



MEMBANGUN

Keterampilan personal

10 KETERAMPILAN DASAR

PENTING DIPELAJARI SETIAP ANAK



Framework Pengembangan Keterampilan Dasar

Selasa, 19 Maret 2019



Pengembangan Keterampilan Sosial

Selasa, 26 Maret 2019



Pengembangan Keterampilan Personal

Jumat, 22 Maret 2019



Pengembangan Keterampilan Profesional

Jumat, 29 Maret 2019

REFLEKSI SESI #1

- Mengenal gambar besar (big picture) akan membuat kita lebih lentur saat menghadapi tantangan di lapangan
- Kenali nilai-nilai Anda dan bangun dialog bersama anak untuk membangun “why”
- Pengembangan keterampilan dibangun secara bertahap sejak dini dalam jangka waktu bertahun-tahun, selapis demi selapis, dengan kecepatan yang berbeda-beda
- Membangun keterampilan dasar dimulai dengan keteladanan, membangun lingkungan keluarga yang kondusif, stimulasi dan membangun kebiasaan baik
- Untuk anak-anak remaja, proses pengembangan keterampilan dimulai dengan mengembangkan komunikasi yang sehat dan membangun kesepakatan-kesepakatan baru

A close-up photograph of a hand holding a small green seedling over a pile of dark soil. A single water droplet is captured mid-air, falling from the seedling's leaves. The background is a soft, out-of-focus green.

**ORANGTUA
ADALAH PETANI,
BUKAN PEMAHAT**

SUMARDIONO

MATERI WEBINAR

- Tujuan Umum
- Kesehatan dan keselamatan
- Manajemen diri
- Komunikasi personal
- Literasi
- Menggunakan teknologi dengan sehat
- Memasak
- Keuangan pribadi

TUJUAN UMUM



TANTANGAN & TIPS

Proses mengembangkan keterampilan personal bukan hal yang mudah, tetapi bisa dilakukan

Mengembangkan keterampilan sejak dini, berarti memberi ruang yang besar untuk kesalahan, ketidaksempurnaan, dan proses yang lebih lambat. Mengambil alih bukan pilihan yang bijaksana

Anak belajar karena suka & butuh. Biasakan mengungkapkan alasan dan sudut pandang kepentingan anak dalam proses kegiatannya untuk menumbuhkan motivasi internal

Keteladanan adalah alat yang paling efektif. Jika kita belum mampu, setidaknya kita perlu menunjukkan itikad dan kejujuran pada anak

Kesalahan sering dilakukan anak karena belum memahami, kondisi perkembangan fisik, proses belajar. Terus bahas, ingatkan dan ucapkan hal-hal yang menurut Anda penting

KESEHATAN & KESELAMATAN

TUJUAN

Menjaga keselamatan diri dari bahaya

Mempraktekkan kebiasaan hidup sehat

Mengenali resiko & penanganan bahaya

KESEHATAN & KESELAMATAN

CAKUPAN

Mengenal masalah kesehatan pribadi



Mengenali pola hidup sehat



Mampu melakukan prosedur minimal mengelola resiko

KESEHATAN & KESELAMATAN

PROSES

Bangun pola makan sehat sejak dini

- Kurangi garam, gula & penyedap
- Kurangi makanan olahan (*processed foods*)
- Perbanyak makanan segar
- Minum air putih yang cukup

Bangun pola hidup sehari-hari

- Pastikan jumlah jam tidur yang cukup
- Perbanyak gerak
- Paparkan matahari pagi
- Kelola interaksi dengan layar (*screen time*)

KESEHATAN & KESELAMATAN

PROSES

Kenali masalah kesehatan pribadi

- Penanganan penyakit ringan: flu, diare, masuk angin
- Penanganan masalah kesehatan, misalnya: asma, alergi

Kenali titik-titik rawan & penanganannya

- Api
- Listrik
- Jalan (berjalan, menyeberang, persimpangan, menyalip)
- Lingkungan sekitar (sungai, hutan, rawa, pusat keramaian)
- Berada di luar:
 - Hafal nama orangtua, alamat, nomor telepon
 - Menyikapi orang asing
 - Bertanya & meminta bantuan

KESEHATAN & KESELAMATAN

TIPS

Untuk yang terkait dengan kebiasaan, kembangkan sejak dini secara konsisten. Prosesnya memang berat di awal, tetapi buahnya akan manis di akhir.

Teladan orangtua melalui pola kegiatan keseharian berkualitas sangat krusial. Pola kegiatan orangtua akan diwariskan kepada anak.

Jelaskan tantangan kesehatan anak dan langkah-langkah praktis yang bisa dilakukan anak saat menghadapi masalah kesehatan.

Kenalkan dan diskusikan dengan anak tentang titik-titik rawan di lingkungan sekitar. Praktekkan secara berulang dengan pengawasan orangtua.

MANAJEMEN DIRI

TUJUAN

Mengembangkan titik kendali diri

Melatih kemandirian

Membangun kepercayaan diri

Membangun produktivitas

MANAJEMEN DIRI

CAKUPAN

Manajemen
waktu

Manajemen
proses

Manajemen
sumber daya

Evaluasi

Pengambilan
keputusan

MANAJEMEN DIRI

PROSES

Aktivitas berbasis proyek

- Melakukan kegiatan berbasis tujuan
- Belajar membuat perencanaan
- Belajar menyiapkan bahan
- Belajar mengeksekusi rencana
- Belajar mengevaluasi hasil

Membuat Jadwal Pribadi

- Rencana kegiatan
- Negosiasi
- Evaluasi

MANAJEMEN DIRI

PROSES

Belajar melakukan refleksi dan evaluasi

- Bagaimana hasil & prosesnya menurutmu?
- Seberapa kamu puas?
- Apa yang menurutmu bagus?
- Apa yang perlu diperbaiki?
- Kalau diulang lagi, apa yang akan kamu lakukan?

Belajar mengambil keputusan

- Pilihan ganda
- Pertanyaan terbuka
- Urusan pribadi
- Libatkan dalam keputusan keluarga

MANAJEMEN DIRI

TIPS

- Trust children, percayalah bahwa anak-anak memiliki sifat baik. Masalah yang terjadi karena mereka sedang belajar melakukan dengan baik
- Perbanyak bertanya, bukan memerintah
- Berikan pilihan-pilihan
- Beri kesempatan anak membuat keputusan
- Apresiasi inisiatif anak
- Beri ruang yang luas untuk belajar dari kesalahan

KOMUNIKASI PERSONAL

TUJUAN

Mengungkapkan ide

Mengungkapkan perasaan

Dealing with feelings

Memperbanyak kosa kata

KOMUNIKASI PERSONAL

CAKUPAN

Belajar berbicara

Memahami perintah

Belajar
menceritakan
perasaan

Belajar
menyampaikan
pendapat

Belajar
bercerita/presentasi

KOMUNIKASI PERSONAL

PROSES

Mengobrol dan bercakap-cakap tentang apapun



Membaca buku & melakukan kegiatan bersama



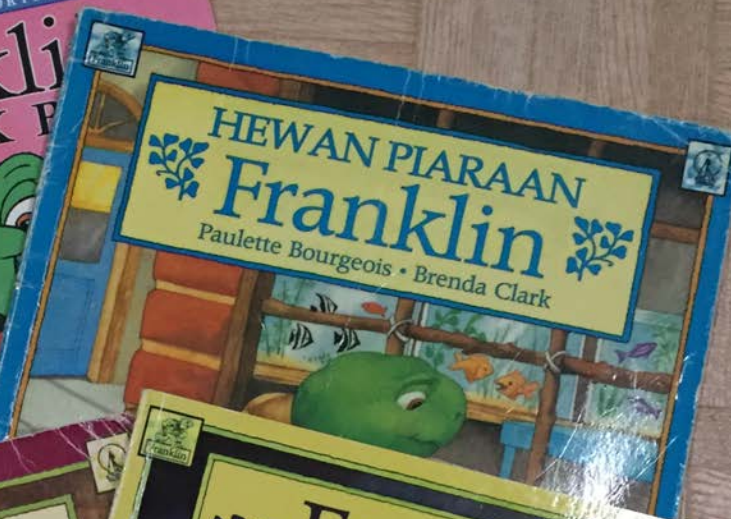
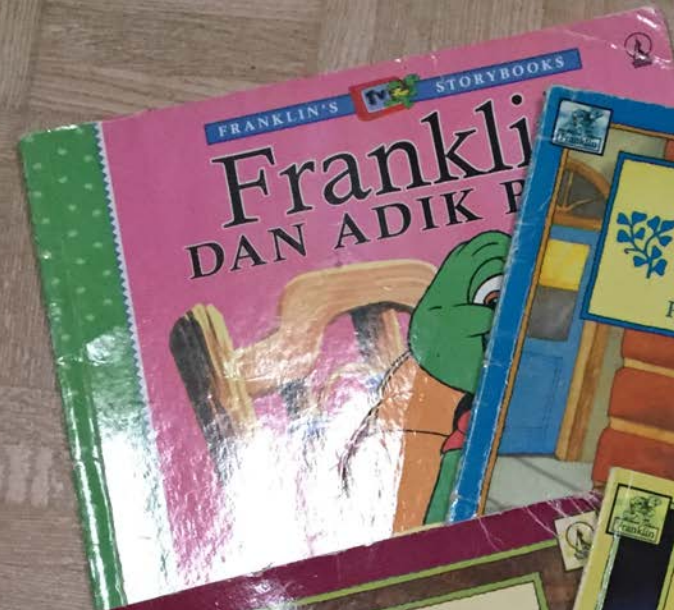
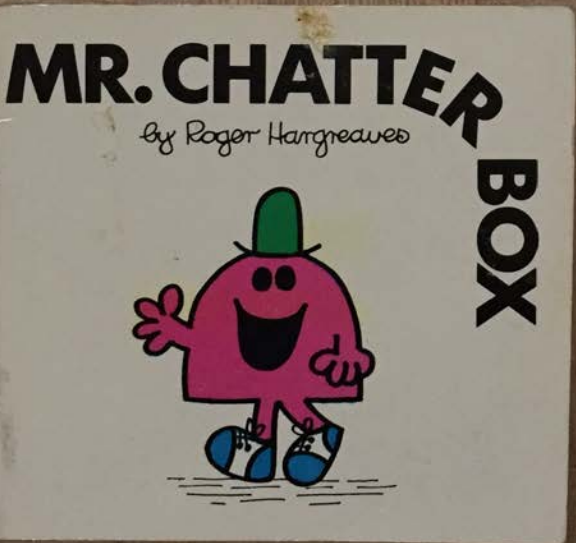
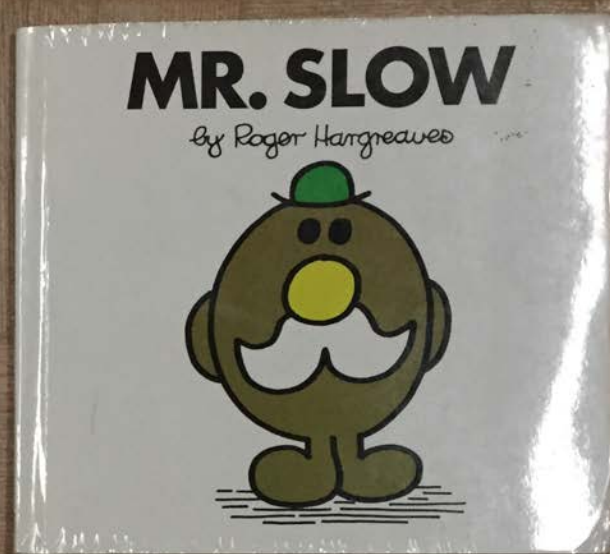
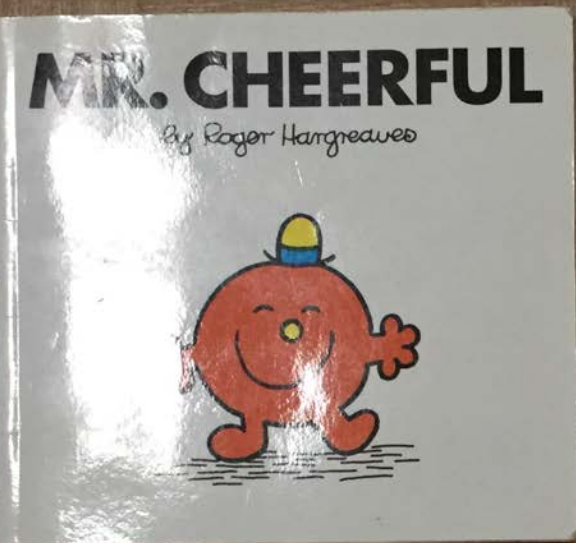
Mendengarkan cerita secara aktif



Mengenali emosi: sedih, gembira, susah, marah



Role play: masak-masakan, toko-toko, piknik



KOMUNIKASI PERSONAL

TIPS

Manfaatkan dalam interaksi keseharian dengan banyak mengobrol dan berdialog dengan anak.

Kurangi waktu menggunakan gadget, game & komputer.

Bangun kebiasaan membaca bersama, sediakan buku-buku di perpustakaan keluarga.

Ajak bercerita ulang (narasi) kegiatan atau bacaan.

Buat proyek dan minta anak melakukan presentasi tentang sebuah hal.

TUJUAN

LITERASI

Membaca dan mengerti aneka sumber teks

Memiliki budaya literasi tinggi

Mengenali sumber informasi dan pengetahuan

Mengolah & menggunakan aneka informasi untuk keseharian

Berfikir kritis saat menggunakan informasi

LITERASI

CAKUPAN

Mengenal dan bisa menggunakan aneka sumber informasi & pengetahuan: buku, majalah petunjuk/manual (alat, tutorial), tanda (lalu lintas, signage)

Melafalkan bacaan

Membaca – mengerti

Terampil belajar otodidak

LITERASI

PROSES

Membangun budaya membaca yang sehat

- Belajar membaca tidak dipaksakan
- Sering berkegiatan bersama buku
- Membaca buku sebelum tidur
- Anak memiliki koleksi pribadi
- Membaca buku secara periodik

Membaca manual, tabel, signage

- Biasakan membaca manual saat mengoperasikan alat baru
- Baca dan fahami tabel berisi informasi publik seperti tabel keberangkatan kereta, pesawat, tabel harga, dll
- Baca dan fahami tanda-tanda (*signage*) di jalan & aneka lokasi, misalnya rambu lalu lintas, petunjuk di mal
- Belajar otodidak melalui tutorial

LITERASI

PROSES

Membaca living books & karya sastra

- Living books: buku bermutu sastra (literacy quality), yaitu cara pengungkapan yang pas dan indah (*fit and beautiful expression*) dan cara penceritaan yang baik (*well put, well told*)
- Daftar living books:
<https://www.facebook.com/notes/komunitas-charlotte-mason-indonesia/daftar-living-books-terjemahan-indonesia/290974520950879>
- Daftar 100 sastra Indonesia:
<http://www.rumpunnektar.com/2013/07/100-buku-sastra-yang-katanya-patut.html>

Melakukan narasi dan presentasi

- Menceritakan ulang buku yang dibaca
- Mempresentasikan gagasan dari sebuah buku
- Melakukan perbandingan antar-buku

LITERASI

TANTANGAN & TIPS

- Jika anak belum siap belajar melafalkan huruf & kata, fokuslah pada proses membangun kecintaan membaca dengan: membuat perpustakaan pribadi, membuku bersama sebelum tidur, bermain dan berkegiatan di toko buku
- Tunda & kelola penggunaan gadget
- Lakukan tanya-jawab untuk mengetahui pemahaman anak tentang materi yang dibacanya
- Paparkan anak dengan kegiatan narasi & presentasi
- Ajari anak mengikuti tutorial berkaitan dengan hal yang disukainya, misalnya: memasak, craft, membuat animasi, dsb
- Buat blog untuk anak sebagai sarana pengembangan keterampilan menulis

TEKNOLOGI SEHAT & AMAN

TUJUAN

Menghadirkan pola keseharian yang sehat

Mengelola proses penggunaan teknologi, khususnya gawai (gadget) & komputer

Anak memiliki kendali diri dalam penggunaan gawai

CAKUPAN
**TEKNOLOGI
SEHAT & AMAN**

Aturan main penggunaan
gawai & komputer

Keterampilan menggunakan
gawai

Kontrol diri untuk memakai
dan tidak memakai gawai

PROSES

TEKNOLOGI SEHAT & AMAN

Dampak gawai merentang negatif - netral - positif

Menunda penggunaan gadget

Mengelola proses

- Materi yang diakses (kurasi)
- Waktu mengakses (durasi)
- Cek efektivitas proses (evaluasi)

Tarik-ulur dalam penggunaan gadget

- Kesepakatan di depan
- Aturan main
- Konsekuensi

Menetapkan waktu tanpa gawai

TIPS

TEKNOLOGI SEHAT & AMAN

Gawai adalah alat hiburan untuk penyemangat dan menambah energi melakukan kegiatan lain

Kepemilikan gawai berperan penting dalam manajemen pengelolaan

Dorong pengaruh gawai hingga titik netral, baru bergeser ke positif

Buat kesepakatan bersama anak dalam penggunaan gawai

Orangtua memimpin proses manajemen penggunaan gawai dan sekaligus teladan

Tentukan kegiatan-kegiatan tanpa gawai untuk seluruh anggota keluarga

Perkenalkan kegiatan gawai untuk kegiatan belajar dan produktif

TUJUAN

MEMASAK

Membangun empati
terhadap proses keseharian

Melatih kemandirian anak

Memberikan alat untuk
berkontribusi

CAKUPAN

MEMASAK

Memasak sederhana

Berbelanja

Menyimpan bahan makanan

MEMASAK

PROSES

Memasak dasar

- Menanak nasi
- Membuat sarapan

Bersenang-senang

- Membuat makanan kesukaan
- Ide dari anak
- Membantu orangtua
- Donat, jelly, puding, dll

MEMASAK

PROSES

Ikut berbelanja secara periodik

- Belanja ke supermarket
- Belanja ke pasar
- Belanja ke warung dekat rumah

Mengelola bahan makanan

- Menyimpan belanja
- Mengambilkan bahan di lemari penyimpanan

TIPS

MEMASAK

Kegiatan memasak dan menyediakan makanan perlu dilihat sebagai keniscayaan

Mengobrol dengan anak tentang “why” keterampilan memasak

Melibatkan anak dalam keseharian menyiapkan makanan

Memasak makanan yang disukai sebagai sumber kebahagiaan

Pendampingan bertahap hingga anak merasa nyaman

TUJUAN

KEUANGAN PRIBADI

Mengenal uang dan
penggunaannya

Menghargai nilai uang

Membangun mental sehat
terkait uang

CAKUPAN

KEUANGAN PRIBADI

Nilai Uang (value of money)

Transaksi

Menabung

Donasi

Budgeting

PROSES

KEUANGAN PRIBADI

Kenalkan matematika uang

Main game simulasi

Simpan uang hadiah

Berbelanja & bertransaksi dengan orang lain

Bersedekah dan menyumbang dana

Membuat rencana pribadi terkait uang

Buat kegiatan menghasilkan uang

TIPS

KEUANGAN PRIBADI

Libatkan anak dalam proses transaksi keuangan, misalnya belanja

Setiap anak memiliki tabungan pribadi (piggy bank)

Buat proyek rencana membeli sebuah hal besar yang membuat anak harus menabung

Libatkan anak dalam kegiatan sosial

Libatkan anak dengan transaksi keuangan: pergi ke ATM, pergi ke Bank



SESI TANYA JAWAB

