

## Psikoedukasi Membentuk Kemandirian Belajar Anak Melalui Buku Saku Digital

Fajri Nur Muttaqin<sup>1</sup>, Dewi Kumalasari<sup>2\*</sup>

Universitas YARSI Jakarta

<sup>1</sup>e-mail: fajrinurmutaqin@gmail.com

<sup>2</sup>e-mail: dewi.kumalasari@yarsi.ac.id

\*Corresponding Author

### ABSTRAK

Dampak mewabahnya virus Covid-19 dirasakan pada banyak aspek kehidupan, termasuk aspek pendidikan. Seluruh institusi pendidikan harus beralih ke moda pembelajaran jarak jauh, termasuk pada tingkat Sekolah Dasar. Pada tingkat Sekolah Dasar, pembelajaran jarak jauh menjadi lebih menantang karena belum tumbuhnya kemandirian belajar pada anak. Kegiatan ini bertujuan memberikan pengetahuan bagi orang tua mengenai tips menumbuhkan kemandirian belajar pada anak melalui psikoedukasi berbentuk buku saku digital. Sasaran dari kegiatan ini adalah orang tua dari anak berusia Sekolah Dasar. Berdasarkan hasil *post-test* terhadap 28 orang tua yang mengisi, didapatkan hasil bahwa rerata 74,28% informasi dalam buku saku dapat dipahami dengan tepat oleh orang tua, serta mayoritas orang tua menilai buku saku ini sangat lengkap dan sangat bermanfaat.

**Kata Kunci:** Buku Saku Digital; Sekolah Dasar; Kemandirian Belajar

### ABSTRACT

*The impact of the outbreak of the Covid-19 virus is felt in many aspects of life, including parts of education. All educational institutions must switch to distance learning mode, including at the elementary school level. Distance learning becomes more challenging at the elementary school level because children have not yet developed self-regulated learning. This activity aims to provide parents with tips for growing self-regulated learning skills in children by the digital pocketbook. The target of this activity is parents of elementary school-aged children. Based on the post-test results of 28 parents who filled out, it was found that on average, 74.28% of the information in the pocketbook could be understood correctly by parents. The majority of parents considered this pocketbook very complete and very useful.*

**Keywords:** Digital Pocketbook; Elementary School; Self-Regulated Learning

## PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020 telah mewabah virus yang dikenal dengan *Coronavirus Diseases 2019* atau Covid-19. Virus ini merupakan virus jenis baru yang berasal dari negara China lebih tepatnya di kota Wuhan pada tahun 2019. Penyebaran virus ini begitu cepat hingga merata ke seluruh negara di dunia, tidak terkecuali Indonesia. Dampak dari Covid-19 ini mencakup dalam beberapa aspek kehidupan seperti perekonomian, kesehatan, pendidikan, sosial masyarakat dan lain sebagainya. Tentunya, semua aspek tersebut mengalami berbagai perubahan dan mulai melakukan penyesuaian terhadap situasi baru ini. Segala aktivitas atau kegiatan di luar rumah yang berpotensi menciptakan kerumunan pun dilarang hingga sarana transportasi dan pusat perbelanjaan mengalami penurunan jumlah pengunjung yang berdampak pada penurunan pemasukan pada aspek perekonomian.

Dampak mewabahnya virus Covid-19 kini juga dirasakan pada sektor pendidikan. Dilansir dari detiknews (Kamis, 05/03/2020) virus ini telah diakui oleh organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNESCO) bahwa hampir dari 300 juta siswa terganggu kegiatan sekolahnya di seluruh dunia dan terancam hak-hak pendidikan mereka di masa depan. Sedangkan di Indonesia sendiri, berbagai macam kegiatan di sektor pendidikan yang dilakukan dalam program studi seperti penelitian, pengabdian masyarakat, pengambilan data di dalam maupun di luar negeri (*overseas*) terpaksa harus dibatalkan oleh pihak otoritas setempat sampai batas waktu yang tidak ditentukan.

Dalam hal pembelajaran, sektor Pendidikan beralih dari pembelajaran tatap muka menjadi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Belajar di rumah menjadi salah satu cara untuk dapat tetap belajar di masa pandemi COVID-19 (Taqiyuddin, 2021). Namun demikian, beberapa dampak yang menjadi keluhan orang tua, siswa dan mahasiswa ketika telah diterapkannya sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) atau daring pada berbagai jenjang dimulai dari TK, SD, SMP, SMA, hingga Perguruan Tinggi, diantaranya: Guru dan siswa atau dosen dan mahasiswa melakukan proses belajar mengajar di rumah masing-masing melalui sarana pembelajaran *online* seperti *whatapps group*, *email*, *e-learning*, *powerpoint*, *google classroom*, *zoom*, video dan lain-lain; Lebih banyak waktu dihabiskan siswa di depan layar komputer, laptop, atau *smartphone*; Materi pembelajaran yang diberikan belum seluruhnya dipahami oleh siswa; Siswa menjadi lebih enggan untuk bertanya ketika ada materi yang belum dikuasai; Keterbatasan perangkat yang digunakan untuk pembelajaran daring, misal satu keluarga terdiri dari ayah, ibu, dan 3 orang anak namun di keluarga tersebut hanya terdapat dua *smartphone* dan satu laptop yang harus digunakan pada waktu yang bersamaan. Berdasarkan uraian di atas, tidak semua anak di berbagai

daerah memiliki kemandirian dalam menyikapi permasalahan yang mungkin terjadi selama Pembelajaran Jarak Jauh berlangsung.

Dalam Pembelajaran Jarak Jauh dibutuhkan kemandirian belajar pada siswa karena siswa yang harus mengelola pembelajarannya. Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Yuliani (2016) penerapan strategi *active learning* yang berprinsip memberikan kebebasan bagi siswa untuk belajar sesuai target belajarnya, membantu siswa menyadari potensi dirinya untuk mampu membangun kemandirian belajar. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan rata-rata kemandirian belajar siswa kelas V SD yang sebelumnya berada pada kategori rendah setelah dilakukan pembelajaran dengan strategi *active learning* berada pada kategori kemandirian sedang. Penelitian lain yang dilakukan oleh Indah (2015) menunjukkan hasil bahwa meskipun kontribusi pembelajaran dengan pendekatan konvensional lebih besar daripada kontribusi pembelajaran dengan pendekatan *open ended*, tetapi kegiatan belajar *open ended* mampu menciptakan suatu pembelajaran yang bersifat *student-centered* dan bermakna bagi kehidupan siswa, maka pengetahuan yang dimiliki siswa pun akan bersifat permanen sehingga ketika siswa diberi tugas setelah mengikuti pelajaran, ia akan memanfaatkan kemampuan menyelesaikan masalah matematis yang dimilikinya secara optimal.

Di Indonesia sendiri, Pembelajaran Jarak Jauh ini membuat orang tua kewalahan karena seolah-olah orang tua yang bersekolah. Dilansir dari AyoBandung.com (Kamis/02/04/2020) Seorang ibu mengaku cukup mengalami stres karena anaknya yang terlalu santai dalam mengerjakan tugas. Sementara itu gurunya sudah mengumumkan berbagai jenis tugas yang harus dikerjakan. Alhasil menjadi pengawas bagi anak yang belajar di rumah menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua. Selain itu Pembelajaran Jarak Jauh yang telah berlangsung sekitar 5 bulan terakhir ini mulai membuat anak bosan dan menolak untuk belajar di rumah. Dilansir dari Kompas.com (Selasa/14/04/2020) Situasi rumah yang terkadang tidak kondusif untuk belajar dan tidak adanya pengajar yang hadir, berpotensi terhadap kebosanan anak dan menolak untuk belajar. Berbagai cara telah dilakukan oleh orang tua, agar situasi ini bisa lebih membaik. Sekolah Lawan Corona yang merupakan kolaborasi yang dilakukan antara Sekolahmu, Komunitas Guru Belajar, Kampus Guru Cikal serta Keluarga Kita memberikan sejumlah solusi. Guru Tosi Widhya yang merupakan pengajar di Hawtn Edukasi dan Creative memberikan tips saat anak mulai bosan dan menolak untuk belajar diantaranya : Tidak sungkan untuk berkomunikasi dengan guru, dengan cara menyampaikan situasi yang terjadi di rumah selama Pembelajaran Jarak Jauh berlangsung, orang tua juga diperbolehkan untuk memberikan usul atau saran terkait pembelajaran yang efektif untuk anak, tentunya diawali dengan percakapan yang penuh empati dan apresiasi, sehingga orang tua dan guru akan bersama mencari solusi; Adanya

Kesepakatan antara orang tua, guru dan anak terkait waktu pengumpulan tugas, dengan demikian anak akan merasa tetap didukung dan dipantau oleh guru meski dari jarak jauh; Memiliki variasi kegiatan belajar yang bisa dinikmati oleh anak baik secara daring, *live streaming*, *youtube*, saluran TVRI.

Berdasarkan informasi yang didapat dari wawancara singkat dengan salah satu orang tua, didapat bahwa anak masih cenderung menunda mengerjakan tugas dan melakukan aktivitas lain yang tidak terikat saat Pembelajaran Jarak Jauh berlangsung, sehingga berdampak pada tugas yang seharusnya sudah selesai menjadi tertunda. Maka dari itu perlu adanya kemandirian dalam diri anak dalam hal motivasi diri, mengontrol diri, dan mengevaluasi diri untuk meringankan permasalahan yang mungkin terjadi, sehingga anak dapat bertahan dan tetap mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh tersebut. Kemandirian pada diri anak untuk dapat menjalani proses dalam pengarahan diri sendiri yang dimulai dari pengendalian pikiran, perasaan dan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajaran dalam ilmu psikologi dikenal dengan *Self-Regulated Learning* (Zimmerman dan Schunk, 2001 dalam Xu et al, 2009).

Zimmerman kemudian membagi *Self-Regulated Learning* menjadi tiga fase yakni *self-motivation*, *self-control*, dan *self-reaction/evaluation*. Pada setiap fase memiliki beberapa proses regulasi diri. Fase pertama yakni *self-motivation*, yang berarti proses menganalisis tugas, keyakinan dan motivasi diri. Fase kedua yakni *self-control*, yang berisikan kontrol diri dan proses pengamatan terhadap diri sendiri. Fase ketiga yakni *self-reaction/evaluation*, terdiri dari proses penilaian diri dan reaksi atau tindakan yang dilakukan. Tiga fase tersebut merupakan lingkaran umpan balik atau siklus pengaturan diri yang dikemukakan oleh Zimmerman. Fase pengaturan diri bersifat siklus karena refleksi diri pada tindakan saat ini dapat mempengaruhi upaya yang akan dilakukan setelahnya. (Zimmerman 1998, 2000, 2002; Zimmerman dan Bandura 1994; Zimmerman dan Kitsantas 1997, 1999, 2002, dalam Xu et al, 2009).

Terdapat beberapa faktor yang dapat mendorong anak untuk memiliki kemandirian dalam belajar, seperti penelitian yang dilakukan oleh Pino, Pasternak dan Whitebread (2010) menunjukkan pola pengasuhan orang tua memiliki dampak pada kemandirian anak. Orang tua yang membentuk iklim sosial yang dominan positif serta pendekatan yang responsif terhadap inisiatif dan upaya yang dilakukan anak, maka minat anak akan muncul dan lebih terampil dalam lingkungan yang menantang sekalipun. Sebaliknya bagi anak dan ibu yang tidak berhasil membangun iklim emosi yang positif, akan berakibat pada seringnya terlibat dalam berbagai konflik, keengganan anak untuk ikut andil dalam tugas serta gaya ibu yang tidak responsif dan mengendalikan. Mengutip dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Daniel, Wang, dan Berthelsen (2016) yang menyatakan bahwa orang tua dengan sosial ekonomi menengah ke atas

memiliki keterlibatan yang banyak dalam kegiatan yang berbasis sekolah hal ini berdampak pada semakin baik pula *Self-Regulated Learning* yang dimiliki, serta skor yang diperoleh anak mereka lebih tinggi dalam aspek membaca dan berhitung. Masih dalam penelitian yang sama didapat bahwa anak perempuan mendapat skor yang lebih tinggi pada *Self-Regulated Learning* dalam aspek membaca, sedangkan anak laki-laki memiliki skor yang lebih tinggi pada aspek berhitung.

Berdasarkan paparan di atas, tampak bahwa menumbuhkan keterampilan self-regulated learning menjadi salah satu tugas orang tua, terutama dalam konteks pembelajaran jarak jauh. Oleh karena itu, pemberian psikoedukasi bagi orang tua guna meningkatkan kemampuan orang tua dalam membentuk kemandirian belajar anak dalam aspek motivasi diri, kontrol diri, dan evaluasi diri saat anak mengikuti kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dari rumah menjadi hal yang perlu dilakukan. Psikoedukasi yang kami lakukan berupa *providing information*, yaitu dengan memberikan dan menyediakan informasi mengenai kemandirian belajar pada anak serta meningkatkan kemampuan orang tua dalam membentuk kemandirian belajar anak dalam aspek motivasi diri, kontrol diri, dan evaluasi diri selama anak mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh dari rumah dalam bentuk buku saku digital. Bentuk buku saku digital dipilih agar lebih menjangkau banyak orang tua, tanpa terbatas ruang dan waktu.

## **BAHAN DAN METODE**

Partisipan yang menjadi sasaran adalah orang tua yang memiliki anak usia SD yang sedang menjalani kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh. Waktu pelaksanaan kegiatan adalah selama 2 bulan, yaitu Oktober hingga November 2020.

Instrumen utama yang digunakan dalam kegiatan ini adalah buku saku digital yang disusun dari sejumlah literatur yang kredibel, antara lain *Guidance on Active Learning at Home during Educational Disruption: Promoting student's self-regulation skills during COVID-19 outbreak* (Huang, Liu, Amelina, Yang, Zhuang, Chang, & Cheng, 2020), *Nurturing Self-Regulated Learners: Teacher, Peer and Parental Support of Strategy Instruction teks*. (De Hass & Willem, 2016), *Promoting undergraduate student self-regulation in online learning environments* (Wandler, & Imbriale, 2017), dan *The Relationship Between Parental Involvement, Self-Regulated Learning, and Reading Achievement of Fifth Graders: a Path Analysis Using ECLS-K Database* (Xu, Benson, Camino, & Steiner, 2009). Kami menyarikan informasi dari sejumlah literatur tersebut dan merancang buku saku dengan menggunakan aplikasi *canva* untuk mencantumkan teks yang telah dipilih dari beberapa literatur tersebut, serta menambahkan visualisasi gambar yang sesuai dengan bacaan di dalam buku saku tersebut.

Sebelum disebar, rancangan buku saku diujicobakan kepada 3 orang tua yang berdomisili di Bogor, 2 partisipan selaku Ibu Rumah Tangga dan 1 partisipan bekerja sebagai guru serta praktisi pendidikan, mereka diminta untuk menilai apakah konten yang disajikan mudah dipahami, bagian mana yang sulit dipahami, dan memberikan saran terkait kekurangan yang terdapat dalam buku saku tersebut. Partisipan pertama yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga menilai buku sakunya telah bagus, bahasanya mudah dipahami, ringan, bisa langsung mudeng, serta gambar-gambarnya bagus dan menarik; Partisipan kedua yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga menilai bahwa buku sakunya bagus dan sudah komplit; Partisipan ketiga yang bekerja sebagai guru dan praktisi pendidikan memberikan saran sebaiknya pada gambar cover, menggambarkan anak yang sedang belajar sendiri di atas meja, di belakang anak tersebut ada gambar *score board*, *goals*, dan rak buku. Selanjutnya, saran dan masukan yang diberikan 3 partisipan uji cob aini digunakan untuk merevisi rancangan buku saku untuk kemudian disebar.

Untuk melihat efektivitas buku saku, kami membuat *post-test* yang berisi 5 pertanyaan tentang isi dari buku saku tersebut. Aitem-aitem dalam *post-test* disusun sesuai dengan konten dari buku saku yang dibagikan guna melihat pemahaman partisipan mengenai pesan yang disampaikan dalam buku saku tersebut. Data *post-test* diolah untuk melihat persentase partisipan yang menjawab benar pada setiap pertanyaan. Penyebaran buku saku dan *post-test* dilakukan secara daring melalui grup *whatsapp* orang tua murid. Selain itu, kami juga memberikan dua pertanyaan untuk mengevaluasi kelengkapan dan kebermanfaatan buku saku yang kami buat. Evaluasi ini dilakukan untuk menilai sejauh mana buku saku yang kami buat telah memuat informasi yang dibutuhkan dan bermanfaat bagi partisipan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat 28 partisipan yang mengisi tautan *post-test*. Demografi partisipan yang mengisi *post-test* ini yakni Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi, Indramayu, Cilegon, dan Kebumen. Selain itu jenis pekerjaan partisipan pun bermacam-macam mulai dari Ibu Rumah Tangga, buruh, guru, hingga Aparatur Sipil Negara.

**Tabel 1. Hasil *Post-test***

Item Pertanyaan	Menjawab Benar	Persentase
1. Apa yang dimaksud dengan kemandirian belajar	26	92,8 %
2. Terdapat pada fase berapa penggunaan strategi belajar yang fleksibel	12	42,8%

3. Berikut ini alasan mengapa pentingnya membentuk kemandirian belajar pada anak	24	85,7%
4. Pernyataan manakah yang dapat dilakukan orang tua saat anak memerlukan bantuan dalam belajar	25	89,2%
5. Hal apa saja yang dapat dilakukan oleh orang tua di fase ketiga	17	60,7%
Rerata		74,28%

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel di atas didapat bahwa dari total 28 partisipan yang telah mengisi *post-test* rata-rata nilai yang diperoleh oleh partisipan yakni 74,28 dengan nilai maksimum yang diraih yakni 100. Hal ini berarti bahwa pemahaman partisipan terhadap konten yang disajikan dalam buku saku yang berjudul “*Membentuk Kemandirian Anak Selama Belajar Dari Rumah, Tips Praktis Untuk Orang Tua*” telah cukup dimengerti. Dengan kata lain, buku saku ini sudah cukup dapat dipahami oleh partisipan serta berbagai material yang disajikan di dalamnya telah mampu mempermudah partisipan dalam menambah wawasan pengetahuan yang dapat dipraktekkan selama menemani anak belajar dari rumah, dan hasil yang diperoleh pun memiliki nilai rata-rata jawaban benar yang lebih banyak meski tanpa ada pengujian pengetahuan sebelumnya (*pre-test*).

**Tabel 2. Evaluasi Kelengkapan dan Kebermanfaatan Buku Saku**

Aspek	Sangat Kurang	Kurang	Baik	Sangat Baik
Kelengkapan	-	-	39,2%	60,7%
Kebermanfaatan	-	-	28,5%	71,5%

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 2, tampak bahwa buku saku ini mendapatkan penilaian yang positif pada aspek kelengkapan dan kebermanfaatan, dimana mayoritas partisipan menilai buku saku sangat lengkap dan sangat bermanfaat.

Adapun kesan yang disampaikan partisipan terhadap buku saku tersebut diantaranya sangat membantu untuk membimbing anak agar mandiri, singkat padat dan jelas, menarik dan bisa dicoba untuk diterapkan, tertarik dan mendapat informasi baru, menjadi panduan selama PJJ, sebagai orang tua jadi paham apa yang harus kita lakukan ketika anak sedang belajar baik di rumah atau di sekolah karena selama ini hanya bisa menuntut anak belajar tanpa ikut andil di dalamnya, dapat mengevaluasi cara belajar anak yang harus diterapkan, sangat membantu dan memotivasi orang tua dalam mendidik kemandirian belajar anak pada kondisi saat ini, mengingatkan orang tua cara efektif mendampingi anak belajar dari rumah dan secara keseluruhan sangat menginspirasi dan dapat dicoba. Meski masih terdapat kekurangan,

penyebaran buku saku ini telah memberikan kesan yang positif bagi orang tua terutama saat mendampingi anak mereka selama belajar di rumah.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan yang dilakukan ini, dapat disimpulkan bahwa untuk membentuk kemandirian belajar pada anak diperlukan peran dari orang tua dalam porsi yang tidak berlebih juga tidak kurang. Beberapa kesan dari partisipan setelah membaca buku saku “*Membentuk Kemandirian Anak Selama Belajar dari Rumah, Tips Praktis Untuk Orang Tua*” yakni mereka mendapat informasi baru; mereka dapat menerapkannya saat mendampingi anaknya selama Pembelajaran Jarak Jauh; Buku saku yang disajikan juga telah memiliki kelengkapan informasi yang disampaikan dan sangat bermanfaat bagi orang tua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Daniel, G. R., Wang, C., & Berthelsen, D. (2016). *Early School-Based Parent Involvement, Children's Self Regulated Learning and Academic Achievement: An Australian Longitudinal Study*. *Early Childhood Research Quarterly*. 36 , 168-177.
- De Hass, A. R. G., & Willems, P. P. (2016). *Nurturing Self-Regulated Learners: Teacher, Peer, and Parental Support of Strategy Instruction*. *The Educational Forum*. 80, 294-309.
- Fadhli, M. (2015). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Kelas IV Sekolah Dasar*. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*. 3, 24-29
- Huang, J., & Prochner, L. (2004). *Chinese Parenting Styles and Children's Self-Regulated Learning*. *Journal of Research in Childhood Education*. 18(3), 227-238
- Huang, R.H., Liu, D.J., Amelina, N., Yang, J.F., Zhuang, R.X., Chang, T.W., & Cheng, W. (2020). *Guidance on Active Learning at Home during Educational Disruption: Promoting student's self-regulation skills during COVID-19 outbreak*. Beijing: Smart Learning Institute of Beijing Normal University
- Indah, Y. P. (2015). *Pengaruh Pendekatan Open-Ended Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis dan Kemandirian Belajar Siswa SD Pada Materi Pengukuran Panjang*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pino, D., Pasternak., Whitebread, D., & Tolmie, A. (2010). *A Multidimensional Analysis of Parent-Child Interaction During Academic Tasks and Their Relationship With Children's Self Regulated Learning*. *Cognition and Instruction*. 28(3), 219-272
- Taqiyuddin. (2021). *Belajar di Rumah Solusi Belajar di Era Pandemi Covid-19*. *Dimasejati*, 3 (1); 44-54. doi: 10.24235/dimasejati.v3i1.8385.g3702

- Wandler, J., & Imbriale, W. (2017). *Promoting Undergraduate Student Self-Regulation in Online Learning Environments*. *Online Learning* 21:2. doi: 10.24059/olj.v21i2.881
- Xu, M., Benson, S. N. K., Camino, R. M., & Steiner, R. P. (2009). *The Relationship Between Parental Involvement, Self-Regulated Learning, and Reading Achievement of Fifth Graders: a Path Analysis Using ECLS-K Database*. *Soc Psychol Educ.* 13, 237-269.
- Yuliani, W. (2016). *Pengaruh Strategi Active Learning Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas 5 SD Laboratorium UPI Cibiru*. S2 thesis. Universitas Pendidikan Indonesia.

## LAMPIRAN BUKU SAKU



Kemandirian belajar didefinisikan sebagai pembelajaran yang sebagian besar proses yang terjadi di dalamnya diatur sendiri oleh siswa untuk melakukan pengarahan diri terutama dalam hal mengendalikan pikiran, perasaan, dan tindakan untuk mencapai suatu tujuan (Zimmerman dan Schunk, 2001 dalam Xu et al, 2009).

### Mengapa Penting Membentuk Kemandirian Belajar ?



- Kemandirian belajar merupakan faktor kunci yang diidentifikasi dapat mempengaruhi keberhasilan belajar di rumah.
- Kemandirian belajar berperan untuk mendukung pengembangan motivasi, pengaturan diri, dan evaluasi diri pada anak
- Belajar di rumah bukan sekedar bagaimana anak memenuhi tuntutan akademik di sekolah, melainkan kesempatan membentuk kebiasaan baik dalam belajar

### Tips Membentuk Kemandirian Belajar Pada Anak



Membentuk kemandirian belajar dilakukan dalam 3 fase :

- Fase I : Sebelum Anak Belajar**
- Fase II : Ketika Anak Belajar**
- Fase III : Setelah Anak Belajar**

### Fase I Sebelum Anak Belajar



#### I. Membuat Perencanaan Belajar

- Ajak anak untuk membuat jadwal harian dimulai dari bangun tidur hingga tidur lagi atau waktu belajar dan bermain
- Beri hiasan pada jadwal agar lebih menarik
- Lakukan di akhir pekan untuk mengisi waktu luang bersama anak
- Tempelkan jadwal di tempat yang sering dilalui oleh anak



### Orang tua bisa menanyakan beberapa hal berikut untuk membantu anak dalam membuat jadwal kegiatan belajar

- "Kegiatan apa saja yang kamu rencanakan untuk hari ini?";
- "Apa saja kegiatan belajar yang akan kamu lakukan selama satu pekan kedepan?"
- "Pelajaran apa saja yang akan dipelajari hari selasa?"

## 2. Penetapan Tujuan

- Buat kesepakatan dengan anak terkait waktu belajar
- Mengembangkan tujuan pembelajaran sesuai prinsip SMART : Spesifik, Terukur, Dapat Dicapai, Realistik, dan Ada Batasan Waktu
- Membimbing anak agar mencapai tujuan belajarnya



**Saat menemani anak menetapkan tujuan, orang tua dapat mengajukan pertanyaan seperti :**

- "Tugas mana yang akan kamu selesaikan terlebih dahulu?";
- "Pada jam berapa kira-kira kamu akan menyempatkan waktu untuk mulai mengerjakan tugas?";
- "Berapa target nilai yang ingin kamu peroleh pada mata pelajaran ini?";
- "Bagaimana cara yang perlu kamu lakukan untuk mendapatkan nilai yang diharapkan tersebut?";
- saat malam hari orang tua bisa bertanya "Mana yang paling kamu sukai belajar di pagi hari atau sore hari, apa alasannya?"



## 3. Motivasi Diri

- Orang tua membiasakan anak untuk bangun pagi tepat waktu
- Orang tua mengajak anak untuk mengawali hari dengan kebiasaan dan perkataan yang positif seperti "Aku mampu menguasai diriku sendiri"
- Laksanakan kegiatan yang telah dijadwalkan dengan penuh semangat dan kesungguhan, ini akan berdampak baik untuk anak kedepannya



**Saat memasuki beberapa menit pertama dalam belajarnya, biasanya anak akan terlihat serius dalam belajarnya, memperhatikan penjelasan atau materi yang diberikan guru. Biarkan anak menikmati belajarnya, dan orang tua tidak menyuruh atau meminta anak untuk melakukan aktivitas lain saat mereka fokus belajar**

## Fase II Ketika Anak Belajar



### 1. Meminimalisir Distraksi

- Sebelum anak-anak belajar dan membaca, orang tua perlu membersihkan meja mereka dan meletakkan semua boneka, video game, cermin, dll. Ke dalam laci, tanpa meninggalkan apa pun yang mengganggu
- Jika anak terlihat lelah, tawarkan untuk beristirahat sejenak (10-15 menit)
- Berikan snack atau makanan ringan yang disukai oleh anak atau biarkan anak mengerjakan aktivitas yang disenanginya beberapa menit



**Saat anak belajar, orang tua bisa mengecek sejauh mana tugas yang telah dikerjakan anak. Orang tua juga bisa menanyakan hal terkait :**

- "Apakah kegiatan yang sudah dijadwalkan, telah terlaksana seluruhnya?";
- "Tugas apa yang belum dikerjakan?";
- "Kegiatan apa saja yang telah diselesaikan?";
- "Bagaimana perasaanmu ketika telah berhasil mengerjakan satu kegiatan?";

## 2. Penggunaan Strategi Belajar yang Fleksibel

- Anak dapat menyesuaikan strategi belajar yang sesuai untuk mencapai tujuan belajar
- Orang tua memfasilitasi strategi belajar yang tepat agar anak mengalami kemajuan dalam belajarnya
- Manfaatkan kesempatan untuk berdiskusi ringan saat anak sedang beristirahat atau menunggu pelajaran setelahnya
- Orang tua bisa mencari informasi tentang strategi belajar pada anak melalui buku, mengakses di internet atau bertanya ke guru



**Cara lain yang bisa dilakukan yaitu beri anak kesempatan untuk membacanya berulang kali, temani anak beberapa saat, dan yang tidak kalah penting orang tua perlu memberikan respon yang tepat, agar anak dapat merasakan kehadiran dan ketulusan dari orang tuanya, terkhusus saat mengalami berbagai kesulitan saat belajar.**



### Orang tua dapat mengajukan beberapa pertanyaan berikut:

"Apa pelajaran yang paling kamu sukai saat belajar dari rumah?", "Apa yang membuatmu menyukai pelajaran tersebut?", "Sebutkan pelajaran yang paling sulit bagimu?", "Bagaimana cara yang kamu lakukan saat mengalami kesulitan dalam belajar?", "Bagaimana pendapatmu tentang pelajaran lain seperti agama, olahraga, dll?", "Bagaimana caramu menyelesaikan tugas yang diberikan guru?", "Apakah cara belajar itu bisa membantumu memahami pelajaran?", "Berapa lama waktu yang kamu butuhkan untuk mengerjakan 1 tugas?"

## 3. Saat Anak Butuh Bantuan

- Tidak langsung menjawab pertanyaan anak
- Berikan pertanyaan yang memberikan petunjuk akan jawaban yang tepat
- Ajak anak menemukan jawabannya, baik secara mandiri maupun dengan panduan



## Fase III Setelah Anak Belajar

### 1. Pengaturan Tingkah Laku

- Anak mengatur tingkah laku dirinya dengan tetap berkegiatan yang bermanfaat setelah belajar selesai
- Orang tua bisa memberikan arahan untuk melakukan suatu kegiatan agar anak lebih bertanggung jawab



### 2. Evaluasi Diri

- Orang tua perlu membiasakan mengadakan evaluasi setelah anak belajar
- Ajak anak untuk belajar mengevaluasi dirinya
- Mengulang pelajaran setelah kelas berakhir
- Melakukan komunikasi dengan anggota keluarga
- Mengembangkan kemampuan yang lain seperti musik, seni, dll





**Orang tua dapat mengajukan beberapa pertanyaan berikut untuk lebih mendalami tentang evaluasi yang telah anak lakukan**

- “Bagaimana persiapanmu untuk menghadapi ujian yang semakin dekat ini?”,
- “Apa saja hal yang perlu dipersiapkan?”,
- “Apakah ada keinginan untuk merubah cara belajar yang sudah kamu lakukan selama ini?”,
- “Cara belajar seperti apa yang akan kamu pilih untuk bisa lebih menguasai pelajaran?”

**Tantangan 1**

**Apa saja yang perlu dilakukan orang tua saat anak memiliki kontrol diri yang rendah, menunda mengerjakan tugas, dan tidak tidur tepat waktu?**



**Apa yang bisa dilakukan**

- a. Membuat dan memanfaatkan jadwal pengerjaan tugas dengan baik
- b. Mengajak anak-anak untuk memproses lebih lanjut jadwal tugas bersama orang tua
- c. Membiarkan anak-anak yang menetapkan waktu untuk mengerjakan pekerjaan rumah atau tugas yang diberikan
- d. Mengembangkan cara evaluasi yang beragam dan menarik agar anak lebih terbiasa

**Tantangan 3**

**Ketika anak tidak tertarik dengan belajar**



**Apa yang bisa dilakukan :**

- a. Ajak anak untuk melakukan kegiatan secara langsung, biarkan anak mengeksplorasi dan mencoba belajar di lingkungan yang lebih aman, agar dapat melakukan praktek terhadap apa yang dipelajari.
- b. Anak-anak dapat belajar secara aktif melalui bermain dan alat permainan, keduanya membuat mereka berinisiatif, belajar untuk berpikir, dan menggali kreativitasnya.
- c. Orang tua memilihkan permainan yang sesuai dengan tumbuh kembang kemampuan anak
- d. Orang tua perlu menyadari bahwa setiap anak memiliki waktu yang berbeda-beda untuk berkonsentrasi terutama saat mengembangkan minat mereka

**Tantangan Belajar di Rumah dan Cara Mengatasinya**



**Tantangan 2**

**Saat anak mengalami kecemasan belajar**



**Apa yang bisa dilakukan :**

- a. Orang tua merubah lingkungan belajar, agar anak menemukan tempat yang nyaman untuk dapat menenangkan dirinya
- b. Manfaatkan lingkungan di luar diri anak agar dia mau mengeksplorasi keadaan sekitar
- c. Berikan anak waktu untuk menenangkan diri
- d. Orang tua tidak menekan anak secara berlebihan
- e. Orang tua harus toleran, ketika anak salah dalam belajar maka perlakukan anak sebaik-baiknya dengan tidak menghakimi