

MENJADI ORANG TUA HEBAT

UNTUK KELUARGA DENGAN ANAK USIA SMP



MENJADI ORANG TUA HEBAT

UNTUK KELUARGA DENGAN ANAK USIA SMP



Judul:

Menjadi Orang Tua Hebat, Untuk Keluarga dengan Anak Usia SMP

Cetakan ke 1 : 2016

MILIK NEGARA TIDAK DIPERDAGANGKAN

DISKLAIMER: Buku ini merupakan buku untuk pegangan orang tua yang dipersiapkan Pemerintah dalam upaya meningkatkan partisipasi pendidikan anak, baik di satuan pendidikan maupun di rumah. Buku ini disusun dan ditelaah oleh berbagai pihak di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dan diserahkan pada hari pertama masuk sekolah di tahun ajaran baru. Buku ini merupakan “dokumen hidup” yang senantiasa diperbaiki, diperbaharui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.

ISBN 978-602-427-232-6

Kontributor Naskah : Sukiman, Puspa Safitrie, Anik Budi Utami, Nanik Suwaryani, Aria Ahmad Mangunwibawa, Adi Sutrisno, Sugiyanto
Penelaah : Anne Gracia, Retno Wibowo, Nana Maznah, Nurbaeti Rachman, Ranti Widiyanti, Farida Kadarusno, Helda, Tita Srihayati, Nirtafitri T., Rahmi Dahnan, Retno S. Wahyuni, Marlina, Sartika W. Wulan, Agus Diantoro, Ratna Djuwita Sari, Sri Lestari Yuniarti, Esih W.
Infografis dan ilustrator : Dhoni Nurcahyo, Tomi Krisnawan, Amira Rahmitya Murti

Diterbitkan oleh:



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

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

Telepon: 021-5703336

© 2016 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penulis.

MENJADI **ORANG TUA** HEBAT

UNTUK KELUARGA DENGAN ANAK USIA SMP



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
Jakarta, 2016

SAMBUTAN

MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA

Ayah Bunda para pendidik sepanjang hayat yang saya muliakan,

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

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

Ayah Bunda para sahabat Ananda yang saya hormati,

Memasuki masa remaja pada jenjang SMP, anak-anak sedang berada pada tahap dan proses pencarian jati diri. Ananda akan mencoba berbagai hal baru di dalam hidupnya, yang banyak dipengaruhi oleh pertemanan dan lingkungan sosialnya demi menemukan gambaran diri mereka yang paling dianggap sesuai. Ayah Bunda pada masa ini sebaiknya menjadi teman dekat Ananda sebagai tempat pertama yang mereka cari untuk berbagi. Di samping memberi ruang Ananda untuk eksplorasi pengalaman, Ayah Bunda juga diharapkan memberi rambu-rambu dan tetap mengamati pergaulan mereka. Pada masa ini anak-anak umumnya sudah mengalami pubertas, sehingga mereka sudah harus dapat menjaga dirinya dan hubungannya dengan orang lain. Ayah Bunda dapat memberikan do-

rongan kepada anak-anak kita untuk melakukan berbagai aktivitas yang positif, seperti berorganisasi, bergabung di sanggar-sanggar seni, dan sebagainya. Dengan begitu, Ananda akan merasa dimengerti dan didukung potensi serta kegemarannya.

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

Selamat membaca dengan hati.

Salam,

Anies Baswedan
Menteri Pendidikan dan Kebudayaan

DAFTAR ISI

Sambutan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan

vii

Daftar isi

x

Pentingnya Ayah dan Bunda Terlibat
dalam Pendidikan Anak

1

Bentuk-Bentuk Keterlibatan
Orang Tua di Sekolah

7

Bentuk-Bentuk
Dukungan Orang Tua di Rumah

23

Bentuk Dukungan Keluarga dengan
Anak Berkebutuhan Khusus

71

Penutup

80

"Anak-anakmu lebih butuh
kehadiranmu daripada hadiahmu."

Jesse Jackson, Politisi

PENTINGNYA AYAH DAN BUNDA
TERLIBAT DALAM
PENDIDIKAN ANAK

Ayah dan Bunda yang baik, Tidak terasa anak kita sekarang sudah di SMP. Ketika di SMP hampir semua anak sudah memasuki masa pubertas yaitu masa transisi antara masa anak-anak dan remaja. Pada masa pubertas ini anak mengalami perubahan fisik dan psikis (sosal dan spiritual). Selain itu, organ-organ reproduksi mereka sudah mulai berfungsi.

Dalam masa ini, ada waktu-waktu dimana anak dan orang tua saling sulit memahami. Ini disebut fase negatif. Anak mulai lebih terikat dengan lingkungan sosialnya dan

ketergantungan kepada kita semakin berkurang. Namun demikian, pendampingan Ayah dan Bunda tetap merupakan yang pertama dan utama dalam upaya mereka mewujudkan potensi yang mereka miliki. Tentu saja, cara pendampingan kita akan berbeda dengan cara yang kita lakukan ketika mereka masih di PAUD dan SD.

Selain mendukung dalam mewujudkan potensi mereka, Ayah dan Bunda juga berperan dalam menumbuhkan budi pekerti dalam kehidupan sehari-hari anak. Caranya adalah dengan melalui metode ACB, yaitu AJARKAN, CONTOHKAN, dan BIASAKAN.

MANFAAT KETERLIBATAN KELUARGA DALAM PENDIDIKAN ANAK



CIRI-CIRI UMUM ANAK USIA SMP

Ayah dan Bunda yang bijak, Saat ini anak kita sudah memasuki masa puber dan memasuki masa peralihan menuju dewasa. Kondisi fisik anak berkembang pesat disertai dengan mulai aktifnya hormon pertumbuhan. Ciri-ciri umum anak usia ini antara lain:

1

Adanya perubahan seperti suara yang lebih berat, kulit yang mulai berminyak dan berjerawat, keringat mulai berbau, mengalami mimpi basah pada laki-laki dan menstruasi pada perempuan.

2

Mulai lebih senang mengobrol dengan teman dibanding orang tua.

3

Sering menjadi tidak percaya diri ketika membandingkan dirinya dengan orang lain.

4

Ada ketertarikan dengan lawan jenis.





5

Sudah tidak mau dianggap sebagai anak kecil lagi.

6

Mulai mampu memberikan beberapa alternatif dalam pemecahan masalah.

7

Mulai mencari perhatian dari lingkungannya.

8

Ingin mendapatkan pengakuan atas apa yang ia hasilkan untuk orang lain



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

Dr. James C Dobson, psikolog

**BENTUK-BENTUK
KETERLIBATAN
ORANG TUA DI SEKOLAH**

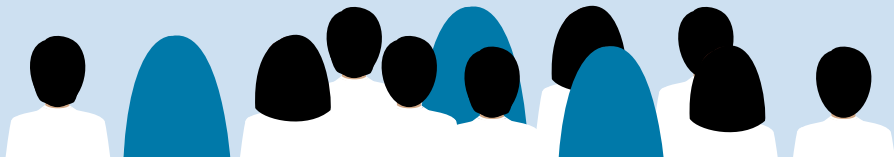
MENGAPA AYAH DAN BUNDA PERLU TERLIBAT DALAM KEGIATAN DI SEKOLAH ANAK?





APA BENTUK KETERLIBATAN YANG DAPAT AYAH DAN BUNDA LAKUKAN DI SEKOLAH ANAK KITA?

1. Hadir dalam pertemuan dengan wali kelas pada hari pertama masuk sekolah.
2. Mengikuti pertemuan dengan wali kelas minimal dua kali dalam satu semester.
3. Mengikuti kelas orang tua minimal dua kali dalam satu tahun.
4. Hadir sendiri pada setiap pembagian rapor.
5. Hadir sebagai narasumber kelas inspirasi.
6. Terlibat aktif dan hadir pada acara pentas kelas pada akhir tahun ajaran.
7. Terlibat aktif pada paguyuban orang tua di kelas anak.



ALASAN PERLUNYA AYAH DAN BUNDA HADIR DALAM PERTEMUAN ORANG TUA DENGAN WALI KELAS PADA HARI PERTAMA MASUK SEKOLAH:

- 1.** Mengetahui secara pribadi wali kelas yang akan menjadi pendamping anak kita di sekolah selama satu tahun.
- 2.** Mengetahui program sekolah selama satu tahun.
- 3.** Dapat menyampaikan harapan dan usulan kepada pihak sekolah.
- 4.** Mengetahui program keterlibatan orang tua selama satu tahun.
- 5.** Dapat turut menyepakati tata cara komunikasi dengan pihak sekolah, seperti pada saat anak berhalangan ke sekolah dan komunikasi penting lainnya.
- 6.** Memiliki nomor telpon sekolah dan bertukar nomor ponsel dengan kepala sekolah, ketua komite sekolah, wali kelas, dan sesama orang tua.
- 7.** Dapat memilih orang yang tepat untuk diangkat menjadi pengurus paguyuban orang tua di kelas anak.
- 8.** Turut menentukan jadwal pertemuan dengan wali kelas dan kelas orang tua.

MENGAPA AYAH DAN BUNDA PERLU MENGHUBUNGI WALI KELAS KETIKA ANAK TIDAK MASUK SEKOLAH?

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



1. Pihak sekolah mengetahui alasan anak tidak masuk sekolah dari pihak yang bertanggung jawab terhadap pengasuhan anak (orang tua/wali).
2. Sebagai bahan catatan untuk menjadi pertimbangan dalam pembinaan siswa.



Biasanya, izin tersebut dilakukan dengan mengirim surat permohonan izin dari orang tua/wali. Untuk memudahkan komunikasi, permohonan izin dapat melalui telepon atau bahkan cukup pesan pendek.

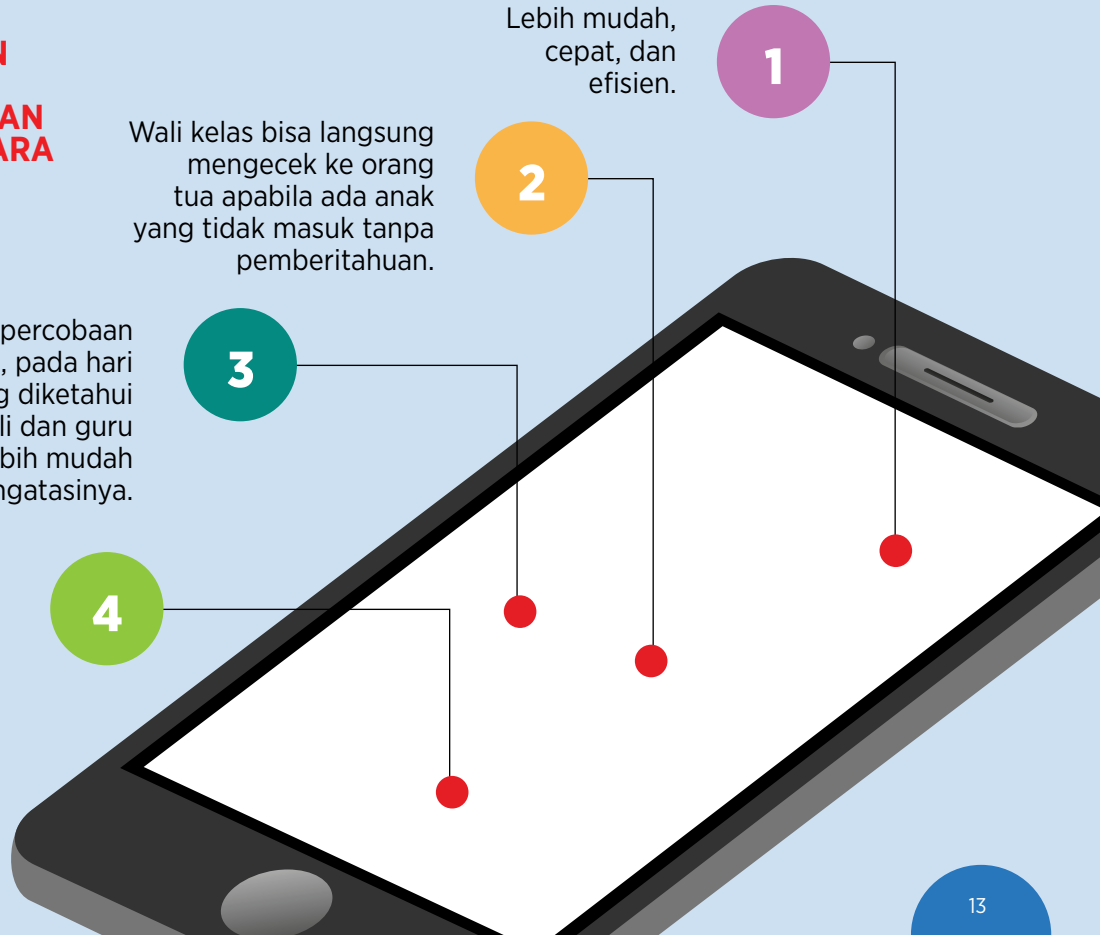
**MANFAAT
PERMOHONAN
IZIN MELALUI
TELEPON/PESAN
SINGKAT ANTARA
LAIN:**

Wali kelas bisa langsung mengecek ke orang tua apabila ada anak yang tidak masuk tanpa pemberitahuan.

Jika terjadi percobaan membolos, pada hari itu langsung diketahui orang tua/wali dan guru sehingga lebih mudah mengatasinya.

Jika terjadi sesuatu pada anak ketika berangkat ke sekolah, keluarga langsung mengetahui dan dapat melakukan pelacakan untuk memberi bantuan.

Lebih mudah,
cepat, dan
efisien.





ALASAN PERLUNYA AYAH DAN BUNDA MENGIKUTI KELAS ORANG TUA

1

Dapat berbagi pengetahuan dan pengalaman dalam mendampingi pendidikan anak dengan sesama orang tua.

2

Dapat menambah pengetahuan dan keterampilan dalam mendampingi pendidikan anak dari narasumber.

3

Dapat mengusulkan tema berikutnya yang akan dibahas dalam kelas orang tua.

ALASAN PERLUNYA AYAH DAN BUNDA HADIR SENDIRI PADA SETIAP PEMBAGIAN RAPOR

1. Ayah dan Bunda dapat berkonsultasi untuk kemajuan pendidikan anak.
2. Sebagai bentuk penghargaan dan ucapan terima kasih kepada pihak sekolah.

3. Anak merasa memperoleh perhatian dan dukungan penuh dari Ayah dan Bunda yang dapat menjadi sumber motivasi untuk lebih giat belajar.





Kelas berbagi dapat diselenggarakan pada saat atau setelah upacara atau waktu khusus lainnya.

KENAPA AYAH DAN BUNDA PERLU TERLIBAT AKTIF PADA PAGUYUBAN ORANG TUA DI KELAS ANAK KITA:

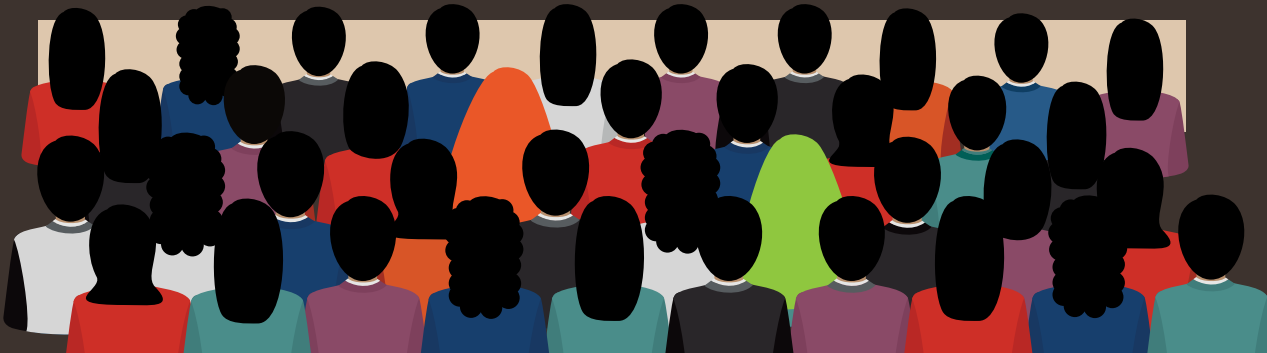


1. Agar anak merasa bangga atas keaktifan Ayah dan Bundanya.
2. Paguyuban orang tua merupakan wadah untuk mencegah dan menyelesaikan berbagai masalah seperti jika terjadi perkelahian atau tindak kekerasan antarsiswa, adanya indikasi peredaran narkoba, masalah pornografi, ajaran ekstrim, dan tindakan amoral lainnya.



3. Paguyuban orang tua juga dapat berpartisipasi aktif dalam berbagai program di sekolah seperti gerakan jajan sehat, literasi, dan peduli lingkungan (Sekolah Adiwiyata).

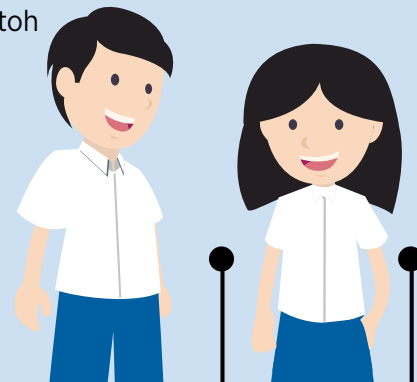
4. Dalam melaksanakan programnya paguyuban orang tua bisa bekerja sama dengan pihak lain. Sebagai contoh gerakan jajan sehat dapat dilakukan dengan bantuan ahli gizi, Puskesmas atau dinas kesehatan, dan pemuka masyarakat.





ALASAN PERLUNYA AYAH DAN BUNDA TERLIBAT AKTIF DAN HADIR PADA ACARA PENTAS KELAS PADA AKHIR TAHUN AJARAN:

1. Pentas sekolah pada akhir tahun yang diikuti semua siswa di setiap kelas adalah ajang ekspresi para siswa yang perlu diapresiasi para orang tua.
2. Tujuan acara ini adalah menghibur anak-anak setelah lelah belajar sepanjang tahun.
3. Acara ini merupakan proyek bersama antara paguyuban orang tua dengan siswa-siswi di kelas anak kita.
4. Acara ini juga menjadi ajang untuk memberi penghargaan kepada para siswa termasuk prestasi non-akademis yang telah dicapai.
5. Prestasi non-akademis yang dicapai anak bisa terdiri atas anak yang dinilai paling rajin, paling rapi, paling sopan, menjadi pengurus kelas, menjadi pengurus OSIS, pernah mewakili sekolah dalam kegiatan tertentu, jago olah raga tertentu, jago bernyanyi, melukis, olah raga tertentu, juara olimpiade sains antar sekolah, juara karya ilmiah atau prestasi lain yang pantas menjadi contoh bagi siswa lain.



CONTOH JADWAL PELIBATAN KELUARGA DI SEKOLAH

Pertemuan orang tua dan wali kelas

Kelas orang tua

Kelas berbagi



Pertemuan orang tua dan wali kelas



Orang tua berkonsultasi tentang kemajuan anak

Hari pertama masuk sekolah

JULI 2016

SEP 2016

Tengah Semester

DES 2016

Pengambilan Rapor

JAN 2017

Awal Semester

Pertemuan orang tua dan wali kelas

Kelas orang tua

Kelas berbagi



Pertemuan orang tua dan wali kelas

Rencana pentas sekolah

MAR 2017

Tengah Semester

Pentas sekolah akhir tahun

Pemberian penghargaan kepada anak dan orang tua

Orang tua berkonsultasi tentang kemajuan anak



Pengambilan Rapor

JUN 2017

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

Garrison Keillor, Penulis Novel

**BENTUK-BENTUK
DUKUNGAN
ORANG TUA DI RUMAH**

Banyak sekali bentuk-bentuk dukungan orang tua di rumah dalam rangka penumbuhan budi pekerti maupun budaya prestasi anak.

Setiap keluarga memiliki cara-cara sendiri dalam mendidik anak-anak mereka di rumah maupun mendukung keberhasilan sekolah mereka.

Cara-cara yang baik tentu perlu terus dilanjutkan. Namun cara pengasuhan yang tidak sesuai dengan perkembangan zaman maupun teori pendidikan dan pengasuhan yang benar harus diubah. Karenanya orang tua perlu terus belajar. Niat baik harus dilakukan dengan cara-cara yang baik pula. Mari kita siapkan dan bantu generasi penerus kita untuk meraih cita-cita dan kepentingan terbaik mereka.

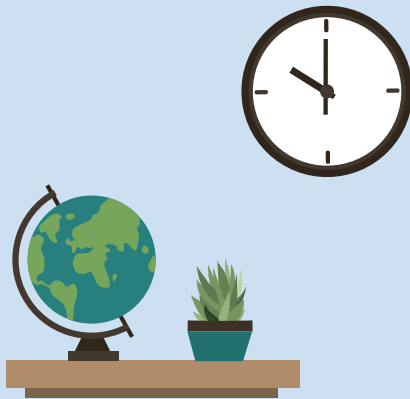
BENTUK DUKUNGAN KELUARGA DI RUMAH

Menumbuhkan
budi pekerti

Menciptakan
lingkungan yang
aman, nyaman, dan
menyenangkan

Melindungi anak
dari berbagai
ancaman di seputar
mereka

HAL-HAL YANG DIHARAPKAN TERJADI DI RUMAH



Keluarga terbiasa menjalankan ibadah sesuai dengan tuntunan agama yang dianutnya.



Anak terbiasa sarapan/makan sebelum berangkat sekolah.



Anak terbiasa berpamitan saat mau berangkat sekolah.



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



Keluarga memiliki aturan yang disepakati bersama (misalnya: memberi tahu saat pulang terlambat, menentukan jam belajar, dll.).



Orang tua memiliki nomor HP Kepala Sekolah, Wali Kelas, dan Ketua Komite.

Orang tua menjalin komunikasi efektif dengan anak.

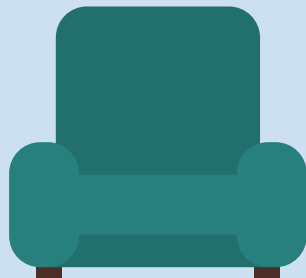
Keluarga memberi dukungan yang membuat anak merasa nyaman di rumah.



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

Keluarga melakukan kegiatan-kegiatan lain yang positif seperti kebiasaan membaca dan olahraga bersama.

Membiasakan anak mandiri dan bertanggungjawab, dll



BEBERAPA
CONTOH
PENUMBUHAN

Budi Pekerti



● Senyum, sapa, salam

● Membiasakan
anak mandiri dan
bertanggung jawab



● Membiasakan
menjalankan
perintah agama

● Berpamitan
ketika
mau pergi

Membiasakan anak berperilaku sopan dan santun

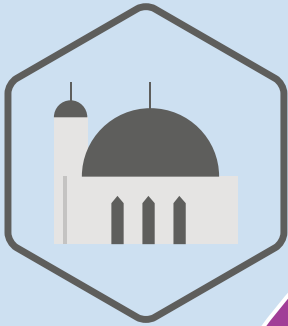
Meminta maaf ketika salah



Menolong teman atau orang lain yang memerlukan

Membantu pekerjaan Ayah dan Bunda di dalam dan luar rumah





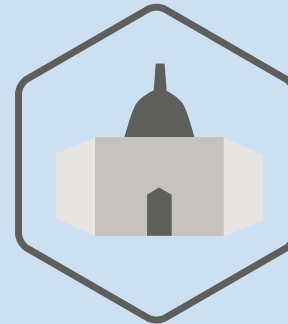
Nilai-nilai agama terbukti merupakan penangkal yang kuat terhadap berbagai pengaruh negatif.

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

Kehidupan di dunia ini bersifat sementara sebagai tempat singgah menuju kehidupan abadi di akhirat kelak.

Pepatah mengatakan bahwa ilmu tanpa agama lumpuh dan agama tanpa ilmu buta.

MENGAPA PEMBIASAAN MENJALANKAN PERINTAH AGAMA PENTING?



MENGAPA BERPAMITAN SAAT MAU BEPERGIAN PENTING?

Berpamitan saat mau bepergian merupakan budaya baik yang perlu dilestarikan. Beberapa manfaat berpamitan sebelum bepergian:

1. Orang yang ditinggalkan akan merasa dihormati.
2. Orang yang bepergian akan memperoleh doa dan restu dari orang yang dipamiti.
3. Mempererat hubungan emosional di antara anggota keluarga.
4. Memperbaiki hubungan keluarga secara keseluruhan.





MEMBIASAKAN ANAK UNTUK MANDIRI DAN BERTANGGUNG JAWAB

Membiasakan anak untuk memenuhi kebutuhan pribadinya secara mandiri. Misalnya merapikan kamar sendiri, mengatur jadwal belajarnya sendiri, dll.

Memberikan kepercayaan anak untuk mempertimbangkan, mengatasi permasalahan sendiri misalnya dengan mengelola keuangannya sendiri

Membiasakan anak untuk di saat-saat tertentu membantu pekerjaan Ayah dan Bunda seperti bertani, berkebun, berdagang, berlayar untuk mencari ikan, dan/atau mengerjakan pekerjaan rumah tangga.

Kebiasaan ini akan menyiapkan anak-anak kita untuk siap menjadi orang tua kelak

Kebiasaan ini juga akan mencegah anak 'memunggungi' atau mengabaikan desa, kampung, atau lingkungan tempat tinggal mereka.

MENCIPTAKAN LINGKUNGAN RUMAH

Mengatur jam & program televisi yang ditonton



Membiasakan Pola Hidup Bersih Sehat (PHBS)

Mengatur penggunaan *gadget/gawai*



YANG RAMAH, AMAN & MENYENANGKAN



Persiapkan anak untuk terhindar dari ancaman di sekitar mereka



Mendukung minat dan potensi anak

Dorong anak untuk bergaul di lingkungan sekitar

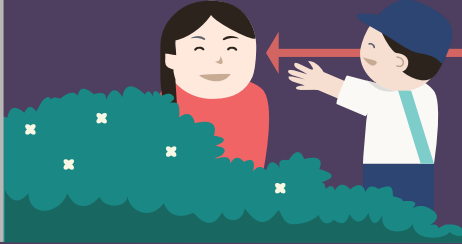
Peluk dan rangkul anak di saat-saat tertentu

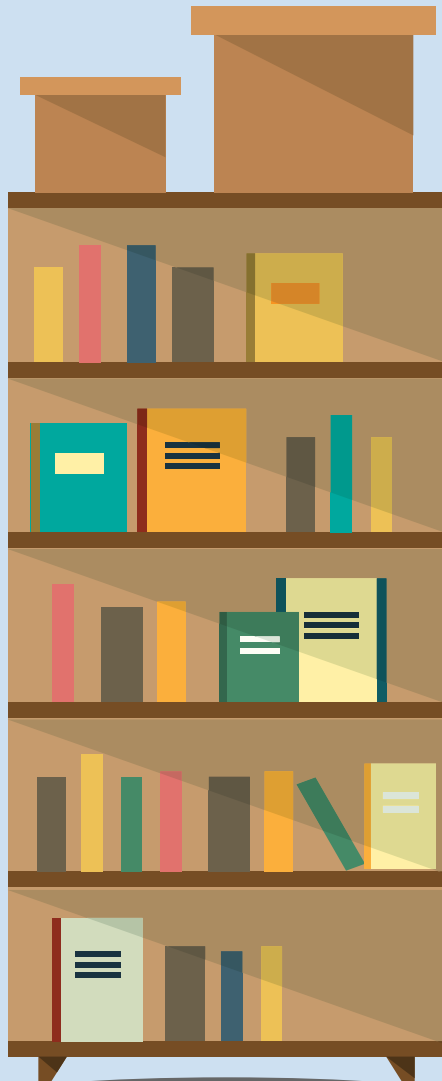


Komunikasi efektif



Pilih permainan yang bisa dimainkan seluruh anggota keluarga



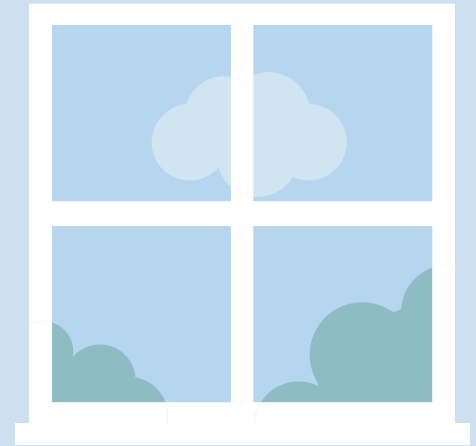


MENGAPA AYAH DAN BUNDA PERLU MEMBERI DUKUNGAN YANG MEMBUAT ANAK MERASA NYAMAN DI RUMAH?

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

Terlebih untuk sang remaja kita, suasana ketenteraman dan kedamaian rumah akan membuatnya betah tinggal di rumah. Jika tidak, maka ia akan mencari pelarian di

rumah teman atau tempat lain yang dirasakan lebih nyaman. Anak mungkin lelah atau mengalami berbagai masalah di sekolah, sehingga suasana rumah diharapkan menjadi penyejuk.



BAGAIMANA MEMBERI DUKUNGAN KEPADA ANAK?



1

Dukung kegiatan anak, sepanjang positif.

2

Beri keyakinan diri bahwa anak memiliki bakat dan berbagai keunggulan (potensi yang paling menonjol) yang tidak kalah dengan teman sebayanya.



3

Memberikan perhatian pada hal yang disukai anak, termasuk kegiatan sehari-hari, hobi, dan teman-teman dekat mereka.

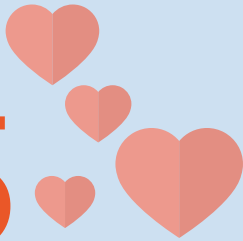


4



Mendukung anak dengan memuji usahanya, bukan hasilnya.

5



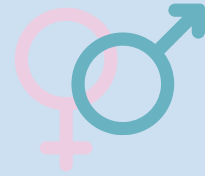
Mendukung anak di berbagai situasi, termasuk saat anak berada pada situasi sulit. Misalnya ketika anak terjerat narkoba.

6

Tidak memanjakan anak dengan pemberian hadiah yang berlebihan.



7



Mendiskusikan secara wajar mengapa remaja mulai tertarik pada lawan jenis dan bagaimana adab bergaul dengan lawan jenis menurut ajaran agama.

8



Mendiskusikan tentang masa depan dan berbagai tantangan yang akan anak hadapi.

MEMBIASAKAN ANAK DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

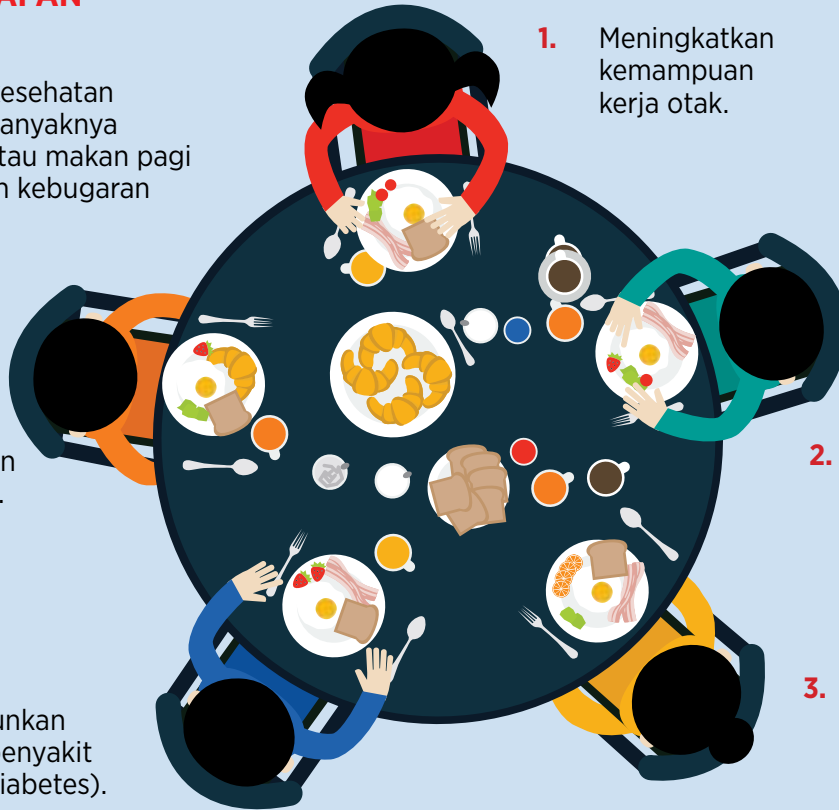
- Memilih makanan dengan gizi seimbang:
 1. Kurangi makanan cepat saji
 2. Hindari minuman bersoda
 3. Hindari makanan yang terlalu banyak MSG
- Usahakan jenis panganan beragam, misalnya untuk karbohidrat tidak harus beras, bisa juga jagung, sagu, ubi, atau singkong
- Mendorong anak untuk berolahraga secara teratur agar tetap bugar.
- Tidak merokok dan mengonsumsi narkoba



MENGAPA SARAPAN PENTING?

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

1. Meningkatkan kemampuan kerja otak.
2. Memperkuat daya tahan tubuh.
3. Mencegah penyakit lambung (maag).
4. Menurunkan risiko penyakit gula (diabetes).
5. Mencegah anak jajan sembarangan karena lapar.



MENGAPA ORANG TUA PERLU MENJALIN KOMUNIKASI EFEKTIF DENGAN ANAK?

Komunikasi yang efektif di dalam keluarga akan menimbulkan energi positif yang mempengaruhi suasana rumah.

Komunikasi efektif akan membuat semua anggota keluarga dengan mudah menyampaikan pendapat, pikiran, dan perasaan mereka sehingga suasana rumah menjadi aman, nyaman, dan menyenangkan.

Anak yang tumbuh dengan komunikasi efektif akan tumbuh menjadi anak/remaja/orang dewasa yang percaya diri, pendengar yang baik, dan mampu mengendalikan diri baik di rumah maupun di luar rumah.

TIP-TIP KOMUNIKASI POSITIF

Jadilah pendengar yang baik saat anak berbicara atau bercerita.

Dengarkan ungkapan perasaan anak.

Biasakan menggunakan kata yang positif.

Bacalah isyarat tubuh/perilaku anak.

Gunakan kata-kata motivasi “ayo”, “silakan”, “mari”.
Hindari kata “jangan”, “tidak boleh”.

Berikan penjelasan kepada anak untuk hal-hal yang tidak boleh dilakukan.

Berempati dalam mendengarkan saat anak bicara.

Hindari gaya komunikasi yang membuat anak semakin menarik diri, antara lain: memerintah, menyalahkan, memberi julukan negatif, meremehkan, membandingkan-bandingkan, mengancam, menggurui, membohongi, mengritik, dan menyindir.

Tataplah mata anak dengan kasih sayang ketika berbicara.

Nada suara dan ekspresi wajah yang sesuai dengan hal yang disampaikan.

MENYAMBUT ANAK KETIKA PULANG SEKOLAH



Menyambut anak pulang dari sekolah merupakan wujud perhatian kita kepada anak



Berikan sapaan yang hangat dan menyenangkan ketika anak pulang sekolah

PELUK DAN RANGKUL

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

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





MENGAPA AYAH DAN BUNDA PERLU MELAKUKAN KEGIATAN BERSAMA ANAK?

Waktu kebersamaan sangat penting untuk meningkatkan hubungan positif antara Ayah, Bunda, dan anak.

Selain durasinya, kualitas kebersamaan keluarga merupakan hal yang penting dan perlu dijaga. Dalam kegiatan sehari-hari, kegiatan bersama dapat dilakukan seperti pada saat ibadah, makan, olahraga, dan rekreasi.

Ayah dan Bunda, kegiatan bersama di keluarga ini dapat memperkuat kelekatan emosional serta komunikasi antar anggota keluarga.

MENGAPA KELUARGA PERLU MEMILIKI ATURAN YANG DISEPAKATI BERSAMA?

- Setiap keluarga tentu memiliki aturan, walaupun pada umumnya tidak tertulis.
- Tujuan pembuatan aturan adalah untuk dipatuhi oleh anggota keluarga agar kehidupan keluarga berjalan tertib dan harmonis.
- Aturan keluarga biasanya bersifat fleksibel dan berkembang sesuai kebutuhan.
- Mengingat aturan ini mengikat anak kita yang sudah menginjak remaja, maka kesepakatan terhadap aturan itu sangat penting agar anak kita dapat mematuhi dengan penuh kesadaran.





MENGATUR JAM DAN PROGRAM TV YANG DITONTON, SERTA PENGGUNAAN GAWAI (GADGET) DAN INTERNET

1. Sepakati dengan anak jumlah jam dan program TV yang bisa ditonton.
2. Sepakati dengan anak jam dan jenis permainan gawai yang bisa dimainkan.



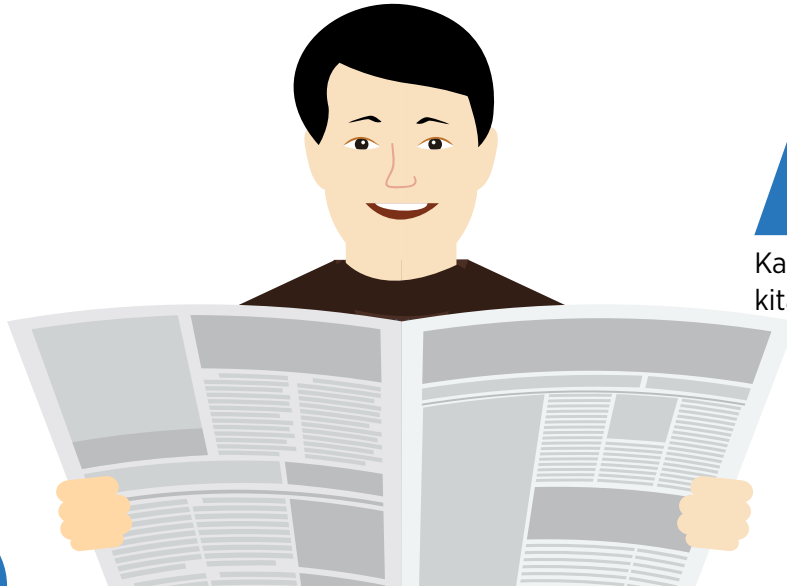
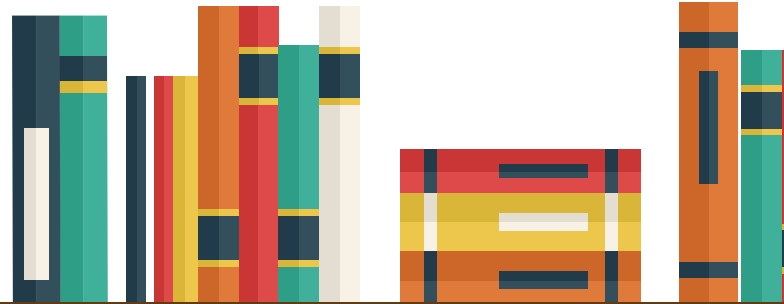
3. Tempatkan TV dan komputer/laptop di ruang keluarga, bukan di kamar masing-masing anak.
4. Jadilah teman di media sosial yang anak kita miliki seperti facebook dan twitter. untuk mengetahui bagaimana anak kita berinteraksi dengan teman di dunia maya.
5. Ingatkan anak agar tidak sembarangan memasang informasi pribadi seperti foto diri, foto keluarga, alamat rumah, dan nomor telepon di internet.
6. Ingatkan anak bahwa jika akan bertemu dengan teman yang dia kenal melalui internet harus didampingi orang tua atau orang dewasa.
7. Awasi gejala munculnya kekerasan lewat internet. Misalnya: anak tiba-tiba tidak mau lagi sekolah atau takut membuka internet. Cari tahu apa yang terjadi pada anak jika itu terjadi.
8. Tetap menjaga hak anak memegang gawai, sehingga anak tidak akan takut dan ragu melaporkan hal buruk yang mereka alami.
9. Ingatkan anak melaporkan lebih dulu jika menemui tautan atau tampilan yang mereka tidak ketahui asal-usulnya. Jangan sampai mereka langsung klik atau memasukkan informasi pribadi
10. Dorong anak untuk memanfaatkan internet sebagai media belajar



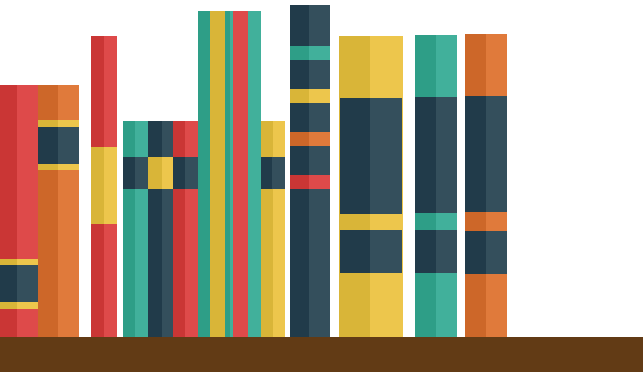
PERAN ORANG TUA DALAM PENINGKATAN LITERASI

Rabun membaca lumpuh menulis

Taufik Ismail



Ayah Bunda yang baik, membaca itu seperti membuka jendela dunia. Karena itu membaca harus kita biasakan dalam keluarga.



BAGAIMANA AYAH DAN BUNDA MENUMBUHKAN KEBIASAAN MEMBACA DALAM KELUARGA?

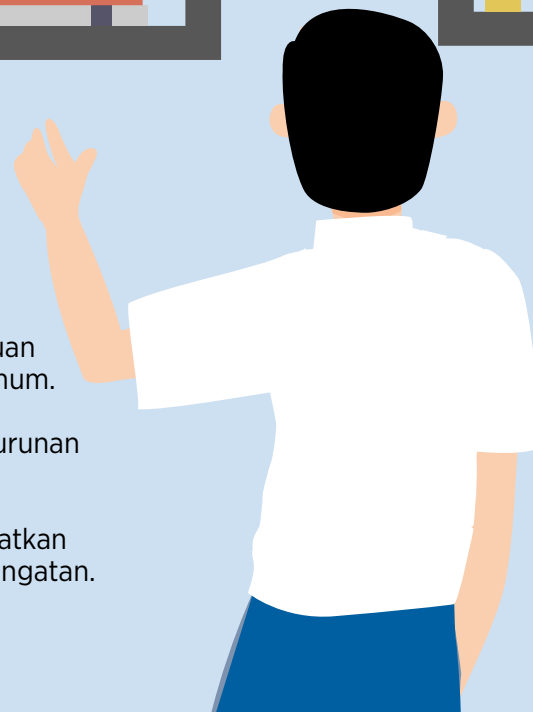
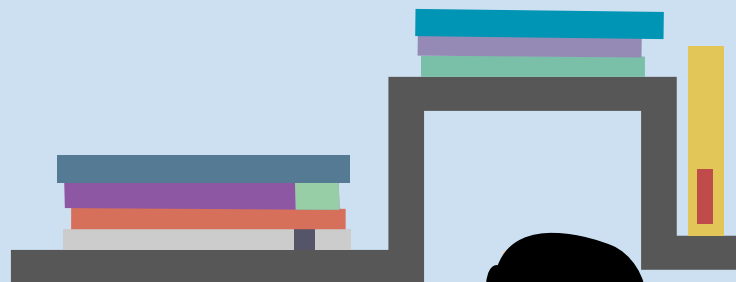
- Mendorong anak untuk senang membaca menunjukkan bahwa Ayah dan Bunda juga senang membaca koran, buku, majalah, kitab suci, dll.

- Mengajak anak untuk pergi ke toko buku, taman bacaan masyarakat, perpustakaan atau pameran buku untuk mencari buku yang diminatinya
- Membuat pojok buku di rumah
- Melatih menulis dengan baik
- Menyediakan berbagai buku bacaan yang diminati keluarga
- Menginstal *software* dan/atau aplikasi yang memungkinkan membaca buku melalui gawai.



APA MANFAATNYA?

- 1** Menambah pengetahuan dan wawasan.
- 2** Menambah kosa kata baru.
- 3** Melatih keterampilan berpikir kritis.
- 4** Melatih untuk dapat menulis dengan baik.
- 5** Meningkatkan daya imajinasi dan kreativitas.
- 6** Mendukung kemampuan berbicara di depan umum.
- 7** Mencegah penurunan fungsi berpikir.
- 8** Meningkatkan kualitas ingatan.





BAGAIMANA MENDAPATKAN BUKU?

- 1.** Perpustakaan sekolah, daerah, atau lainnya.
- 2.** Taman Bacaan Masyarakat (TBM)
- 3.** Toko buku
- 4.** Program kelas, misalnya 1 anak menyumbangkan 1 buku yang berbeda sehingga anak-anak bisa saling bergantian untuk membaca buku yang berbeda

CARA MEMILIH BUKU

- 1.** Beri kebebasan kepada anak untuk memilih sesuai dengan minatnya.
- 2.** Ajak anak untuk memilih bacaan-bacaan yang baik, yaitu yang tidak mengandung hal-hal yang tidak etis atau mengandung unsur kekerasan, radikalisme, dan pornografi.
- 3.** Dorong untuk memilih bacaan yang bisa memperkaya pemahaman terhadap pelajaran sekolah.
- 4.** Dorong untuk menggunakan bacaan-bacaan sebagai referensi dalam membuat karya tulis baik yang ditugaskan guru maupun atas kemauan sendiri.

BEBERAPA CONTOH ANCAMAN PADA ANAK YANG PERLU DIWASPADAI OLEH KELUARGA



KEKERASAN

DI MANA PERILAKU KEKERASAN TERJADI? APA BENTUKNYA?

1. Bisa di mana saja, di rumah dan di luar rumah, termasuk di sekolah.
2. Berbagai bentuk kekerasan yang bisa terjadi pada anak antara lain: kekerasan fisik (pukulan, tendangan, dll), kekerasan psikis (fitnah, celaan, dll), kekerasan verbal (teriakan, makian, dll), kekerasan/pelecehan seksual, dll.
3. Kekerasan di sekolah dapat dilakukan antar sesama teman dan alumni.

4. Pihak korban biasanya berada pada posisi yang lemah, jangankan melawan mengadu pun tidak berani.
5. Kehadiran orang tua diharapkan dapat mengurangi kasus kekerasan di sekolah.



APA YANG AYAH DAN BUNDA BISA LAKUKAN UNTUK MENCEGAH TERJADINYA PERILAKU KEKERASAN?

- 1.** Menyayangi anak sepenuh hati. Anak yang dekat dengan orang tua akan merasa aman dan memiliki rasa percaya diri, sehingga tidak mudah bersikap rendah diri atau sebaliknya, agresif, dan yang memicu kekerasan antar anak.
- 2.** Mengajarkan anak untuk bersikap tegas (asertif), misalnya dengan mengatakan 'Jangan lakukan itu', 'Aku tidak mau', atau 'Pergi sana. Jangan dekati aku'.
- 3.** Khusus untuk mencegah pelecehan seksual, Ayah dan Bunda perlu mengajarkan hal-hal berikut:
 - Mendidik anak tentang perbedaan yang jelas antara perempuan dan laki-laki, di antaranya dengan mendorong anak berkembang dengan sehat menurut jenis kelaminnya.
 - Menanamkan rasa malu untuk melanggar norma agama dan masyarakat yang berlaku. Misalnya, dalam berpakaian, membiasakan anak remaja memakai pakaian sopan, tidak memperbolehkan mereka memakai pakaian yang terbuka, ketat atau tipis.
 - Memberi tahu jenis-jenis sentuhan yang pantas dan tidak pantas dilakukan orang lain terhadapnya.
 - Mengingatkan anak untuk mem-

berikan perlawanan jika mengalami kekerasan, misalnya dengan berteriak “Jangan” atau minta tolong, serta menangkis pelaku dengan mendorong atau memukul, kemudian lari dari lokasi.

- Memberi tahu situasi yang mungkin membahayakan anak. Misalnya melarang anak remaja berdua dengan lawan jenis di tempat sepi atau ruang tertutup, melarang anak menerima ajakan orang asing dengan mudah apalagi yang dikenalnya di dunia maya, dll.
- Mendidik untuk berhias selayaknya dan tidak berlebihan terutama untuk remaja putri.



BAGAIMANA MENGENALI GEJALA ANAK KITA MENGALAMI KEKERASAN/ PELECEHAN SEKSUAL?



Gejala Psikis: berubahnya perilaku sehari-hari, menjadi pasif, pemalu, menarik diri, sensitif, was-was, takut sendirian bila di dekat orang/tempat tertentu, agresif - menyerang balik bila ia merasa 'kalah'.



Gejala Fisik: sakit berkelanjutan, keluhan pusing, sakit perut, sering gagap, hilangnya selera makan, sulit tidur, lemah, mual. Dalam kasus khusus bisa jadi disertai tanda fisik seperti ada memar, keluhan nyeri di bagian tubuh lain misal alat kelamin, dll.

APA YANG DILAKUKAN AYAH DAN BUNDA JIKA ANAK MENGALAMI KEKERASAN?

- 1.** Yakinkan kepada anak bahwa ia aman dan telah mendapatkan perlindungan dari tindak kekerasan;
- 2.** Jangan melakukan interaksi yang emosional dalam mengatasi kekerasan, misalnya mendatangi dan marah kepada orang tua pelaku kekerasan;
- 3.** Segera melaporkan kepada pihak yang berwenang misal sekolah jika hal tersebut terjadi di sekolah, sehingga sekolah bisa melakukan penyelidikan tentang apa yang terjadi;
- 4.** Jika diperlukan bisa melaporkan kepada pihak berwajib;
- 5.** Untuk kasus kekerasan/pelecehan seksual:
 - Memberi dukungan dengan berterima kasih kepada anak sudah berani mengungkapkan apa yang terjadi
 - Tunjukkan bahwa kita percaya penuh kepadanya
 - Meminta bantuan profesional terlatih untuk penyembuhan anak misalnya psikolog, dokter, dll.
 - Melaporkan kepada pihak yang berwenang, seperti Komisi Perlindungan Anak Indonesia atau polisi



SIAPAKAH YANG BISA MEMBANTU?

- Telepon sahabat anak (TESA) 129
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) 021-31901556, pengaduan@kpai.go.id, info@kpai.go.id
- Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Daerah
- Rumah Sosial Perlindungan Anak (RSPA)
- Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A)
- Unit Perlindungan Perempuan dan Anak (di setiap Polres)
- Jika di daerah Ayah dan Bunda tidak ada lembaga tersebut, Ayah dan Bunda bisa memperoleh informasi dari Dinas Pendidikan setempat.
- www.pandawa-care.com, layanan konseling dan *hotline service* berbasis aplikasi

NAPZA (NARKOTIKA, PSIKOTROPIKA, DAN ZAT ADIKTIF)

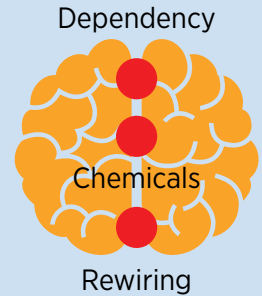


Awalnya dari merokok, selanjutnya coba-coba yang lebih berat misalnya alkohol, dan Napza.

3

4

Kecanduan Napza akan merusak tiga bagian otak secara permanen.



Sifat remaja ingin coba-coba atau sekedar untuk gaul.

2

5

Awalnya pemakai, karena tidak mampu beli (harganya mahal) akhirnya menjadi pengedar.



Bisa terjadi di mana-mana, termasuk di lingkungan sekolah.

1

6

Kehadiran orang tua diharapkan dapat menjadi solusi kasus siswa yang terjerat Napza.



Bagaimana penyebaran Narkoba terjadi dan mengapa berbahaya?

APA YANG AYAH DAN BUNDA BISA LAKUKAN UNTUK MENCEGAH TERJADINYA PENYALAHGUNAAN NARKOBA?

1. Mengajak anak untuk rajin beribadah agar jiwanya tenteram dan tidak lari ke hal-hal negatif.
2. Menjalin kedekatan dan komunikasi positif dengan anak. Doronglah anak untuk bercerita tentang sekolah, kegiatan yang dia lakukan, serta siapa saja yang berteman dekat dengannya.
3. Membantu anak mengembangkan kemampuan menolak tekanan kelompok sebaya untuk menggunakan narkoba.
4. Mengobrol dengan anak tentang cara memilih pergaulan dan lingkungan yang baik.
5. Membicarakan efek buruk merokok, minum alkohol, dan memakai narkoba, misalnya dampak buruk dari segi kesehatan, sanksi secara hukum, serta dari norma agama dan masyarakat.
6. Mendorong anak untuk berkegiatan yang positif, seperti mengikuti ekstra kurikuler di sekolah, klub olah raga, klub akademik, dan organisasi di berbagai bidang lainnya.





Terdapat bau aneh yang tidak biasa di kamar anak.



Matanya berair dan tangannya gemetar.



Nafasnya tersengal dan susah tidur.



Wajah anak pucat dan kuyu.



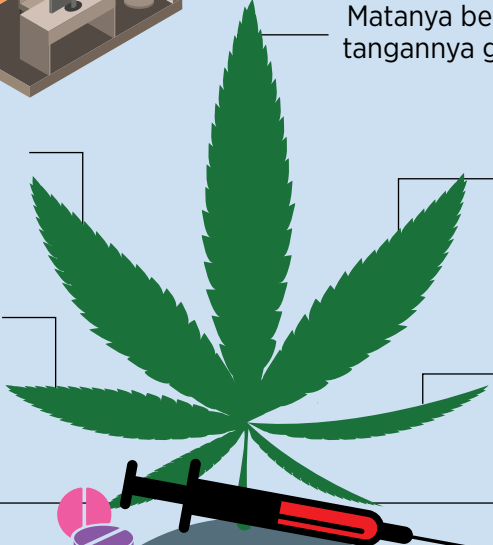
Badannya lesu dan selalu gelisah.



Anak menjadi pemurung dan penyendiri.



Mudah tersinggung, marah, suka menantang orang tua.



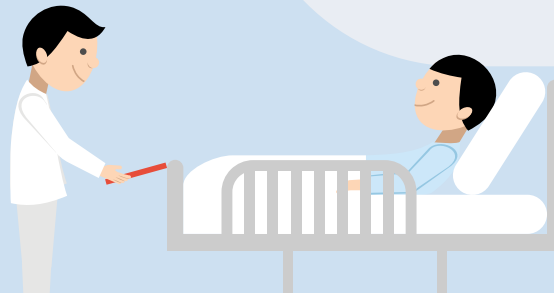
BAGAIMANA MENGENALI GEJALA KECANDUAN NAPZA PADA ANAK KITA?

APA YANG AYAH DAN BUNDA LAKUKAN JIKA ANAK KITA TERJERAT NARKOBA?

1. Berusahalah tetap tenang, jangan panik, kendalikan marah, tersinggung atau rasa bersalah lainnya.
2. Hadapi kenyataan dan adakan dialog terbuka dengan anak.
3. Dengarkan dan hargai kejujuran anak.
4. Tingkatkan hubungan dalam keluarga. Selesaikan konflik yang ada dalam keluarga, rencanakan membuat kegiatan bersama.
5. Bawa anak ke rumah sakit atau klinik yang bisa mengobati korban penyalahgunaan narkoba.

SIAPA YANG BISA MEMBANTU?

- Badan Narkotika Nasional/ Provinsi/ Kabupaten/Kota (BNN/BNP/BNK)
- Dinas Sosial setempat
- Pemberantasan penyalahgunaan peredaran gelap narkoba (P4GN)
telp 02180880011, sms 081221675675
- Pusat rehabilitasi narkoba, UPT Lido BNN
02518220928



PORNOGRAFI



Pornografi dapat dilihat melalui barang cetakan, lukisan, internet, dan telpon seluler (HP).



Pornografi tersebar di mana-mana, termasuk di lingkungan sekolah.

1

2

3

4

5

Dalam masa pubertas, anak sangat rentan terlibat pornografi.

Kecanduan pornografi akan merusak lima bagian otak (otak besar, *diensefalon*, otak tengah, otak belakang, dan otak kecil) secara permanen.

Kehadiran orang tua diharapkan dapat mengurangi kasus siswa yang terjerat pornografi.



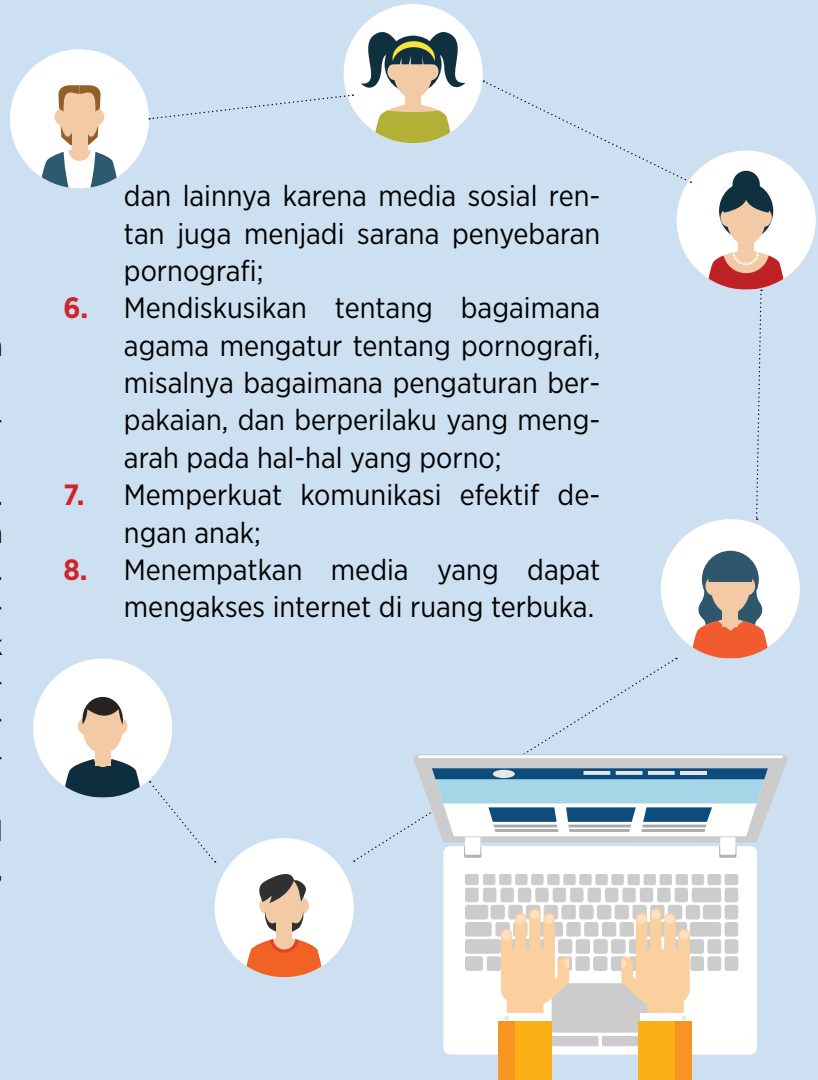
**BAGAIMANA ANAK
DAPAT MENGGAKES
PORNOGRAFI?**

APA YANG AYAH DAN BUNDA BISA LAKUKAN UNTUK MENCEGAH ANAK TERJERAT PORNOGRAFI?

1. Menjalin kedekatan dan kehangatan dengan anak;
2. Menentukan batasan dan aturan dalam mengakses media;
3. Membatasi media yang ditonton anak.
4. Memberikan batasan tertentu jika anak ingin menonton film di bioskop. Di antaranya, dengan siapa anak berangkat ke bioskop, apa yang hendak ditonton. Bicarakan dengan anak secara terbuka mengenai dampak melihat adegan tidak patut dalam keadaan gelap dengan teman;
5. Menjadi teman anak di media sosial yang dimiliki misal Facebook, Path,

dan lainnya karena media sosial rentan juga menjadi sarana penyebaran pornografi;

6. Mendiskusikan tentang bagaimana agama mengatur tentang pornografi, misalnya bagaimana pengaturan berpakaian, dan berperilaku yang mengarah pada hal-hal yang porno;
7. Memperkuat komunikasi efektif dengan anak;
8. Menempatkan media yang dapat mengakses internet di ruang terbuka.



Perilaku anak berubah dan kurang terkontrol, misalnya jika anak di tegur dan dibatasi penggunaan handphone atau laptopnya akan marah, melawan, berkata kasar.

1

Menunjukkan kesenangan yang berlebihan ketika berada di depan layar handphone/laptop bahkan sampai tidak ingat waktu

2

Mengabaikan lingkungan sekitar

3

XXX

Bagaimana mengenali gejala kecanduan pornografi pada anak kita?

4

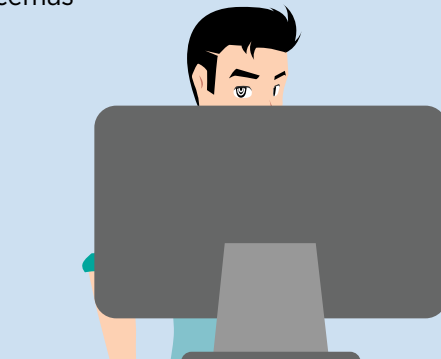
Mulai impulsif (meledak-ledak), berbohong, jorok, emosinya naik turun

5

Sulit berkonsentrasi

6

Menunjukkan rasa bersalah, malu, dan cemas



Apa yang Ayah dan Bunda lakukan jika menemukan anak kita kecanduan pornografi?

1 Mendampingi dan menghargai anak dengan lebih banyak mendengar dari pada bicara menasehati

2 Mencari tahu penyebab awal mula ia terpapar pornografi (apakah melalui games, pornografi kiriman teman, dsb)

3 Yakinkan bahwa anak tidak salah, semua terjadi karena ketidaksengajaan

4 Meluangkan waktu untuk mengobrol lebih banyak dengan anak

5 Mendiskusikan resiko pornografi dari sisi kesehatan, agama dan hukum

6 Mengajarkan anak untuk selalu mengingat Tuhan dan berdoa setiap kali berkeinginan melihat pornografi

7 Mengajarkan anak kegiatan pengganti yang positif

8 Jika Ayah dan Bunda merasa tidak mampu mengatasi sendiri permasalahan ini, mintalah bantuan profesional seperti psikolog atau konselor.



AJARAN EKSTRIM

DI MANA AJARAN EKSTRIM TERJADI DAN MENGAPA BERBAHAYA?

1. Ajaran ekstrim dengan dalih agama atau ideologi tertentu dapat terjadi di mana-mana dan sasaran yang empuk adalah sekolah.
2. Ajaran ekstrim bersifat cuci otak sehingga mempengaruhi pemikiran korbannya seakan ajaran itulah satu-satunya kebenaran.
3. Paham ekstrim adalah kendaraan kelompok tertentu dalam mencapai tujuannya dengan memanfaatkan generasi yang rapuh.
4. Anak yang hanyut oleh paham ekstrim tega berpisah dari keluarganya demi keyakinan “baru” yang dianutnya.
5. Contohkan paham-paham ekstrim yang mungkin ada di sekitar anak dan cara mengenalinya. Untuk itu Ayah dan Bunda perlu menambah pengetahuan soal ini.
6. Mendiskusikan bagaimana dampak buruk jika anak terpengaruh paham ekstrim.



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

Widodo Judarwanto, Dokter Spesialis Anak

BENTUK DUKUNGAN
KELUARGA
**DENGAN ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

Ayah dan Bunda, Setiap anak adalah permata, cahaya kehidupan. Tugas kita untuk membuatnya bersinar, sehingga cahayanya berpendar terang. Namun, kadang dalam proses itu kita menemukan banyak kendala. Kita akan menjadi Ayah dan Bunda pemenang bila kita mengatasi kendala-kendala itu. Salah satu kendala itu adalah anak kita yang mengalami hambatan dalam perkembangan dalam perkembangan yang karenanya sering memiliki kebutuhan khusus.

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

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

Tunawicara adalah istilah umum yang digunakan untuk kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan dalam indra bicaranya.

Tunanetra adalah istilah umum yang digunakan untuk kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan dalam indra penglihatannya.



tunawicara



tunanetra



tunarungu

Tunarungu adalah istilah umum yang digunakan untuk kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan dalam indra pendengarannya.



tunagrahita

Tunagrahita adalah keadaan keterbelakangan mental, keadaan ini dikenal juga retardasi mental



tunadaksa

Tunadaksa adalah kelainan yang meliputi cacat tubuh atau kerusakan tubuh.



tunalaras

Tunalaras adalah individu yang mengalami hambatan dalam mengendalikan emosi dan kontrol sosial.



berkesulitan belajar



lamban belajar



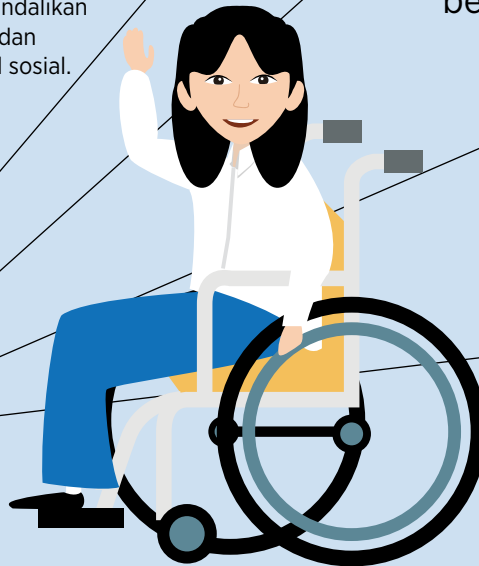
autis



memiliki gangguan motorik

Autis adalah kelainan perkembangan sistem saraf pada seseorang yang kebanyakan diakibatkan oleh faktor hereditas dan kadang-kadang telah dapat dideteksi sejak bayi berusia 6 bulan.

MACAM-MACAM ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS



APA YANG HARUS AYAH DAN BUNDA LAKUKAN?

- Belajar sebanyak mungkin tentang hambatan perkembangan yang dialami anak, misalnya berbicara dengan keluarga yang mempunyai anak dengan hambatan yang sama, dari buku, majalah, laman yang relevan, atau bertanya ke ahlinya;
- Temukan dukungan yang bisa membantu anak:

Ayah dan Bunda bisa menghubungi dokter di Puskesmas untuk melakukan diagnosis awal.

Dokter akan merujuk lembaga (misalnya rumah sakit) atau profesi lain yang relevan (misalnya psikolog, fisioterapis, dan terapis wicara) untuk menggali lebih dalam kondisi anak.

Lembaga atau profesi lain itu selanjutnya akan memberikan saran tentang hal-hal yang harus dilakukan oleh Ayah dan Bunda.



Program pendidikan bisa dikembangkan bersama oleh orang tua, guru SMP, dan guru pendidikan khusus di SLB atau guru SMP yang sudah mendapatkan pelatihan pendidikan inklusi.

Sedapat mungkin anak didorong untuk bermain dengan anak-anak lain baik di SMP maupun di lingkungan tempat tinggal. Tim Kompak mengupayakan agar anak tidak diasingkan atau diperlakukan secara istimewa (misalnya terlalu dilindungi).

Buat tim kompak di keluarga untuk mendukung anak. Alangkah baiknya kalau tim kompak juga melibatkan keluarga besar dan tetangga.

Anak diberi kesempatan untuk mengikuti kegiatan bermasyarakat misalnya: organisasi, komunitas, pengembangan keterampilan

Bergabunglah dengan perkumpulan keluarga yang mempunyai anak dengan hambatan yang sama untuk saling berbagi.



Beberapa Lembaga Pendukung Anak Berkebutuhan Khusus

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

No	Lembaga	Alamat
5	Persatuan Penyandang Cacat Indonesia (PPCI)	Jl Teuku Cik Ditiro 34, Menteng, Menteng, Jakarta Pusat, DKI Jakarta, 10310 Telp: (021) 3916647 http://ppdi.or.id/
6	Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC)	Jl. Hang Lekiu III No.19, RT.6/RW.4, Gunung, Kby. Baru, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta Telp: (021) 7243123 http://ypac-nasional.org/
7	Gerakan Untuk Kesejahteraan Tunarungu Indonesia (Gerkatin)	GERKATIN (Gerakan untuk Kesejahteraan Tunarungu Indonesia) Pusat Rehabilitasi Cacat Dep. Han Jl. R.C. Veteran No.178, Bintaro (kode pos: 12330) Telp: (021) 73881842 (021) 73881842
8	Mitra Netra	Jl. Gn. Balong II No.58, RT.8/RW.4, Lb. Bulus, Cilandak, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Telp: (021) 7651386 http://www.mitranetra.or.id/
9	Yayasan Kursi Roda dan Persahabatan Asia Indonesia	Tanjung Priok No.1, Jl. Gaya Motor I, No 8, Sunter II Sungai Bambu, Tj. Priok, Kota Jkt Utara, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Indonesia Telp: 62 812-9310-2015

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

No	Indikator	Keterlaksanaan			
		B	K	S	R
1	Menjalankan ibadah menurut agama yang dianutnya				
2	Memastikan anak sarapan/makan sebelum berangkat sekolah				
3	Membiasakan anak berpamitan saat mau berangkat sekolah				
4	Menghubungi wali kelas saat anak tidak masuk sekolah (melalui telpon/SMS atau cara lain)				
5	Memiliki aturan yang disepakati bersama (misalnya: memberi tahu saat pulang terlambat, menentukan jam belajar, dll.)				
6	Memiliki nomor HP Kepala Sekolah, Wali Kelas, dan Ketua Komite				
7	Menjadi pendengar yang baik bagi anak				
8	Tidak menggunakan kekerasan untuk membangun disiplin anak				
9	Melakukan kegiatan bersama (ibadah, makan, olahraga, rekreasi)				

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

Daftar periksa keterlibatan Ayah dan Bunda dalam kegiatan di sekolah

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

PENUTUP

Ayah dan Bunda yang berbahagia,




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

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

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

Informasi selengkapnya tentang pendidikan keluarga bisa diakses di:
<http://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id>



 Sahabat Keluarga  @ShbKeluarga  sahabatkeluarga@kemdikbud.go.id

Narahubung

Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga
Jalan Jenderal Sudirman, Gedung C Lt. 13 Senayan Jakarta 10270

Surel: **sahabatkeluarga@kemdikbud.go.id**

Telp. 021-5703336 Fax: 021 57946131

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

KONTRIBUTOR

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

Daftar Penelaah dan Lembaga Terkait:

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

No.	Nama	Asal Lembaga	Alamat & No Kontak Lembaga
6	Helda	Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia	
7	Tita Srihayati	Direktorat Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus, Kemdikbud	Jl. RS Fatmawati, Cipete Jakarta Selatan
8	Ranti Widiyanti	Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Kemdikbud	Jl. Gunung Sahari Raya No 4 Jakarta Pusat
9	Nirtafitri T.	Sekolah Inklusif Lentera Insan	Jl. Akses UI (HM Jassin) No. 101, Tugu, Kelapa Dua, Depok 16951 Telp/Fax: 021-8771 2727
10	Rahmi Dahnan	Yayasan Kita dan Buah Hati	Jl. Taman sari Persada Raya Blok 1 No. 12 Jatibening, Bekasi. 021-8648732, email: kitadanbuahhati@yahoo.com
11	Retno S. Wahyuni	Yayasan Lentera Raudha, PAUD Lentera	Jl. Pradana No.25 RT 02/RW 016 Villa Pabuaran Indah, Desa Pabuaran, Kec. Bojonggede, Kab. Bogor. Hp: 0856 9220 4757 / 0857 7470 1117
12	Marlina	Ikatan Neurosains Terapan Indonesia	Business Park Kebun Jeruk blok G1 Jl. Meruya Ilir 88 Jakarta Barat Telp: 021-5018 8088 Email: annegracia.alc@gmail.com
13	Sartika W. Wulan	SMPN 3 Depok	Jl. Barito Raya No.3, Abadi Jaya, Sukmajaya, Depok.
14	Agus Diantoro	SMPN 19 Jakarta	Jl. Bumi Blok E No. 21 Kebayoran Baru, Jakarta Selatan
15	Ratna Djuwita Sari	Orang tua siswa SMPN 19 Jakarta	



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

2016