



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Jl. Jenderal Sudirman, Gedung C lantai 13, Senayan, Jakarta 10270
sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id
Telepon: (021) 5737930

 sahabatkeluarga@kemdikbud.go.id |  Sahabat Keluarga |  @ShbKeluarga



Buku Pintar

CERDAS MENGASUH ANAK

Berisi kutipan tips, cara, dan langkah mengasuh serta mendidik anak dari narasumber terpilih

Buku Pintar

CERDAS MENGASUH ANAK

Berisi kutipan tips, cara, dan langkah mengasuh
serta mendidik anak dari narasumber terpilih

Seri 1

Sambutan

Direktur Pembinaan Pendidikan Keluarga

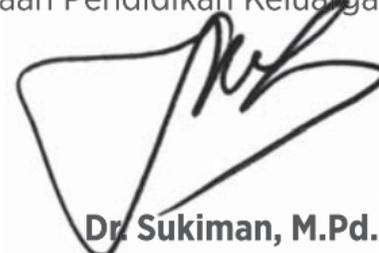
Saya menyambut gembira atas tersusunnya Buku Pintar “Cerdas Mengasuh Anak”. Buku ini berisi kutipan tips, cara, dan langkah mengasuh serta mendidik anak dari narasumber pada kegiatan yang diselenggarakan oleh Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga.

Buku Pintar ini terdiri dari beberapa seri. Pada seri I ini merangkum dan menyajikan materi yang disampaikan Bapak Arief Rachman, Ibu Fery Farhati, Ibu Najelaa Shihab, Ibu Andyda Meliala, dan Bapak Susanto.

Ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya saya sampaikan kepada semua pihak yang berkontribusi dalam penyusunan buku ini.

Semoga butiran mutiara yang tertuang dalam buku ini bermanfaat bagi orang tua, satuan pendidikan, dan masyarakat.

Direktur Pembinaan Pendidikan Keluarga



Dr. Sukiman, M.Pd.
NIP: 196006151981021001

Tim Penyusun

Pengarah	:	Dr. Sukiman, M.Pd.
Ketua	:	Eko Budi Hartono SE., MM
Penyunting	:	Adi Irawan ST Budi Prasetyo SH., MM
Penulis	:	Yohan Rubiyantoro S.IP
Penata Letak	:	Tomi Krisnawan

Daftar Isi

Kata Pengantar	ii
Tim Penyusun	iv
Daftar Isi	v
Nasihat dan Pesan Prof. Dr. H. Arief Rachman M.Pd	1
Nasihat dan Pesan Fery Farhati, S.Psi, MS	14
Nasihat dan Pesan Najelaa Shihab, M.Psi	24
Nasihat dan Pesan Dr. Andyda Meliala	34
Nasihat dan Pesan Susanto, MA	46

Nasihat dan pesan-pesan

Prof. Dr. H. Arief Rachman M.Pd

Arief Rachman adalah tokoh pendidikan Indonesia. Beliau saat ini menjabat sebagai Ketua Harian Komisi Nasional Indonesia untuk *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO), Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Guru besar di Universitas Negeri Jakarta tersebut sampai saat ini masih aktif mengisi berbagai seminar pendidikan, baik di dalam maupun luar negeri. Tema seminar yang dihadiri antara lain tentang pendidikan keorangtuan (*parenting*).

Berikut adalah kutipan nasihat dan pesan-pesan beliau.



“Ayah-ibu harus membangun suasana yang menyenangkan bagi anak-anak di rumah, dan guru harus menciptakan suasana yang menyenangkan bagi siswa-siswinya di sekolah agar potensi mereka berkembang”.



“Manusia tidak pernah dapat berdiri sendiri. Bertemanlah, sayangi kawan-kawan mu, maka hati mu akan menjadi tenang, karena selalu ada tempat berbagi”.



“Dalam membangun keluarga jangan hanya mengejar dunia, tetapi kejarlah tiang yang utama yaitu akhirat. Ikatlah diri kita kepada Tuhan dan ingatlah selalu pada Nya”.



“Suami-istri harus membangun kesabaran. Sabar berarti kita mempunyai ilmu pengetahuan agar selalu ada jalan keluar. Sabar berarti kita mempunyai prinsip-prinsip kehidupan. Sabar berarti kita pandai memaafkan. Sabar berarti kita dapat menerima kekurangan dan menghormati kelebihan pasangan kita”.



“Mendidiklah dengan akhlak dan teladan. Membentuk akhlak anak harus melewati sebuah proses, tidak instan, dan harus ditempa”.

“Setiap anak memiliki ragam potensi kecerdasan yang berbeda. Ada yang memiliki potensi spiritual, potensi akal, potensi jasmani, potensi perasaan, dan potensi sosial”.



“Guru harus mengajarkan murid-muridnya dengan metode dan cara sedemikian rupa sehingga proses pembelajaran terasa hidup, interaktif, dan menyenangkan. Berikan ruang pembelajaran yang cukup menantang dan mengasah kemandirian kematangan siswa”.



“Lima kiat sukses mendidik anak: ajarkan anak untuk bertaqwa, berkepribadian matang, berilmu mutakhir dan berprestasi, mempunyai rasa kebangsaan, serta berwawasan global. Latih anak untuk menguasai bahasa internasional”.



“Para guru janganlah memberikan perlakuan khusus yang diskriminatif kepada siswa/i. Hal ini akan merusak mereka. Layani dan perlakukan semua siswa dengan sama dan setara”.

“Hadirkan dan pupuk keimanan siswa dalam kegiatan sekolah agar mereka punya pegangan hidup. Selenggarakan kegiatan membaca kitab suci secara teratur. Ajari anak-anak kita untuk disiplin beribadah agar mereka hidup teratur”.



“Peran keluarga sangat memengaruhi keberhasilan anak. Siswa yang bermasalah cenderung berasal dari keluarga yang pecah. Eratkan hubungan ayah dan ibu, agar anak merasa nyaman belajar di rumah, dan dapat berprestasi maksimal”.



Bersikaplah stabil, selalu semangat, bersyukur hangat dan sejuk. Ingat 10 S

(Senyum, Salam, Sapa, Sabar, Syukur, Sehat, Sugih (kaya), Semangat, Sukses, Surga)



Dalam hidup berkeluarga kita harus:

- Memperkuat iman
- Memperhalus perasaan
- Mencerdaskan akal
- Menyehatkan badan
- Mempererat silaturahmi



Suami dan istri harus bermitra dalam mendidik keluarga

Suami sebagai imam, istri sebagai ma'mum

Suami sebagai teman, istri sebagai teman

Suami sebagai kekasih, istri sebagai kekasih

Suami sebagai ayah, istri sebagai ayah

Fery Farhati, S.Psi, MS

Ibu dari 4 orang anak. Lulusan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Seorang *parent educator* yang mendalami ilmu *Applied Family and Child Study* di *Departement of Family, Consumer & Nutrition Sciences*, NORTHERN ILLINOIS UNIVERSITY, USA.

Dengan latar belakang pengetahuannya, Fery mendirikan komunitas Rumah Pencerah, sebuah organisasi nirlaba yang memiliki misi mewujudkan orang tua, guru dan masyarakat yang berperan aktif dalam meningkatkan kualitas pengasuhan dan pendidikan anak usia dini (PAUD) melalui program pengayaan orang tua dan guru (PAUD)

Berikut adalah kutipan nasihat dan pesan-pesan beliau.

“RUMAH adalah sekolah pertama dan ORANG TUA adalah pendidik pertama dan utama dalam kehidupan seorang anak. Tanyakan pada diri, sudahkah kita menjalankan tugas sebagai orang tua dengan baik?

Menjadi orang tua adalah profesi sepanjang masa. Pola pengasuhan orang tua harus dipelajari secara terus menerus agar sensitif dan responsif terhadap perubahan dan perkembangan jaman.



Orang tua harus memiliki semangat belajar untuk terus memperkaya diri dengan teknik-teknik pengasuhan yang positif dan penuh cinta.

Orang tua harus “hadir” dalam kehidupan anak dengan penuh kesadaran bahwa masa depan anak-anak mereka sangat dipengaruhi dari apa yang mereka tanamkan dalam kehidupan anak sejak dalam kandungan dan masa-masa usia dini.



Kehadiran orang tua yang penuh cinta dan kasih sayang disertai dengan rasa percaya diri dan keyakinan atas langkah yang mereka ambil atas dasar pengetahuan yang mereka miliki.

Cara terbaik melindungi anak dari berbagai pengaruh buruk dari dunia luar adalah kehadiran orang tua yang penuh cinta dan kasih sayang.



Meluangkan waktu dalam kehidupan seorang anak, jauh lebih baik dan berharga dari segala macam mainan, *video games* atau *gadget* yang diberikan pada anak-anak.

Dalam mendidik, berikan kebebasan anak untuk bereksplorasi dengan dibekali batasan, petunjuk dan arahan yang jelas.



Anak akan mendapatkan rasa nyaman di rumah bila orang tua mampu menjadi figur yang bisa diandalkan dan dipercaya serta bisa menjadi kawan diskusi dan mencurahkan isi hati.

Konsep diri yang positif tumbuh dari penerimaan dan kasih sayang orang tua. Karenanya, pola pengasuhan orang tua harus mengedepankan kasih sayang dan saling menghormati untuk memupuk konsep diri anak yang positif.



Orang tua harus membangun komunikasi yang positif dengan anaknya. Karena, baik buruknya pandangan anak tentang dirinya sangat tergantung pada cara orang tua berkomunikasi dengan anaknya.

Proses pendidikan akan berhasil bila ekosistem atau lingkungan masyarakat di sekeliling anak bergerak selaras. Libatkan diri di lingkungan dimana anak kita tumbuh dan belajar.



Kenali lingkungan sekolah anak kita, mulai dari guru, petugas kebersihan, keamanan, penjaga kantin dll.

Cari tahu tentang sarana komunikasi di sekolah anak kita. Bagaimana orang tua mendapatkan info tentang kegiatan-kegiatan sekolah, dan aktif menyampaikan info penting yang berkaitan dengan anak kita pada pihak sekolah.



Jadilah sukarelawan di sekolah anak kita. Bila memungkinkan terlibatlah di persatuan orang tua murid, atau turut serta dalam kepanitiaan acara di sekolah anak kita.

Cari aktifitas yang dapat bermanfaat untuk anak kita di sekolah. Sampaikan pada orang tua lain. Usulkan aktifitas tersebut agar dijalankan oleh sekolah.



Cari peluang untuk berkolaborasi antara sekolah dan lingkungan sekitar untuk menumbuhkan kepedulian dan meningkatkan empati anak kita.

Najelaa Shihab, M.Psi

Najelaa Shihab adalah Ketua Yayasan Cinta Keluarga yang mendirikan Sekolah Cikal, penyelenggara pendidikan prasekolah s/d SMA dan Kampus Guru Cikal yang menginisiasi Komunitas Guru Belajar di berbagai kota di Indonesia.

Elaa mendirikan Keluarga Kita, penyedia konten dan penyelenggara pendidikan keluarga yang menggerakkan program Rangkul (relawan penggalang keluarga). Ia juga mendirikan Inibudi, inisiatif pendidikan digital yang menyebarkan video pelajaran ke seluruh nusantara secara *online* maupun *offline*.

Perempuan lulusan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia dengan bidang kekhususan Klinis Anak dan Pendidikan ini juga berperan sebagai Dewan Pakar Pusat Studi Al-Qur'an yang mengembangkan Living Qur'an yaitu kurikulum pengajaran Agama Islam dan pelatihan guru dengan dasar moderasi Islam.

Berikut adalah kutipan nasihat dan pesan-pesan beliau.

Proses pengasuhan anak merupakan siklus yang berkelanjutan dan sulit diputus. Apa yang kita lakukan sebagai orang tua, dipengaruhi pengalaman kita sebagai anak dan mempengaruhi bagaimana anak-anak kita menjadi orang tua. Karena itu pendidikan keluarga yang baik harus dibiasakan sejak awal.



Pengasuhan anak seperti marathon, walaupun terkadang sulit karena keterbatasan waktu, perlu selalu fokus pada tujuan akhir dan menghindari jalan pintas. Apa yang kita ingin tumbuhkan pada anak - 1 tahun, 10 tahun, 20 tahun mendatang?



Orang tua harus memiliki aspirasi tinggi; percaya bahwa anak mampu, sebelum anak tahu bahwa dirinya mampu. Harapan positif menjadi tangga bagi kesiapan anak menuju cita-citanya.

Mencintai anak dengan tulus, tanpa syarat; dalam tantangan dan kondisi apa pun. Saat anak menghadapi masalah atau berbuat salah, justru saat ia paling membutuhkan dukungan orang tua.



Orang tua adalah pelajar sepanjang hayat; refleksi dan adaptasi harus selalu dipraktikkan. Dengan anak, kita selalu mendapatkan kesempatan kedua menjadi lebih baik.

Hubungan keluarga rekat karena pengalaman yang menyenangkan. Bermain dengan anak harus sungguh-sungguh, gunakan humor dan nikmati waktu bersama.



Satu hal yang paling penting saat orang tua bergabung di sekolah, ia harus setuju untuk berperan aktif sebagai orang tua yang baik bagi seluruh siswa di komunitas tersebut, bukan hanya untuk kepentingan anaknya. Apapun yang dilakukan satu orang tua pada satu anak, ada efek dan tanggung jawab sosialnya.



Setiap hari, bahkan setiap jam, orang tua dihadapkan pada berbagai pilihan dalam berkomunikasi. Pilih untuk menyatakan empati daripada mengabaikan perasaan, lebih sering memberikan pilihan dan tidak melulu perintah, lebih banyak mendengarkan daripada berbicara.



Konflik tidak terhindarkan dan penting untuk dialami setiap anggota keluarga. Konflik dengan keluarga adalah kesempatan belajar, selama semua yang terlibat berkomitmen untuk menyelesaikannya dan tetap bersikap positif dalam prosesnya. Keluarga yang sehat adalah yang dapat menjadi “teman” menyelesaikan masalah yang baik.



Menjadi orang dewasa artinya berusaha sensitif dan memberikan respon-respon kecil setiap hari bersama anak. Selalu ingat, bahwa kita sering terperangkap berespon pada emosi kita sendiri dan tidak berpusat pada kebutuhan anak.

Guru dan sekolah perlu kreatif dan terbuka dalam memberi kesempatan keterlibatan orang tua. Orang tua perlu dipandang sebagai sumber daya penting dalam seluruh proses perencanaan, pengajaran, dan assessment di sekolah.



Tingkat dan bentuk keterlibatan orang tua dan keluarga pasti akan berbeda, sesuai kondisi orang tua dan jenjang pendidikan/usia anak. Keragaman ini adalah keunikan yang harus dipahami dan didukung sekolah.

Modal utama kesuksesan sekolah dan sumber daya dalam belajar-mengajar adalah keunikan komunitasnya. Sekolah juga menjadi simpul masyarakat untuk memenuhi kebutuhan keluarga, ke sarana kesehatan, jaringan kelompok orang tua lain, pengembangan minat anak.

Dr. Andyda Meliala

Andyda adalah seorang dokter yang konsisten menerapkan teori plastisitas otak, kecerdasan majemuk dan ilmu parenting. Ia tertarik pada bidang *parenting* saat mengambil gelar PhD di Melbourne.

dr. Andyda mempunyai misi untuk berbagi pengalaman dengan orang tua lain. Pada tahun 2011, Andyda mendirikan *Resourceful Parenting Indonesia* (RPI) dengan visi agar setiap orang dewasa memiliki sumber pengetahuan yang teruji untuk membesarkan dan mendidik anak.

Berikut adalah kutipan nasihat dan pesan-pesan beliau.

Sajikan pengalaman awal yang menyenangkan bagi anak. Pengalaman awal memengaruhi perkembangan struktur otak yang akan menjadi dasar bagi pembelajaran, perilaku, dan kesehatan di masa depan. Sama halnya dengan fondasi rumah yang lemah, pengalaman yang tidak menyenangkan di masa-masa awal akan merusak struktur otak sehingga akan berpengaruh negatif sampai dewasa.



Ingin punya anak tangguh, cerdas, berkarakter, dan berakhlak mulia? Mulailah dengan membangun hubungan dari hati ke hati dengan anak Anda.

Ajak anak Anda membaca sejak dini. Membaca meningkatkan kemampuan verbal, kemampuan menyelesaikan masalah, kemampuan menulis, konsentrasi, dan memori anak.



Hindari anak Anda dari narkoba, zat adiktif, kekerasan fisik, depresi, dan pelecehan berulang, atau perundungan (*bullying*). Hal-hal itu dapat menyebabkan stres kronis dan merusak struktur otak.

Tujuan pendidikan anak sebenarnya adalah mengembangkan kemampuan otak anak agar potensinya maksimal. Sel-sel otak yang tidak dipakai akan dipangkas.



Kembangkan jiwa, raga, pemikiran, dan spiritual anak. Itu semua merupakan fondasi untuk pemikirannya.

Otak anak masih fleksibel dan mudah dibentuk. Sel-sel otaknya masih terus bertumbuh. Fungsi serta struktur otak anak berubah sesuai dengan pengalamannya. Karena itu, berikan pengasuhan dan pendidikan yang menyenangkan.



Jadilah pribadi yang dapat diandalkan anak. Anak-anak membutuhkan setidaknya satu orang dewasa yang mampu memahami dan menerima perasaannya.

Bangun lingkungan yang memperhatikan emosi serta perkembangan kognitif anak. Di situlah anak dapat belajar dengan baik.



Jadilah orang tua yang dewasa dan mampu diandalkan. Salah satu cirinya adalah mampu menangani stres dengan baik. Caranya: jangan tenggelam dalam rasa frustrasi dan kritik terhadap diri sendiri. Sebaliknya, Anda perlu mengembangkan kemampuan perhatian penuh dan sadar tanpa menghakimi diri sendiri.



Bangun relasi yang sehat dengan anak. Relasi menyenangkan yang dimiliki anak dengan orang-orang penting di sekitarnya--orang tua, saudara, pengasuh--memengaruhi setiap aspek perkembangannya. Relasi yang menyenangkan juga menentukan perkembangan struktur otak anak.



Anak yang memiliki kedekatan emosional positif dengan orang tuanya akan memiliki rasa aman yang membuatnya mampu belajar dan bereksplorasi. Anak yang merasa amanlah yang berani mengambil risiko.



Jadilah orang tua yang benar-benar hadir bagi anak. Berikan hati dan pikiran Anda bagi anak. Anak yang memiliki kedekatan positif dengan orang tuanya akan merasa nyaman dengan dirinya sendiri dan akan lebih mandiri.

Selalu hadir dan berikan tanggapan positif atas kebutuhan anak. Dengan demikian, anak memiliki fondasi untuk mengeksplorasi dunianya.



Masukkan olahraga dan aktivitas fisik dalam keseharian anak. Dalam tubuh yang prima terdapat otak yang cerdas. Anak yang aktif bergerak sepanjang hari tumbuh lebih cerdas, waspada, dan bersemangat.



Jadikan olahraga sebagai sarana mengoptimalkan fungsi otak. Lakukan olahraga bersama keluarga agar suasana hati bagus dan daya tahan tubuhpun meningkat.

Susanto, MA

Susanto saat ini menjabat sebagai Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia, penanggung jawab bidang Pendidikan.

Kandidat Doktor Program Studi Teknologi Pendidikan Universitas Negeri Jakarta tersebut merupakan pendiri Sekolah Islam Karakter, Genius Islamic School dan Direktur Character Kid's Club Yayasan Mutiara Jenius Internasional. Ia percaya untuk mewujudkan bangsa yang hebat harus didesain sejak dini.

Berikut adalah kutipan nasihat dan pesan-pesan beliau.

“Para orang tua perlu mengetahui yang dimaksud dengan kekerasan anak. Berdasarkan Undang-undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, kekerasan adalah setiap perbuatan terhadap Anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual, dan/atau penelantaran, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum”.



“Seringkali kekerasan dilakukan oleh pendidik atau tenaga kependidikan dengan alasan untuk mendidik. Namun kekerasan pada anak tidak boleh dilakukan dengan alasan apapun, apalagi bila dilakukan atas nama pendidikan”.

“Jauhkan anak Anda dari game online bermuatan kekerasan dan tontonan bermuatan kekerasan. Sebab hal tersebut dapat mendorong anak menjadi pelaku kekerasan”.



“Satu dari tiga anak di seluruh dunia mengaku pernah mengalami perundungan (*bullying*), baik di sekolah, di lingkungan sekitar ataupun secara *online*. Sebaliknya, satu dari tiga anak mengaku pernah melakukan tindakan *bullying* pada kawannya”.

“Sekolah, keluarga, dan masyarakat harus membangun persepsi yang sama tentang “batas kekerasan” dan “batas pendidikan/pengasuhan” antar pendidik dan tenaga kependidikan, orang tua dan masyarakat”.



“*Bullying* memiliki beragam bentuk. *Bullying* fisik seperti menampar, menjegal, meludahi, melempar dengan barang, dan lainnya. *Bullying* verbal seperti memaki, mempermalukan di depan umum, menuduh, dan memfitnah”. *Bullying* juga terjadi di dunia maya, seperti mempermalukan teman dengan menyebarkan gosip di jejaring sosial media, misal di Facebook”.



“Biasanya korban *bullying* adalah anak yang lemah, pemalu, pendiam dan memiliki kebutuhan khusus. Misalnya siswa dengan disabilitas, atau memiliki tubuh dengan ciri tertentu yang dapat menjadi bahan ejekan”.

“Untuk memberantas *bullying*, maka keluarga, sekolah dan masyarakat harus membangun persepsi yang sama antar pendidik dan tenaga kependidikan, orang tua dan masyarakat tentang perlindungan anak”.



“Para orang tua, sekolah dan masyarakat harus membangun kesadaran bersama pentingnya mencegah *bullying*, baik di rumah, sekolah dan masyarakat. Bangun juga kesadaran bersama pentingnya kampanye pencegahan kekerasan melalui berbagai media masyarakat dan forum warga”.