

Topik 8

Buku Saku Fasilitator
Membangun Kemandirian Anak





1001

CARA BICARA

ORANG TUA DENGAN REMAJA

Kritik dan saran hubungi

Skata di www.skata.info

E-mail: familyplanning.id@gmail.com

Telepon dan WhatsApp: 08118101402

Direktorat Bina Ketahanan Remaja BKKBN

Jl. Permata No. 1 Halim Perdana Kusuma, Jakarta Timur

Telepon dan Fax: 021-8008548

**BUKU INI ADALAH SALAH SATU MATERI
BACAAN UNTUK Mendukung PROGRAM BINA
KETAHANAN REMAJA**

TIM PENYUSUN

Imelda Hutapea, M.Ed
 Alzena Masykouri, M.Psi
 Dinar Pandan Sari, MA
 Asep Sopari, S.Pd, M.Sc

TIM PENGARAH

dr. Victor Palimbong

DESAIN

Anastasia Lintang Proborini, S.Ds.

DAFTAR ISI

- 6 Pengantar
- 12 Petunjuk Penggunaan Buku Saku
- 14 Rancang Bangun Pembelajaran 1001 Cara Bicara
- 16 Tata Tertib Kegiatan
- 26 Tujuan Pembelajaran Topik 8
- 28 Panduan Membawakan Materi Paparan
- 54 Tanya Jawab



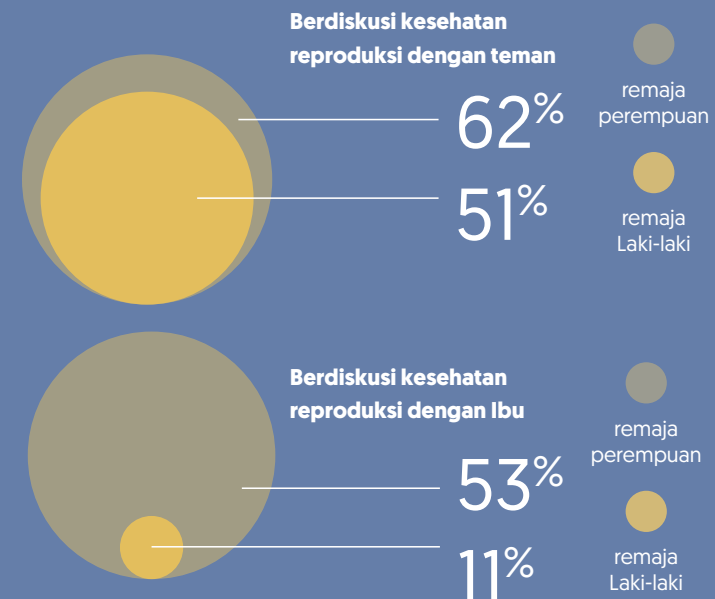
PENGANTAR

DEPUTI BIDANG KELUARGA SEJAHTERA DAN PEMBERDAYAAN KELUARGA BKKBN

Remaja dalam konteks Program Pembangunan Keluarga, Kependudukan, dan Keluarga Berencana (Bangga Kencana) dilihat dari tiga aspek. Pertama, sebagai calon penduduk usia produktif, calon aktor pembangunan yang harus berkualitas. Kedua, sebagai calon pasangan yang akan membangun keluarga berkualitas. Ketiga, sebagai calon orangtua yang akan melahirkan SDM yang juga harus berkualitas.

Oleh karena itu, BKKBN melalui Pembinaan Ketahanan Remaja ingin memastikan remaja-remaja di Indonesia mampu menyiapkan diri agar memiliki perencanaan dalam mempersiapkan dan melewati lima transisi kehidupan remaja, yaitu: (1) mempraktikkan hidup sehat; (2) melanjutkan pendidikan; (3) memulai mencari/menciptakan pekerjaan; (4) menjadi anggota masyarakat yang baik; dan (5) memulai kehidupan keluarga.

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Tahun 2017 menunjukkan bahwa kelompok sebaya dan orangtua (terutama ibu) menjadi tempat paling banyak dipilih oleh remaja untuk berdiskusi tentang kesehatan reproduksi yang dialaminya. Sebanyak 62 persen remaja perempuan dan 51 persen remaja laki-laki mengaku berdiskusi kesehatan reproduksi dengan temannya, dan 53 persen remaja perempuan serta 11 persen remaja laki-laki berdiskusi kespro dengan ibunya.



Hasil riset tentang Perilaku Seksual Remaja yang diselenggarakan JHCCP dan UGM pada 2017 lalu menunjukkan bahwa :

Remaja USIA 10 – 14 TAHUN

mencari informasi tentang kesehatan reproduksi yang dialaminya dari orangtua

Kedua hasil survei tersebut menunjukkan bahwa remaja Indonesia membutuhkan peran orangtua sebagai tempat berbagi informasi dan curhat/konsultasi tentang segala hal yang terkait dengan tumbuh-kembangnya. Meskipun demikian, data tersebut juga menunjukkan sebagian besar dari remaja lebih memilih teman sebaya sebagai sumber informasi dan tempat bercerita.

Hambatan komunikasi kerap kali menjadi kendala relasi/hubungan orangtua dengan anak yang berbeda generasi. Beberapa hasil kajian menunjukkan bahwa orangtua sebetulnya ingin membangun relasi baik, ingin menjadi sumber informasi, ingin menjadi tempat curhat, tetapi tidak tahu caranya. Oleh karena itu, kami menyambut baik dikembangkannya “1001 Cara Bicara Orangtua dengan Remaja” ini. Kami berharap ini dapat membantu para orangtua di Indonesia dalam memahami dan menguasai keterampilan berkomunikasi dengan anak/remajanya sehingga terbangun relasi/hubungan yang baik di antara keduanya.

Atas nama BKKBN, kami mengucapkan terima kasih kepada JHCCP melalui Skata yang telah mengembangkan “1001 Cara Bicara Orang Tua dengan Anak Remaja”. Buku Saku ini dapat menjadi alat bantu bagi pengelola dan pelaksana program serta kader kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR) dalam menyampaikan substansi “1001 Cara Bicara Orangtua dengan Remaja” kepada orangtua-orangtua yang memiliki anak usia remaja.

Plt. Deputi Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga,



Dr. Drs. H. Lalu Makripuddin, M.Si



PENGANTAR

KEPALA PERWAKILAN JOHNS HOPKINS CENTER FOR COMMUNICATION PROGRAMS DI INDONESIA

Indonesia adalah salah satu negara dengan jumlah penduduk usia produktif terbesar di dunia. Populasi remajanya sekitar 17% dari seluruh penduduk. Ahli kependudukan memperkirakan bahwa Indonesia akan memasuki masa keemasan pada tahun 2030 – 2040, ketika jumlah usia produktifnya lebih besar daripada usia non produktif. Namun demikian jumlah yang besar saja (Kuantitas) tidak cukup untuk menjamin kesejahteraan bangsa. Diperlukan SDM yang berkualitas.

Orang tua dan keluarga memegang peranan penting dalam hal ini. Pemerintah telah menetapkan bahwa percepatan pembangunan melalui peran pemuda dan remaja sangat penting. Peningkatan kualitasnya, baik dari sisi pendidikan, keterampilan, maupun karakter, harus menjadi prioritas. Namun demikian kerja nyata untuk pembangunan pemuda dan remaja membutuhkan dukungan dari banyak pihak. Terutamanya adalah keluarga dan orang tua dimana pemuda dan remaja berada.

1001 Cara Bicara dirancang untuk memudahkan orang tua belajar lebih jauh tentang bagaimana berkomunikasi dengan remaja. Hal ini tercermin dari beragam tools atau produk yang dikembangkan demi memudahkan dan menyesuaikan dengan gaya belajar masing-masing penggunanya: buku/ e-book, jurnal, kartu main, serta video dan film pendek. Sejak diluncurkan, 1001 Cara Bicara telah menyelenggarakan banyak kegiatan baik dari sisi

promosi maupun penguatan kapasitas terutama kepada para PKB/PLKB dalam bentuk Program Diseminasi melalui Facebook Live-- yang telah diadakan akhir tahun 2020.

Sebagai tindak lanjut dari program-program sebelumnya, bersama Direktorat Bina Ketahanan Remaja, bersama-sama kami telah melaksanakan “Workshop Nasional Penggunaan 1001 Cara Bicara” sebagai strategi diseminasi dengan jangkauan yang lebih luas yang melibatkan berbagai elemen di BKKBN tingkat provinsi, seperti PKB/ PLKB, Kader BKR, Widyaiswara, dan GenRe. Diharapkan melalui workshop ini para peserta dapat memiliki kemampuan dan keterampilan yang sangat baik dalam menyampaikan berbagai pesan dan pengetahuannya seputar pola pengasuhan, komunikasi efektif, serta kesehatan reproduksi dan seksualitas. Selain itu, melalui workshop ini pun diharapkan lahirnya berbagai kegiatan inisiatif (kelas-kelas mandiri) dari seluruh provinsi sehingga pengetahuan dan keterampilan yang sudah diserap dapat disiarkan kembali hingga jaringan akar rumput.

Buku Saku Fasilitator 1001 Cara Bicara ini adalah buku dampingan bagi penyelenggara program di tingkat provinsi, kabupaten/kota, dan lapangan serta akar rumput untuk dapat menurunkan workshop 1001 Cara Bicara dengan runtut. Buku ini adalah bagian dari sebuah kampanye besar 1001 Cara Bicara, **yang bertujuan untuk menjembatani jurang komunikasi yang terjadi antara orang tua dan remaja.**



Hari Fitri Putjuk
Kepala Perwakilan JHCCP di Indonesia

PETUNJUK PENGGUNAAN BUKU SAKU

**BUKU SAKU INI ADALAH BAHAN
PENDAMPING DARI MATERI TAYANG
YANG SUDAH DISEDIAKAN OLEH
PANITIA NASIONAL 1001 CARA BICARA**



SALAM 1001 CARA BICARA!

Buku petunjuk ini adalah alat bantu Anda untuk menyelenggarakan pembinaan “1001 Cara Bicara dengan Remaja”

Bacalah dan pahami terlebih dahulu materi yang akan dibawakan seraya mengingat pengalaman belajar Anda. Anda boleh menggunakan kata-kata anda sendiri.

Sebagai fasilitator nasional, Anda diharapkan untuk dapat menerapkan kembali ilmu yang sudah Anda terima pada **Workshop Nasional 1001 Cara Bicara, pada bulan Maret/ April 2021** di daerah Anda masing-masing.

Buku Saku ini dikembangkan per topik dan Anda bisa gunakan sesuai kebutuhan Anda di lapangan.

RANCANG BANGUN PEMBELAJARAN 1001 CARA BICARA

TOPIK 1

Produk 1001
Cara Bicara

TOPIK 2

Keterampilan Pembelajaran
pada Orang Dewasa

TOPIK 3

Memahami Remaja

TOPIK 4

Memahami
Konsep Pola Asuh

TOPIK 5

1001 Cara Bicara
Perilaku Berisiko

TOPIK 7

1001 Cara Bicara
Perencanaan Masa
Depan

TOPIK 6

Komunikasi efektif
dengan anak remaja

TOPIK 8

Membangun
Kemandirian Anak

TOPIK 9

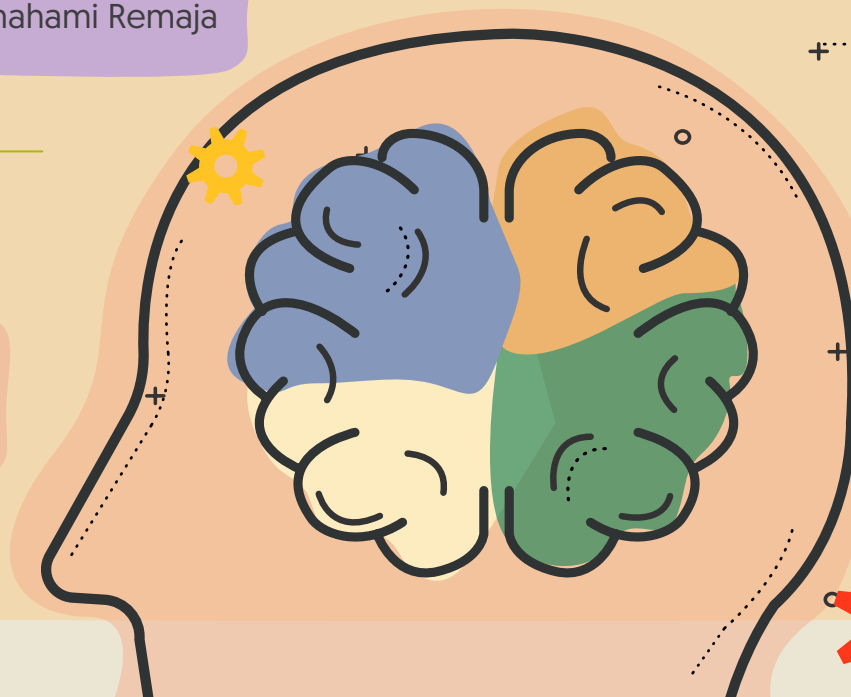
1001 Cara Bicara
Cakap Berliterasi Digital

TOPIK 10

Kecakapan orang tua dalam
pendidikan mengenai
Kesehatan Reproduksi dan
Seksualitas

TOPIK 11

Cakupan Pendidikan
Kesehatan Reproduksi dan
Seksualitas



TATA TERTIB KEGIATAN

JAGALAH KESEHATAN ANDA DAN MASYARAKAT DAMPINGAN ANDA SELAMA MASA PANDEMI INI

Dalam masa pandemi ini Kami meminta Anda mendahulukan kegiatan dengan moda online.



Melakukan kegiatan secara online terkadang dapat sangat menantang. Anda harus dapat mempertahankan minat peserta binaan dan sekaligus memelihara interaksi Anda dengan mereka. Oleh karena itu Kami anjurkan agar Anda melakukan pembinaan ini secara terbabak, bertahap, dan terstruktur.



Berikut ini adalah contoh Tata Tertib Kegiatan yang bisa Anda gunakan sebagai referensi.

TATA TERTIB PESERTA



Seluruh peserta Zoom diharapkan menyalakan video selama acara berlangsung dan mengganti virtual background dengan template yang sudah diberikan panitia/ diinstruksikan oleh fasilitator



Seluruh peserta Zoom **wajib** menonaktifkan mic (*mute*) saat fasilitator sedang memaparkan materi

Seluruh peserta Zoom **wajib** menuliskan nama dengan format sebagai berikut: **Makanan Khas Provinsi - Nama. Contoh: Seblak - Eva.** Catatan: Jika peserta tidak mengubah nama sesuai dengan panduan di atas, maka Admin akan mengubahnya.



- Seluruh peserta **wajib** mengisi dengan lengkap daftar hadir/ absensi setiap hari sesuai dengan tanggal penyelenggaraan selama workshop berlangsung. Daftar hadir akan dibuka dari pukul 08.00-10.00 WIB.
- Seluruh peserta **wajib** mengunduh materi penugasan dan mengunggah kembali hasil penugasan yang telah diberikan oleh fasilitator. Panitia menyediakan link untuk peserta dapat mengunggah materinya.
- Seluruh peserta Zoom **diperbolehkan** untuk mengetik di kolom chat, namun mohon agar tetap memperhatikan norma dan etika dalam berkomunikasi
- Seluruh peserta Zoom **dilarang** mengirimkan pesan dan/ atau file [dokumen/ foto/ video/ audio] di kolom chat yang tidak ada kaitannya dengan keseluruhan acara

TATA TERTIB PESERTA

Tips:

- Seluruh peserta disarankan untuk menekan fitur Speaker View pada pojok kanan atas layar dan klik pin video (arahkan kursor ke kotak Speaker dan klik titik tiga berwarna biru pada pojok kanan kotak dan pilih pin video)
- Jika terjadi kendala pada koneksi Anda dan terpaksa keluar dari Zoom, silakan untuk segera bergabung kembali setelah koneksi Anda stabil kembali
- Penggunaan video memakan *bandwidth* lebih besar, maka jika terkendala pada jaringan, peserta **diperbolehkan** untuk mematikan kamera



Breakout Rooms

Pada hari ke-2 dan hari ke-3, seluruh peserta akan dikelompokkan dan akan bergabung ke dalam Breakout Rooms yang sudah ditentukan sebelumnya.

Kemudian untuk menjaga keaktifan seluruh peserta, maka setiap anggota harus memiliki peran yang ditentukan secara mandiri oleh kelompok. Jenis peran terdiri dari:

Fasilitator

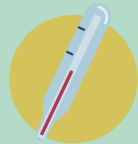
Penyaji

Notulensi

Narasumber

Jika Anda memutuskan bahwa pendampingan atau pembinaan dapat dilakukan secara tatap muka langsung, maka perhatikanlah panduan berikut. Kutipan dari tata tertib ini diambil dari Buku **ADAPTASI TERHADAP KEBIASAAN BARU: PANDUAN KERJA SEHAT, AMAN, DAN PRODUKTIF DALAM MASA PANDEMI COVID-19 BINA LINI LAPANGAN**. Anda dapat merujuk pada panduan selengkapnya pada buku di atas.

JIKA ANDA ADALAH PKB ATAU KADER BKR YANG AKAN BERJALAN MENUJU WILAYAH BINAAN



Pastikan diri Anda dalam kondisi sehat. Jangan bepergian jika anda sedang sakit.



Selama perjalanan tetap gunakan masker.



Gunakan sarana pribadi sesuai kebutuhan, seperti helm pribadi. Lakukan perjalanan langsung ke lokasi tujuan.



1 meter

Sebisa mungkin tidak menggunakan transportasi umum. Jika terpaksa menggunakan transportasi umum, tetap menjaga jarak minimal 1 meter.



Tidak menyentuh fasilitas umum.

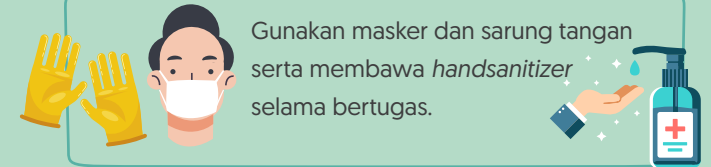


Gunakan hand sanitizer.



Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir setelah sampai di lokasi tujuan.

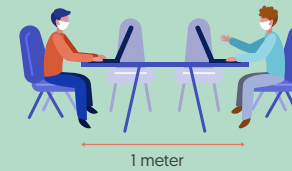
MELAKSANAKAN TUGAS DI WILAYAH BINAAN



Gunakan masker dan sarung tangan serta membawa *handsanitizer* selama bertugas.



Kurangi kegiatan yang mengumpulkan banyak orang.



1 meter

Jika ada kegiatan yang mengumpulkan banyak orang, lakukan pengaturan jaga jarak minimal 1 meter dan ingatkan untuk menggunakan masker serta hindari kontak fisik secara langsung selama kegiatan berjalan.



Mencuci tangan dengan sabun atau *handsanitizer* setelah melakukan kegiatan.



Catat dan lapor seluruh kegiatan di wilayah binaan melalui aplikasi e-kinerja



Lapor ke tokoh formal di wilayah binaan terkait rencana kegiatan yang akan dilaksanakan dan hasil kegiatan





"Anda bisa menggunakan *slide* yang anda terima selama *workshop* dengan panduan yang ada di Bab ini. Tiap *slide* akan diberikan: Catatan, yaitu apa yang Anda perlu sampaikan pada slide tersebut dan Instruksi, apa perintah Anda pada peserta *workshop*. Ada juga bagian Catatan Pribadi tempat anda menuliskan beberapa catatan penting pribadi anda untuk *slide* tersebut."



Topik 8

KECAKAPAN ORANGTUA MEMBANTU REMAJA



MEMILIKI
PRIBADI MANDIRI
DAN TANGGUH

TUJUAN PEMBELAJARAN

Menumbuhkan pemahaman peserta tentang makna sejati kemandirian yakni adanya motivasi intrinsik dalam diri seseorang, melalui siklus pembelajar mandiri serta memahami bagaimana praktik baik yang menumbuhkan perilaku tersebut dalam kehidupan rumah sehari-hari.

REFERENSI/ SUMBER

Buku 1001 Cara Bicara
Orangtua dengan Remaja
halaman 88-108



RANCANG BANGUN KELAS

- 28 Pentingnya Kemandirian
- 34 Makna Sejati Kemandirian
- 40 Unsur Penting Kemandirian
- 48 Konsep Pembelajar Mandiri
- 50 Praktik Baik Membangun
- 52 Pembelajar Mandiri

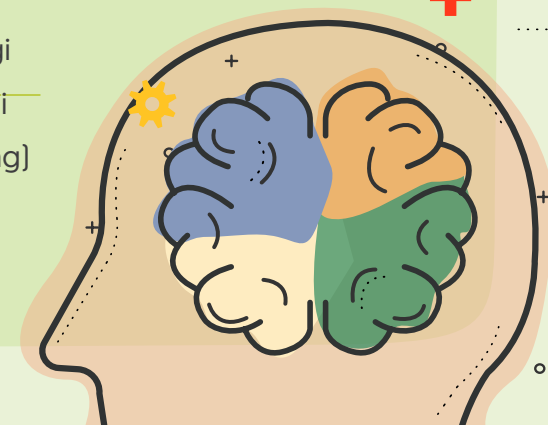


Catatan

Bacakan judul sesi kali ini
Bukalah dengan memancing rasa
penasaran peserta: Hmm..Kemandirian,
apa ya artinya? Mandi sendiri?

INSTRUKSI

Undang 1-2 peserta berbagi
jawaban dengan menulis di
kolom chat (pelatihan daring)
atau mengangkat tangan
(pelatihan tatap muka)



PANDUAN MEMBAWAKAN MATERI PAPARAN

1. Tiga pertanyaan penting Kemandirian

KEMANDIRIAN

The diagram illustrates the concept of 'MANDIRI' (Independence) as a central goal. It is supported by three key questions: '1. Apa pentingnya?' (What is its importance?), '2. Apa makna yang sejati?' (What is its true meaning?), and '3. Bagaimana menumbuhkan?' (How to grow it?). Arrows point from each question box towards a central blue circle labeled 'MANDIRI'.

Logos at the bottom include: bkkbn, Johns Hopkins Center for Communication Programs, and Pilihanku.

Catatan

Sebelum mulai topik ini, mari kita awali dengan 3 pertanyaan penting ini [bacakan].

Mengapa ya kita perlu alat bantu pertanyaan?

Masih ingat sesi Pembelajaran Dewasa yang lalu?

Belajar harus ada tujuan. Di tiga pertanyaan ini lah yg akan memandu kita menemukan inti tujuan belajar kemandirian.

CATATAN PRIBADI

2. Apa pentingnya Kemandirian?

KEMANDIRIAN

USIA DINI

- Mampu melakukan tugas perkembangan dalam mengurus diri: berjalan, makan-minum, meladeni diri sendiri, kemudian membersihkan diri sendiri (mandi dan BAK/BAB)
- Melakukan fungsi operasional dan kebutuhan harian



bkkbn

JOHNS HOPKINS
Center for Communication
Programs

Pilihanku

Catatan

Slide pada hal 3 dan 4 saling berkaitan. Dengan bahasa anda sendiri, ceritakan bagaimana ujud kemandirian mulai terbentuk pada usia dini.

Dari contoh anak usia dini ini, kemandirian itu adalah keterampilan yang tidak instan, tapi dikuasai setahap demi setahap sesuai umur.

CATATAN PRIBADI



3. Kemandirian adalah kunci sukses

KEMANDIRIAN

Ilustrasi Masa Bersekolah:

Wajib belajar 9 tahun → pendidikan sebagai **sebuah proses/perjalanan**.

- Untuk meraih sukses, ada perjalanan dan proses yang harus ditempuh.
- Maka yang penting untuk dimiliki anak-anak kita adalah bekal atau **keterampilan untuk menempuh perjalanan** tersebut.



CATATAN PRIBADI

INSTRUKSI

Jika ada yang bertanya apa arti sukses, jelaskan bahwa sukses artinya berhasil mencapai tujuan. Bukan soal materi/kekayaan atau jadi selebriti. Boleh gunakan ilustrasi lain jika dirasa perlu.

Catatan

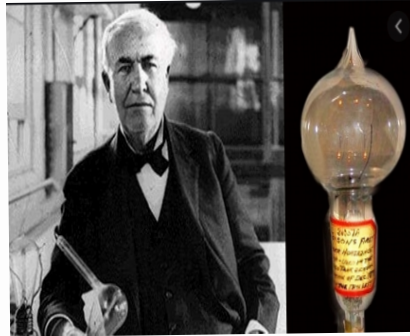
Kalau kita ingat 2 pengalaman diri kita sendiri, kita wajib belajar saja minimal 9 tahun. Ini kan artinya ada proses, anak baru belajar baca tulis tak bisa langsung jadi tukang insinyur.

Jadi si kemandirian itu adalah ketrampilan yang diperlukan, bekal selama menjalani proses sekolah.

4. Apa makna Mandiri yang sejati?

Kisah Thomas Alva Edison (1847 – 1931)

Seorang penemu asal Amerika Serikat, yang terkenal dengan (salah satunya) penemuan bola lampu listriknya, diceritakan mengalami **999 kali kegagalan** sebelum akhirnya **berhasil** menciptakan bola lampu listrik yang sesuai dengan **tujuan** rancangannya



CATATAN PRIBADI

INSTRUKSI

Kualitas apa yang anda lihat dari kisah Edison?

Kata kunci: Bangkit dari kegagalan, mengelola emosi.

Bisa dibayangkan jika Edison tidak “*move on*” mungkin hari ini kita tidak punya lampu.. Bagaimana jika tidak bisa mengelola emosi, tidak bisa *move on*?



Catatan

Kini kita beranjak ke pertanyaan ke dua: apa makna mandiri yang sejati? Bacakan kisah Edison dengan perlahan.

INSTRUKSI

Mari kita baca bersama-sama (Fasilitator membacakan atau meminta kesediaan peserta).

KEMANDIRIAN

KISAH CALEG STRESS

Seorang Caleg (calon anggota legislatif) yang diduga stress karena tidak memperoleh suara yang cukup untuk dapat menempati kursi anggota legislatif daerah (DPRD) mengamuk di kantor Komisi Pemilihan Umum Daerah. Ia tampak merusak kaca dan memutarbalikkan meja kursi di kantor tersebut dan mengancam akan membakar diri ketika akan ditangkap petugas keamanan.

kbn | JOHNS HOPKINS Center for Communication Programs | PilihanKu



Catatan

Isi slide 6 dan 7 ini memberi contoh yang berbeda dari Edison, pada slide 6 kita melihat, karena gak punya daya bangkit dan *move on* tadi, dampaknya malah merusak.



CATATAN PRIBADI

Nilai “jeblok”

KEMANDIRIAN

Rasa sedih, kecewa, malu, dan pergulatan “ galau” antara takut dan ingin jujur kepada orang tua.

- ✓ **Kemampuan mengelola emosi** serta berani bersikap jujur kepada orangtua merupakan ujud luas dari kemandirian.
- ✓ Demikian pula **sikap bangkit kembali, membangun niat serta menyemangati diri sendiri untuk belajar lebih keras dan siap berjuang kembali.**



INSTRUKSI

Mari kita baca bersama-sama (Fasilitator membacakan atau meminta kesediaan peserta).

Pada slide 7 kita jadi memahami, sebenarnya pergulatan batin anak untuk bisa terbuka pada orangtua itu cukup berat.

CATATAN PRIBADI



Isi slide 6 dan 7 ini memberi contoh yang berbeda dari Edison.

5. Unsur penting Kemandirian

KEMANDIRIAN

1. Bangkit dari kegagalan

2. Mengelola emosi secara wajar

SUKSES

bkkbn

JOHNS HOPKINS
Center for Communication
Programs

Pilihanku

CATATAN PRIBADI

INSTRUKSI

Undang sedikitnya 2 peserta (tergantung durasi): Apa lagi kira-kira yang diperlukan untuk meraih sukses.

Catatan

Slide ini mereview kembali apa yang sudah ditemukan dari pembahasan sebelumnya.

Jadi sejauh ini dari ilustrasi Edison, si Caleg Gagal dan Nilai yang Jeblok, kita sudah mengumpulkan 2 unsur penting makna kemandirian sejati.

5. Unsur Penting Kemandirian (lanjutan)

KEMANDIRIAN

TANTANGAN HIDUP

Ajakan Bolos

Menyontek

Korupsi Waktu

Narkoba

Korupsi Uang

3. TAHAN GODAAN

bkkbn

JOHNS HOPKINS
Center for Communication
Programs

Pilihanku

INSTRUKSI

Undang peserta berbagi/menulis di kolom *chat*, adakah contoh tantangan hidup yang lain (*daring*).

Peserta menjawab setelah sebelumnya mengangkat tangan [tatap muka].

CATATAN PRIBADI

Catatan


Bacakan tantangan2 hidup [ajakan bolos, menyontek] dsb.

Kejadian2 ini bukan hal yang aneh, dan sering hadir di hidup kita bukan?




KORUPSI WAKTU

- Perilaku datang terlambat
- Berlama-lama istirahat makan siang
- Pulang sebelum waktunya

KEMANDIRIAN



"Mumpung pak pimpinan sedang dinas luar!"

CATATAN PRIBADI

Catatan

Membahas lebih dalam contoh godaan hidup sehari-hari.

Apakah situasi Korupsi waktu ini familiar/sering terjadi?

Titip absen padahal kita belum tiba?

Disini kita melihat bahwa nilai keluarga seperti kejujuran dan taat itu sangat membantu seseorang untuk dapat menahan godaan.



INSTRUKSI

Anda boleh merangkai sebuah kalimat/analogi yang mudah diingat untuk menyatukan tiga unsur kemandirian tersebut, misalnya: Hape (fisik, *software*, dan batre/ listrik).

CATATAN PRIBADI

Catatan

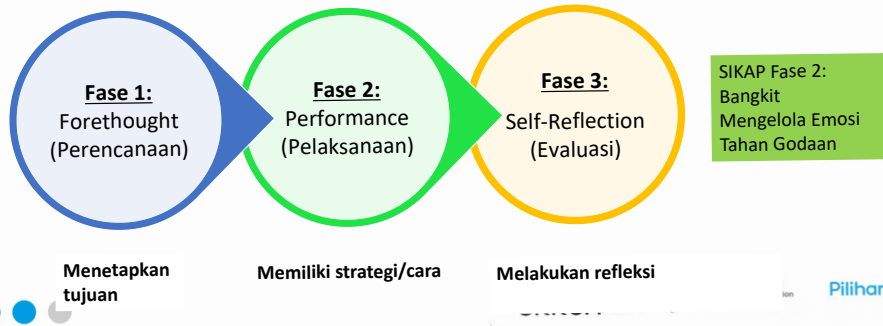
Selangkah demi selangkah kita telah temukan unsur-unsur kemandirian, ini adalah kesimpulan arti sejati kemandirian.

Konsep Self-Regulated Learner (Pembelajar Mandiri)

KEMANDIRIAN

Pembelajar Mandiri: mampu meregulasi/menguasai diri (Barry Zimmerman)

Profesor bidang Psikologi Pendidikan The City University of New York



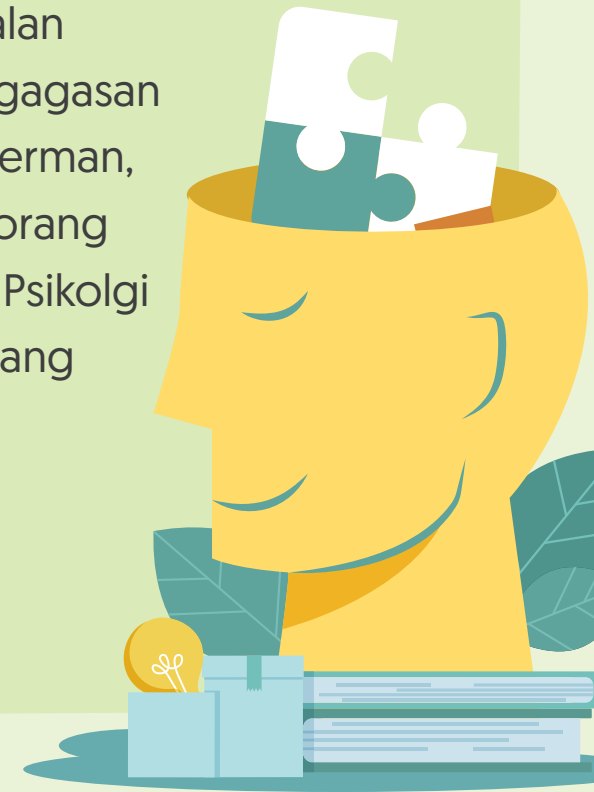
INSTRUKSI

Bacakan bagan pada slide ini. Siklus ini membantu kita dalam proses menumbuhkan kemandirian yang intrinsik itu.

Catatan

Mari kita berkenalan dengan sebuah gagasan oleh Barry Zimmerman, beliau adalah seorang ilmuwan bidang Psikologi dan motivasi bidang pendidikan.

CATATAN PRIBADI



Praktik baik melatih regulasi diri

KEMANDIRIAN

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Pola Asuh yang positif yaitu Otoritatif/ apresiatif: menumbuhkan daya diri anak | <input type="checkbox"/> Terlatih membedakan Wants/Needs (Kebutuhan/ vs Keinginan) |
| <input type="checkbox"/> Media ekspresi diri: Bingo Emosi, hobi | <input type="checkbox"/> Waktu curhat |
| <input type="checkbox"/> Bermain/Berolahraga: memberi pengalaman sukses | <input type="checkbox"/> Belajar hal baru |
| <input type="checkbox"/> Kesempatan membuat pilihan | <input type="checkbox"/> Cita-cita |
| <input type="checkbox"/> Membaca Buku: awal-tengah-akhir | <input type="checkbox"/> Berani berkata “tidak”, tahu batas dan “cukup” |
| <input type="checkbox"/> Kebiasaan baik: ambil-pakai-kembalikan | |
| <input type="checkbox"/> Belajar Jam/Jadwal | |



CATATAN PRIBADI

INSTRUKSI

Undang peserta berbagi/menulis di kolom chat, adakah tips yang sudah dilakukan ataukah punya contoh yang lain [daring].

Peserta menjawab setelah sebelumnya mengangkat tangan [tatap muka].

Disini kita melihat apa saja strategi atau cara yang dapat kita lakukan di rumah untuk menumbuhkan regulasi diri.

Ambil 2 poin saja sebagai sorotan. Misalnya:

WANTS VS NEEDS

Setiap kali ingin membeli sesuatu [barang/mainan] biasanya anak berlatih berpikir, apakah saya perlu ini atau hanya “lapar mata”? Apa gunanya?

BERKATA TIDAK

Berani berkata tidak → tahan godaan, setia pada nilai.

Apa yang praktik regulasi diri yang sudah aku lakukan? Yuk berbagi! Undang peserta ikut sumbang saran via chat atau padlet. Alokasikan kira-kira 10 menit.

INSTRUKSI

Sejauh ini kita sudah belajar tentang arti sejati kemandirian. Sekarang saya ajak bapak-ibu melakukan refleksi sekaligus menuangkan pemahaman anda dalam grafik panah ini. Silakan gambar tanda panah ini di buku catatan anda.

Bacakan instruksinya. Beri contoh jika perlu.

Minta peserta mengunggah foto refleksi panah ini (sediakan link) atau bisa lewat WA.



Catatan

Ini adalah sesi penutup topik kemandirian.

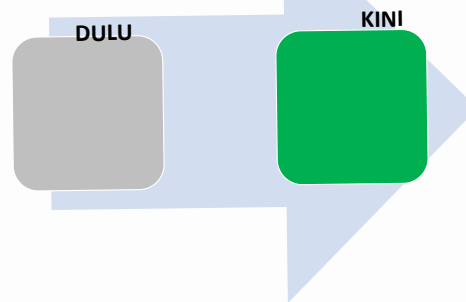
DULU DAN KINI..

TUGAS INDIVIDU:

1. Gambarlah grafik visual seperti contoh ini
2. Isilah grafik visual ini:

Dulu aku mengira mandiri artinya...

Kini aku tahu bahwa mandiri artinya



CATATAN PRIBADI



TANYA JAWAB



Bagaimana caranya mengajarkan kepada Anak mana yang kebutuhan dan keinginan?

Teknik yang saya ajarkan pada remaja tentang Wants atau Needs adalah:

1. Kalau ingin sesuatu (terutama beli), tunda sampai 3-5x 24 jam. Kalau lewat dari periode waktu itu sudah lupa atau memudar, berarti kemungkinan besar adalah wants, bisa ditunda/pindah prioritas.
2. Butuh: kalau tidak dipenuhi, bisa jadi hidup terancam atau fungsi belajar/bekerja jadi terganggu secara langsung.
3. Sebelum eksekusi ingin/butuh, lihat budget. Sanggup beli 2 benda tersebut secara tunai? Kalau belum berarti bukan prioritas.
4. Latihan prioritas.

