendidikan anak.



- 3** Paguyuban orang tua juga dapat berpartisipasi dalam upaya meningkatkan mutu Sekolah Dasar, seperti melalui program:
 - jajan sehat
 - halaman yang hijau
 - toilet yang bersih
 - kantin kejujuran, kantin sehat
 - UKS

Mengapa penting untuk menghadiri hari ayah?

1

Hari Ayah sangat penting untuk mengingatkan para ayah bahwa kehadiran mereka sangat diperlukan buah hati kita.

2

Hari Ayah juga mengingatkan para ayah bahwa mendidik anak usia SD bisa sangat mengasyikkan.

3

Kegiatan yang dilakukan pada Hari Ayah bisa merupakan kegiatan yang disepakati oleh para ayah, guru, dan mungkin juga anak.



5

Kehadiran Ayah merupakan hal yang membanggakan untuk anak kita

4

Pada anak-anak yang ayahnya tidak memungkinkan hadir (misalnya karena meninggal atau bekerja di luar kota), ayah bisa diganti oleh kakek, paman, atau laki-laki lain yang selama ini dianggap menjadi panutan anak. Jika mereka tidak ada, guru bisa minta bantuan ayah yang hadir untuk juga berperan sebagai ayah bagi anak lain.

Alasan perlunya Ayah dan Bunda hadir sendiri pada setiap pembagian rapor

1. Agar Ayah dan Bunda dapat berkonsultasi tentang perkembangan anak kita.
2. Sebagai bentuk penghargaan dan ucapan terima kasih kepada pihak sekolah.
3. Anak kita merasa memperoleh perhatian dan dukungan penuh dari Ayah dan Bunda yang dapat menjadi sumber motivasi untuk senang bersekolah.
4. Memperoleh umpan balik secara langsung tentang pendidikan anak kita di sekolah.



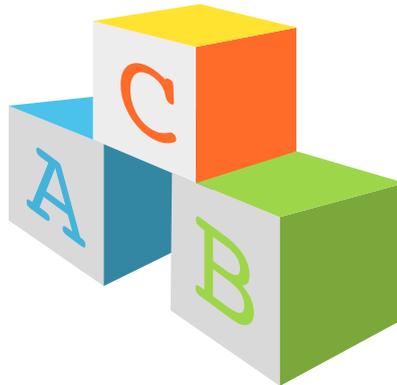
**Membantu
membuat
alat
peraga**



1 Daripada hanya menunggu anak di luar sekolah, Ayah dan Bunda bisa membantu ibu bapak guru membuat alat peraga.



2 Dengan membantu bapak ibu guru, komunikasi dengan mereka akan terjalin bagus.



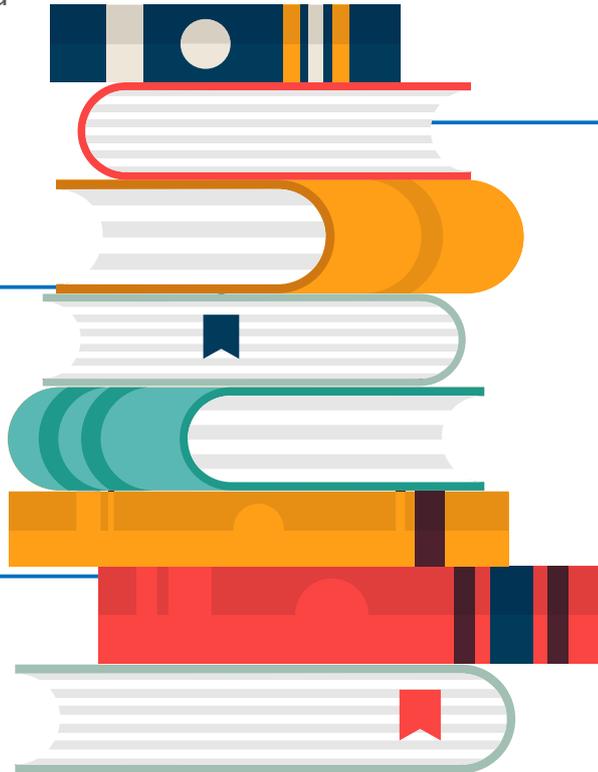
3 Keterampilan ini bisa dimanfaatkan di rumah, sehingga alat-alat peraga untuk anak tidak harus dibeli.

Membantu mengelola perpustakaan

Ayah dan bunda bisa ikut mengelola perpustakaan SD dan mengadakan beberapa kegiatan seperti:

1 Membacakan buku untuk anak

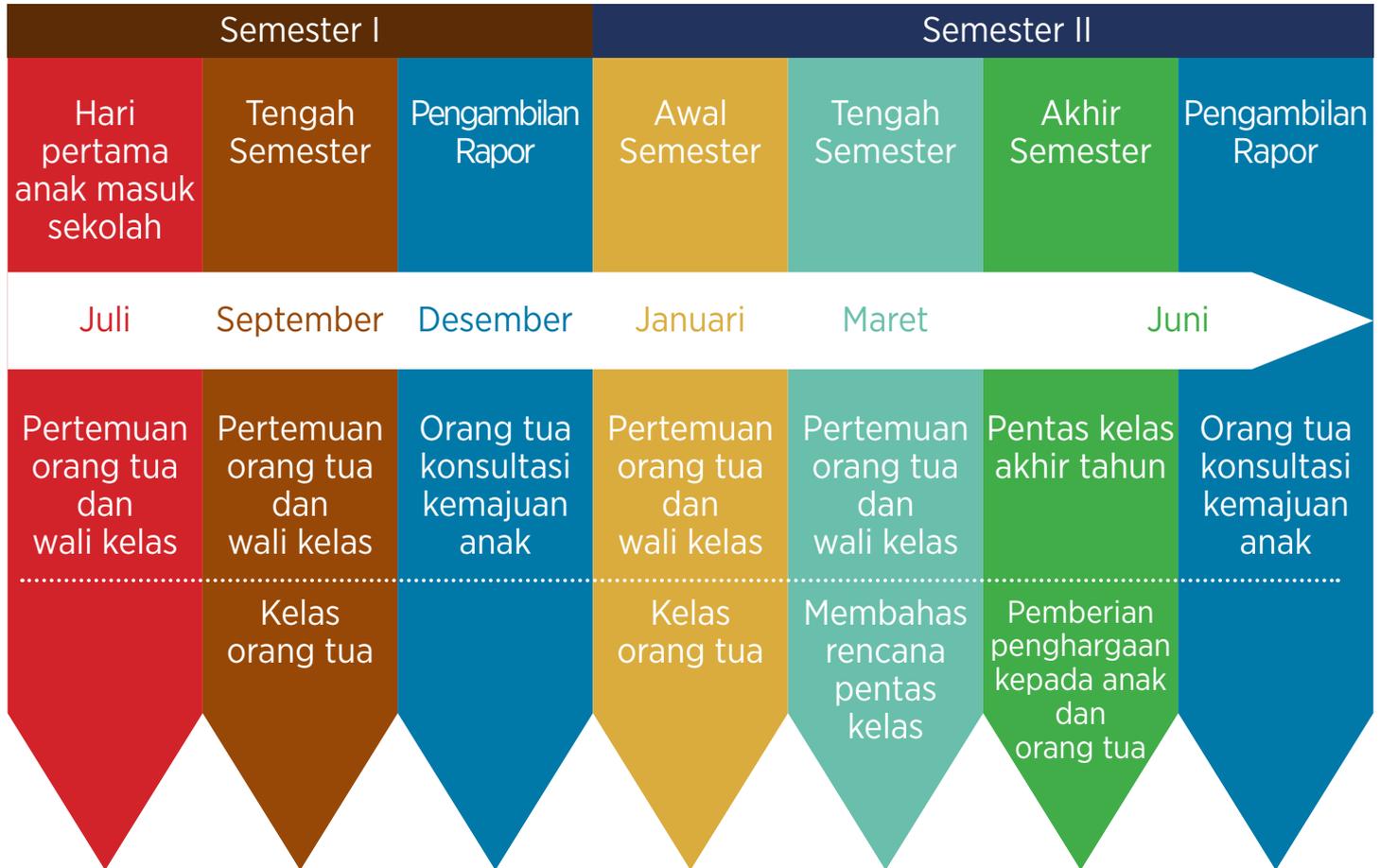
2 Membantu menata buku



3

Membantu menambah koleksi buku, misalnya dengan meminta setiap orang tua memberikan 1 buku yang sudah dibaca anak di rumah untuk perpustakaan.

Contoh Jadwal Keterlibatan Orang Tua di Sekolah





“

Anak-anakmu lebih butuh kehadiranmu daripada hadiahmu.”

Jesse Jackson
Politisi



BENTUK-BENTUK
DUKUNGAN
ORANG TUA DI RUMAH

Banyak sekali bentuk-bentuk dukungan yang bisa diberikan orang tua di rumah dalam rangka penumbuhan budi pekerti dan prestasi anak kita.

Setiap keluarga memiliki cara-cara sendiri dalam mendidik anak-anak mereka di rumah.

Cara-cara yang baik tentu perlu terus dilanjutkan. Namun, cara pengasuhan yang tidak sesuai dengan perkembangan anak maupun perkembangan zaman harus diubah. Karenanya, orang tua tentu perlu terus belajar. Niat baik harus dilakukan dengan cara-cara yang baik pula.





Bentuk-bentuk Keterlibatan orang tua di rumah

Menumbuhkan budi pekerti pada anak

Menciptakan lingkungan
Rumah yang aman dan menyenangkan

Mencegah dan menanggulangi
Kekerasan pada anak

Hal-hal yang diharapkan terjadi di rumah

Anak terbiasa melakukan sendiri hal-hal yang sudah mampu ia lakukan.

Orang tua menghubungi wali kelas jika anak tidak masuk sekolah (dapat melalui telpon/SMS atau cara lain).

Anak terbiasa sarapan/makan sebelum berangkat sekolah.

Anak terbiasa meminta izin / berpamitan saat hendak keluar rumah

Orangtua menjadi teladan bagi anak

Keluarga terbiasa melakukan kegiatan bersama (ibadah, makan, olahraga, rekreasi).



Keluarga membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak

Anak terbiasa membantu pekerjaan orang tua di rumah sesuai kemampuannya.

Keluarga terbiasa mendampingi kegiatan belajar dan yang mendukung perkembangan anak.

Keluarga terbiasa menjalankan ibadah sesuai dengan tuntunan agama yang dianutnya.

Orang tua menjalin komunikasi efektif dengan anak.



Beberapa Contoh Penumbuhan Budi Pekerti



Senyum,
sapa, salam



Berpamitan
ketika pergi

Membiasakan
anak
membawa
barangnya
sendiri



Membiasakan anak
berperilaku sopan
dan santun

Membantu
pekerjaan
di rumah
Sesuai
Usianya



Membiasakan
anak makan
sendiri



Meminta maaf
ketika salah



Membiasakan
menjalankan
perintah agama

Mengapa pembiasaan menjalankan perintah agama penting?

1 Nilai-nilai agama terbukti merupakan penangkal yang kuat terhadap berbagai pengaruh negatif.

2 Nilai-nilai agama merupakan nilai utama dalam penumbuhan budi pekerti dan bersifat universal.

Bagaimana Ayah dan Bunda membiasakan anak menjalankan ibadah?

1

Mengajak anak ke tempat-tempat ibadah.

2

Menjalankan ibadah yang dianut.

3

Mengajak anak menjalankan ibadah bersama baik di rumah maupun di tempat ibadah.

4

Ajarkan toleransi beragama kepada anak.





Mengapa berpamitan saat akan bepergian penting?

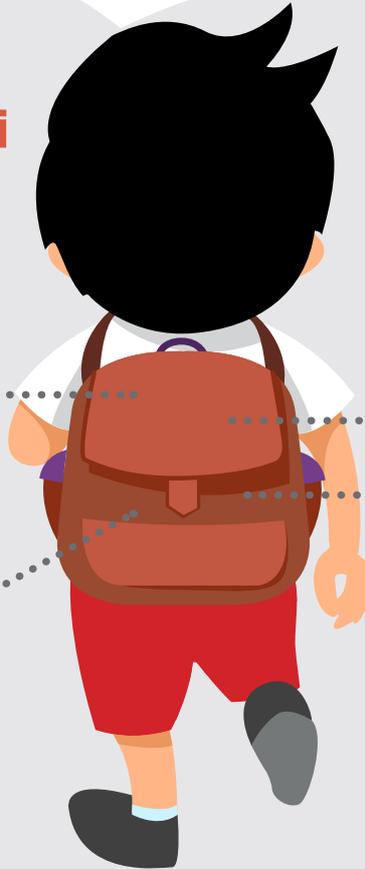
Setiap keluarga punya aturan dan berpamitan saat mau bepergian merupakan budaya baik yang perlu dilestarikan. Beberapa manfaat berpamitan sebelum bepergian:

1. Orang yang ditinggalkan akan merasa dihormati.
2. Orang yang bepergian akan memperoleh doa dan restu dari orang yang dipamiti.
3. Mempererat hubungan emosional di antara anggota keluarga.
4. Orang yang tinggal di rumah mengetahui kemana anak pergi. Orang tua harus menghindari pergi tanpa pamit agar tidak ditiru oleh anak.

Melatih anak untuk mandiri

Dengan membawa barangnya sendiri anak kita akan belajar pentingnya tanggung jawab dan tidak manja.

Latih anak untuk membereskan perlengkapan sekolahnya sendiri



Anak juga akan menjadi lebih kuat kondisi fisiknya ketika dia sudah terlatih membawa barangnya sendiri.

Pastikan berat barang sesuai dengan beban yang bisa ditanggung anak.

Membiasakan anak makan sendiri

- ▶ Membiasakan anak kita makan sendiri terutama kelas-kelas awal akan melatih kemandirian dan motorik halusnya.

- ▶ Dampingi anak agar terlatih makan dengan benar dan makanan tidak terlalu berantakan.

- ▶ Pastikan makanan anak mengandung gizi yang seimbang.

- ▶ Mencuci tangan dan membaca doa sebelum dan sesudah makan.

- ▶ Usahakan jenis bahan pangan yang beragam misalnya untuk karbohidrat tidak harus beras tapi bisa juga jagung, ubi, atau singkong.



Mengajak anak membantu pekerjaan di rumah

Dengan membantu orang tua melakukan pekerjaan di rumah, anak akan merasa keberadaannya diakui, merasa berguna karena bisa membantu ayah dan bunda, dan belajar berempati.



Ayah bunda harus memastikan pekerjaan yang diberikan sesuai dengan usianya, aman, dan menyenangkan.



MENCIPTAKAN LINGKUNGAN RUMAH

Literasi dalam Keluarga



membiasakan anak membaca buku

Mengatur jam & program televisi yang ditonton



Membiasakan Pola Hidup Bersih Sehat [PHBS]



Mengatur penggunaan gadget/gawai



Luangkan waktu dengan anak

YANG RAMAH, AMAN & MENYENANGKAN



agar anak merasa disayangi, aman, dan didukung

Latih anak untuk melindungi diri dari kekerasan



Dorong anak bermain dengan kakak, adik dan tetangga

Peluk, gendong, rangkul, belai di saat-saat tertentu



Komunikasi Efektif



Pilih permainan yang bisa dimainkan seluruh anggota keluarga



Sambut anak ketika pulang

Mengapa Ayah dan Bunda perlu memberi dukungan yang membuat anak kita merasa nyaman di rumah?

Anak usia SD sangat membutuhkan suasana keluarga yang nyaman dan mendukung perkembangannya. Ranah perkembangan anak SD mencakup 6 aspek, yaitu:

1. Berkembangnya keimanan, ketakwaan, dan perilaku positif;
2. Berkembangnya kemampuan fisik, gerak kasar dan halus;
3. Berkembangnya daya nalar;
4. Berkembangnya kemampuan berbahasa, penguasaan kosa kata dan kemampuan berkomunikasi;
5. Berkembangnya kemampuan bersosialisasi dan pengendalian emosi; dan
6. Berkembangnya kemampuan seni.

Rumah yang dihuni oleh keluarga walaupun mungkin memiliki berbagai kekurangan jika dibandingkan dengan keluarga lainnya, namun tetap harus menjadi tempat yang paling nyaman bagi seluruh anggota keluarga. Rumahku adalah surgaku.





“ “

Anak bukan tamu biasa di rumah kita. Mereka telah dipinjamkan untuk sementara waktu kepada kita dengan tujuan mencintai mereka dan menanamkan nilai-nilai dasar untuk kehidupan masa depan yang akan mereka bangun.”

Dr. James C Dobson
Psikolog



Mengapa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) Penting?

Semua orang ingin sehat dan bugar sehingga dapat melaksanakan berbagai aktivitas dengan baik.

Perilaku hidup bersih dan sehat untuk anak usia dini, antara lain mencakup

1. Menggunakan air bersih untuk memasak, mandi/cuci, dan kebutuhan minum.
2. Mandi dan mencuci tangan pakai sabun.
9. Hindari makanan yang:
 - berwarna tekstil
 - penyedap rasa/MSG yang berlebihan
 - pengawet makanan
 - kurang makanan cepat saji
 - minuman bersoda



3. Menggunakan jamban sehat untuk BAB dan BAK.

4. Memberantas jentik nyamuk seminggu sekali dengan menguras, menimbun, dan menutup tempat berkembangnya nyamuk.

8. Makan dengan gizi yang seimbang termasuk buah dan sayur.

7. Tidak merokok (terlebih di dalam rumah atau di dekat anak).

6. Membiasakan kegiatan berolahraga untuk kebugaran anak.

5. Melakukan aktivitas fisik seperti berjalan atau berlari setiap hari.



Mengapa Sarapan/Makan Pagi Penting?

Para ahli gizi dan kesehatan mengungkapkan banyaknya manfaat sarapan atau makan pagi bagi kesehatan dan kebugaran tubuh, antara lain:

1. Meningkatkan kemampuan kerja otak.
2. Memperkuat daya tahan tubuh.
3. Meningkatkan konsentrasi anak.
4. Mencegah anak jajan sembarangan karena lapar.





“ “

Tidak ada yang sia-sia jika kita melakukan sesuatu untuk anak-anak. Mereka sepertinya tidak memperhatikan kita, mengalihkan pandangan dan jarang berterima kasih, tapi apa yang kita lakukan untuk mereka tidak pernah sia-sia.”

Garrison Keillor
Penulis Novel



Mengapa orang tua perlu menjalin komunikasi efektif dengan anak?

- Komunikasi yang efektif di dalam keluarga akan berdampak pada hubungan yang baik antar anggota keluarga.
- Komunikasi efektif akan membuat semua anggota keluarga dengan mudah menyampaikan pendapat, pikiran, dan perasaan mereka sehingga suasana rumah menjadi aman, nyaman dan menyenangkan
- Anak yang tumbuh di keluarga yang mempunyai komunikasi yang efektif akan tumbuh menjadi anak/remaja yang percaya diri, mampu menjadi pendengar yang baik, serta mampu mengendalikan diri baik di rumah maupun di sekolah.



Kiat-kiat Berkomunikasi Positif dengan Anak

1. Jadilah pendengar yang baik saat anak berbicara atau bercerita
2. Kenali dan pahami perilaku (bahasa tubuh) anak.
3. Dengarkan ungkapan perasaan anak
4. Gunakan kata-kata motivasi “ayo”, “bagus”, “mari” hindari kata “jangan”,
5. Misalnya ketika anak mencoret-coret tembok katakan “Nak, coret-coretnya di kertas atau papan tulis ini ya”.
6. Mengajak dengan kata yang positif dan melarang dengan alasan yang dipahami anak.
7. Gunakan kata-kata yang benar dan jelas ketika berbicara dengan anak. jangan mengikuti ucapan anak yang belum jelas misalnya mobil menjadi obin.
8. Tataplah anak dengan kasih sayang ketika berbicara.
9. Gunakan ekspresi wajah atau bahasa tubuh yang sesuai agar anak bisa lebih mudah memahami.
10. Panggil anak dengan sapaan yang baik. (Hindari kata-kata mencela, memberi julukan, menyalahkan, membandingkan, atau merendahkan anak).



Hindari menggunakan hukuman untuk menumbuhkan disiplin anak



DISIPLIN POSITIF

- 1** Hindari menggunakan hukuman fisik, seperti: memukul, mencubit, menyentil, dll., juga hukuman non-fisik seperti: membentak, mengancam, mempermalukan anak, dll. Hukuman tidak efektif untuk memberikan pengalaman belajar yang baik.
- 2** Pada saat anak melakukan kesalahan, bantu anak memahami kesalahannya dan jelaskan serta terapkan konsekuensi yang tepat. Misalnya ketika anak menumpahkan minuman minta dia membersihkan sesuai kemampuannya.
- 3** Buat kesepakatan bersama dalam keluarga sehingga menjadi panduan perilaku baik untuk seluruh anggota keluarga.

Peluk, Rangkul, Gendong, dan Belai Anak



Pada saat-saat tertentu anak-anak kita memerlukan pelukan, rangkulan, dan belaian kita agar mereka merasa aman, disayangi, dan didukung.

Berikan pujian atas hal-hal positif yang anak kita lakukan sesuai porsinya, berikan umpan balik terhadap pujian yang diberikan jika memang diperlukan

An illustration of a woman with long black hair, wearing an orange short-sleeved top and a dark brown skirt, waving her right hand. To her right, a young boy with black hair, wearing a white t-shirt, red shorts, and a brown backpack, is walking away from her. The background is a bright blue sky with stylized white clouds and a green grassy ground.

Menyambut anak ketika pulang sekolah

Menyambut anak pulang dari sekolah merupakan wujud perhatian kita kepada anak

Berikan sapaan yang menyenangkan ketika anak pulang sekolah

Tanyakan perasaan dan pengalaman anak di sekolah. Bagi orang tua yang keduanya bekerja, pastikan tetap berkomunikasi dengan anak.

Mengatur jam dan program TV yang boleh ditonton anak

- 1** Menonton TV cenderung merupakan kegiatan pasif. Karena itu batasi jumlah jam menonton TV, misalnya 2 jam sehari.
- 2** Sepakati dengan anak acara-acara TV yang boleh ditonton. Pastikan acara-acara itu sesuai dengan usia anak.
- 3** Dorong anak melakukan kegiatan lain seperti bermain di luar ruangan, 'membaca', berolahraga, atau membantu ayah dan bunda mengerjakan pekerjaan rumah.
- 4** Atur juga pemakaian gawai/*gadget*

Kebiasaan ini akan mendorong anak untuk aktif, paham dengan aturan, dan belajar dari program yang ditontonnya.





Luangkan waktu bermain bersama anak

- 1 Ketika kita mengajak anak kita bermain, anak kita akan merasa disayangi.
- 2 Bermain bisa mengembangkan aspek kognitif, sosial emosional, motorik, kreatifitas, dan imajinasi.
- 3 Bermain bisa merupakan kegiatan yang sederhana dan tanpa perlu mengeluarkan biaya seperti berjalan-jalan, bermain sepak bola, bernyanyi, dan menari.
- 4 Permainan pada anak yang sudah dewasa bisa lebih menantang, seperti permainan yang menggunakan aturan, alat, atau konsentrasi.
- 5 Sediakan juga mainan yang bisa dibongkar pasang, ditarik, dipukul, dll.

Mendorong anak bermain dengan kakak, adik, dan tetangga

- Biarkan anak bergaul dengan teman yang berbeda: agama, suku bangsa, dan juga dengan anak yang berkebutuhan khusus
- Manfaat bermain dengan anak-anak lain yang berbeda-beda:
 1. Belajar bermain bersama
 2. Belajar bekerjasama
 3. Menyepakati dan menaati aturan permainan
 4. Menghargai perbedaan
 5. Membantu atau menerima bantuan dari teman
 6. Berempati pada teman yang sedang dalam kondisi tertentu (misalnya sakit dan anak berkebutuhan khusus)



Menciptakan Keluarga Gemar Membaca

Bagaimana Cara Mendapatkan Buku?

- Perpustakaan Sekolah/Daerah
- Taman Bacaan Masyarakat (TBM)
- Toko Buku
- Program Kelas (1 anak menyumbangkan 1 buku yang berbeda sehingga anak-anak bisa saling bergantian untuk membaca)

💡 Ajaklah anak mengobrol tentang buku yang telah dibacanya



LITERASI DALAM KELUARGA

💡 Sesekali periksa buku yang dibaca oleh anak untuk mencegah anak membaca buku yang tidak semestinya



Literasi Dasar

- Kemampuan untuk mendengarkan, berbicara, membaca, menulis, dan berhitung berkaitan dengan kemampuan analisis untuk memperhitungkan, memroses informasi, mengomunikasikan, dan menyimpulkan.

Manfaat membacakan buku pada anak dan mendorong mereka membaca sendiri dengan suara nyaring (terutama di kelas-kelas awal)

- 1 Menguatkan ikatan batin orang tua dan anak
- 2 Menambah kosa kata anak
- 3 Meningkatkan imajinasi dan kreatifitas anak
- 4 Membuat anak belajar bagaimana mengekspresikan perasaan dan pikirannya
- 5 Mengajarkan kepada anak nilai-nilai budi pekerti (pada buku-buku dengan tema budi pekerti)
- 6 Mendorong berpikir kritis
- 7 Meningkatkan kemampuan menulis
- 8 Adanya interaksi positif antara orangtua dan anak





“ “

Jangankan tamparan, makian dan teriakan kotor ke gendang telinga anak adalah luka dalam tak disembuhkan. Anak terlahir ke dunia hanya untuk kasih sayang, kekerasan bukan hak anak.”

Widodo Judarwanto
Dokter Spesialis Anak



PERAN ORANG TUA DALAM MELINDUNGI ANAK DARI KEKERASAN SEKSUAL



Mengenalkan anggota tubuh yang harus dilindungi dan tidak boleh ada yang bisa menyentuhnya kecuali bunda, ayah, dan dokter didampingi dan izin dari ayah atau bunda.

Bangun rasa percaya diri anak, ajarkan anak cara bereaksi jika disentuh bagian-bagian tubuh yang dilindungi oleh orang lain, misalnya dengan lari dan/atau berteriak **'tidak mau', 'jangan', 'tidak', atau 'tolong'**

Mengenalkan orang-orang lingkungan sekitar (mana keluarga, mana tetangga, mana orang asing)”

Ajarkan anak cara bereaksi jika diperlakukan secara tidak semestinya oleh orang lain. Sebagai contoh jika disentuh bagian tubuh yang harus dilindungi anak harus lari dst.

TOLOOONG.....



Jika terjadi kekerasan, siapa yang bisa dihubungi??

- Telepon Sahabat Anak Indonesia (TESA) 129
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI)
telepon : 021-31901556
email : pengaduan@kpai.go.id
: info@kpai.go.id
- Rumah Sosial Perlindungan Anak (RSPA)
- Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A)
- Unit Perlindungan Perempuan dan Anak (di setiap Polres)
- **www.pandawa-care.com**
Layanan konseling dan hotline service berbasis aplikasi

Jika di daerah Ayah dan Bunda tidak ada lembaga tersebut, Ayah dan Bunda bisa mencari informasi dari Dinas Pendidikan setempat.

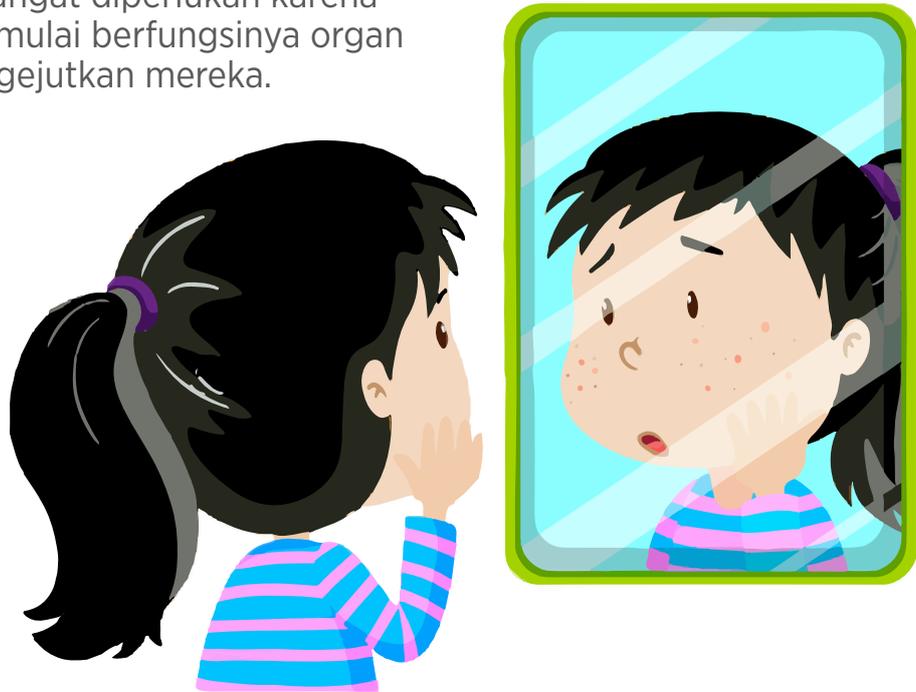


Masa Pubertas

Ayah dan bunda yang baik, Masa pubertas adalah masa transisi antara masa anak-anak dan masa remaja. Bimbingan orang tua kepada anak pada masa-masa itu sangat diperlukan karena perubahan fisik, psikis, dan mulai berfungsinya organ reproduksi bisa sangat mengejutkan mereka.

Ciri-ciri anak yang memasuki masa pubertas

Adanya perubahan seperti suara yang lebih berat, kulit yang mulai berminyak dan berjerawat, keringat mulai berbau, tumbuhnya rambut-rambut pada daerah tertentu, payudara membesar untuk anak perempuan, mengalami mimpi basah pada laki-laki dan menstruasi pada perempuan



Apa yang bisa Ayah dan Bunda lakukan dalam mendampingi anak yang memasuki masa pubertas?

- Ayah dan Bunda perlu menyampaikan kepada anak kita bahwa perubahan-perubahan ketika memasuki masa pubertas adalah normal.
- Jelaskan tentang perubahan-perubahan yang terjadi dan apa yang harus dilakukan anak misalnya dengan menjaga kebersihan dan makan dengan gizi seimbang.
- Sangat penting untuk menjelaskan lebih lanjut tentang mulai berfungsinya organ reproduksi ketika anak telah mengalami menstruasi (perempuan) atau mimpi basah (laki-laki).
- Latih anak untuk mulai mempunyai rasa tanggung jawab yang lebih besar pada dirinya sendiri dan lingkungannya. Sampaikan juga dari sisi agama, tanggung jawab yang melekat pada anak ketika organ reproduksi telah berfungsi.
- Pisah kamar tidur anak laki-laki dan perempuan
- Dorong anak mencari informasi lebih jauh tentang pubertas dari buku atau internet.





KELUARGA DENGAN
ANAK BERKEBUTUHAN
KHUSUS

BENTUK DUKUNGAN KELUARGA DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Ayah dan Bunda, kadang ada orang tua yang mempunyai anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan yang karenanya sering memiliki kebutuhan, yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Mereka ini termasuk ke dalam anak berkebutuhan khusus (ABK).

Anak-anak yang mempunyai hambatan perkembangan ini akan tumbuh dengan kecepatan dan cara belajar yang berbeda.

Mereka mempunyai hak yang sama dengan anak-anak lain. Karena itu, walaupun pada awalnya Ayah dan Bunda mungkin merasa bingung dan berusaha menolak kenyataan, namun upaya harus dilakukan agar anak kita bisa belajar dan mengembangkan potensi yang dimiliki.



tunarungu
gangguan
pendengaran

1



tunalaras
gangguan
perilaku

6



tunawicara
gangguan
berbicara

2



berkesulitan belajar
ada hambatan
persepsi

7



tunanetra
gangguan
penglihatan

3



lamban belajar
lambat memproses
informasi

8



tunagrahita
gangguan
intelegensia

4



sindroma autisme
gangguan dalam
interaksi sosial

9



tunadaksa
hambatan
fisik

5



memiliki
gangguan
motorik

10

Apa yang Bisa dilakukan?

Belajar sebanyak mungkin tentang hambatan perkembangan yang dialami anak, misalnya dengan berbicara dengan keluarga yang mempunyai anak dengan hambatan yang sama, dari buku, majalah, website yang relevan, atau bertanya ke ahlinya.



Temukan dukungan yang bisa membantu anak:

- Ayah dan Bunda bisa menghubungi dokter di Puskesmas untuk melakukan diagnose awal.
- Dokter akan merujuk lembaga (misalnya rumah sakit) atau profesi lain yang relevan (misalnya psikolog, fisioterapis, dan terapis wicara) untuk menggali lebih dalam kondisi anak.
- Lembaga atau profesi lain itu selanjutnya akan memberikan saran tentang hal-hal yang harus dilakukan oleh Ayah dan Bunda.
- Program pendidikan bisa dikembangkan bersama oleh orang tua, guru SD, dan guru pendidikan khusus di SLB atau guru SD yang sudah mendapatkan pelatihan pendidikan inklusi.
- Buat Tim Kompak di keluarga untuk mendukung anak. Alangkah baiknya kalau tim kompak juga melibatkan keluarga besar dan tetangga.
- Sedapat mungkin anak diajak bermain dengan anak-anak lain baik di SD maupun di lingkungan tempat tinggal. Tim Kompak mengupayakan agar anak tidak diasingkan atau diperlakukan secara istimewa (misalnya terlalu dilindungi).
- Bergabunglah dengan perkumpulan keluarga yang mempunyai anak dengan hambatan yang sama untuk saling berbagi.



Beberapa Lembaga Pendukung Anak Berkebutuhan Khusus

No	Lembaga	Alamat
1	Federasi Nasional untuk Kesejahteraan Cacat Mental (FNKCM)	Jl. Teuku Cik Ditiro II No.5, RT.9/RW.2, Gondangdia, Menteng, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta Phone:(021) 31925568
2	Ikatan Sindroma Down Indonesia (ISDI)	Jalan Cipaku I No. 13 Kebayoran Baru 12170 Jakarta Selatan Telp : 62 - 21 - 725 5958 62 - 21 - 722 1888 62 - 21 - 723 6591 http://www.isdi-online.org/en/about-us/who-we-are.html
3	Masyarakat Peduli Autis Indonesia (MPATI) Pusat Layanan Autisme Jakarta (PLAJ) D/a PSSA Balita Tunas Bangsa	Jl. Raya Bina Marga no.79, Cipayung, Jakarta Timur telepon: 021-22853827, 081380741898 email: yayasan_mpati@yahoo.com
4	Persatuan Tunanetra Indonesia (PERTUNI)	JL. Raya Bogor, Km.13, Ruko Kramat Jati No. 13, Kramat Jati Phone:(021) 8013402 email: pertuni.dpp@gmail.com http://pertuni.idp-europe.org/
5	Persatuan Penyandang Cacat Indonesia (PPCI)	Jl Teuku Cik Ditiro 34, Menteng, Menteng, Jakarta Pusat, DKI Jakarta, 10310 Telp : (021) 3916647 http://ppdi.or.id/

Beberapa Lembaga Pendukung Anak Berkebutuhan Khusus

No	Lembaga	Alamat
6	Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC)	Jl. Hang Lekiu III No.19, RT.6/RW.4, Gunung, Kby. Baru, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta Phone:(021) 7243123 http://ypac-nasional.org/
7	Gerakan Untuk Kesejahteraan Tunarungu Indonesia (Gerkatin)	GERKATIN (Gerakan untuk Kesejahteraan Tunarungu Indonesia) Pusat Rehabilitasi Cacat Dep. Han Jl. R.C. Veteran No.178, Bintaro (kode pos: 12330) (021) 73881842 (021) 73881842
8	Mitra Netra	Jl. Gn. Balong II No.58, RT.8/RW.4, Lb. Bulus, Cilandak, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta Phone:(021) 7651386 http://www.mitraneltra.or.id/
9	Yayasan Kursi Roda dan Persahabatan Asia Indonesia	Tanjung Priok No.1,Jl. Gaya Motor I, No 8, Sunter II Sungai Bambu,Tj. Priok, Kota Jkt Utara, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Indonesia +62 812-9310-2015

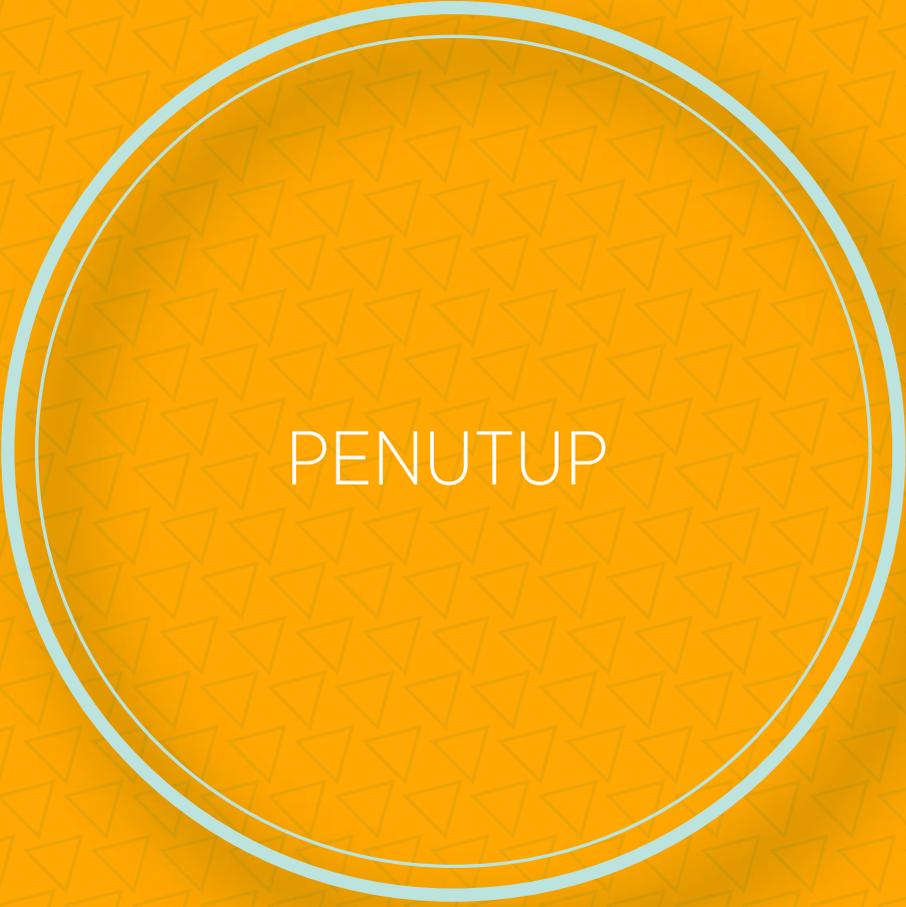
Daftar periksa hal-hal yang telah dilakukan Ayah dan Bunda di rumah

No	Indikator	Keterlaksanaan			
		B	K	S	R
1	Mengajak anak mengikuti ibadah menurut agama yang dianutnya				
2	Membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak				
3	Memastikan anak sarapan/makan sebelum berangkat sekolah				
4	Membiasakan anak berpamitan saat mau berangkat sekolah				
5	Menghubungi wali kelas saat anak tidak masuk sekolah (melalui telpon/SMS atau cara lain)				
6	Memiliki nomor HP Kepala Sekolah, Wali Kelas, dan Ketua Komite				
7	Menjadi pendengar yang baik bagi anak				
8	Tidak menggunakan kekerasan dalam membangun disiplin anak				
9	Melakukan kegiatan bersama (ibadah, makan, bermain, rekreasi)				

Keterangan: B = Belum; K = Kadang-kadang; S = Sering; R = Rutin (hampir selalu).

Daftar periksa keterlibatan Ayah dan Bunda dalam kegiatan di sekolah

No	Indikator	Keterlaksanaan	
		Ya	Tidak
1	Mengikuti pertemuan pada hari pertama masuk sekolah		
2	Mengikuti pertemuan dengan wali kelas pada tengah semester satu		
3	Mengikuti kelas orang tua pada semester satu		
4	Mengambil rapor semester satu		
5	Mengikuti pertemuan dengan wali kelas pada awal semester dua		
6	Mengikuti pertemuan dengan wali kelas pada tengah semester dua		
7	Mengikuti kelas orang tua pada semester dua		
8	Menghadiri pertemuan persiapan pentas kelas pada akhir tahun pembelajaran bersama paguyuban orang tua dan guru		
9	Menghadiri pentas kelas pada akhir tahun pembelajaran		
10	Mengambil rapor semester dua		



PENUTUP

Ayah dan Bunda yang berbahagia,

Mengasuh anak merupakan upaya yang penuh tantangan dan harapan bagi semua orang tua. Seiring dengan bertambahnya usia anak-anak kita, Ayah dan Bunda harus terus belajar dalam mendampingi mereka agar menjadi sosok yang berbudi pekerti luhur dan berprestasi.

Buku ini telah memberikan beberapa inspirasi dan kiat untuk membantu Ayah dan Bunda dalam mendukung anak dengan cara bermitra dengan sekolah dan dengan menciptakan suasana rumah yang aman, nyaman, dan menyenangkan. Melalui penjelasan singkat dalam buku ini, diharapkan Ayah dan Bunda dapat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pengasuhan yang positif. Dengan pemahaman ini diharapkan Ayah dan Bunda lebih terlibat dalam pendidikan anak baik di rumah maupun di sekolah. Orang tua hebat adalah orang tua yang terlibat.

Semoga Ayah dan Bunda tetap bersemangat dalam membimbing anak-anak kita dengan penuh ketulusan, keikhlasan, dan rasa cinta.

Kontributor Naskah: Sukiman, Nanik Suwaryani, Anik Budi Utami, Puspa Safitrie, Aria Ahmad Mangunwibawa, Adi Sutrisno, Sugiyanto (Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga, Kemdikbud)

Daftar Penelaah dan Lembaga Terkait:

No.	Nama	Asal Lembaga	Alamat & No Kontak Lembaga
1	Anne Gracia	Ikatan Neurosains Terapan Indonesia	Business Park Kebun Jeruk blok G1 Jl. Meruya Ilir 88 Jakarta Barat Telp: 021-5018 8088 Email: annegracia.alc@gmail.com
2	Retno Wibowo	Penggiat Pendidikan Keluarga dan Anak	retnowibowo@yahoo.com, retno.hellie@gmail.com
3	Nana Maznah	S.A.T.U. Consulting (Lembaga Bantuan Psikologi dan Pengembangan Diri)	Jl. Dwijaya No. 3 Radio Dalam – Jakarta Selatan Telp: Ibu Enni 0812 8156 678
4	Nurbaeti Rachman	Yayasan Lentera Raudha, PAUD Lentera	Jl. Pradana No.25 RT 02/RW 016 Villa Pabuaran Indah, Desa Pabuaran, Kec. Bojonggede, Kab. Bogor. Hp: 0856 9220 4757 / 0857 7470 1117
5	Farida Kadarusno	Yayasan MPATI (Masyarakat Peduli Autis Indonesia)	PLAJ (Pusat Layanan Autisme Jakarta) d/a Panti Sosial Asuhan Anak Balita Tunas Bangsa Jl. Raya Bina Marga No. 79 – Cipayung, Jakarta Timur Telp. 021-2285 3827 /HP/Whatsapp: 0895 2466 6207 Email: yayasan_mpati@yahoo.com

No.	Nama	Asal Lembaga	Alamat & No Kontak Lembaga
6	Helda	Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia	
7	Tita Srihayati	Direktorat Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, Kemdikbud	Jl. RS Fatmawati, Cipete, Jakarta Selatan, Jakarta
8	Ranti Widiyanti	Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Kemdikbud	Jl. Gunung Sahari Raya No. 4 Jakarta Pusat
9	Nirtafitri T.	Sekolah Inklusif Lentera Insan	Jl. Akses UI (HM Jassin) No. 101, Tugu, Kelapa Dua, Depok 16951 Telp/Fax: 021-8771 2727
10	Yuke Indrati	Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Kemdikbud	Jl. Gunung Sahari Raya No. 4 Jakarta Pusat
11	Endang Sri	SDN Kramat Pela 09 Jakarta	
12	Rosalina W. Sri	Orang tua siswa SDN Kramat Pela 09 Jakarta	
13	Rosilawati	Direktorat Pembinaan SD	Gedung E Lantai 17 Kemdikbud, Jl. Jend. Sudirman, Senayan, Jakarta
14	Emilia S.	Direktorat Pembinaan SD	Gedung E Lantai 17 Kemdikbud, Jl. Jend. Sudirman, Senayan, Jakarta

Informasi lebih lanjut tentang pendidikan keluarga bisa diperoleh di: <http://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id>



Narahubung:

Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga

Jalan Jenderal Sudirman, Gedung C Lt. 13 Senayan Jakarta 10270

Surel: sahabatkeluarga@kemdikbud.go.id

Telp: 021-5703336 Fax: 021-57946131

Silahkan hubungi kanal informasi di atas untuk memberikan masukan atau pengayaan atas materi dalam buku ini



KEMENTERIAN
PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
2016