Kejarcita.id

Handout Parenting:
Mengenal Karakter Anak

Pelatihan Orang Tua / Wali Murid

2026

“Anak bukan untuk diseragamkan, tetapi untuk dipahami dan dibimbing.”

Setiap anak memiliki keunikan. Tugas orang tua bukan mengubah anak menjadi seperti anak lain, melainkan membantu anak mengenali potensinya, mengembangkan keterampilan, membangun kebiasaan baik, dan belajar bertanggung jawab.



kejarcita.id

Memahami kebutuhan anak

Kelas 1–3 SD (Umumnya usia 7–9 tahun)

Anak masih membutuhkan banyak dukungan untuk membangun rutinitas, mengikuti aturan, mengelola emosi, dan menyelesaikan tugas.

Yang dapat dilakukan orang tua:

- Gunakan instruksi singkat dan konkret.
- Berikan contoh dan bantuan bertahap.
- Apresiasi usaha dan kemajuan kecil.
- Sediakan waktu bermain dan bergerak.



Kejarcita.id

Memahami kebutuhan anak



Kelas 4–6 SD (Umumnya usia 10–12 tahun)

Anak mulai mengembangkan kemandirian, kemampuan berpikir lebih kompleks, hubungan pertemanan, dan pemahaman tentang dirinya.

Yang dapat dilakukan orang tua:

- Libatkan anak dalam membuat kesepakatan.
- Berikan pilihan dan tanggung jawab sesuai kemampuan.
- Dengarkan pendapatnya tanpa langsung menghakimi.
- Bimbing anak menyelesaikan konflik dan mengambil keputusan.

kejarcita.id

Cara MENGENALI Karakter Anak

1 **Mendengarkan cerita anak**

Berikan kesempatan kepada anak untuk menceritakan hal yang membuatnya senang, takut, kecewa, bangga, atau khawatir.

2 **Mengamati perilaku dalam berbagai situasi**

Perhatikan bagaimana anak bereaksi ketika bermain, belajar, bertemu orang baru, menghadapi kegagalan, atau mendapat aturan.

kejarcita.id

Cara MENGENALI Karakter Anak

3 **Mengenali minat dan kekuatannya**

Amati kegiatan yang membuat anak bersemangat, hal yang ingin dipelajari, serta keterampilan yang mulai berkembang.

4 **Berkolaborasi dengan guru**

Tanyakan bagaimana anak berinteraksi, belajar, bekerja sama, dan menghadapi tantangan di sekolah. Bandingkan informasi dengan pengamatan di rumah.

kejarcita.id

Hindari memberikan label pada anak, seperti “nakal”, “pemalas”, “cengeng”, atau “bodoh”.



kejarcita.id

Membangun KOMUNIKASI POSITIF

D	**Diam sejenak.** Tenangkan diri sebelum merespons.
E	**Empati.** Coba pahami perasaan anak tanpa meremehkannya.
N	**Namai perasaan.** Bantu anak mengenali apakah ia sedih, marah, takut, atau kecewa.
G	**Gali penyebab.** Ajukan pertanyaan terbuka dan dengarkan jawabannya.
A	**Ajak mencari solusi.** Libatkan anak dalam menentukan langkah yang bisa dilakukan.
R	**Review kesepakatan.** Periksa kembali solusi dan batasan yang sudah disepakati.

kejarcita.id

Membangun Karakter Melalui Kebiasaan

Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (7 KAIH)



https://youtu.be/feBeDmEpkag

(1) Sampaikan Manfaatnya, melalui cerita, role play, atau diskusi

Kenapa kita perlu bangun pagi?

Apa tujuan kita beribadah?

Apa manfaatnya berolahraga ?

Kenapa penting makan makanan bergizi?

Kejarcita.id

(2) Sepakati jadwal harian

JAM	KEGIATAN	JAM	KEGIATAN
05.00	Bangun Pagi		.....
	Jalan Pagi, Olahraga ringan		Mengerjakan PR, Belajar
	Sarapan		Makan Malam
	.....	21.00	Tidur

kejarcita.id

(3) Sesuaikan dengan minat anak



Lakukan olahraga sesuai minat anak



Berikan pilihan makanan sehat



Gunakan media sesuai gaya belajar anak

Kejarcita.id

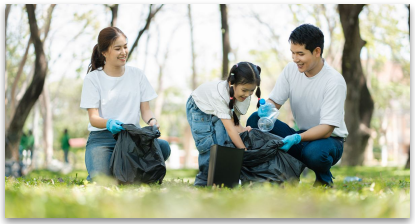
(4) Lakukan Bersama Anak



Makan makanan yang bergizi, beribadah, dan olahraga rutin bersama anak



Membaca buku, berdiskusi, atau mengeksplorasi hal baru bersama anak



Mengajak anak dalam kegiatan sosial, seperti kerja bakti di lingkungan atau pergi ke ruang publik (pasar, taman, dsb)

kejarcita.id

(5) Batasi Penggunaan Gadget: Aturan 3S



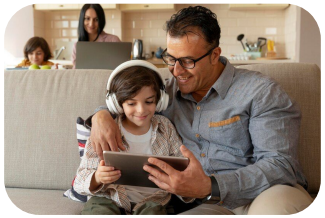
SCREEN TIME

Batasi waktu bermain gadget (maks 2 jam per hari)



SCREEN BREAK

Jeda dengan kegiatan non-gadget



SCREEN ZONE

Larang gadget di ruang tidur, ruang makan, dan toilet

kejarcita.id

FIND US

@Kejarcita.id

Kejarcita

Kejarcitaid

Kejarcita

Kejarcita untuk guru

Gurucita

Kejarcita

