

DIARY IBU SEJATI

Penulis :

Titin Florentina Purwasetiawatik,S.Psi.,M.Psi.,Psikolog



GETPRESS INDONESIA

DIARY IBU SEJATI

Penulis:

Titin Florentina Purwasetiawatik, S.Psi., M.Psi., Psikolog

ISBN:

Editor: Free Dirga Dwiatra, S.Psi., M.A.

Penyunting: Yuliatr Novita, M.Hum.

Desain Sampul dan Tata Letak: Atyka Trianisa, S.Pd.

Penerbit : GETPRESS INDONESIA

Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022

Redaksi :

Jl. Palarik RT 01 RW 06 Kelurahan Air Pacah
Kecamatan Koto Tengah Padang Sumatera Barat

website: www.getpress.co.id
email: adm.getpress@gmail.com

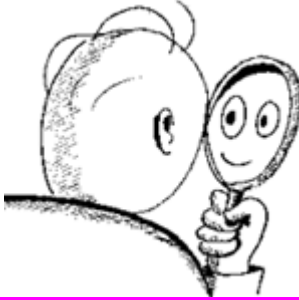
Cetakan pertama, November 2023

Hak cipta dilindungi undang-undang
dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk
dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

"Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar." (An-Nisaa:9)

*Wahai Ibu, bekalilah dirimu dengan ilmu
Agar Indahnya belaianmu menjadikan putra-
putrimu
Manusia-manusia berguna yang menebar aroma
surga
Dan jangan sampai mereka mengotori bumi ini
Dengan kekejian yang membuka pintu neraka*
(Azis Mushoffa)

SELF-ESTEEM



ANAK'S

Diary ini milik

Name :

PENGANTAR

Selamat Ibu-Ibu Sejati ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

Self esteem adalah passport buat anak dalam kehidupan kesehatan mental dan kebahagiaan sosial. *Self Esteem* adalah dasar dari keberadaan anak dan kunci sukses ketika dia dewasa nanti. Sehingga selalu harus adanya upaya untuk meningkatkan dan mengoptimalkan perkembangan dari *self esteem* seorang anak.

Ibu Peduli terhadap Anak Ibu, Nah untuk meningkatkan peranan Ibu dalam membantu meningkatkan *self esteem* anak, Ibu dapat mengisi Diary Ibu Sejati. Didalamnya berisi hal-hal yang jika dilakukan secara terus menerus dapat mengoptimalkan perkembangan *self esteem* anak. Juga berisi beberapa materi untuk membantu Ibu memahami apa itu *Self esteem*.

Ibu tidak harus mengerjakan semua tugas dalam satu hari, Ibu bisa mengerjakannya secara bertahap setiap harinya, setiap hari lembar Diary Ibu berbeda warna, nah, Ibu selesaikan saja dulu untuk hari itu, jika memang ada beberapa pernyataan yang belum Ibu laksanakan pada hari itu, ya tidak apa-apa, keesokan harinya Ibu bisa menyelesaikannya, begitu selanjutnya sampai hari ke-enam. Apabila Ibu masih belum dapat menyelesaikan seluruh pernyataan sampai satu minggu, Ibu bisa loh menuliskan pengalaman Ibu dilembar Pengalamanku. Disetiap kotak Ibu hanya memberi tanda ✓, jika Ibu telah melakukannya. Jika Ibu tidak melakukannya, Ibu tidak perlu memberikan tanda. Seru kan Bu, Selamat mengisi Diary-nya Bu.

Selalu Semangat Ya Bu, Bantu Anak Ibu.

Penyusun

DAFTAR ISI

Pengantar.....	iv
Daftar Isi	v
Peranan Ibu Bagi Perkembangan Anak	1
Beberapa Tindakan Orang Tua Yang Kurang Menghargai Anak	2
Apa Itu Self-Esteem.....	5
Mengapa <i>Self-Esteem</i> Penting?	6
Bagaimana Anak-Anak Mendapatkan <i>Self-Esteem</i>	7
<i>Self Esteem</i> Anak Usia 6 – 10.....	8
Tahun	8
<i>Minggu Pertama-Ku</i>	9
Menjadi Sahabat Terbaik Bagi Anakku.....	10
<i>Hari Pertama</i>	12
<i>Pengasuhan Anak Yang Positif</i>	16
Hari Kedua	17
Hari Ketiga	21
Hari Keempat.....	25
Hari Kelima	29
Hari Keenam	33
Hari Ketujuh	37
<i>Minggu Kedua -Ku</i>	38
Aku Peduli Pada Anakku.....	39
Hari Pertama	40
Hari Kedua	44
Hari Ketiga	48
Hari Keempat.....	52
Hari Kelima	56
Hari Keenam	60
Hari Ketujuh	64
<i>Minggu Ketiga -Ku</i>	66
Hari Pertama	69
Hari Kedua	73
Hari Keempat.....	81

Hari Kelima	85
Hari Keenam	89
Hari Ketujuh	93
Tips Komunikasi Efektif dan Empatik	95
DAFTAR PUSTAKA	97

JANGAN DIDIK ANAKMU

***Jangan didik anakmu laki-laki
Bahwa kekuatan dan keperkasaan adalah segalanya
Ajari dia untuk mencintai dan menerima dirinya apa adanya***

***Jangan didik anakmu laki-laki
Untuk mengejar kehormatan dan kekuasaan
Ajari dia untuk mengejar cinta kasih dan kebijaksanaan***

***Jangan larang anakmu laki-laki jika ia menangis
Dan jangan katakan padanya bahwa laki-laki tak boleh cengeng
Ajari dia untuk mengenali dan menerima perasaannya
Bahwa air mata adalah anugerah Tuhan yang indah
Sehingga ia belajar untuk tidak frustrasi oleh emosinya
Dan jika dewasa ia telah belajar untuk hidup dengan seutuhnya***

***Jangan didik anakmu perempuan
Bagaimana menjadi cantik
Ajari dia untuk mencintai dan menerima dirinya apa adanya***

***Jangan didik anakmu perempuan
Bagaimana untuk menyenangkan hati laki-laki
Ajari dia untuk menyenangkan hati Tuhan
Jangan larang anakmu perempuan
Jika ia menikmati melompat, berlari, dan memanjat
Jika ia suka menjelajah dan mengutak-atik benda-benda
Jangan kaupaksa dia untuk duduk manis diam dan tenang
Karena jiwanya yang ingin bebas jadi dirinya sendiri
Dan juga rasa ingin tahunya yang telah Tuhan anugerahkan
Telah kaubonsai dan kaurusak sejak dini***

Isilah rumahmu
Dengan cinta, hikmat, dan kebijaksanaan
Bukan dengan harta, keindahan tubuh, gelar, dan kekuasaan

Bagikanlah
kepada anakmu laki-laki dan perempuan
Keindahan menikmati mentari pagi
Kehangatan rasa ketika menggenggam pasir
Kemesraan seekor kupu-kupu yang hinggap di atas bunga
Dan merdunya suara tetes-tetes hujan

Jika kau ingin anakmu rajin beribadah
Gemakan keberadaan Tuhan dalam dirimu
Ia takkan bisa kaupaksa berdoa dan sembahyang
Ketika dia tak dapat menangkap makna ibadah darimu

Jika kau ingin anakmu mencintai pengetahuan
Pancarkan rasa ingin terus belajar
Nasihatmu tak akan bisa membuatnya mau membaca
Ketika dia tak pernah menyaksikan engkau menikmati buku

Jika kau ingin anakmu penuh kasih
Tunjukkan cinta kasihmu kepadanya dan sesama
Kata-kata saja tidak akan mempan membuatnya mengasihi
Jika ia tak pernah merasakan cinta darimu

Untuk anakmu
Engkau adalah teladan yang utama
Tak perlu banyak kata, tiada perlu jutaan nasihat
Jika kau ingin anakmu hidup seperti yang kauinginkan
Hiduplah demikian!
(<http://ninaserba-serbi.blogspot.com/2009/01/jangan-didik-anakmu.html>)

"Peranan Ibu-Ibu sangat besar sebagai penanam nilai-nilai yang menumbuhkan sikap baik sebagai salah satu bentuk, atau salah satu bagian dari karakter bangsa" (Prof. Dr. Meutia Farida Hatta Swasono, Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan)

Indahnya Kasih Ibu

*Kasih Ibu kepada beta
Tak tebingga sepanjang masa,
Kau hanya memberi, tak harap kembali,
Bagai sang surya, menyinari dunia.*

Ibu, tentu telah akrab dengan lagu tersebut. Sungguh indah syair lagu itu menggambarkan betapa besar jasa dan kasih sayang seorang Ibu kepada sang anak sepanjang masa.

Sungguh, merupakan sebuah kebahagiaan yang teramat besar bagi seorang anak mendapat asuhan dari seorang Ibu yang begitu luas kasih sayangnya, seluas samudra.

(Azis Mushoffa)

Peranan Ibu bagi Perkembangan Anak

Ibu memiliki lebih banyak peranan dan kesempatan dalam mengembangkan anak-anaknya, karena lebih banyak waktu yang digunakan bersama anak-anaknya daripada sang ayah. Hal ini tampak nyata pada tahun-tahun permulaan kehidupan seorang anak. Bila Ibu melakukan tugasnya dengan penuh kasih sayang, maka anak akan memperoleh kepuasan dan dapat mengadakan penyesuaian sosial yang baik. Tetapi bukanlah kuantitas dari kasih sayang yang diperlukan oleh seorang anak, melainkan kualitas hubungan antara Ibu dengan anaknya. Selain kasih sayang, maka Ibu juga harus menyediakan waktu yang cukup untuk dapat bermain-main dengan anaknya serta memujinya bilamana ia memperlihatkan sopan santun yang baik.

Ibu adalah tokoh yang mendidik anak-anaknya, yang memelihara perkembangan anak-anaknya, dan juga mempengaruhi aktivitas-aktivitas anak di luar rumahnya. Ibu merupakan tokoh yang dapat melakukan apa saja untuk anaknya, yang dapat mengurus serta memenuhi kebutuhan fisiknya dengan penuh pengertian. Ibu akan selalu datang bilamana anak menemui kesulitan, serta dapat mentolerir sebagian besar tingkah laku kenakakan anaknya. Hal ini dapat terlaksana bilamana Ibu memainkan peranannya dengan hangat dan akrab, melalui hubungan yang berkesinambungan dengan anaknya.

Melalui hubungan kasih sayang dan kedekatan dengan tokoh Ibu, anak belajar mengimitasikan tingkah lakunya yang lemah lembut, rendah hati, sebagai layaknya seorang wanita harus bertingkah laku. Anak yang gagal melakukan hubungan yang aman pada masa ini kemungkinan akan mengalami gangguan dalam penyesuaian sosial pada saat ia bertambah besar. (Gunarsa, Singgih. D. 2003)

Beberapa Tindakan Orang tua yang kurang menghargai anak

1. Menerapkan disiplin yang keras.

Nilai-nilai yang mereka capai di sekolah, lalu menerapkan disiplin yang keras agar anak dapat 'dipantau' kegiatan belajarnya dan memperoleh nilai yang baik.

2. Membebani anak dengan les-les yang tidak mereka inginkan.

Orangtua tidak puas atas apa yang dicapai oleh anak, lalu menambahkan berbagai les mata pelajaran dan les seni seperti les piano, les balet/ tari, les gambar, les vokal dan lain-lain. Mereka berharap dengan memberikan anak mereka berbagai macam les tersebut, anak mereka bisa lebih pandai, mengeksplor bakat dan memiliki keterampilan, tanpa menyadari betapa berat beban yang ditanggung anak-anak dalam mengerjakan semuanya itu.

3. Membanding-bandingkan anaknya dengan anak lain

Orangtua melakukan ini dengan harapan anaknya akan terpacu untuk menjadi lebih baik, tanpa menyadari bahwa hati anak terluka karena merasa tidak diinginkan.

4. Berfokus pada kesalahan anak

Hal ini bisa disebabkan karena orangtua memiliki ekspektasi bahwa anaknya akan selalu menjadi anak yang baik, yang sempurna, sehingga kesalahan anak sekecil apapun bisa membuat orangtua marah.

5. Tidak mengucapkan kalimat penghargaan.

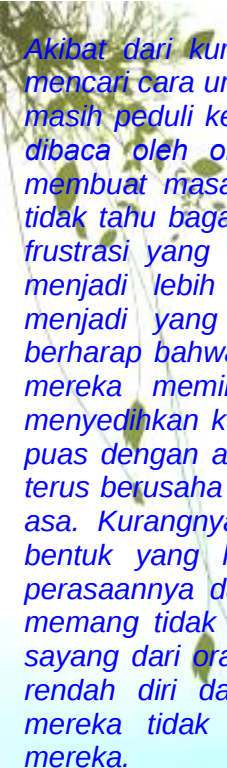
Dan ketika anak melakukan sesuatu yang baik, orangtua menganggap bahwa hal itu harus/sudah sewajarnya dilakukan anak, sehingga tidak ada kalimat pujian.

6. Membuat keputusan untuk anak walaupun mereka sudah mampu memilih .

Dengan melakukan hal ini orangtua menunjukkan rasa tidak percaya bahwa anak mampu mengambil keputusan, dan tidak melatih anak untuk bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Anak akan merasa bahwa suaranya tidak penting untuk didengar, dan kemandiriannya sebagai individu ditiadakan.

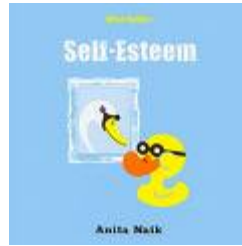
7. Tidak berkomunikasi dengan anak.

Banyak orangtua jaman sekarang, yang karena tuntutan hidup harus bekerja, sehingga kurang menghabiskan cukup waktu dengan anak-anaknya. Di saat mereka punya waktu, biasanya mereka pergi atau nonton bersama tanpa banyak berbicara dan banyak orangtua menganggap bahwa anak kecil belum mengerti banyak hal, sehingga mereka tidak mengikutsertakan anak dalam mendiskusikan banyak hal. Anak menjadi tidak terlatih untuk menyampaikan maksud dan pikirannya. Hal ini menyebabkan anak kehilangan rasa percaya diri dan yakin bahwa dirinya tidak punya hak untuk didengarkan.



Akibat dari kurangnya penghargaan dari orangtua, anak mencari cara untuk meyakinkan dirinya bahwa orangtuanya masih peduli kepadanya. Mereka mencari perhatian (yang dibaca oleh orangtua sebagai 'berontak') dengan cara membuat masalah atau enggan sekolah karena mereka tidak tahu bagaimana mengekspresikan tekanan dan rasa frustrasi yang mereka rasakan. Akibat lain adalah anak menjadi lebih ambisius dalam belajar dan berusaha menjadi yang terbaik dalam nilai akademis. Mereka berharap bahwa orangtuanya akan mengasihi mereka jika mereka memiliki nilai yang bagus. Hal ini sangat menyedihkan karena kenyataannya orangtua tidak pernah puas dengan apa yang mereka lakukan/ capai. Dan anak terus berusaha mati-matian sampai akhirnya merasa putus asa. Kurangnya penghargaan juga dapat muncul dalam bentuk yang lebih berbahaya, yaitu anak memendam perasaannya dan menciptakan keyakinan bahwa mereka memang tidak berharga dan tidak layak mendapat kasih sayang dari orangtua atau dari siapapun. Mereka menjadi rendah diri dan bahkan membenci diri sendiri karena mereka tidak mampu membuat orangtua menyayangi mereka.

(http://www.my-lifespring.com/artikel/menghargai_anak.php)



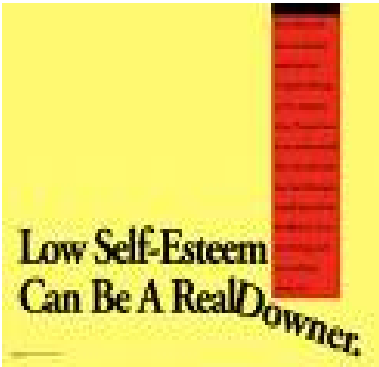
Apa itu Self-Esteem?

*Anda tidak dapat menyentuhnya, tapi itu akan mempengaruhi bagaimana perasaan Anda. Anda tidak dapat melihatnya, tapi ada ketika Anda sedang melihat diri Anda di cermin. Anda tidak dapat mendengarnya, tapi selalu ada ketika Anda sedang berbicara tentang diri Anda. Apa yang hal penting dan misterius ini? Itu adalah **self-esteem** Anda.*

***Self-esteem** Itu adalah seberapa banyak Anda menghargai diri Anda sendiri dan seberapa penting Anda menurut pemikiran Anda. Itu adalah bagaimana Anda melihat diri Anda dan bagaimana perasaan Anda tentang apa yang Anda capai.*

***Self-esteem** bukan menyombongkan diri betapa hebatnya Anda. Itu lebih seperti bahwa Anda mengetahui bahwa Anda berharga. Itu bukan tentang pemikiran bahwa Anda sempurna – karena tidak ada yang sempurna – tapi mengetahui bahwa Anda berharga untuk dicintai dan diterima. (David V. Sheslow, PhD).*

Mengapa *self-esteem* penting?



Seorang anak harus memiliki *self-esteem*. *Self-esteem* yang baik adalah penting karena itu membantu anak untuk dapat mengangkat kepalanya dan merasa bangga terhadap dirinya sendiri dan apa yang dapat ia lakukan. *Self esteem* memberikan dorongan kepada anak untuk mencoba hal-hal baru dan kekuatan untuk percaya terhadap dirinya sendiri. Akan memungkinkan anak menghargai dirinya sendiri, bahkan ketika anak melakukan kesalahan. (David V. Sheslow, PhD).

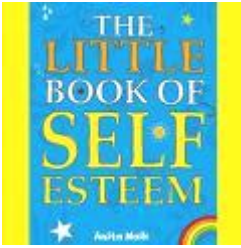
Bagaimana Anak-anak mendapatkan *self-esteem*



Bayi tidak melihat diri mereka sendiri dengan cara yang baik atau salah. Mereka tidak berpikiran: "Saya hebat!" ketika mereka bersendawa atau cemas "Oh, tidak, popok ini membuat kaki saya aneh! Sebagai pengganti, orang-orang di sekitar bayi membantu mereka mengembangkan *self-esteem*. Bagaimana? Dengan memberi semangat ketika mereka belajar merangkak, berjalan, dan berbicara. Mereka biasanya mengatakan: "Kerja yang baik. Baik untukmu!" Ketika orang merawat bayi dengan baik, itu juga membantu mereka untuk merasa layak dicintai dan berharga.

Ketika anak-anak semakin besar, mereka memiliki peran yang lebih besar dalam mengembangkan *self-esteem* mereka sendiri. Kesuksesan – seperti mendapatkan nilai yang baik pada ujian atau mencetak skor dalam permainan sepak bola – adalah hal yang dapat membuat anak merasa bangga. Sama halnya dengan ketika mereka memiliki selera humor yang baik atau menjadi seorang teman yang baik.

Keluarga anak atau orang lain dalam hidupnya – seperti pelatih, teman satu team, dan teman satu kelas – juga dapat meningkatkan *self-esteem* mereka. Mereka dapat membantu seorang anak untuk mengetahui bagaimana mengerjakan sesuatu atau memperhatikan kualitas yang baik dalam diri mereka. Mereka dapat menaruh kepercayaan pada anak-anak tersebut dan mendorong mereka untuk mencoba lagi ketika anak-anak tersebut belum berhasil melakukan sesuatu pada awalnya. Itu semua adalah bagian dari pembelajaran anak untuk melihat diri mereka sendiri dengan cara yang positif, merasa bangga dengan apa yang telah mereka lakukan, dan menjadi percaya diri bahwa masih banyak hal yang dapat mereka lakukan. (David V. Sheslow, PhD).



***Self Esteem* Anak Usia 6 – 10 tahun**

- *Self Esteem* pada anak sudah mulai terstruktur. Penilaian terhadap diri sudah mulai terintegrasi menjadi gambaran diri yang utuh.
- Pada usia ini anak mulai melakukan perbandingan diri terhadap teman-temannya, sehingga *self esteem* anak mengalami penurunan, kemudian meningkat kembali.
- Anak sudah mulai sadar bahwa untuk mencapai sesuatu bergantung dari bakat diri, usaha dan faktor dari lingkungan.

(Berk, Laura E. 2003)

MINGGU PERTAMA-KU

Menjadi Sahabat Terbaik Bagi Anakku

4 Langkah untuk membantu anak meningkatkan kepercayaan dirinya

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang
2. Bermainlah dengan anak Anda
3. Panggillah Anak Anda dengan Namanya
4. Tingkatkan Rasa Percaya Diri

Menjadi Sahabat Terbaik Bagi Anakku

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

Aspek pembentukan kepercayaan diri anak Ibu adalah hasil dari pengasuhan yang penuh kasih sayang, bahwa Ibu perhatian terhadap kebutuhan mereka. Dengan kasih sayang anak merasa keberadaannya diakui oleh Ibu. Anak yang memiliki perasaan akan keberadaannya sepanjang hidupnya, ketika mereka mendapat suatu masalah, mereka akan dapat mencari jalan untuk dapat berdiri dan bangkit kembali di atas kakinya. Tunjukkan dengan banyak cinta dan kasih sayang, melalui kata-kata dan tindakan fisik seperti : kontak mata, membelai, memeluk, beri ciuman, menepuk bahunya.

2. Bermainlah dengan anak anda

Meluangkan waktu dengan anak akan membuat mereka merasa spesial. Berikan waktu khusus setiap hari pada anak. Ibu dapat lebih mengenal anak Ibu dan anak juga dapat lebih mengenal Ibu dengan bermain. Anak akan merasa berarti dengan waktu yang Ibu berikan padanya. Fokuskan perhatian Ibu pada saat bermain dengan anak. Biarkan anak memilih jenis permainan apa yang ingin ia mainkan bersama Ibu. Hal ini dapat

meningkatkan rasa kepercayaan diri mereka, karena anak merasa dirinya berharga.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

Ketika memanggil nama anak Ibu dengan panggilan namanya disertai kontak mata dan sentuhan, hal ini mengandung bahwa anak Ibu "spesial". Selain itu pula akan memudahkan Ibu untuk menerapkan aturan-aturan dan memasukkan nilai-nilai yang akan diberikan pada anak.

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

Self Esteem anak itu diraih, bukan bawaan. Perilaku dan sikap orangtua adalah model bagi anak. Anak tidak dapat mengembangkan rasa percaya dirinya, jika orangtua tidak menunjukkan kepercayaan dirinya pula. Jika orangtua tidak menghargai diri sendiri, maka anak-anak juga tidak akan menghargai dirinya. Aktif mengikuti kegiatan di sekolah anak, salah satu cara meningkatkan rasa percaya diri Ibu.

(Sears, William, M.D & Sears, Martha, R.N. 1995)



Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

☐

Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.

☐

mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.

☐

Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.

☐

Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.

☐

Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

ayo bermain



2. Bermainlah dengan anak anda

☐

Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.

☐

Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.

☐

Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.

☐

Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

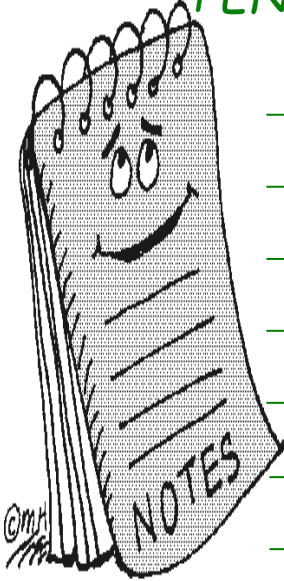
3. Panggilah Anak dengan Namanya

- ☐ Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".
- ☐ Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".
- ☐ Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"
- ☐ Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

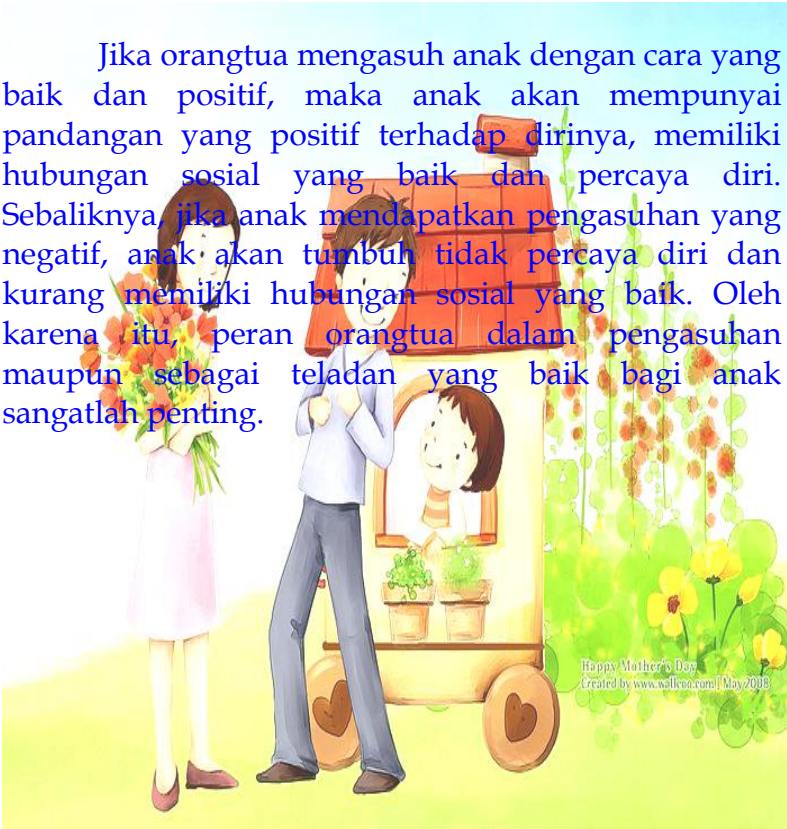
- ☐ Aktif mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.
- ☐ Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.
- ☐ Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.
- ☐ Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak. Misalnya : rapat, pengajian.

PENGALAMANKU



PENGASUHAN ANAK YANG POSITIF

Jika orangtua mengasuh anak dengan cara yang baik dan positif, maka anak akan mempunyai pandangan yang positif terhadap dirinya, memiliki hubungan sosial yang baik dan percaya diri. Sebaliknya, jika anak mendapatkan pengasuhan yang negatif, anak akan tumbuh tidak percaya diri dan kurang memiliki hubungan sosial yang baik. Oleh karena itu, peran orangtua dalam pengasuhan maupun sebagai teladan yang baik bagi anak sangatlah penting.



HARI KEDUA

Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\surd$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

☐

Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.

☐

mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.

☐

Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.

☐

Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.

☐

Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

2. Bermainlah dengan anak anda

☐

Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.

☐

Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.

☐

Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.

☐

Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

☐

Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".

☐

Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".

☐

Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"

☐

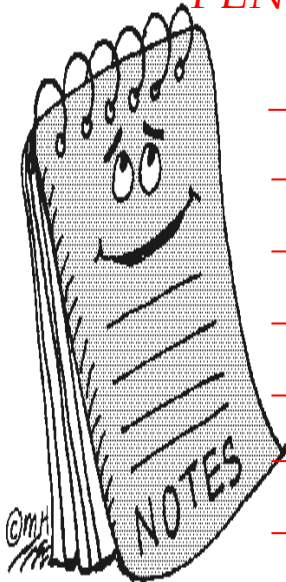
Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

- ☐ Aktif mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.
- ☐ Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.
- ☐ Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.
- ☐ Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak. Misalnya : rapat, pengajian.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

- ☐ Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.
- ☐ mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.
- ☐ Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.
- ☐ Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.
- ☐ Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

2. Bermainlah dengan anak anda

- ☐ Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.
- ☐ Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.
- ☐ Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.
- ☐ Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.
- ☐ Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

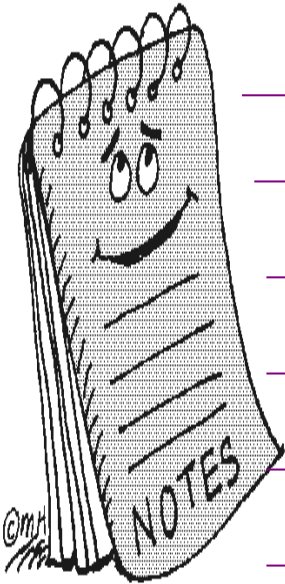
- ☐ Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".
- ☐ Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".
- ☐ Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"
- ☐ Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

- ☐ Aktif mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.
- ☐ Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.
- ☐ Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.
- ☐ Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak. Misalnya : rapat, pengajian.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{CHECK-LIST}}$ pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

- ☐ Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.
- ☐ mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.
- ☐ Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.
- ☐ Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.
- ☐ Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

2. Bermainlah dengan anak anda

☐

Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.

☐

Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.

☐

Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.

☐

Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

☐

Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".

☐

Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".

☐

Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"

☐

Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

☐

Mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.

☐

Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.

☐

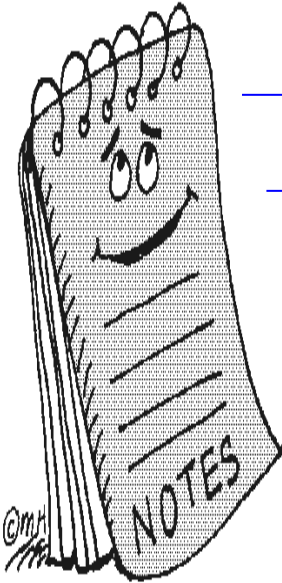
Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.

☐

Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak.
Misalnya : rapat, pengajian.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

- ☐ Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.
- ☐ mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.
- ☐ Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.
- ☐ Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.
- ☐ Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

2. Bermainlah dengan anak anda

☐

Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.

☐

Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.

☐

Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.

☐

Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

☐

Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".

☐

Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".

☐

Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"

☐

Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

☐

Aktif mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.

☐

Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.

☐

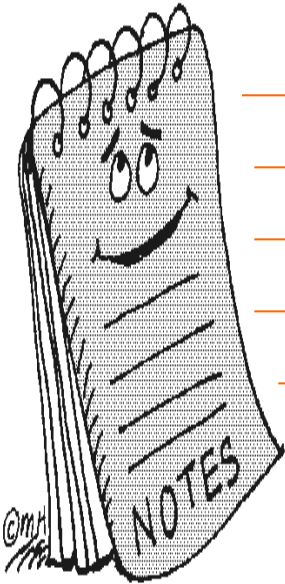
Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.

☐

Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak.
Misalnya : rapat, pengajian.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Mengasuh Anak dengan Penuh Kasih Sayang

☐

Membelai rambut anak, ketika sedang memberinya nasehat.

☐

mengajak anak duduk dikursi bersama-sama, sambil menatap matanya mendengarkan anak menceritakan kegiatannya di sekolah.

☐

Memeluk anak setiap kali anak bangun dan akan tidur, juga setiap kali anak akan pergi ke sekolah.

☐

Menepuk bahu anak, untuk mengatakan "hebat kamu nak" ketika anak mampu mengerjakan PR nya.

☐

Memberikan pujian kepada anak setiap kali ia melakukan hal kecil dirumah, seperti merapihkan buku pelajarannya.

2. Bermainlah dengan anak anda

☐

Bermain bersama dengan mainan pilihan anak.

☐

Pada permainan "menang-kalah" membiarkan anak untuk menjadi pemenangnya dan langsung memberinya pujian.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengajarkan cara permainan yang belum diketahui.

☐

Selalu bermain dengan permainan yang anak sukai. Misalnya. Anak tertawa senang saat sedang dikejar-kejar Ibu, maka Ibu akan mengulangi permainan tersebut.

☐

Setiap hari meluangkan waktu untuk bermain bersama anak.

3. Panggilah Anak dengan Namanya

☐

Selalu memanggil nama anak, setiap kali meminta tolong padanya. Misalnya " 'Siti' tolong ambilkan gelas di dapur".

☐

Mengucapkan "terima kasih" kepada anak, ketika ia sudah membantu. Misalnya : "Terima kasih Siti sudah bantuin Ibu ambilkan gelas".

☐

Membangunkan anak dengan memanggil namanya. Misalnya : "Rio, bangun nak, sudah waktunya bersiap-siap pergi ke sekolah"

☐

Menyebutkan nama anak ketika bertanya padanya. Misalnya : "Apa saja kegiatan Nina di sekolah hari ini?"

4. Tingkatkan Rasa Percaya diri

☐

Aktif mengikuti pertemuan rutin bersama guru di sekolah anak.

☐

Aktif memberikan ide, saran dalam rapat pertemuan orang tua siswa di sekolah.

☐

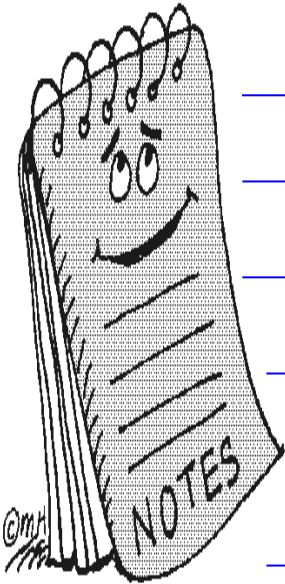
Selalu mengikuti kegiatan yang diadakan oleh POS (Persatuan Orang Tua Siswa) di sekolah anak.

☐

Aktif mengikuti kegiatan rutin di sekolah anak.
Misalnya : rapat, pengajian.

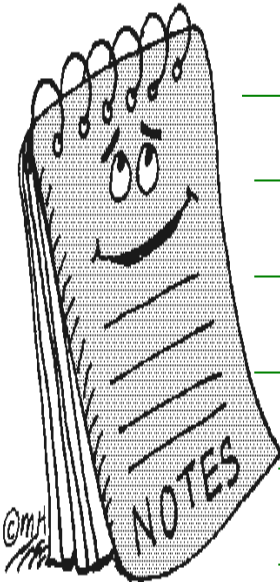


PENGALAMANKU





PENGALAMANKU



MINGGU KEDUA -KU

Aku Peduli Pada Anakku

3 *langkah untuk membantu anak meningkatkan kepercayaan dirinya*

1. Jadilah Cermin yang positif
2. Kembangkan Bakat Anak
3. Buat Anak Anda Untuk Berhasil

Aku Peduli Pada Anakku

1. Jadilah Cermin yang Positif

Self-esteem anak bukan hanya datang dari bagaimana mereka mempersepsi diri mereka sendiri, tapi juga bagaimana orang lain menilai diri mereka. Berilah penilaian yang positif tentang perilaku anak. Ketika Ibu memberikan refleksi yang positif terhadap anak maka anak akan belajar berfikir bahwa mereka adalah baik.

2. Kembangkan Bakat Anak

Dorong anak untuk terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang menarik buat anak, anak akan menikmati dan berhasil. Ajaklah mereka untuk mengambil bagian dari suatu kegiatan yang mereka minati dan sukai, hal tersebut akan membantu memperkuat *self esteem* mereka. Dorongan dari orangtua, memungkinkan anak tahu bahwa orangtua mereka berfikir mereka mampu dan kompeten.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

Pujilah anak Ibu secara spesifik dan dengan kesungguhan (ikhlas) pada hal-hal kecil yang mereka telah lakukan. Jangan menuntut kesempurnaan dari anak. Anak harus mengetahui bahwa orang tua mereka menerima segala kekurangan dan kelebihan anak. Penerimaan dari orangtua dapat membantu anak merasa aman terhadap diri mereka dan dapat meningkatkan harga diri anak.

(Sears, William, M.D & Sears, Martha, R.N. 1995)



Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\surd$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.
- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.
- ☐ Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.
- ☐ Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

- ☐ Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.
- ☐ Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.
- ☐ Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.
- ☐ Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

- ☐ Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.
- ☐ Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

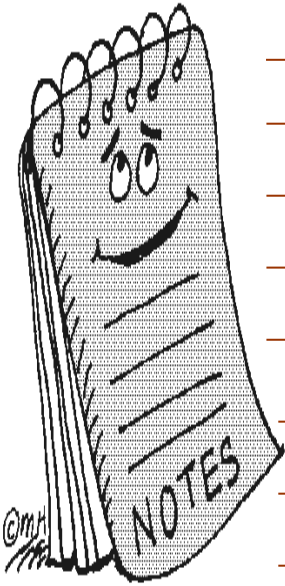
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.
- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.
- ☐ Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.
- ☐ Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

- ☐ Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.
- ☐ Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.
- ☐ Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.
- ☐ Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

- ☐ Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.
- ☐ Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

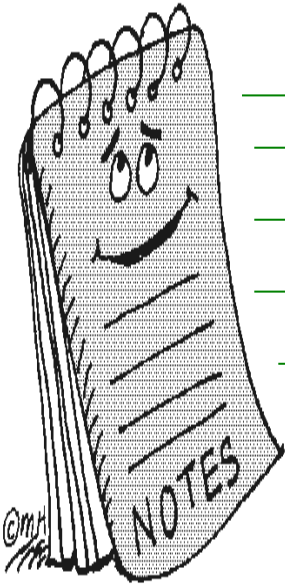
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak Ibu dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.



PENGALAMANKU



HARI KETIGA

Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

☐

Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.

☐

Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.

☐

Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.

☐

Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

- ☐ Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.
- ☐ Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.
- ☐ Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.
- ☐ Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

- ☐ Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.
- ☐ Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

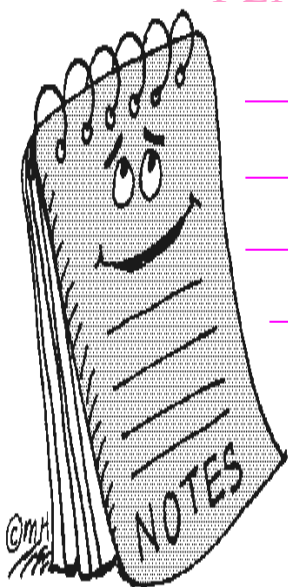
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak Ibu dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.
- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.
Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.
- ☐ Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

☐

Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.

☐

Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.

☐

Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.

☐

Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.

☐

Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.

☐

Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

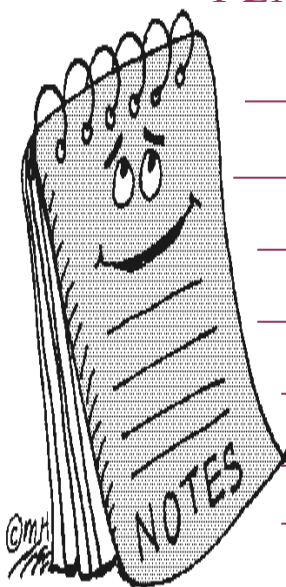
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak Ibu dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\surd$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.
- ☐ Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.
Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.
- ☐ Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

- ☐ Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.
- ☐ Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.
- ☐ Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.
- ☐ Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

- ☐ Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.
- ☐ Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.
- ☐ Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

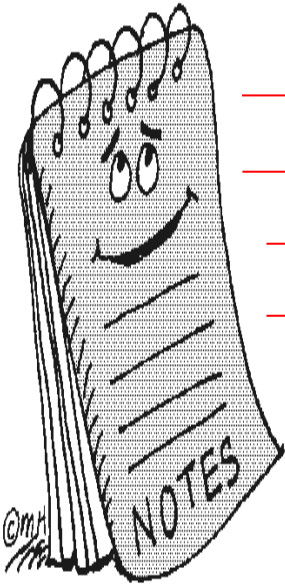
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak Ibu dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\surd$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Jadilah Cermin yang Positif

☐

Mengatakan kakak "hebat" ya sudah bisa kerjakan PR sendiri.

☐

Mengatakan kakak "hebat" ya hari ini bangun pagi.

☐

Anak memberitahu bahwa ia tidak mendapat nilai 100 di sekolah. Ibu mengatakan "wah nilai 75 juga bagus kok kakak sudah belajar keras". Lain kali mungkin bisa belajar lebih keras lagi ya.

☐

Ibu melihat anak menolong temannya dan mengatakan " perbuatan kakak menolong teman itu adalah perbuatan terpuji loh"

2. Kembangkan Bakat Anak

☐

Memberikan peralatan/fasilitas yang mendukung minat dan kesukaan anak.

☐

Mengajak anak ketempat-tempat yang disukainya.

☐

Menyiapkan buku-buku pelajaran sekolah dan buku pengetahuan umum untuk anak.

☐

Memberikan kesempatan kepada anak untuk ikut perlombaan disekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Memberikan pujian ketika anak mendapat kemenangan dalam pekan lomba di sekolah.

☐

Memberikan dukungan, ketika anak gagal meraih juara di sekolah.

☐

Mendengarkan penjelasan anak, ketika anak menceritakan akibat kegagalannya meraih juara dalam lomba di sekolah.

☐

Memberikan penjelasan dengan tenang dan tidak emosional, ketika tahu bahwa anak tidak mendapat nilai terbaik atau tidak mendapat juara pada lomba di sekolah.

3. Buat Anak Anda untuk Berhasil

☐

Menyimpan hasil karya anak di sekolah, di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh semua anggota keluarga, seperti: meja belajar, pintu.

☐

Mengajak anak untuk selalu berlatih dan belajar untuk mencapai hasil yang maksimal.

☐

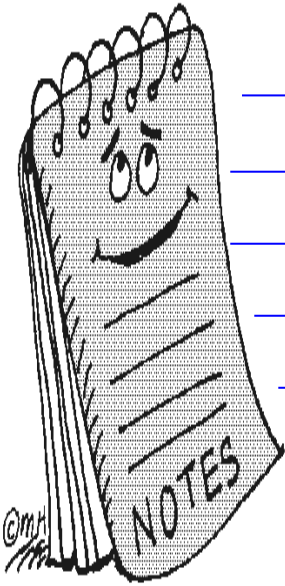
Memberikan penjelasan kepada anak, bahwa setiap individu itu memiliki keunikan dan harus dihargai serta disyukuri.

☐

Tidak membandingkan anak Ibu dengan anak lainnya, terutama dalam perbedaan fisik dan akademis.

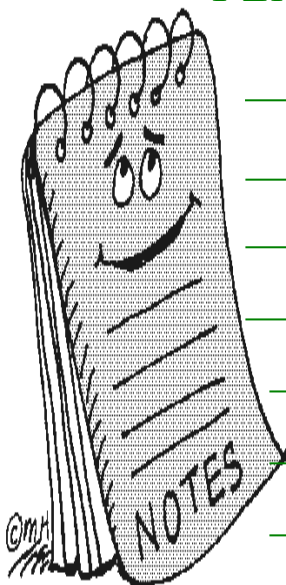


PENGALAMANKU





PENGALAMANKU



Masa Anak Sekolah (Usia 6 – 12 tahun)

Tahap usia ini disebut juga sebagai usia kelompok (*gang-age*), dimana anak mulai mengalihkan perhatian dan hubungan intim dalam keluarga ke kerjasama antar teman dan sikap-sikap terhadap kerja atau belajar. Dengan memasuki S.D. salah satu hal penting yang perlu dimiliki anak adalah kematangan sekolah, tidak saja meliputi kecerdasan dan ketrampilan motorik, bahasa, tetapi juga hal lain seperti dapat menerima otoritas tokoh lain di luar orangtuanya, kesadaran akan tugas, patuh pada peraturan dan dapat mengendalikan emosi-emosinya. Pada masa anak sekolah ini, anak-anak membandingkan dirinya dengan temannya dimana ia mudah sekali dihindangi ketakutan akan kegagalan dan ejekan teman. Bila pada masa ini ia sering gagal dan merasa cemas, akan tumbuh rasa rendah diri, sebaliknya bila ia tahu tentang bagaimana dan apa yang perlu dikerjakan dalam menghadapi tuntutan masyarakatnya dan ia berhasil mengatasi masalah dalam hubungan teman dan prestasi sekolahnya, akan timbul motivasi yang tinggi terhadap karya. Dengan memasuki dunia sekolah dan masyarakat, anak-anak dihadapkan pada tuntutan sosial yang baru, yang menyebabkan timbulnya harapan-harapan atas diri sendiri (*self expectation*) dan aspirasi-aspirasi baru, dengan kata lain akan muncul lebih banyak tuntutan dari lingkungan maupun dari dalam anak sendiri yang semuanya ingin dipenuhi. (Gunarsa, Singgih. D.2003)

MINGGU Ketiga -Ku

Yes Aku Telah Membuat Anakkku Bangga

3 *langkah untuk membantu anak meningkatkan kepercayaan dirinya*

1. Berpeganganlah pada nilai-nilai dasar di rumah.
2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda
3. Beri Anak Anda Tanggung Jawab

Yes Aku Telah Membuat Anakku Bangga

1. Berpeganganlah pada nilai-nilai dasar di rumah.

Mengajarkan nilai-nilai tentang aturan dirumah, nilai keluarga, dan hubungan dengan sesama serta menerapkannya didalam rumah, membantu anak memiliki dasar yang kuat mengenai nilai-nilai untuk diterapkan dalam kehidupannya di luar rumah, hingga ia dewasa kelak. Begitu pula jika kepercayaan diri yang kuat telah ditanamkan dari dalam rumah, akan menjadi alat yang membuat anak lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain. Mereka akan mengetahui bagaimana cara berhubungan dengan kelompok dengan menyenangkan atau tidak menyenangkan. Ketika anak diasuh dengan bimbingan, mereka akan mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan peraturan yang berbeda-beda.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

Terkadang lingkungan sekolah membawa pengaruh yang negatif bagi anak. Hingga mempengaruhi perkembangan emosi dan mentalnya. Orangtua tidak begitu saja melepaskan tanggungjawabnya ketika anak berada di sekolah. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh sekolah terhadap perkembangan anak, orangtua perlu menjalin komunikasi terhadap pihak sekolah, seperti kepala sekolah, wali kelas, guru mata pelajaran, staf administrasi, petugas kebersihan dan keamanan. Mintalah selalu laporan perkembangan anak di

sekolah, agar Ibu dapat mengetahui proses perkembangan anak dilingkungan luar rumah.

3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

Berilah anak-anak pekerjaan rumah agar dirinya merasa berharga, dengan cara menyalurkan energi mereka ke dalam tingkah laku yang diharapkan dan ajar mereka berbagai keterampilan. Berikanlah anak beberapa tanggungjawab dan beri pujian jika mereka melaksanakan tanggungjawabnya.

Dengan melibatkan anak dalam pelaksanaan pekerjaan rumah tangga, mereka akan merasa dirinya sebagai bagian dari anggota keluarganya. Mereka merasa diakui ketika turut diajak berdiskusi dan menilai hasil dari pekerjaannya tersebut. Pujian dan perhatian istimewa dari Ibu setelah mereka melaksanakan tugas dengan baik adalah bukti pengakuan terhadap keberadaannya sebagai anak di dalam rumahnya. Saat itulah anak merasa dirinya berharga dan berguna bagi orangtua dan keluarganya.

(Sears, William, M.D & Sears, Martha, R.N. 1995)



Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\surd$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganglah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi kabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

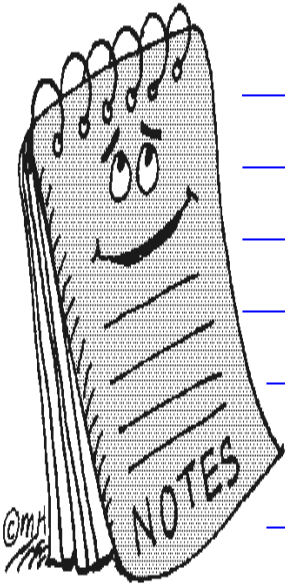
☐ Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.

☐ Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.

☐ Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganganlah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi kabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

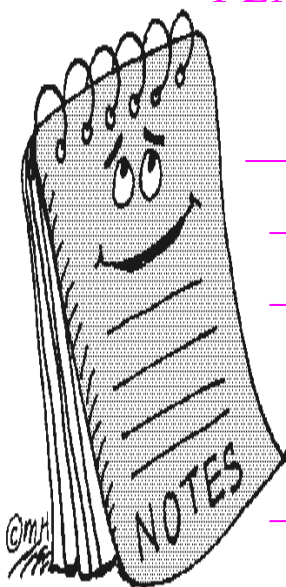
3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

- ☐ Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.
- ☐ Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.
- ☐ Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganglah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi kabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

☐

Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.

☐

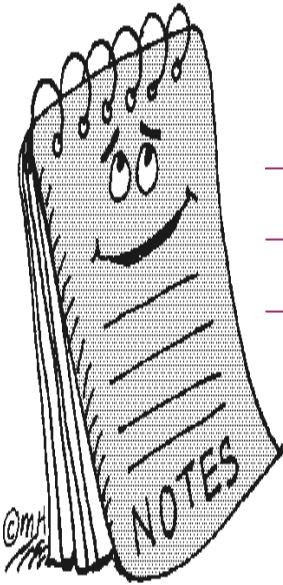
Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.

☐

Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganglah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi kabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

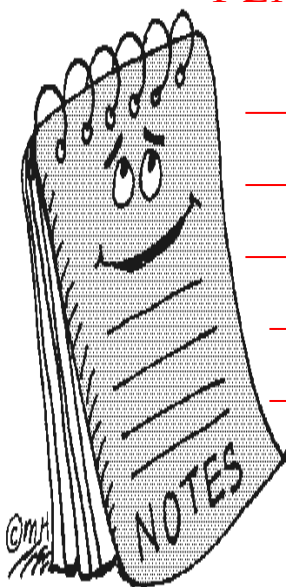
3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

- ☐ Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.
- ☐ Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.
- ☐ Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.



PENGALAMANKU





Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganganlah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi kabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

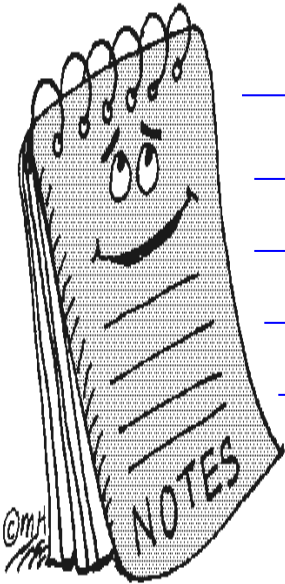
3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

- ☐ Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.
- ☐ Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.
- ☐ Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.



PENGALAMANKU



HARI KEENAM

Ibu, isilah dengan menuliskan tanda $\sqrt{\text{ }}$ (CHECK-LIST) pada tempat yang telah disediakan, jika hal tersebut sudah ibu lakukan, jika belum Ibu lakukan, Ibu tidak usah memberikan tanda apapun.

1. Berpeganglah pada nilai-nilai dasar di rumah.

- ☐ Mengajarkan dan memberi contoh berbicara dengan cara yang sopan kepada setiap orang.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh berkata dan bersikap jujur.
- ☐ Mengajarkan untuk selalu menyebutkan kata "tolong" , jika meminta bantuan kepada orang lain.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk menepati janjinya.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh kepada anak untuk selalu memberi kepada orang yang membutuhkan.
- ☐ Mengajarkan dan memberikan contoh pada anak untuk mengucapkan terima kasih, jika diberi sesuatu oleh orang lain.

2. Monitor Pengaruh Sekolah Terhadap Anak Anda

- ☐ Memiliki nomor telepon sekolah dan wali kelas, untuk memudahkan menghubungi dan memberi khabar tentang anak.
- ☐ Menerima laporan perkembangan anak di sekolah pada waktu yang telah ditentukan.
- ☐ Memiliki jadwal pelajaran dan jadwal kegiatan ekstrakurikuler anak di sekolah.
- ☐ Aktif bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memantau perkembangan anak dengan mengisi buku komunikasi.
- ☐ Aktif mencari informasi mengenai karakter/sifat teman-teman anak disekolah.
- ☐ Aktif mencari informasi dengan siapa anak bermain dan duduk bersama teman disekolah.

3. Beri Anak Anda Tanggungjawab

- ☐ Membuat pembagian tugas di rumah bersama anak.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk membereskan kamarnya sendiri.
- ☐ Memberikan tugas pada anak untuk mempersiapkan buku dan alat tulis sekolahnya.

☐

Memberikan pujian kepada anak, ketika anak selesai mempersiapkan peralatan sekolahnya.

☐

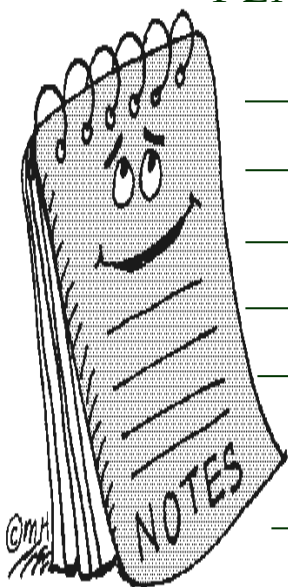
Memberikan pujian pada anak ketika anak membereskan kamarnya dengan rapi.

☐

Memberi hadiah berupa pergi ke tempat rekreasi pilihan anak, ketika anak selalu membantu menyapu lantai rumahnya.

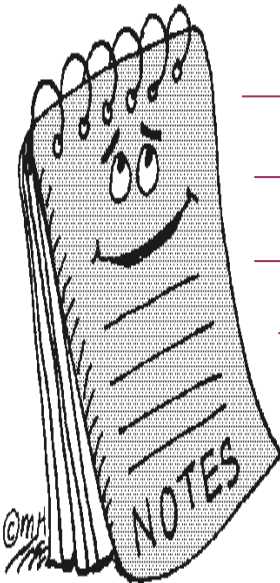


PENGALAMANKU





PENGALAMANKU





SURAT UNTUK ANAKKU

Anakku Sayang

Peluk Cium

* TIPS KOMUNIKASI EFEKTIF DAN EMPATIK

1. ***Luangkan waktu untuk memahami maksud anak*** ! Bertanyalah pada anak tentang kegiatan, minat dan perasaannya. Perasaan sangat penting untuk dipahami. Jika anak tampak ingin mengungkapkan sesuatu, hentikan kegiatan Anda. Duduklah sejajar dengannya. Jika anak masih kecil, dudukkan di pangkuan Anda. Jika sudah besar, letakkan tangan Anda di tangan atau pundaknya. Tatap matanya. Berkomentirlah dengan yang mereka katakan. Ingat! Setiap kata yang Anda ucapkan mengirimkan pesan tertentu pada anak.
2. ***Kirimkan pesan yang jelas dan beri dukungan!*** Memberi perintah sebaiknya Anda hindari. Perintah membuat anak merasa bahwa ia anak bodoh atau malas. Ungkapkanlah perintah dengan perbincangan. Daripada mengatakan, Ayo, makan! Lebih baik mengatakan, 'Nak, mau makan dengan apa ya, kita sekarang? Yuk, kita lihat di meja makan! Kamu mau yang mana?. Anak yang sedang berada pada masa egosentris/negativistik akan secara otomatis mengatakan "tidak" jika Anda mengatakan, Ayo, makan!".
3. ***Berbagi perasaan dengan cara yang nyaman.*** Jika Anda ingin berbagi perasaan dengan anak, gunakan "*I message*". Dengan cara ini, Anda akan terhindar dari "*menuduh anak*". Rumusnya: ketika (***gambaran masalah***), Ayah/Ibu merasa (***gambaran masalah***). Contoh, ketika kamu memukul adikmu, Ibu merasa marah. Yang perlu diingat, tujuan komunikasi adalah berbagi cinta dan kepedulian sambil mengajari anak perilaku yang baik. Jika kita memikirkan apa yang kita bicarakan, ini bisa mengasah keterampilan komunikasi.
(Ariyanti, Fitri, dkk. 2007).

AYO IBU
BUAT ANAKMU
BANGGA
PADA DIRINYA
SENDIRI

DAFTAR PUSTAKA

1. Sears, William M.D. & Martha R.N. 1995. *The Discipline Book*. Little, Brown and Company.
2. Berk, Laura E. 2003. *Child Development*, Sixth Edition. Illinois State University.
3. Gunarsa, Singgih D. 2003. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT BPK Gunung Mulia. Jakarta.
4. Ariyanti, Fitri, dkk. 2007. *Diary tumbuh kembang anak*. Mizan Media Utama. Bandung.
5. Mushoffa, Azis. 2009. *Aku Anak Hebat Bukan Anak Nakal*. Diva Press. Jogjakarta.

DAFTAR WEBSITE

1. http://www.my-lifespring.com/artikel/menghargai_anak.php
2. http://www.madinaschool.com/index.php?option=com_content&task=view&id=5269&Itemid=3
3. <http://ninaserba-serbi.blogspot.com/2009/01/jangan-didik-anakmu.html>
4. <http://Kidshealth.org/feeling/emotion/self-esteem.html>