

# Saya dan Anakku

Sebuah buku panduan untuk orang tua



## 幼兒篇

( 印尼文版 )



國立空中大學健康家庭研究中心 編印

教育部 發行

# Saya dan Anaku

Sebuah buku panduan untuk orang tua



## Terkait buku panduan ini

Buku ini merupakan panduan bagi para orang tua yang memiliki anak usia dini (Taman kanak-kanak). Isi buku ini terbagi atas : Perkembangan Anak, Peran Orang tua, Interaksi Orang tua dan Anak, dan Kehidupan Sekolah. Orang tua dapat meninjau pengalaman pribadi terlebih dahulu, dan kemudian merujuk pada metode yang diberikan dalam buku panduan. Berikut adalah pemikiran dasar dari buku ini:

**1**

**Masalah dalam pengasuhan anak mungkin disebabkan oleh orang tua itu sendiri.**

- Informasi dan metode yang terdapat dalam buku ini merupakan hasil konkrit kerja sama antara orang tua siswa, guru TK, pengamat ahli pendidikan, dan para profesional terkait pendidikan keluarga.

## Terkait buku panduan ini

**2**

**Melalui pengamatan dari interaksi antara orang tua dan anak, orang tua dapat memahami pentingnya edukasi dalam pengasuhan anak.**

**3**

**Melalui penjelasan sederhana ini, orang tua dapat menguasai pengetahuan dan keterampilan dalam pengasuhan secara tepat.**

- Keyakinan kami dalam proses kerjasama ini adalah – Membantu para orang tua agar bisa mendapatkan pengetahuan dan inspirasi baru yang lebih banyak dan lebih baik dalam pola mengasuh anak sehingga anak dapat tumbuh sehat dan ceria.

# Daftar Isi

## 1. Perkembangan Anak

---

Mengapa saya harus memahami perkembangan karakteristik anak? .....	12
Apa yang harus saya lakukan ketika anak selalu mengatakan "tidak"? .....	15
Apa yang harus saya lakukan ketika anak selalu memilih-milih makanan? .....	18
Apa yang harus saya lakukan terhadap anak yang selalu lamban dalam melakukan berbagai hal? .....	21
Apakah perlu menanamkan rasa tanggung jawab pada anak usia dini? .....	24
Apa yang harus saya lakukan jika anak tidak sabar? .....	27
Bagaimana menumbuhkan sikap sopan santun pada anak? .....	30
Apa yang harus saya lakukan saat terjadi perselisihan antara kakak dan adik yang berusia dini? .....	33

## 2. Peran Orang tua

---

Bagaimana caranya agar saya dapat menjadi orang tua yang baik? .....	38
Bagaimana caranya agar saya dapat berkomunikasi dan bekerjasama dengan guru? .....	40
Apa yang harus saya lakukan di tengah kesibukan pekerjaan di rumah dan kantor? .....	43
Bagaimana caranya agar saya dapat mengatur emosi dengan baik? .....	46
Bagaimana caranya agar saya dapat menjadi teladan yang baik bagi anak? .....	49
Apa yang harus saya lakukan ketika pasangan saya memiliki pandangan yang berbeda terhadap cara mengasuh anak? .....	52

# Daftar Isi

## 3. Interaksi antara Orang tua dan Anak

---

Apa yang harus saya lakukan ketika anak merasa saya ..... 58 pilih kasih?	58
Saat liburan saya ingin beristirahat, tetapi bagaimana ..... 60 dengan anak?	60
Bagaimana caranya saya berkomunikasi dengan anak ..... 63 saya yang masih kecil?	63
Bagaimana jika terkadang saya tidak bisa membedakan ..... 66 dengan jelas antara menghargai dengan mempercayai?	66
Apa yang harus saya lakukan ketika anak sering tidak ..... 69 mematuhi peraturan (perjanjian)?	69
Bagaimana caranya agar saya dapat bergaul dengan anak ..... 71 saya yang masih kecil?	71
Apa yang harus saya lakukan ketika anak saya ribut ingin ..... 74 menggunakan handphone atau tablet?	74

## 4. Kehidupan Sekolah

---

Bagaimana memilih TK (Taman kanak-kanak) yang ..... 80 sesuai?	80
Apa yang harus saya lakukan ketika anak saya tidak ..... 83 suka pergi ke sekolah?	83
Apa yang harus saya lakukan ketika anak saya tidak ..... 86 tahu bagaimana cara bergaul dengan temannya?	86
Apakah anak perlu belajar perlindungan diri? ..... 89	89
Bagaimana cara membantu anak mempersiapkan ..... 92 masuk SD (Sekolah Dasar) setelah lulus TK?	92

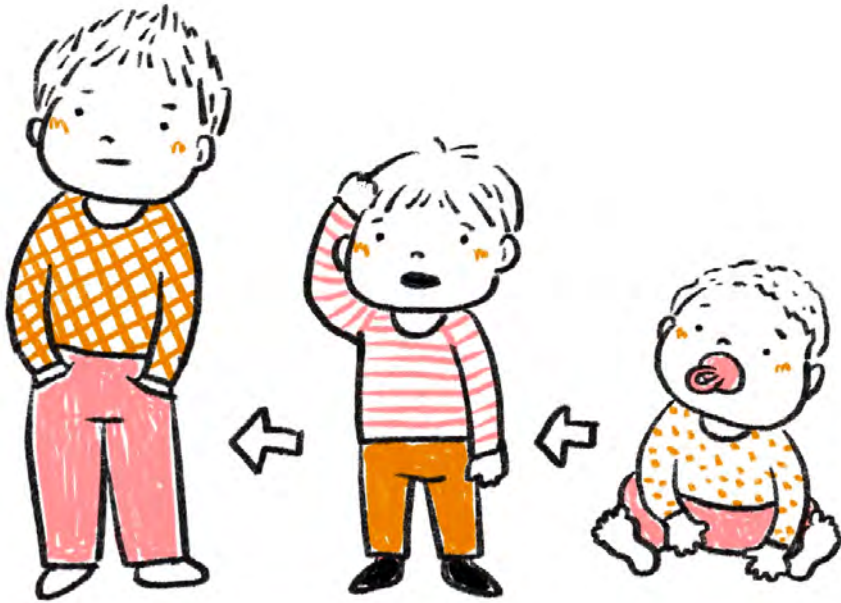
## Perkembangan Anak

Tahap perkembangan anak usia dini adalah tahapan perkembangan yang paling cepat dan signifikan. Meskipun kehadiran anak merupakan hal yang paling menggembirakan hati orang tua, tetapi kehadiran anak juga melahirkan tanggung jawab orang tua untuk mengasuh anak dan akan merupakan masalah yang penting bagi orang tua. Dalam tahapan perkembangan yang paling cepat dan signifikan ini, bagaimana orang tua dapat memahami dan memberikan hal-hal yang dibutuhkan anak merupakan hal yang perlu diperhatikan oleh orang tua.

Perkembangan anak hanya sekali seumur hidup, pada umumnya orang tua akan melakukan semua hal dengan prinsip “demi kebaikan anak”. Akan tetapi, mengapa anak bisa memilih-milih makanan, tidak mau makan ini tidak mau makan itu, selalu mengatakan “tidak”, melakukan segala sesuatu dengan lambat, apa yang harus dilakukan orang tua untuk mengatasi masalah dan kondisi yang tidak diharapkan seperti ini?



## Mengapa saya harus memahami perkembangan karakteristik anak?



Anak pada usia dini, dapat dikatakan perkembangannya sangat cepat. Tetapi apakah Anda tahu apa yang Anda akan hadapi dalam tahap perkembangan anak usia dini?

Berikut adalah kondisi yang dapat digunakan untuk mengenal kondisi pertumbuhan anak usia dini (sekitar 5–6 tahun):

- 1. Sewaktu makan, anak masih belum bisa menggunakan alat makan.
- 2. Anak tidak dapat menggunakan gunting dan mengancingkan kancing.
- 3. Anak tidak dapat melompat dengan satu kaki, tidak dapat bermain lompat tali.
- 4. Anak belum dapat pergi ke toilet sendiri.
- 5. Anak tidak dapat berkonsentrasi pada saat berkomunikasi dan menunjukkan perilaku yang berlebihan.
- 6. Anak sering berbicara sendiri dan mengulang kata-kata yang sama, serta pengucapan dan pelafalan anak masih kurang jelas.

Apabila Anda mencentang opsi di atas, maka Anda seharusnya memperhatikan kondisi perkembangan anak!

Perkembangan pada anak usia dini sekitar 5-6 tahun adalah yang paling menyeluruh, mencakup fisik, motorik, kognitif, bahasa, sosial, emosional dan sebagainya. Apabila orang tua dapat memahami karakteristik perkembangan anak, maka orang tua juga bisa terhindar dari kecemasan yang berlebihan dan juga dapat mendukung perkembangan anak ke arah yang positif.

● **Orang tua dapat menggunakan metode berikut untuk membantu anak:**

- ① Orang tua harus memahami perkembangan anak, dapat menggunakan permainan, bacaan, olahraga atau metode lain untuk membantu perkembangan anak.
- ② Orang tua dapat mengajak anak-anak berpartisipasi dalam aktivitas kehidupan sehari-hari untuk menstimulasi perkembangan fisik, psikologis, kognitif dan emosional mereka.
- ③ Orang tua dapat menggunakan “Daftar Pemeriksaan Perkembangan Anak” untuk mengamati dan memahami perkembangan anak. Daftar tersebut dapat dilihat di link berikut : <http://health.gov.taipei/Default.aspx?tabid=411>
- ④ Setiap anak memiliki keunikan karakter masing-masing, serta memiliki waktu dan kecepatan berkembang yang berbeda-beda.
- ⑤ Jika orang tua memiliki masalah terkait, maka orang tua dapat membaca buku, berkonsultasi dengan para ahli, berkomunikasi dengan guru TK (Taman Kanak-kanak) atau membawa anak ke rumah sakit untuk pemeriksaan lebih lanjut. Lebih awal memahami dan menangani dapat membantu perkembangan anak.

Perkembangan setiap anak mempunyai waktunya masing-masing, jadi orang tua harus sabar dalam menemani tumbuh kembang anak!

## Apa yang harus saya lakukan ketika anak selalu mengatakan "tidak"?



Anak tumbuh dan berkembang secara bertahap, saat anak berusia 2- 3 tahun, seringkali mengatakan “tidak”. Bahkan kata “tidak” menjadi sebuah slogan yang membuat pusing kepala orang tua. Pada masa- masa ini apa yang seharusnya dilakukan oleh orang tua? Bagaimana cara berkomunikasi dengan anak dan bagaimana cara mengajarnya?



**Ketika anak mengatakan “tidak”, apakah Anda memiliki sikap dan perilaku berikut?**

- 1. Benar-benar mengabaikannya dan tetap menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan keinginan Anda.
- 2. Bersikap keras kepala dan tetap beradu dengan intens atau langsung menggunakan nada yang keras untuk membuat anak patuh.
- 3. Emosi tidak terkendali, kehilangan kesabaran dan memarahi anak.
- 4. Mengintimidasi, mengancam dan bahkan menggunakan hukuman terhadap anak.
- 5. Lebih ketat dalam mengatur dan mengendalikan perilaku anak.

Apabila Anda mencentang opsi di atas, maka Anda seharusnya memperhatikan dan mengubah sikap dan perilaku Anda!

● **Berikut ini adalah beberapa cara yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk membantu anak melewati [Masa “Tidak”] ini:**

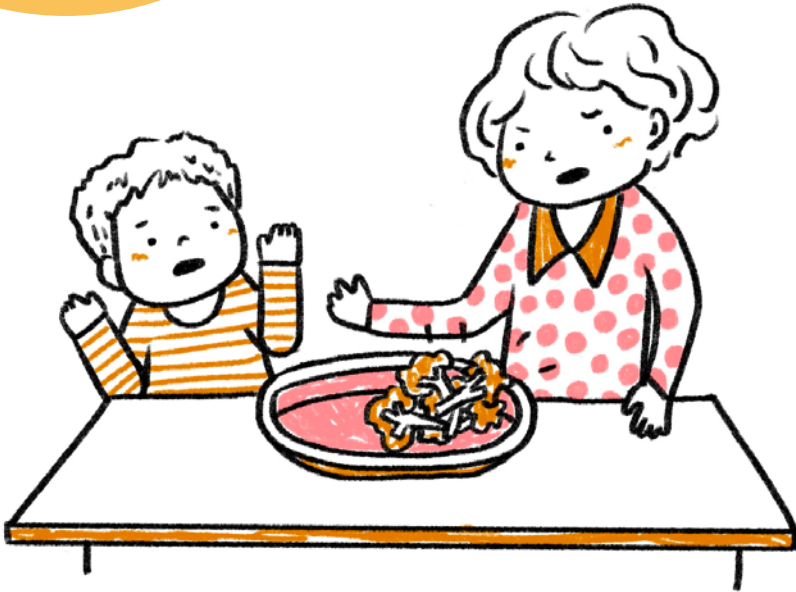
- ① Sikap anak mengatakan “tidak” merupakan caranya mengekspresikan diri. Orang tua dapat menunjukkan sikap empati terhadap perasaan dan pikiran anak, serta mengajarkan anak cara- cara mengekspresikan perasaannya dengan tepat.
- ② Kondisi yang kondusif dibutuhkan untuk memberikan pengajaran pada anak mengenai cara bersikap, sehingga anak dapat mengerti konsekuensi akibat perilaku yang suka mengatakan “tidak”.

- ③ Orang tua dapat memberikan beberapa pilihan kepada anak dan biarkan anak untuk memilih, misalkan: memberi pilihan kepada anak ingin makan “kacang-kacangan” dulu atau “sayuran” dulu, bukan bertanya apakah si anak mau makan atau tidak.
- ④ Memberikan kesempatan pada anak untuk mempelajari hal yang baru, biarkan anak membantu melakukan pekerjaan di rumah sehingga anak memiliki kemauan untuk berpartisipasi dan dapat meningkatkan kemampuannya.

Kesadaran diri anak-anak mulai berkembang pada usia dini, terkadang dengan mengatakan “tidak” mereka ingin mengungkapkan pendapat mereka sendiri, menarik perhatian orang dewasa, atau ingin ditemani orang dewasa. Jadi orang tua harus meluangkan waktu untuk menemani anak dan lebih memahami mereka!



## Apa yang harus saya lakukan ketika anak selalu memilih-milih makanan?



Anak saya suka memilih-milih makanan, tidak mau makan ini dan juga tidak suka itu. Hal tersebut benar-benar membuat saya sakit kepala dan tidak tahu harus berbuat apa. Jika hal ini terus menerus terjadi dalam jangka panjang, sebagai orang tua saya mengkhawatirkan tumbuh kembang anak, dengan ketidakseimbangan nutrisi dikhawatirkan akan menimbulkan masalah-masalah lainnya. Apa yang harus saya lakukan ketika anak suka memilih-milih makanan?

Mari kita lihat, apakah anak Anda menunjukkan perilaku di bawah ini saat sedang makan?

- 1. Pada waktu makan, hanya makan sesuap atau dua suap lalu menolak untuk makan lagi.
- 2. Hanya suka memakan makanan tertentu saja dan menolak makanan lainnya.
- 3. Hanya memakan makanan yang sudah sering dimakan dan menolak jenis makanan baru.
- 4. Menentukan makanan kesukaan sendiri dari penampilan luar dan wanginya.
- 5. Orang tua selalu mengejar-ngejar anak untuk menyuapinya.

Apabila perilaku di atas sering terjadi pada anak Anda, maka Anda perlu memperhatikan pola makan anak, serta memperbaiki perilaku anak yang suka memilih-milih makanan.

● Anda dapat melakukan cara berikut untuk membantu anak mendapatkan nutrisi yang seimbang:

- ① Mengurangi kegiatan yang bisa membuat anak tidak fokus saat makan, seperti: makan sambil menonton tv atau makan sambil bermain game.
- ② Mengubah bentuk dan penampilan makanan yang tidak disukai anak, memperbarui “kemasan” dan mengemasnya ke dalam peralatan makan yang lucu.
- ③ Menggunakan metode masak berbeda pada makanan yang tidak disukai anak untuk menyamarkan rasanya.

- ④ Mengajak anak untuk berpartisipasi dalam pembuatan makanan, sehingga anak dapat menikmati kesenangan dari memasak dan juga membuat anak tidak asing dengan bahan makanan, serta mengurangi sikap anak dalam memilih-milih makanan.
- ⑤ Kapasitas lambung pada anak sangat kecil, orang tua harus menentukan waktu yang tepat untuk memberi makanan ringan dan juga porsi makanannya.
- ⑥ Makan bersama dengan keluarga, dan membiarkan anak duduk pada posisi yang sudah ditentukan saat makan
- ⑦ Mengatur aktivitas atau permainan yang menguras stamina fisik dan kalori. Dengan meningkatkan aktivitas anak, nafsu makan secara alami juga akan meningkat.
- ⑧ Memberikan contoh pada anak seperti tidak memilih-milih makanan dan hindari mengkritik makanan tersebut. Tindakan mengkritik makanan ini dapat menyebabkan anak memiliki pandangan negatif terhadap makanan tersebut.

Suasana makan yang harmonis dan menyenangkan, dapat mengurangi rasa tegang dan penolakan oleh anak, serta membangkitkan selera makan anak.

## Apa yang harus saya lakukan terhadap anak yang selalu lamban dalam melakukan berbagai hal?



“Tolonglah, apakah kamu bisa melakukannya dengan cepat sedikit!” kata-kata ini sangat akrab terdengar. Percayalah, karena anak selalu makan dengan lambat, lambat dalam berpakaian, menggambar pun sampai setengah hari, bahkan saat akan segera terlambat pun, gerakan anak masih sangat lambat, seringkali membuat para orang tua merasa frustrasi dan merasa kehabisan akal. Apa yang harus saya lakukan?!

**Apakah kondisi di bawah sering terjadi pada Anda ketika anak Anda bekerja dengan lambat?**

- 1. Seringkali menyalahkan anak di pagi hari karena lambat, dan bangun tidur lebih telat.
- 2. Seringkali memberi tekanan pada anak dengan penuh cemas seperti “Cepat sedikit! Kita hampir terlambat!”
- 3. Menunggu sambil mengomel dan mencela anak.
- 4. Berteriak dengan cemas dan emosi, sehingga membuat anak merasa bosan dan tidak ingin mendengarkan.
- 5. Kehilangan kesabaran dalam menunggu dan langsung mengambil alih pekerjaan anak.

Apabila Anda dalam keadaan seperti di atas, maka Anda harus memperbaiki dan mengatur interaksi Anda dengan anak!

● **Jika orang tua yang tidak memiliki kesabaran mempunyai anak yang lambat dalam melakukan segala hal, langkah-langkah di bawah ini dapat dijadikan referensi:**

- ① Mengatur waktu aktivitas dan istirahat sehari-hari, biarkan anak tidur lebih awal pada malam hari dan bangun lebih awal di pagi hari, sehingga anak memiliki waktu tidur yang cukup.
- ② Setelah pulang sekolah, bawa anak pergi bermain ke taman atau pusat hiburan anak-anak, dengan menguras energi anak, diharapkan anak bisa lebih cepat tidur saat malam hari.
- ③ Orang tua harus menyesuaikan tempo dan bersikap sabar, agar bisa mencapai titik keseimbangan dengan anak.

- ④ Anak pada usia dini belum mengerti konsep waktu, orang tua dapat terlebih dulu mengingatkan anak sehingga anak dapat lebih awal melakukan persiapan untuk melakukan kegiatan selanjutnya dan apabila anak bisa melakukannya, orang tua dapat memberi pujian sebagai penghargaan.
- ⑤ Tidak terampil dalam melakukan sesuatu bisa menyebabkan lambatnya kerja anak. Orang tua dapat menyesuaikan tempo sesuai dengan keadaan atau kemampuan anak. Contohnya dengan memperhatikan jumlah porsi makanan atau cara anak makan.
- ⑥ Orang tua dapat membimbing dan mendemonstrasikan cara melakukan sesuatu serta meningkatkan efisiensi kerja anak.
- ⑦ Orang tua dapat memberikan contoh dengan melakukan pekerjaan yang tertata dengan baik serta tidak ceroboh, tidak mengulur-ulur waktu.

Memberikan pujian dan dorongan yang tepat dapat membuat anak lebih terampil, percaya diri dan aktif dalam belajar.

## Apakah perlu menanamkan rasa tanggung jawab pada anak usia dini?



Pembinaan kemampuan pada anak, apapun itu, harus dilakukan secara bertahap. Masalah besar maupun kecil di dalam kehidupan ini adalah bahan pelajaran yang baik untuk membina anak memiliki rasa tanggung jawab. Anak yang memiliki rasa tanggung jawab, akan memiliki keunggulan dalam berbagai aspek kehidupan.

Coba pikirkan lagi, dibawah ini manakah yang cocok dengan Anda dan anak Anda?

- 1. Saat menyuruh anak merapikan mainannya, Anda harus membujuk dan memohon padanya.

- 2. Guru TK (Taman Kanak-kanak) mengatakan bahwa di anak seringkali pelupa.
- 3. Anak seringkali melupakan tugasnya, hal ini disebabkan karena anak asyik bermain sehingga melupakan tugas tersebut.
- 4. Membiarkan anak begitu saja saat anak tidak melakukan hal yang seharusnya dia kerjakan dan selesaikan.
- 5. Karena takut pekerjaan akan lebih berantakan jika dikerjakan oleh anak, sehingga Anda memilih untuk mengerjakannya sendiri agar lebih cepat.
- 6. Merasa karena anak masih kecil, sehingga lebih baik dikerjakan oleh orang dewasa.

Jika anak Anda mempunyai kondisi seperti yang disebutkan nomor 1 sampai 4 diatas, maka Anda harus mencoba belajar untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Jika Anda memiliki pemikiran seperti yang disebutkan nomor 5 dan 6, maka Anda harus mencoba melepaskannya dan membiarkannya belajar untuk lebih dewasa.

● Dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab pada anak, Anda dapat melakukan hal berikut:

- ① Jangan karena takut repot lalu merampas kesempatan anak untuk belajar. Biarkan anak latihan menyiapkan perlengkapan belajarnya setiap hari atau keperluan yang guru minta, seperti: Buku laporan, PR, kotak makan, botol minum, dll.
- ② Jangan meremehkan kemampuan anak, hindari kekhawatiran dan rasa ingin melindungi yang berlebihan, agar tidak mengembangkan kebiasaan ketergantungan anak pada orang dewasa.

- ③ Mulailah memberikan pekerjaan atau tugas yang mudah pada anak, seperti merapikan mainan, mengelap meja, meletakkan barang kembali pada tempatnya, dll. Seterusnya, coba tingkatkan kesulitan tugas dan pekerjaan secara bertahap sesuai dengan usia anak.
- ④ Jangan selalu menjadi perantara anak, jika ada yang harus dikumpulkan atau diberikan kepada guru, biarkanlah anak Anda yang melakukannya sendiri.
- ⑤ Tidak ada seorang pun yang dapat melakukan segalanya dengan sempurna saat pertama mencoba, tetapi dengan terus memberikan dorongan semangat, mereka akan memiliki kepercayaan diri dan keberanian untuk terus mencoba.
- ⑥ Biarkan anak-anak bertanggung jawab atas tindakannya dan menanggung konsekuensi atas keputusannya. Sebagai contoh, ketika anak tidak menepati janjinya untuk merapikan mainannya, maka mainannya akan disimpan untuk sementara dan tidak diperbolehkannya untuk bermain dengan mainan itu. Ketika anak gagal dalam memegang komitmennya, maka ia harus belajar untuk menerima konsekuensinya dengan kehilangan haknya.

Kemampuan anak itu bisa dilatih dari pengalaman kehidupan sehari-hari, termasuk dari kesalahan yang ia lakukan. Orang tua juga harus sabar dalam memberi waktu dan kesempatan anak untuk belajar.

## Apa yang harus saya lakukan jika anak tidak sabar ?



“Perut saya lapar! Mengapa makanan belum tersedia?” atau “Sudah siap belum? Ayah! Ibu! Cepat sedikit! Saya sudah tidak bisa menunggu lagi!” Percayalah kalimat tadi sudah tidak asing lagi bagi orang tua. Banyak situasi yang mengharuskan anak menunggu, namun anak seringkali menangis karena tidak sabar, dan anak menunjukkan sikap tidak sabar dalam melakukan hal apapun, situasi ini membuat orang tua pusing dan benar-benar tidak tahu lagi bagaimana cara mendidik anak.

**Cobalah pikirkan, anak Anda menunjukkan perilaku yang tidak sabar dalam hal apa saja!**

- 1. Tidak dapat menyelesaikan suatu hal sampai akhir.
- 2. Apabila suatu hal tidak berjalan sesuai dengan keinginannya atau yang ia sukai, maka ia akan menangis dengan histeris.
- 3. Saat bertemu suatu masalah kecil, anak akan dengan segera menyerah atau langsung meminta bantuan orang lain.
- 4. Sewaktu bermain atau membaca buku, seringkali mengambil yang lain atau suka mengganti ini itu.
- 5. Tidak dapat berkonsentrasi untuk mendengarkan omongan orang tua dan guru.

Apabila Anda mencentang opsi diatas, berarti Anda perlu mengajarkan dan melatih kesabaran pada anak serta mengajarnya tentang prinsip menunggu.

● **Ketika anak kurang memiliki rasa sabar, orang tua dapat melakukan beberapa hal berikut:**

- ① Pada anak usia dini, tingkat konsentrasi dan kesabaran dalam menunggu relatif lebih rendah. Orang tua dapat menciptakan suatu kondisi dimana bisa melatih anak untuk menunggu.
- ② Memberikan permainan yang dapat diselesaikan dengan mudah oleh anak, sehingga memberikan rasa pencapaian atas sebuah prestasi pada anak. Mulailah dengan permainan yang mudah untuk diselesaikan, lalu dilanjutkan dengan permainan yang rumit untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan rasa pencapaian atas sebuah prestasi.

- ③ Ketika anak berhadapan dengan suatu masalah dan langsung merengek dan menangis, tidak mau menyelesaikannya, orang tua dapat mendampingi di samping untuk menuntunnya untuk menyelesaikannya, bukan malah membiarkannya tidak menyelesaikannya, bahkan orang tua dapat memarahinya untuk menyuruhnya menyelesaikan pekerjaan itu.
- ④ Saat anak sedang bermain sesuatu atau melakukan sesuatu, usahakan jauhkan dari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasinya, misalnya sekali bermain hanya boleh memainkan satu permainan, sekali membaca buku hanya boleh membaca satu buku, dan memintanya untuk selesaikan satu pekerjaan terlebih dahulu baru boleh berganti ke yang lainnya.
- ⑤ Menggunakan alat untuk melatih konsep waktu pada anak dan belajar untuk menunggu. Contohnya dengan menggunakan jam pasir, alat pengatur waktu (timer) dan indikator visual lainnya.
- ⑥ Ketika anak sudah memiliki kemajuan dalam perilakunya, hendaknya orang tua memberikan dorongan atau memberikan respons yang positif sehingga anak memiliki rasa percaya diri, sehingga anak akan lebih sabar dalam menyelesaikan masalah.

Sikap sabar dapat dipelajari dan dilatih. Saat melatih kesabaran anak, orang tua hendaknya juga tidak lupa untuk bersikap sabar terhadap anaknya.

## Bagaimana menumbuhkan sikap sopan santun pada anak?



Kita semua tentu berharap anak kita dapat memiliki sikap sopan santun, dapat memberi salam atau menyapa orang lain saat bertemu, dan tentu dengan inisiatifnya sendiri. Akan tetapi, walaupun orang tua telah mengajarnya, anak tetap belum bisa melakukannya. Bahkan sewaktu orang yang lebih tua bertanya padanya, anak tetap menanggapi dengan dingin. Bagaimanakah cara mendidik atau melatih anak agar dapat bersikap sopan serta santun terhadap orang lain?

Perhatikanlah apakah anak Anda mempunyai kondisi seperti berikut:

- 1. Sifat anak Anda yang lebih introvert dan pemalu.
- 2. Anak tidak tahu bagaimana untuk menyapa lawan bicara.
- 3. Anak seringkali tidak mengetahui cara berekspresi dan merasa sulit untuk menyapa orang lain.
- 4. Anak merasa cemas dan tertekan ketika berinteraksi dengan orang lain.
- 5. Anak tidak memiliki kebiasaan untuk mengucapkan “tolong”, “terima kasih” dan “maaf” dalam kehidupan sehari-harinya.
- 6. Anak tidak memiliki inisiatif untuk menyapa orang lain.
- 7. Saat berbincang dengan orang lain, anak tidak melakukan kontak mata dengan lawan bicaranya.

Jika Anda mencentang sebagian opsi diatas, maka Anda harus mulai membantu menumbuhkan sikap sopan santun pada anak dan memperluas interaksi interpersonalnya.

● Dalam menumbuhkan sikap sopan santun pada anak, Anda dapat mencoba metode berikut:

- ① Orang tua harus memperhatikan perilaku sopan santun yang sesuai dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan contoh yang baik pada anak dengan sering mengatakan “tolong”, “terima kasih” dan “maaf”.
- ② Saat anak pertama kali bertemu dengan orang yang lebih tua atau orang asing, orang tua harus langsung memberi contoh atau membimbing anak untuk bersikap.
- ③ Mengajarkan anak berbagai macam cara untuk menyapa orang lain. Contohnya dengan menganggukkan kepala, tersenyum, melambaikan tangan dan lain-lain.



- ④ Menggunakan buku bergambar, cerita dan bermain peran untuk mengajarkan anak akan pentingnya sopan santun dan mengekspresi diri.
- ⑤ Menggunakan permainan yang dapat dilatih secara berulang untuk melatih kebiasaan perilaku sopan santun.
- ⑥ Saat anak menunjukkan perilaku yang sopan santun, orang tua dapat memberikan anak semangat dan pujian atas perilaku sopan santun yang dimiliki anak.
- ⑦ Mengamati dan memahami perilaku anak yang cemas dalam berinteraksi dengan orang, dan mempelajari alasannya.

Menumbuhkan sikap sopan santun dapat dilatih dalam kehidupan sehari-hari. Contoh dari orang tua adalah awal untuk mengembangkan sopan santun pada anak.



## Apa yang harus saya lakukan saat terjadi perselisihan antara kakak dan adik yang berusia dini?



Melihat anak-anak orang lain dapat saling menjaga dan menyayangi satu sama lain, anak-anak saya malah selalu bertengkar. Apa yang harus saya lakukan untuk membantu anak-anak saya dapat hidup secara harmonis?

Mari kita lihat situasi Anda dan anak-anak:

- 1. Ketika anak-anak bertengkar, Anda selalu menyalahkan anak yang lebih besar.
- 2. Seringkali memberikan kewenangan kepada anak yang lebih besar untuk mendisiplinkan anak yang lebih kecil.

- 3. Ketika anak-anak bertengkar, seringkali membiarkan anak menyelesaikannya sendiri dan membiarkan mereka berkelahi.
- 4. Apapun alasan anak-anak bertengkar, Anda tetap menghukum mereka semua.

Tolong diperhatikan, kondisi di atas semua dapat memungkinkan menjadi penyebab anak-anak berselisih.

**● Anda dapat melakukan hal berikut ini untuk membantu mengembangkan hubungan yang baik di antara anak-anak:**

- ① Ketika anak bertengkar, orang tua harus menghindari untuk memberikan penilaian benar atau salahnya pertengkaran mereka dan mendengarkan pemikiran atau pendapat anak Anda.
- ② Orang tua seharusnya membantu anak memahami penyebab pertengkaran dan membimbing anak dengan tepat untuk mendiskusikan solusi dari pertengkaran tersebut.
- ③ Orang tua dapat berdiskusi dengan cerita atau buku bergambar dalam mengajarkan anak bagaimana menyelesaikan perselisihan dan memulihkan hubungan setelah bertengkar.
- ④ Menggunakan permainan untuk melatih kebersamaan dan kerjasama antara kakak-adik. Seperti menyelesaikan permainan puzzle atau stacko bersama.
- ⑤ Dalam kehidupan sehari-hari harus membudayakan sikap sopan santun dan hormat antara kakak-adik, dengan sering mengatakan “tolong”, “terimakasih” dan “maaf”.

Pertengkaran kecil pada kakak-adik merupakan hal yang normal dan orang tua seharusnya menerimanya. Ketika anak berhadapan dengan perselisihan dan penanganan masalah, ini juga sebuah pembelajaran!

## Peran Orang tua

Apakah Anda pernah merasa pusing karena disebabkan oleh masalah tentang bagaimana cara menjadi orang tua yang baik? Terkadang karena pola pengasuhan anak yang berbeda dengan pasangan atau keluarga saya, jadi saya tidak tahu bagaimana berkomunikasi dengan pasangan atau keluarga. Apa lagi sewaktu menghadapi kesibukan antara pekerjaan dan keluarga, benar-benar sangat rumit, saya tidak tahu harus bagaimana.

Mari kita bersama-sama melihat topik dalam buku panduan ini, agar dapat membantu Anda lebih mengerti diri sendiri dan mengerti cara hidup bersama dengan pasangan atau keluarga, sehingga Anda dapat bersikap dan mendapat pembelajaran serta persiapan yang lebih positif mengenai peran orang tua.



## Bagaimana caranya agar saya dapat menjadi orang tua yang baik?



Seiring dengan anak itu lahir, orang tua langsung dihadapkan dengan tantangan, yaitu bagaimana memainkan peran orang tua yang baik agar tidak kewalahan. Pertama-tama kita harus mengamati kondisi kita sendiri.

- 1. Saya tidak tahu bagaimana meningkatkan pengetahuan pengasuhan diri sendiri.
- 2. Saya sering karena kesibukan, tidak bisa mengosongkan waktu untuk menemani anak.
- 3. Ketika anak mengalami masalah, saya selalu membiarkan pasangan atau anggota keluarga untuk menyelesaikannya.
- 4. Saya sering merasa kesulitan memahami kepribadian dan emosi anak.

- 5. Pengasuhan anak menjadi pekerjaan/ dilakukan oleh pasangan kita atau orang lain.

Jika Anda memiliki kondisi seperti diatas, maka Anda harus mulai belajar bagaimana memainkan peran orang tua yang baik!

**● Berperan sebagai orang tua yang baik, saya bisa melakukan hal seperti berikut:**

- ① Setiap hari setidaknya luangkan waktu 15 menit untuk menemani anak, saling berbagi atau bersama-sama melakukan suatu kegiatan.
- ② Berpartisipasi dalam kegiatan Taman Kanak-kanak anak, dapat lebih memahami pembelajaran dan perkembangan sosial anak.
- ③ Memberikan kesempatan belajar kepada anak-anak dan melatih sikap mandiri, serta memberikannya bantuan yang diperlukan.
- ④ Menjadi contoh yang baik bagi anak dalam kehidupan sehari-hari.
- ⑤ Mengatur emosi diri sendiri dan belajar meringankan tekanan dalam mengasuh anak.
- ⑥ Berkomunikasi dengan pasangan atau keluarga agar memiliki sikap atau pandangan yang sama dalam mengasuh dan mengajari anak, dan menghormati serta mendukung metode pasangan atau keluarga yang bersifat positif.
- ⑦ Berkoordinasi dengan pasangan atau keluarga Anda untuk mengasuh dan mendampingi anak Anda.

Pertumbuhan anak hanya sekali, waktu berlalu dengan cepat, orang tua harus menghargai pengalaman yang paling berharga dalam hidup ini.

## Bagaimana caranya agar saya dapat berkomunikasi dan bekerjasama dengan guru?



Dalam proses pertumbuhan anak, apakah pernah ada ide atau keinginan untuk berkomunikasi, saling bertukar dengan guru, tetapi tidak tahu bagaimana cara untuk melakukannya? Mari kita lihat interaksi Anda dengan guru di Taman Kanak-kanak!

- 1. Saya tidak bisa berinisiatif untuk mencari guru untuk memahami keadaan anak saya di Taman Kanak-kanak.
- 2. Karena kesibukan, sering tidak mengikuti kegiatan di Taman Kanak-kanak atau yang diadakan oleh guru.
- 3. Saya seharusnya menghormati profesionalitas guru dan tidak menyampaikan pandangan sendiri.
- 4. Saya tidak akan menceritakan keadaan anak saya di rumah kepada guru.
- 5. Saya tidak tahu tentang serta cemilan yang disediakan oleh Taman Kanak-kanak.

Jika Anda mencentang salah satu opsi diatas, Anda mungkin akan kehilangan informasi penting yang ingin disampaikan oleh pihak Taman Kanak-kanak kepada orang tua, juga mungkin karena kurangnya berkomunikasi dengan guru akan menyebabkan Anda mengerti kondisi perkembangan anak.

- Untuk berkomunikasi dan bekerjasama dengan guru, Anda dapat melakukan hal di bawah ini:
  - ① Pilih waktu dan cara komunikasi yang tepat antara orang tua dan guru, misalnya melalui buku laporan orang tua dan guru, atau mengatur waktu untuk bertemu dengan guru untuk berkomunikasi tanpa mempengaruhi kegiatan kelas anak.
  - ② Setiap orang tua memiliki harapan yang berbeda pada anak, Anda dapat secara halus mengekspresikan dan menunjukkan kebutuhan dan harapan Anda pada guru serta mendiskusikannya dengan guru mengenai cara dan strategi kerja sama antara keluarga dan Taman Kanak-kanak.

- ③ Antara orang tua dan guru seharusnya ada rasa saling percaya dan peduli sebagai dasar kerjasama, jangan berkomentar mengenai guru di depan anak, jika ada hal yang perlu diklarifikasikan, sebisanya langung mengkonfirmasi dengan guru.
- ④ Menjadi teman guru, membantunya memahami anak. Saat anak pertama kali tiba di Taman Kanak-kanak, orang tua dapat membiarkan guru lebih mengenal anak melalui rapat kelas, buku laporan, atau waktu antar jemput serta komunitas di sosial media.

Komunikasi antara orang tua dan guru yang baik, memberikan dampak yang positif terhadap proses pertumbuhan dan pembelajaran anak lho!



## Apa yang harus saya lakukan di tengah kesibukan pekerjaan di rumah dan kantor?



Seiring meningkatnya jumlah kedua orang tua yang bekerja, hal ini menyebabkan pekerjaan dan peran dalam keluarga menjadi cenderung bertabrakan, apakah hal-hal di bawah ini, sering terjadi dalam kehidupan diri Anda sendiri:

- 1. Ketika berangkat kerja maupun pulang kerja selalu terburu-buru untuk antar-jemput anak.
- 2. Setiap hari pulang bekerja harus mengurus anak, memasak, mencuci pakaian, dan banyak pekerjaan rumah yang tiada habisnya.
- 3. Setiap hari selalu sibuk sehingga hanya ada sedikit waktu untuk diri sendiri, untuk berinteraksi dengan orang lain, untuk mengungkapkan perasaan dengan pasangan dan keluarga sendiri.
- 4. Sudah lama tidak ada waktu untuk melakukan hal yang ingin dilakukan.
- 5. Di saat pekerjaan di kantor susah untuk mendapatkan cuti, tapi juga tidak mau melewati urusan anak, jadi sering terjadi dilema pada diri sendiri.

Jika menemui situasi seperti diatas, Anda harus mulai membuat beberapa penyesuaian yang bisa membuat pekerjaan di kantor dan rumah Anda lebih lancar.

**Langkah-langkah berikut ini, mungkin bisa menenangkan kondisi orang tua menghadapi situasi keadaan dilematis antara pekerjaan dan keluarga:**

- ① Melatih kemandirian anak.
- ② Jangan selalu mengejar kesempurnaan.
- ③ Berpikir positif dapat membantu mengontrol emosi.
- ④ Bekerja sama dengan pasangan atau keluarga untuk menyelesaikan pekerjaan rumah.
- ⑤ Luangkan waktu Anda dengan pasangan atau keluarga untuk bersantai.
- ⑥ Memanfaatkan semua sarana dan prasarana di lingkungan sekitar Anda, seperti tabel berikut:

**Tabel 1 Tabel Sarana dan Prasarana yang dapat dimanfaatkan**

Sumber Bantuan	Bantuan yang diberikan	Target dan Tujuan
Tempat Penitipan Anak	Penjaga anak, instansi pengasuhan atau taman kanak-kanak	Membagi beban tugas yang ada
Berkoordinasi dengan orang tua lain untuk naik kendaraan bersama	Antar jemput anak	Saling bantu kebutuhan transportasi dengan keluarga lain.
Tetangga atau saudara yang tinggal berdekatan	Antar jemput anak dan titip asuh anak dalam keadaan mendesak atau darurat	Mengurangi beban dalam merawat anak
Restoran berkualitas	Menyediakan makan malan saat diperlukan	Meringankan beban di saat yang mendesak
Layanan bantuan pekerjaan rumah tangga	Pekerjaan rumah tangga antara lain: member sihkan, menyimpan, menyiapkan makanan, dan sebagainya	Hemat waktu dan tenaga, lebih banyak waktu untuk menemani anak
Tempat kerja yang menyediakan fasilitas yang ramah bagi keluarga pegawai	Taman kanak-kanak bagi anak pegawai, jam kerja fleksibel	Menyeimbangkan tanggung jawab dalam pekerjaan kantor dan tanggung jawab dalam rumah tangga
Sumber bantuan lain	Seperti : Menggunakan jasa belanja online atau memesan makanan secara online untuk menghemat waktu	

**Berbagi tugas dengan keluarga dan menggunakan sarana dan prasarana yang tersedia, dapat memudahkan pekerjaan di kantor dan rumah!**

## Bagaimana caranya agar saya dapat mengatur emosi dengan baik?



Semua orang memiliki emosi, perasaan emosional tidak ada benar atau salah. Namun ekspresi emosional orang tua yang tidak tepat akan mempengaruhi hubungan antara orang tua dan anak bahkan keluarga. Berikut ini beberapa keadaan yang dapat membuat Anda sangat marah, sampai memarahi anak bahkan memberi hukuman fisik:

- 1. Saya sudah sangat sibuk dan anak tetap saja ribut.
- 2. Anak tidak mendengar nasehat serta bertengkar dengan kakak- adik atau teman mainnya.
- 3. Anak yang sedang merengek dan menangis sedangkan pasangan atau keluarga saya tidak mempedulikannya.
- 4. Melihat rumah penuh dengan mainan yang tidak ditaruh ke tempat semula.
- 5. Anak kalau sudah bermain, tidak tahu waktu dan melanggar kesepakatan yang telah disepakati.

Jika menemui situasi seperti diatas, Anda harus mencari cara untuk mengatur emosi Anda dengan tepat.

- **Meningkatkan kemampuan manajemen emosional diri sendiri, saya bisa melakukan ini:**
  - ① Memperhatikan dan menenangkan emosi sendiri, sewaktu suasana hati buruk, jelaskan kepada anak, pasangan atau keluarga dan mintalah mereka untuk mengerti dan menghargai. Contoh: “Suasana hati saya tidak enak hari ini, biarkan saya beristirahat sebentar.”
  - ② Dalam keadaan tenang, beritahu anak, pasangan serta keluarga, berilah diri sendiri waktu beberapa menit untuk keluar dari tempat yang membuat penat, tenangkan diri sendiri dan atur emosi Anda. Setelah emosi sudah lebih tenang, beritahu perasaan Anda agar anak memahami emosi orang dewasa dan belajar cara menanggapi. Contoh: “Tadi saat kalian berdua berebutan mainan, itu membuat saya sangat kesal”.



- ③ Pelajari dan temukan cara menyesuaikan dan meredakan emosi Anda sendiri. Seperti olahraga, nonton film, mendengarkan musik, melukis, relaksasi otot dan aktivitasnya lainnya untuk meredakan emosi.
- ④ Manfaatkan sarana pendukung dengan baik, bila ada masalah emosional, Anda bisa membicarakannya atau menanyakannya kepada orang lain pada saat yang tepat, sehingga emosi bisa diredakan.



## Bagaimana caranya agar saya dapat menjadi teladan yang baik bagi anak?



Keluarga adalah tempat pertama di mana anak berinteraksi selama pertumbuhan, orang tua merupakan objek pembelajaran, yang pertama dan yang paling langsung serta paling spesifik untuk ditiru anak. Oleh karena itu mendirikan model pembelajaran yang baik sangat penting bagi anak.

### Silakan periksa perilaku sehari-hari Anda:

- 1. Meminta anak untuk berkonsentrasi sewaktu makan, tetapi orang tua atau keluarganya sering sambil makan sambil nonton televisi atau bermain dengan ponsel.
- 2. Meminta anak Anda untuk tidur lebih awal agar sehat, tetapi Anda sendiri belum tidur meskipun sudah tengah malam.
- 3. Meminta anak untuk menyapa orang ketika bertemu, tapi diri sendiri selalu pura-pura tidak melihat orang lain.
- 4. Melupakan hal-hal yang telah dijanjikan dengan anak, dan setelah berlalu juga tidak dilakukan.
- 5. Bertengkar dengan pasangan atau keluarga di depan anak, namun malah memarahi anak ketika anak-anak bertengkar satu sama lain.

Hal diatas bukanlah perilaku yang baik, orang tua bagaikan cermin bagi anak. Ketika anak bercermin, ia akan meniru apa yang ia lihat, begitu pula dengan orang tua, perilakunya akan tercermin pada anaknya.

### ● Untuk menjadi contoh yang baik, Anda bisa menguasai prinsip dibawah ini:

- ① Pada saat mendidik tingkah laku anak, harus dingat bahwa orang tua juga harus memperhatikan tingkah laku diri mereka sendiri, jangan sampai membuat anak merasa orang dewasa melakukan hal yang berbeda dengan apa yang dikatakannya.
- ② Perilaku dan sikap orang tua yang baik dapat mempengaruhi anak secara alami dan mengembangkan kebiasaan yang baik.

- ③ Peraturan harus dibuat dan dipatuhi secara bersama-sama, dan juga seharusnya bukan dibuat untuk subjek tertentu dan standar yang tidak konsisten, dan jika terjadi perbedaan, maka harus memberikan penjelasan yang baik pada anak.
- ④ Membangun komitmen orang tua di depan anak, orang tua tidak boleh seenaknya mengingkari komitmen yang sudah disepakati dengan anak, dengan demikian selain dapat mendidik anak menjadi anak yang konsisten antara kata-kata dan perbuatan, juga dapat meningkatkan rasa percaya anak pada orang dewasa.
- ⑤ Menciptakan lingkungan belajar yang baik, membawa nilai norma pembelajaran yang positif. Jika Anda berharap anak makan dengan gizi teratur, maka dalam penyiapan makanan harus memilih makanan dengan gizi yang seimbang.

Agar menjadi suri tauladan yang baik bagi anak, semua dapat dimulai dari hal-hal kecil dari kehidupan sehari-hari lho!



## Apa yang harus saya lakukan ketika pasangan saya memiliki pandangan yang berbeda terhadap cara mengasuh anak?



Setelah memiliki anak, jika pandangan pengasuhan kedua orang tua tidak sama, maka sangat mudah terjadi konflik dan mudah menyebabkan anak menjadi bingung dan tidak tahu harus bagaimana.

Saat mengasuh anak, apakah keluarga sering memiliki situasi berikut ini?

- 1. Pasangan menentang opini Anda secara langsung di depan anak.
- 2. Ketika Anda memberitahu kesalahan anak, pasangan malah mengatakan bahwa itu adalah kesalahan Anda.
- 3. Sering terjadi pertengkaran dengan pasangan karena cara penetapan disiplin.
- 4. Sering merasa respon dari pasangan terhadap anak terlalu berlebihan.
- 5. Di rumah, saya atau pasangan selalu berkata, “Iya, kamu paling bisa, kalau gitu kamu sendiri saja yang ajari, atur saja sendiri!”

Jika Anda mencentang salah satu opsi diatas, maka Anda dan pasangan Anda harus melakukan penyesuaian dalam mengasuh anak!

- **Ketika konsep pengasuhan kedua orang tua tidak sama, dapat dilakukan hal berikut ini:**
  - ① Temukan perbedaan atau pandangan yang berbeda dengan pasangan, komunikasikan serta koordinasikan dengan baik, lalu tunjukkan sikap yang konsisten dalam menghadapi anak.
  - ② Saling menghormati dan berdiri pada sudut pandang yang konsisten untuk menghindari anak menjadi bingung tidak tahu harus bagaimana.

- ③ Saat terjadi konflik tentang pengasuhan, terlebih dahulu mengutamakan salah satu pendapat, kemudian mencari waktu yang tepat untuk berkomunikasi dengan pasangan, hindari pertengkaran di depan anak, menyebabkan anak menjadi bingung tidak tahu harus bagaimana.
- ④ Berbagi tugas dengan pasangan dalam mendidik anak, jika satu pihak menghukum anak, pihak yang lain menghibur anak, tapi jangan selalu orang yang sama yang memberi hukuman dan menghibur.
- ⑤ Mencari bantuan dan dukungan eksternal untuk mengurangi konflik antar pasangan, seperti layanan dan bantuan Pusat Pendidikan Keluarga (Hotline Konsultasi Edukasi Keluarga Nasional 412-8185).

Orangtua dapat saling berkomunikasi dengan cukup dan efektif, bekerja sama untuk pendidikan anak, adalah kebahagiaan terbesar buat anak!



## Interaksi Antara Orang tua dan Anak

Pada tahap anak usia dini, interaksi antara orang tua dan anak dapat membantu anak-anak mulai dari pendekatan individu secara bertahap, memahami lingkungan dunia luar dan juga membantu anak-anak untuk beradaptasi ketika dia memasuki Taman Kanak-kanak. Tetapi anak masih begitu kecil, sebenarnya apa yang dapat dilakukan untuk dapat bergaul dan juga berkomunikasi dengannya? Anak seringkali butuh orang dewasa untuk mendampingi. Akan tetapi, orang dewasa juga membutuhkan waktu untuk dirinya sendiri. Apakah yang harus dilakukan ketika anak seringkali tidak menaati peraturan dan merasa saya pilih kasih?



## Apa yang harus saya lakukan ketika anak merasa saya pilih kasih?



Saya merasa saya telah bersikap adil terhadap anak. Baik itu sikap, membeli barang ataupun pembagian suatu hal akan selalu memikirkan kebutuhan anak. Akan tetapi mereka seringkali berkata bahwa kami sebagai orang tua bersikap pilih kasih. Apa yang dapat saya lakukan?

Apakah anak merasa Anda pilih kasih? Mari kita lihat di bawah ini!

- 1. Seringkali menggunakan anak lainnya untuk saling membandingkan satu sama lain
- 2. Lebih sering menghabiskan waktu dengan anak tertentu.
- 3. Lebih sabar kepada anak tertentu.
- 4. Sering mengatakan: “Kamu adalah kakak, maka kamu harus mengalah untuk adikmu.”
- 5. Memberikan dorongan dan pujian yang lebih banyak untuk anak lain.
- 6. Mencela kesalahan salah satu anak di depan anak lainnya.

Keadaan di atas mudah sekali membuat anak merasa bahwa Anda pilih kasih.

● **Saya dapat melakukan hal berikut untuk mengurangi ketidakadilan atau komplain:**

- ① Setiap hari harus memiliki waktu untuk berinteraksi dengan setiap anak. Ketika Anda berinteraksi dengan satu anak, buatlah anak merasa mendapatkan cinta kasih terhadapnya.
- ② Hindari membandingkan anak satu sama lain untuk mengurangi persaingan atau konflik yang tidak baik
- ③ Hindari perkataan “kamu adalah kakak, maka seharusnya biarkan adikmu...” Menilai sesuatu sebagaimana seharusnya, sehingga mengurangi perselisihan antara anak-anak.

- ④ Dengarkan suara anak, pahami apa yang anak maksud dengan “pilih kasih”. Orang tua dapat menggunakan hal ini untuk menyesuaikan interaksinya dengan anak.
- ⑤ Berkomunikasi dan berkoordinasi dengan pasangan atau keluarga untuk bersama-sama membagi tugas mendampingi dan mengasuh anak. Buatlah setiap anak merasakan cinta kasih dan perhatian dari orang dewasa.

Setiap anak itu unik, pahami karakteristik anak yang berbeda-beda. Gunakan metode yang disukai anak ketika mendampinginya. Buatlah anak merasakan penuh cinta kasih!



## Saat liburan saya ingin beristirahat, tetapi bagaimana dengan anak?



Energi anak sepertinya tidak pernah habis. Biasanya saat pergi kerja sangat melelahkan dan terkadang saat hari libur ingin beristirahat. Akan tetapi, anak meminta untuk membawanya pergi keluar untuk bermain. Apakah yang dapat saya lakukan?

**Pertama- tama mari kita lihat situasi liburan Anda:**

- 1. Saat anak meminta untuk membawanya pergi keluar untuk bermain pada waktu libur, saya seringkali mencari alasan untuk tidak pergi.
- 2. Perilaku anak tidak baik sehingga saya khawatir apabila membawanya keluar rumah maka akan merepotkan.
- 3. Pada hari kerja saya sudah sangat sibuk, sehingga saat libur saya seringkali bangun lebih siang.
- 4. Saat hari libur perlu pergi kerja atau lembur dan tidak dapat menemani anak untuk keluar rumah.
- 5. Seringkali pada hari libur karena banyak orang di luar maka tidak mau membawa anak keluar rumah.

Apabila keadaan di atas sering terjadi pada diri Anda, maka Anda harus menyesuaikan waktu yang tepat dan beradaptasi untuk tidak mengurangi hubungan kasih sayang yang kental antara anak dan Anda.

● **Saya dapat melakukan hal berikut untuk mengatur hari libur anak:**

- ① Penting untuk dipahami bahwa interaksi keluarga adalah hal yang paling penting. Tidak seharusnya mengecualikannya dari pekerjaan dan juga jangan menjadikan sibuk dan lelah sebagai alasan.
- ② Pergi bermain atau berkomunikasi dengan keluarga lain yang memiliki anak usia dini. Biarkan anak memiliki teman bermain. Tidak hanya dapat meningkatkan kemampuan interpersonal anak, tetapi juga dapat saling menjaga satu sama lainnya, serta mengurangi tekanan untuk menjaga anak.

- ③ Bawa anak Anda pergi ke taman, pasar swalayan, pasar tradisional, pasar swalayan kecil, toko buku, perpustakaan, gedung orang tua-anak atau lapangan olahraga dan tempat lainnya yang dekat dengan rumah. Beraktivitas di lingkungan sekitar rumah dapat meningkatkan hubungan yang baik antara orang tua dan anak.
- ④ Mengajak anak terlebih dahulu merencanakan kegiatan pada hari libur, serta memilih aktivitas yang diminati untuk diikuti bersama-sama orang tua dan anak. Tidak hanya meningkatkan hubungan antara orang tua dan anak, tetapi juga menumbuhkan minat anak-anak.
- ⑤ Sebelum keluar rumah sebaiknya berikan penjelasan dan perjanjian, sehingga orang tua dapat lebih tenang membawa anak keluar rumah.

Didampingi oleh orang tua adalah salah satu hadiah yang paling berharga bagi anak-anak. Walaupun sibuk, jangan lupa gunakan waktu libur Anda untuk berinteraksi dngan anak.





## Bagaimana caranya saya berkomunikasi dengan anak saya yang masih kecil?



Sewaktu bayi baru lahir, menggunakan cara menangis dan merengek untuk menyatakan kebutuhan. Secara bertahap, anak akan dapat mengekspresikan pikiran melalui tindakan dan bahasa. Akan tetapi anak saya masih kecil seringkali ucapannya tidak jelas, saya juga tidak tahu apakah dia dapat mengerti apa yang saya ucapkan. Apa yang dapat saya lakukan untuk berkomunikasi dengan anak yang masih kecil?

Apakah kondisi di bawah menggambarkan kondisi interaksi saya dan anak saya?

- 1. Saya sangat sibuk, sehingga tidak ada waktu untuk mengobrol dengan anak.
- 2. Anak tampaknya sering tidak mengerti apa yang saya katakan.
- 3. Anak seringkali menanyakan “mengapa” atau mengatakan “tidak”, sehingga membuat saya merasa tidak sabar.
- 4. Anak masih saja melakukan hal yang dilarang oleh saya.
- 5. Saat anak menangis, saya seringkali tidak tahu apa sebabnya.

Jika ada kondisi di atas, maka buatlah penyesuaian dalam hal berkomunikasi dan berinteraksi dengan anak.

- Saya dapat melakukan hal berikut untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dengan anak yang masih kecil:
  - ① Sebelum berkomunikasi dengan anak, stabilkan suasana hati diri sendiri.
  - ② Jangan mengira anak masih kecil sehingga tidak mengerti perkataan. Sebaiknya kembangkan kebiasaan berbicara dengan anak, sehingga membangun dasar komunikasi antara orang tua dan anak yang baik.
  - ③ Dengarkan suasana hati anak, serta terima dan hormati pemikiran anak.
  - ④ Dengan sabar mengajarkan anak, gunakan kata-kata yang dapat dimengerti oleh anak, hanya memberikan satu instruksi pada satu waktu.

- ⑤ Belajar untuk mengekspresikan kepedulian dan suasana hati. Seperti contoh, “Saat kamu melompat ke sofa, yang saya khawatirkan adalah kalau kamu jatuh dan terluka.”
- ⑥ Manfaatkan empati dengan baik, komunikasi bisa lebih lancar. Seperti contoh, “Kamu sangat ingin bermain dengan temanmu. Tetapi mereka tidak ingin bermain denganmu, jadi kamu merasa sedih. Apakah benar begitu?”
- ⑦ Memberikan panduan dan dorongan yang positif sebagai ganti kritikan, contohnya setelah bersama-sama dengan anak merapikan mainan dapat mengatakan, “Kamu dapat merapikan mainan yang telah kamu mainkan. Kamu melakukannya dengan sangat baik!” Hindari untuk mengatakan, “kamu hanya tahu bermain, tetapi selalu tidak merapikannya.”

Anak tumbuh dengan didampingi oleh orang dewasa. Berinteraksilah lebih banyak dengan anak. Saat melakukan interaksi, Anda dapat lebih mengerti anak, sehingga dapat membantu komunikasi antara orang tua dan anak.



## Bagaimana jika terkadang saya tidak bisa membedakan dengan jelas antara menghargai dengan mempercayai?



Anak merupakan sebuah harta berharga dalam hati orang tua. Tetapi, bagaimanakah memutuskan garis pemisah kedisiplinannya, seringkali hal ini membuat pusing orangtua.

**Pertama- tama pahami keluarga sendiri, apakah memiliki fenomena berikut ini?**

- 1. Anak masih kecil, walaupun ada sikap yang menjengkelkan, tetapi hal itu normal.
- 2. Demi menghindari kesulitan, saya menggunakan uang, hadiah atau memperbolehkan bermain komputer sebagai penghargaan sehingga anak menaati peraturan.
- 3. Demi menghemat waktu atau takut anak akan membuat kotor, maka saya menyuapi anak untuk makan.
- 4. Jika ada hal yang tidak sesuai dengan keinginan anak, maka anak akan melakukan berbagai macam cara untuk membujuk, dan akhirnya saya pun terpaksa menyerah.
- 5. Setiap kali menyuruh anak makan dan tidur, saya selalu melakukan tawar-menawar dan melakukan usaha yang melelahkan.

Jika Anda menemui keadaan di atas, maka hal itu merupakan awal dari sikap Anda yang terlalu memberikan anak kebebasan. Orang tua harus memperhatikan hal ini, karena hal ini mungkin akan menyebabkan anak mempunyai sikap terlalu bergantung, manja atau menjadi “Pengganaau kecil” yang kemampuan interpersonalnya buruk.

● **Poin-poin di bawah ini memberikan referensi kepada orang tua yang ingin mengerti batas penentuan “menghormatinya tetapi tidak mengacuhkannya”:**

- ① Orang tua harus memberikan peraturan yang tepat sesuai dengan usia anak. Biarkan anak mengetahui apa yang dapat dan tidak dapat dilakukan, serta belajar menghargai diri sendiri dan orang lain.
- ② Biarkan anak belajar untuk mengekspresikan pandangan mereka dengan tepat. Orang tua harus memberikan respons yang positif untuk menghindari anak menggunakan tangisan untuk mengekspresikannya.

- ③ Orang tua harus menggunakan waktu yang tepat untuk menjelaskan perilaku yang salah dan mungkin akan berdampak pada diri sendiri atau orang lain. Contohnya, ketika anak tidak makan siang maka pada sore hari akan lapar. Anak yang pernah merasakan kelaparan ( akibat efek alami ) , lain kali tidak akan melewatkan waktu makan siang.
- ④ Orang tua harus lebih banyak mengalokasikan waktu untuk menemani anak sebagai penebus rasa bersalah karena telah memberikan anak kebebasan yang berlebihan.

Pendidikan yang tepat untuk sikap, keterampilan belajar anak akan membantu interaksi antara orang tua dan anak, serta membentuk kepribadian dan kebiasaan anak.



## Apayang harus saya lakukan Ketika anak sering tidak mematuhi peraturan (perjanjian)?



Anak tetangga, HuaHua, dapat menurut dan mematuhi peraturan, sebaliknya dengan anak saya, XiaoMing, mengapa selalu banyak bermasalah? Dinasihati juga tidak menurut.

Apakah keadaan di bawah ini juga sering terjadi pada keluarga sendiri?

- 1. Anak saya selalu menjadi aktif berlebihan ketika bertemu dengan orang, ribuan kali dinasihati juga tidak ada gunanya.
- 2. Anak sering bermain di dapur dan ruang tamu, serta membuat berantakan, dan tidak merapikannya.
- 3. Anak seringkali menggunakan metode menangis atau bersikap manja, tidak mematuhi peraturan yang telah ditetapkan oleh keluarga.
- 4. Ketika keluar rumah, anak selalu lari ke sana kemari dan tidak dapat dikontrol.
- 5. Anak seringkali tidak mematuhi peraturan sekolah Taman Kanak-kanak dan tidak mendengarkan omongan gurunya.

Mengingatnkan Anda bahwa penentuan antara menyayangi dan memanjakan anak hanya terpisah dengan satu garis batas.

● **Saya dapat melakukan hal berikut untuk memandu anak supaya patuh pada peraturan:**

- ① Peraturan keluarga ditetapkan melalui diskusi bersama antara orang tua dan anak. Selain itu, harus terus memahami kebutuhan dan kondisi anak (contohnya: umur) untuk meninjau kembali peraturan yang ada, sehingga dapat terus mempertimbangkan kebutuhan anak dan orang tua.
- ② Berkomunikasi dengan nada yang lembut dan tegas, serta menggunakan bahasa yang dapat dimengerti anak untuk menjelaskan perjanjian atau prinsip yang telah disepakati.
- ③ Dalam pelaksanaan peraturan seharusnya dilakukan secara bertahap, berikan anak Anda kesempatan untuk dapat mengerti sepenuhnya dan berlatih.

- ④ Melalui hidup yang disiplin untuk bekerja dan istirahat, serta membentuk kebiasaan akan mengurangi sikap anak yang kurang berhati-hati dalam mengerjakan sesuatu.
- ⑤ Menggunakan kesempatan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengajari anak menaati peraturan, akan memudahkannya beradaptasi dengan lingkungan sekolah Taman Kanak-kanak atau lingkungan sosial.

Menaati peraturan akan membuat anak dapat melakukan sesuatu penuh perhatian dalam hidupnya dan juga anak dapat belajar mandiri dan melatih tanggung jawab.



## Bagaimana caranya agar saya dapat bergaul dengan anak saya yang masih kecil?



Saya mengerti bahwa menemani anak adalah hal penting. Tetapi anak begitu kecil dan juga tidak tahu apa yang dapat dilakukan bersama mereka. Apa yang dapat saya lakukan untuk dapat membantu anak dalam perkembangannya?

**Pikirkan apa yang dilakukan saat berinteraksi dengan anak-anak?**

- 1. Bersama anak melihat televisi, ponsel, tablet atau computer masing-masing.
- 2. Sambil menjaga anak yang bermain sendirian, sambil di sisi mereka bermain ponsel.
- 3. Asalkan anak tidak rewel, maka tidak akan terlalu memperhatikan anak sedang melakukan apa.
- 4. Cerewet dan bersikap menyebalkan, serta memberi pesan ini itu.
- 5. Mengoreksi perilaku anak dengan memberikan hukuman karena dia telah melakukan hal yang salah kepada Anda di masa lalu.

Studi menunjukkan interaksi orangtua dan anak yang positif dengan adanya saling berbagi perasaan, dapat meningkatkan setiap perkembangannya dan mengenali dirinya sendiri serta kepercayaan diri dalam hal yang positif.

**● Saat bergaul dengan anak hindari hal seperti peribahasa yang mengatakan “orangnya di sini tapi hatinya tidak”.**

- ① Setiap hari mendengarkan anak tentang apa yang dilakukannya saat di sekolah Taman Kanak-kanak atau di dalam kehidupannya. Tidak hanya dapat memahami situasinya, tetapi juga dapat berkontribusi pada ekspresi bahasa lisan anak.
- ② Melalui permainan dapat membantu anak merasa senang dan juga cara yang paling mudah untuk meningkatkan hubungan antara orang tua dan anak. Seperti contoh, bersama-sama bermain stacko, puzzle, permainan papan, permainan peran dan lainnya.

- ③ Menemani anak membaca buku bergambar. Selain dapat meningkatkan keintiman dengan anak, juga dapat dengan menggunakan plot cerita dari buku bergambar meningkatkan perkembangan bahasa anak dan mengajarkan konsep kehidupan sehari-hari yang benar kepada anak-anak.
- ④ Saat hari libur merencanakan olahraga atau aktivitas di luar ruangan. Contohnya, menemani anak bersepeda, berkemah, atau ke taman hiburan, kebun binatang. Sehingga dapat meningkatkan kualitas interaksi antara orang tua dan anak.

Anak akan belajar dan berkembang dari kehidupan sehari-hari. Lebih banyak bersabar dan mendampingi. Anda akan lebih menikmati waktu-waktu yang manis bersama antara orang tua dan anak.



## Apa yang harus saya lakukan ketika anak saya ribut ingin menggunakan handphone atau tablet?



Era teknologi atau “zaman gadget” merubah kehidupan rumah tangga. Setiap hari akan dapat terlihat anak yang menggunakan produk 3C ( produk yang termasuk dalam computer, communication dan consumer electronics, seperti ponsel dan komputer) untuk “mengontrol” orang tua, apabila tidak diberi, maka mereka akan menangis. Apakah Anda khawatir bila anak Anda menggunakannya secara berlebihan dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan mental anak?

Pikirkan, apakah di rumah ada keadaan berikut saat menggunakan produk 3C?

- 1. Sewaktu Anda atau pasangan Anda menggunakan produk 3C, anak Anda juga ikut melihat.
- 2. Sering menggunakan ponsel atau tablet sebagai alat untuk membantu belajar.
- 3. Tidak ada waktu mendampingi anak, produk 3C menjadi pengasuh sementara.
- 4. Ketika anak ribut ingin menggunakan ponsel atau tablet, untuk menenangkan emosi anak maka hanya dapat mengalah.
- 5. Menggunakannya sebagai hadiah ketika anak memiliki performa yang baik.

Jika Anda ada mencentang pilihan di atas, maka sebaiknya Anda mulai menyesuaikan atau mengubah kondisi penggunaan produk 3C pada Anda dan anak Anda.

- **Penggunaan yang berlebihan pada produk 3C memungkinkan untuk memiliki dampak pada anak usia dini:**
  - ① Berdampak pada perkembangan penglihatannya, pada umur yang muda memiliki kemampuan penglihatan yang “buruk”.
  - ② Berdampak pada kemampuan kognitif dalam belajar dan pengendalian emosi.
  - ③ Kurangnya kemampuan dalam berinteraksi secara interpersonal dan berdampak pada interaksi dan perkembangan sosial dan Bahasa. Terbiasa mendapatkan rangsangan dari video yang dinamis, sehingga tidak dapat fokus dengan aktivitas yang statis.

● **Ketika anak selalu ribut ingin menggunakan ponsel atau tablet, orang tua harus memperhatikan prinsip di bawah ini:**

- ① Orang tua dapat membantu anak menetapkan peraturan dalam penggunaan produk 3C. Contohnya, waktu setiap kali penggunaan, isi yang dapat dilihat, serta area rumah tertentu yang diperbolehkan dan tidak untuk menggunakannya.
- ② Orang tua dapat memberikan contoh, seperti pengontrolan diri untuk menjauhkan ponsel ketika menemani anak bermain, membaca atau olahraga di luar ruangan.
- ③ Sebisa mungkin doronglah anak agar dapat mempunyai sebuah ketertarikan atau hobi.
- ④ Ketika anak sedang ada emosi, maka seharusnya cobalah untuk mengerti keinginannya atau kondisinya. Bantulah anak untuk dapat mengekspresikan emosinya dengan baik. Tidak seharusnya demi menenangkan emosi anak, maka menggunakan produk 3C untuk menjadi pengasuh sementara.

Hidup di era sains dan teknologi yang sangat maju, kita tidak mungkin membatasi penggunaan produk 3C sepenuhnya pada anak. Intinya adalah bagaimana caranya untuk menggunakannya dengan benar.



## Kehidupan Sekolah

Taman Kanak-kanak adalah sekolah pertama di mana anak berinteraksi, sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan anak. Seiring pertumbuhan anak, anak akan berhubungan dengan masyarakat yang semakin beragam dan kompleks.

Pertumbuhan anak membutuhkan dampingan orang dewasa, tapi terhadap lingkungan Taman Kanak-kanak, anak-anak tidak hanya membutuhkan dampingan orang tua, juga memerlukan orang tua memberikan petunjuk yang tepat, supaya anak-anak dalam pertumbuhan terdapat adaptasi lingkungan yang lebih baik. Tapi menghadapi berbagai jenis Taman Kanak-kanak, bagaimana orang tua memilih Taman Kanak-kanak yang sesuai untuk anaknya? Jika anak-anak membenci sekolah, dan tidak tahu bagaimana bergaul dengan teman sekolah, apa yang harus saya lakukan?



## Bagaimana memilih TK (Taman Kanak-kanak) yang sesuai?



Tidak terasa anak sudah saatnya masuk Taman Kanak-kanak, saat-saat seperti ini adalah saat sulit bagi para orang tua karena harus memilih Taman Kanak-kanak yang cocok untuk anaknya, bagaimana memutuskan apakah Taman Kanak-kanak ini cocok untuk anaknya?

Sebelum memilih Taman Kanak-kanak, periksalah dulu apakah anak sudah siap masuk Taman Kanak-kanak?

- 1. Anak sudah memiliki kemampuan dasar untuk menjaga mereka sendiri. Seperti: minum air sendiri, makan dan sebagainya.
- 2. Anak dapat memahami instruksi orang dewasa, seperti: mainan disimpan dengan baik, pergi minum air, dan buang air kecil.
- 3. Anak dapat mengungkapkan dengan jelas kebutuhan mereka, seperti: saya ingin ke toilet, saya lapar, saya ingin minum air dan kebutuhan keperluan sehari-hari lainnya.
- 4. Anak bisa atau suka bermain dengan temannya.
- 5. Anak dapat melakukan aktivitasnya sendiri dan memiliki kemampuan fokus selama lebih dari 10 menit.
- 6. Rutinitas anak tergolong normal, dan memiliki stamina untuk bermain dan melakukan aktifitas lainnya setidaknya selama setengah hari.

Jika anak dapat memenuhi sebagian besar pilihan di atas, berarti orangtua bisa mulai mencari Taman Kanak-kanak yang sesuai untuk anaknya!

- Untuk menentukan apakah suatu Taman Kanak-kanak cocok dengan anak-anak, sangatlah susah ditentukan dengan tepat melalui brosur atau informasi penampakan fisik sekolah.

- Di bawah ini merupakan poin-poin penting serta referensi yang harus diperhatikan orang tua dalam memilih Taman Kanak-kanak:
- ① Memilih Taman Kanak-kanak yang legal dan resmi yang dapat dicek dari situs Biro (Bagian) pendidikan masing-masing kabupaten/kota Taiwan.
- ② Pertimbangkan transportasi, pilihlah Taman Kanak-kanak yang dekat dengan tempat tinggal atau tempat kerja orang tua. Situs Kementerian Pendidikan Nasional (<http://www.ece.moe.edu.tw/>) memiliki informasi yang lengkap dan praktis mengenai pengajaran dan pendidikan.
- ③ Memahami dan mengkonfirmasi karakteristik Taman Kanak-kanak serta konten pengajaran, waktu penerimaan penjemputan, biaya, rasio guru dengan siswa, guru yang berkualitas, keselamatan lingkungan dan kualitas profesional lainnya serta indikator terkait. Memastikan anak mendapatkan perawatan dan perlindungan yang baik.
- ④ Bawa anak mengunjungi atau mencoba bersekolah di Taman Kanak-kanak secara langsung.
- ⑤ Menjadikan respon anak terhadap Taman Kanak-kanak sebagai pertimbangan pemilihan Taman Kanak-kanak, dan mengambil keputusan setelah mendiskusikannya dengan sang anak.

Jika mental anak-anak dipersiapkan dengan baik, maka mereka akan lebih mudah beradaptasi dengan kehidupan Taman Kanak-kanak.

## Apa yang harus saya lakukan Ketika anak saya tidak suka pergi ke sekolah?



Anak sudah masuk Taman Kanak-kanak, tetapi masih sering malas bangun pagi dan menangis tidak mau pergi ke sekolah Taman Kanak-kanak, atau sewaktu menuju Taman Kanak-kanak selalu menangis. Setiap pagi selalu membuatku pusing dan marah. Pada saat anak tidak suka pergi ke sekolah, apa yang bisa saya lakukan?

**Ketika anak mengatakan tidak suka bersekolah, kamu harus bagaimana meresponnya? Silakan mengamati keadaan di rumah, apakah ada situasi di bawah ini?**

- 1. Mengabaikan perasaan dan mood anak, bersikeras membiarkan anak pergi ke sekolah.
- 2. Dengan nada emosional berceramah kepada anak, seperti berkata kepada anak: “Setiap anak harus pergi ke sekolah!”
- 3. Menggunakan kata ancaman, seperti berkata kepada anak: “Kalau kamu tidak pergi sekolah, aku tidak menginginkan kamu lagi!”
- 4. Sering berkata kepada anak: “Jika kamu tidak pergi ke sekolah, maka kamu harus dihukum berdiri!”
- 5. Anak sering menggunakan alasan untuk tidak pergi ke sekolah dan mendapatkan “keuntungan”, atau menganggap tidak pergi ke sekolah dan tinggal di rumah ada banyak keuntungan. Contoh: bisa nonton TV dengan bebas, bisa main produk 3C, makan snack dan lainnya.

Peringatan untuk orangtua!

Ketika anak-anak membenci sekolah, orangtua tidak boleh melakukan hal-hal di atas ini!

● **Dalam menghadapi kondisi anak tidak suka pergi ke sekolah, orang tua bisa merujuk pada resep di bawah ini:**

- ① Dengarkan cerita anak dengan sabar dan lembut, agar dapat memahami alasan mengapa anak tidak mau pergi ke sekolah.
- ② Berdiri di sudut pandang anak, empati terhadap perasaan subjektif dan suasana hati anak, seperti: saya tahu kamu masih ingin tidur.

- ③ Membantu anak beradaptasi dengan kehidupan Taman Kanak-kanak, biarkan anak bercerita hal yang menyenangkan di sekolah Taman Kanak-kanak, atau pujilah anak ketika anak melakukan hal yang bagus di sekolah.
- ④ Bantu anak menemukan teman atau teman bermain, seperti saudara dan teman, anak tetangga, atau teman sekelas taman kanak-kanak untuk diundang ke rumah atau bepergian bersama.
- ⑤ Pada akhir pekan, liburan berturut atau liburan musim dingin dan musim panas, anak-anak harus berusaha sebaik mungkin untuk mempertahankan jadwal yang sama seperti biasanya untuk mengurangi kesulitan dalam beradaptasi dengan kehidupan setelah buka sekolah, untuk menghindari terjadi ketidaksukaan yang berulang terhadap sekolah.
- ⑥ Orang tua menceritakan pengalamannya saat bersekolah atau bekerja untuk membimbing dan memotivasi anak sehingga membuat mereka menanti-nanti waktu untuk pergi ke sekolah.
- ⑦ Memohon bantuan guru di kelas bersama-sama membantu anak, mengamati dan membimbing anak untuk beradaptasi kehidupan di sekolah.

Setiap hari pada waktu yang sama, orang tua mendengarkan anak bercerita segala hal yang dialaminya selama di sekolah, kemudian memberikan motivasi serta dukungan di saat yang tepat sehingga membuat anak lebih suka pergi sekolah!

## Apa yang harus saya lakukan ketika anak saya tidak tahu bagaimana cara bergaul dengan temannya?



Anak berkata kepada saya bahwa “Tidak ada orang di sekolah Taman Kanak-kanak yang mau bermain dengan saya”, guru mengatakan bahwa anak saya selalu mengamati aktivitas murid lain tapi tidak berinisiatif untuk bergabung. Bagaimana saya bisa membantu anak untuk berintegrasi ke dalam kehidupan berkelompok?

Mari kita lihat situasi anak mengenai masalah interpersonal dibawah ini:

- 1. Sewaktu kegiatan berlangsung, seringkali menjaga jarak dengan anak lain.
- 2. Sangat jarang menceritakan hal-hal yang berkaitan dengan interaksinya dengan teman-teman anak di kelas.
- 3. Tidak mau membagikan mainannya, dan tidak suka berteman dengan teman baru.
- 4. Tidak bisa secara insiatif membantu dan memberi perhatian kepada anak lainnya.
- 5. Tidak bisa secara insiatif membantu dan memberi perhatian kepada anak lainnya.

Jika anak memiliki situasi di atas, mungkin saja dia telah menghadapi masalah interpersonal dalam berinteraksi dengan lingkungan!

● Agar dapat membantu anak dalam masalah hubungan interpersonalnya, Anda bisa melakukan hal-hal di bawah ini:

- ① Temukan faktor-faktor yang mungkin menjadi kesusahan bagi anak, seperti kepribadiannya, kurangnya keterampilan sosial atau kurang pengalaman dalam hal tersebut.
- ② Jika anak Anda cenderung malu dan introvert, Anda dapat menciptakan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan orang lain, jika anak Anda cenderung malu dan introvert, Anda dapat menciptakan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan orang lain.

- ③ Membantu anak Anda untuk mencari teman bermain atau teman yang tetap. Membantu anak Anda mendapatkan teman bermain atau teman yang tetap.
- ④ Memanfaatkan buku bergambar atau bermain peran untuk membimbing anak agar mampu memahami cara-cara bersosialisasi yang baik.
- ⑤ Bila anak memiliki perubahan kelakuan yang positif dan benar, segeralah untuk memberi semangat dan kepastian; Saat anak menunjukkan perubahan yang sangat baik, orang tua harus segera memberinya dorongan dengan cara memuji anak.

Masalah interpersonal akan mempengaruhi pembelajaran seseorang, emosional serta kesehatan, Anda dapat mendampingi anak menerobos rintangan dan membantu anak membangun keterampilan interaksi sosial yang baik.



## Apakah anak perlu belajar perlindungan diri?



Agar anak dapat tumbuh aman, mendidik anak agar dapat menjaga dirinya sendiri adalah hal yang penting. Tapi, bagaimana caranya?

Mari kita periksa apakah anak memiliki kemampuan untuk melindungi dirinya sendiri?

- 1. Anak tidak mengingat nomor telepon rumah dan orang tua.
- 2. Anak selalu gampang berbicara dengan orang asing dengan santai.
- 3. Ketika bermain, sering mengabaikan keselamatan mereka sendiri.

- 4. Anak bisa pergi sendirian bermain di luar.
- 5. Anak bisa menyentuh barang yang tidak jelas.
- 6. Saat terpisah dari keluarganya, anak tidak tahu bagaimana meminta bantuan.
- 7. Anak bisa menerima makanan atau mainan dari orang asing.

Jika anak memiliki situasi di atas, maka Anda harus mulai mengajari anak untuk belajar melindungi diri sendiri!

● **Jika kemampuan anak untuk melindungi diri sendiri tidak mencukupi, orang tua dapat mengajarkan anak tentang pengetahuan yang berkaitan dengan cara- cara di bawah ini:**

- ① Mengajari anak pada saat keluar tidak sendirian dan tidak jauh dari pandangan keluarga.
- ② Jika terpisah dengan keluarga, segera meminta bantuan polisi atau tidak meninggalkan tempat dan menunggu keluarga menemukan dirinya.
- ③ Ajari anak untuk tidak sembarangan berbicara dengan orang asing dan tidak menerima permen, minuman atau mainan dari orang asing.
- ④ Ajarkan anak untuk tidak membiarkan orang lain menyentuh tubuh mereka, jika mereka bertemu orang asing mendekati dan ingin menyentuh badan mereka, harus berkata “Tidak” dengan suara keras, dan segera berlari dan meminta tolong dengan suara keras.
- ⑤ Beritahu anak Anda untuk memperhatikan kata-kata dan perbuatan, termasuk: tidak menjadi pusat perhatian, jangan dengan gampang mengatakan kepada orang lain situasi keuangan mereka di rumah, agar tidak menjadi sasaran jahat orang lain.

- ⑥ Memberikan kesempatan pada anak untuk berlatih menelpon rumah dan orang tua.
- ⑦ Beritahu anak Anda agar tidak menyentuh barang yang tidak jelas (seperti: hewan dan tanaman asing, sarang lebah dan lain-lain), untuk mencegah terjadi bahaya.
- ⑧ Ajarkan anak untuk tidak menyentuh steker dan peralatan listrik dengan tangan basah; jangan mengambil benda atau gunting sambil berlarian.
- ⑨ Jika merasa situasi lingkungan tidak normal, harus segera memberitahu orang dewasa, misalnya mencium bau gas di dalam ruangan, harus segera memberitahu orang dewasa.

Saat di taman kanak-kanak, Anda harus memperhatikan

1. Jangan keluar kelas sesuka hati, saat mengajar di luar sekolah, ikuti guru dengan seksama, dan jangan tinggalkan tim atau pandangan guru sesuka hati.
2. Jika anak menemukan orang asing di kampus, anak dapat mengambil inisiatif untuk memberi tahu guru. Saat di sekolah, Anak tidak boleh meninggalkan kampus dengan orang yang tidak di kenal.

## Bagaimana cara membantu anak mempersiapkan masuk SD (Sekolah Dasar) setelah lulus TK?



Anak kesayangan akan segera masuk Sekolah Dasar! Ini benar-benar merupakan tahapan baru. Tapi apakah orang tua dan anak tahu, bahwa sebelum masuk Sekolah Dasar, Anak Anda dapat terlebih dahulu mempersiapkan diri dengan baik, yaitu melalui rutinitas anak, kebiasaannya dalam kehidupan sehari-hari, sikapnya dalam proses pembelajaran, maka Anda harus percaya bahwa anak Anda akan mampu lebih cepat mengenal dan memahami kehidupan di Sekolah Dasar!

Mari kita simak beberapa hal berikut untuk mengetahui apakah setelah lulus TK, si kecil siap melanjutkan pendidikan ke jenjang pendidikan SD dengan baik?

- 1. Setiap hari anak tidak bisa bangun pagi.
- 2. Anak tidak bisa pergi kamar mandi, memakai pakaian dan sepatu, kaos kaki sendiri.
- 3. Anak tidak bisa menyiapkan pakaian dan barang yang akan dipakai di Taman Kanak-kanak besok pada hari sebelumnya secara mandiri.
- 4. Anak tidak bisa mengungkapkan pendapatnya dengan benar dan inisiatif.
- 5. Anak tidak tahu Sekolah Dasar tidak ada makanan ringan.
- 6. Anak tidak tahu rutinitas atau jam masuk pulang Sekolah Dasar.

Jika anak Anda memiliki situasi di atas, maka Anda sudah harus mulai membantu anak untuk persiapan masuk SD!

● Jika anak kesayangan Anda tidak memiliki kebiasaan atau kemampuan di atas, Anda dapat menggunakan metode berikut ini untuk membantu dan menemani anak untuk berlatih bersama:

- ① Mempersiapkan diri sendiri dan anak untuk menyesuaikan diri dengan rutinitas kehidupan baru, membiasakan untuk tidur lebih awal, dan bangun pagi.
- ② Memberikan anak kesempatan untuk berlatih memakai/melepaskan pakaian dan sepatu sendiri dan memperhatikan penampilan dirinya sendiri.
- ③ Ajarkan anak untuk menggunakan toilet dan membersihkannya sendiri setelah selesai buang air besar/ kecil.



- ④ Berikan anak kesempatan untuk mencoba berkomunikasi dengan guru dan teman sekolah, sehingga dapat menguasai teknik dalam menyampaikan dan menerima informasi.
- ⑤ Berikan anak kesempatan untuk menyiapkan sendiri pakaian dan perlengkapan yang akan dipakai besok pada sehari sebelum sekolah.
- ⑥ Orang tua membantu anak mengatur ruang belajar khusus dan memberikan kesempatan pada anak agar dapat konsentrasi membaca, menggambar atau belajar.
- ⑦ Mengajak anak mengenal lingkungan baru dan memahami perbedaan antara Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar, baik rutinitas maupun waktu mulai sekolah/selesai sekolah.

Orang tua sedini mungkin membangun kebiasaan rutinitas yang baik bagi anak, menumbuhkan minat belajar sang anak dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi anak akan sangat membantu anak dalam beradaptasi di Sekolah Dasar.

Saya dan Anakku : Sebuah buku panduan untuk orang tua 幼兒篇 (印尼版)

總編輯：唐先梅、陳若琳  
 主編：周麗端、高淑清、陳富美  
 總策畫：林立維、汪威銘  
 編撰人員：李青芬、林立維、施惠玲、許瑜珍、戴麗娟  
 (依姓氏筆畫為序)

封面設計、插畫：陳建霖、鹹水文化製作

發行機關：教育部

地址：臺北市中正區中山南路 5 號

網址：<http://www.edu.tw>

電話：02-7736-6666 (代表號)

編撰單位：國立空中大學健康家庭研究中心

地址：新北市蘆洲區中正路 172 號

出版年月：111 年 1 月

版次：111 年 1 月二版一刷

其他類型出版品說明：本書同時登載於教育部網站 / 終身教育司 / 出版品

定價：新臺幣 100 元

展售處：五南文化廣場

地址：臺中市區中山路 6 號，電話：04-22260330 # 820、821

國家書店松江門市 (秀威資訊科技公司)

地址：臺北市中山區松江路 209 號，電話：02-25180207 # 17

國家教育研究院教育資源及出版中心

地址：臺北市大安區和平東路一段 181 號，電話：02-33225558 # 173

三民書局

地址：臺北市中正區重慶南路一段 61 號，電話：02-23617511 # 114

教育部員工消費合作社

地址：臺北市中正區中山南路 5 號，電話：02-77366054

GPN : 1011100168

ISBN : 978-626-7106-21-1 (平裝)

著作財產權人：教育部



本著作係採用創用 CC 「姓名標示 - 非商業性 - 禁止改作」 3.0 版台灣授權條款釋出。此授權條款的詳細內容請見：

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>

## 孩子的成長只有一次，稍縱即逝， 親子互動時光是無可取代的！

幼兒階段的孩子是人生中發展最為快速且明顯的時期，隨著孩子成長所帶來的教養責任，將是家長即刻要面對的一大課題。如何在孩子的幼兒階段裡，了解並提供孩子所需，給予適當的協助？孩子那麼小，到底該如何與他相處？又要如何跟他溝通呢？

讓我們一起進入手冊的主題中，協助你更了解自己以及孩子，進而對家長的角色有更正向的態度、學習和準備。



教育部 發行  
臺北市中正區中山南路 5 號

國立空中大學健康家庭研究中心 編撰  
新北市蘆洲區中正路 172 號

ISBN 978-626-7106-21-1



9 786267 106211 >

GPN 1011100168  
定價 NT \$100 元