

# “Baithi jannati”



**MODUL PELATIHAN KETERAMPILAN PARENTING**

## **“CHILD FRIENDLY FAMILY BERBASIS EMPATI”**

**Dr. Riana Mashar, M.Si., Psikolog  
Dra. Alif Mu'arifah, S.Psi., M.Si., Ph.D**



MODUL PELATIHAN KETERAMPILAN PARENTING

**“CHILD FRIENDLY FAMILY  
BERBASIS EMPATI”**

**Disusun oleh:**

**Dr. Riana Mashar, M.Si., Psikolog  
Dra. Alif Mu'arifah, S.Psi., M.Si., Ph.D**

**UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA  
2022**



## DAFTAR ISI

**Pengantar**      **Pretest & Pohon Harapan**

**Sesi 1**            **Rundown Pelatihan Keterampilan Parenting**

**Sesi 2**            **Pemenuhan Kebutuhan Tumbang Anak**

**Sesi 3**            **Parenting Skill Berbasis Empati**

**Sesi 4**            **Pengasuhan Partisipatif Berpusat pada Anak**

**Sesi 6**            **Kurikulum Pengasuhan**

**Sesi 7**            **Desain Pelatihan (RTL)**

**Penutup**        **Posttest & Refleksi**

**Lampiran:**

- **Materi sesi**
- **Soal Pretest/posttest**
- **Lembar Refleksi Pelatihan**
- **Lembar presensi pelatihan**



**RUNDOWN PELATIHAN**  
**PARENTING SKILLS CHILD FRIENDLY FAMILY BERBASIS EMPATI**

<b>I. PELATIHAN</b>	<b>MATERI 1 PELATIHAN PARENTING SKILLS CHILD FRIENDLY FAMILY BERBASIS EMPATI</b>		
<b>II. Jenis Kegiatan</b>	<b>Pemenuhan Kebutuhan Tumbang Anak</b>	<b>Parenting Skill</b>	<b>Pengasuhan Partisipatif</b>
	<input type="checkbox"/> Child Care - Tumbuh Kembang Anak	<input type="checkbox"/> Unconditioning positive Loving, Caring, Educating sebagai pilar pengasuhan AUD	<input type="checkbox"/> Anak dan peran dalam keluarga.
	<input type="checkbox"/> Gizi	<input type="checkbox"/> Empati sebagai motor penggerak pengasuhan.	<input type="checkbox"/> Perumusan visi misi keluarga
	<input type="checkbox"/> Kesehatan Anak	<input type="checkbox"/> Komunikasi empati	<input type="checkbox"/> Hak dan tagngung jawab anggota keluarga dalam pencapaian VMT
	<input type="checkbox"/> Pemenuhan kebutuhan psikologis (kasih sayang dan rasa aman)	<input type="checkbox"/> Penerapan disiplin positif yang efektif.	<input type="checkbox"/> Penyusunan aturan keluarga yang partisipatif
	<input type="checkbox"/> Bahaya tumbang perspektif penyimpangan dan hambatan perkembangan anak.	<input type="checkbox"/> Pemberian penghargaan dan teguran efektif	<input type="checkbox"/> Leadership dalam keluarga
<b>III. Waktu</b>	15 materi dalam 3 hari		
<b>IV. Tujuan</b>	<b>Program ini bertujuan untuk: Memberikan dasar-dasar pengasuhan ramah anak berbasis empati untuk mengembangkan keterampilan parenting anak usia dini.</b>		
<b>V. Sasaran</b>	1. Orang tua dengan anak usia 0 – 7 tahun		
<b>V. Kebutuhan</b>	<b>SARANA/PRASARANA:</b> - Modul - LCD/Laptop - Soundsystem - Indoor class	<b>SDM:</b> - Ahli Gizi - Psikolog - Trainer parenting	

	- Meja/kursi		
	<b>LOGISTIK:</b> - Snack - Makan siang	<b>Mitra:</b> Dinas DP3AKB dan PAUD di Kota Yogyakarta	
<b>VI.Strategi Kegiatan</b>	<b>1. Role play</b>	- <b>Brain stroming</b> - <b>Self assessment</b> - <b>Peer learning</b> - <b>Coaching</b> - <b>Case study</b> - <b>Games</b>	
<b>Rundown Pelatihan</b>	<b>WAKTU</b>	<b>KEGIATAN</b>	<b>KETERANGAN</b>
	07.00 – 07.30	Registrasi; Pembukaan; Pre test	Mahasiswa
	07.30 – 08.30	Materi I : Tumbuh Kembang Anak	Psikolog
		(Tinjauan Kesehatan)	
	08.30 – 09.30	Materi ii : Pemenuhan kebutuhan psikologis (kasih sayang dan rasa aman)	Psikolog
	09.30 – 09.45	Ice breaking	Mahasiswa
	09.45 – 10.45	Materi III : Gizi dan Kesehatan Anak	Ahli Gizi/Psikolog / Trainer
10.45 – 11.45	Materi IV : Bahaya tumbang perspektif penyimpangan dan hambatan perkembangan anak.	Psikolog / Dokter anak	
<b>VII. Resources of Learning</b>	<b>1.</b>	- <b>Growingkidschool.com</b> - <a href="http://www.kompas.com">www.kompas.com</a> - <b>pauddiknaskalbar.kemendikbud</b> - <b>Buku Calmer, Easier, Happier Parenting</b>	

<b>IX. Method of Evaluation</b>	<b>1.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pre test dan post test</li><li>- Game (review materi)</li></ul>
<b>X. Evaluation/ Follow-up</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Forum tindak lanjut</b></li></ul>



**MATERI PELATIHAN**  
**PARENTING SKILLS CHILD FRIENDLY FAMILY BERBASIS**  
**EMPATI**





### Link Materi Pelatihan

(Bahan materi pelatihan

[https://drive.google.com/drive/folders/16QOMeWOCocNTEV1\\_s0ymn3Gxx26-RQ3?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/16QOMeWOCocNTEV1_s0ymn3Gxx26-RQ3?usp=sharing))

- Sesi 1** Pemenuhan Kebutuhan Tumbang Anak
- Sesi 2** Parenting Skill Berbasis Empati
- Sesi 3** Pengasuhan Partisipatif Berpusat pada Anak
- Sesi 4** Kurikulum Pengasuhan
- Sesi 5** Desain Pelatihan (RTL)



**LAMPIRAN PELATIHAN**  
**PARENTING SKILLS CHILD FRIENDLY FAMILY BERBASIS EMPATI**

## LK. 1: GOAL SETTING SEBAGAI PARENTING

### START WITH THE END

TUJUAN HIDUP:

WAKTU:

### YANG AKU BUTUHKAN UNTUK MENCAPAI TUJUAN

(Keterampilan, Pendidikan, Waktu, Biaya, Sumber lain)

TINDAKAN/IKHTIAR YANG AKAN AKU LAKUKAN  
UNTUK MENCAPAI TUJUAN

(Spesifik: Untuk mencapai tujuan itu  
meluangkan waktu baca buku)

LANGKAH2 YANG AKU TEMPUH UNTUK  
MENYEMPURNAKAN IKHTIAR

(Spesifik: Membaca buku satu halaman sehari)

### YANG PERLU DIPERBAIKI DARI TINDAKAN2 LALU

## LK. 2: KESALAHAN PENGASUHAN

<b>KESALAHAN YANG SERING DILAKUKAN</b>	
<b>DIRI SENDIRI</b>	<b>ANAK/KELUARGA</b>
<b>BELIEF/KEYAKINAN:</b>	<b>BELIEF/KEYAKINAN:</b>
<b>TINDAKAN/PERILAKU:</b>	<b>TINDAKAN/PERILAKU:</b>

### LK. 3: POLA KOMUNIKASI

<b>KOMUNIKASI YANG SELAMA INI SERING DILAKUKAN</b>	
<b>DIRI SENDIRI</b>	<b>ANAK/KELUARGA</b>
<b>POSITIF</b>	
<b>NEGATIF</b>	



## LK.4: DESAIN PELATIHAN (RENCANA TINDAK LANJUT)



**MASALAH PENGASUHAN YANG MUNCUL:**

**SOLUSI YANG DAPAT DILAKUKAN:**

**KELEBIHAN**

**KELEMAHAN**

**SUMBER BELAJAR YANG DIGUNAKAN:**

## SKALA PRETEST POSTTEST KETERAMPILAN PENGASUHAN

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Kami Dra. Alif Muarifah, S.Psi., M.Si., Ph.D dan Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psikolog dari Universitas Ahmad Dahlan. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai keterampilan pengasuhan pasca pandemi. Kami sangat berharap Bapak/Ibu berkenan meluangkan waktu untuk mengisi angket ini. Keterlibatan Bapak/Ibu sangat bermanfaat bagi pengembangan ilmu di bidang pengasuhan. Atas kesediaan Bapak/Ibu kami ucapkan banyak terima kasih. Selamat mengerjakan.

Nama : \_\_\_\_\_ Usia \_\_\_\_\_ pernikahan  
: \_\_\_\_\_

Jumlah Anak : \_\_\_\_\_ Pendidikan Ayah: \_\_\_\_\_  
Ibu: \_\_\_\_\_

Usia : \_\_\_\_\_ Pekerjaan Ayah : \_\_\_\_\_  
Ibu: \_\_\_\_\_

## SKALA PENGASUHAN

---

Pilihlah kesesuaian pola interaksi Saudara dengan anak sehari-hari dengan memberi tanda centang (✓) berdasar pilihan berikut:

1	2	3	4
Sangat tidak sesuai	Tidak sesuai	Sesuai	Sangat sesuai

NO	ITEM	1	2	3	4
1	Saya menyadari anak dapat melakukan sesuatu yang lebih sulit dengan bertambahnya usia anak.				



2	Saya tahu bagaimana memilih mainan yang sesuai dengan usia anak.				
3	Saya sulit menerima bahwa anak saya tidak sesuai dengan apa yang saya harapkan.				
4	Saya tahu permainan-permainan yang saya mainkan bersama anak agar perkembangan mereka optimal.				
5	Saya terbiasa menunjukkan perasaan dan kehangatan kepada anak melalui ciuman dan pelukan.				
6	Saya kesulitan memikirkan makanan yang tepat untuk dimakan anak-anak.				
7	Saya kesulitan mengatur kegiatan rutin bagi anak-anak saya.				
8	Saya mampu melakukan kegiatan bersama anak yang membantu mereka mengembangkan potensi.				
9	Saya kesulitan menyediakan kesempatan untuk anak saya berinteraksi dengan teman sebayanya.				
10	Saya mampu menciptakan suasana hangat di rumah bersama anak-anak.				
11	Saya memiliki waktu untuk bercakap-cakap dengan nyaman bersama anak-anak.				
12	Anak saya sulit untuk diajak ngobrol asyik berdua.				
13	Saya kerepotan saat menggantikan baju anak.				
14	Saya harus melarang anak-anak saat mereka melakukan hal-hal yang membahayakan.				
15	Saya mampu menjamin kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dengan baik.				
16	Mudah bagi saya untuk menjaga agar rumah tetap bersih dan rapi tanpa harus diganggu anak-anak.				
17	Saya dan anak selalu berjuang dan saling menyemangati satu sama lain.				
18	Ketika tidak nyaman, anak saya akan mencari kenyamanan dari saya.				

19	Anak saya merasa tidak nyaman jika saya peluk.				
20	Anak saya merasa kebersamaan kami sangat bermakna.				
21	Anak saya merasa tersakiti/marah ketika saya ingatkan.				
22	Anak saya tidak mau menerima bantuan ketika dia butuh.				
23	Saya tebiasa memuji perilaku anak saat mereka melakukan perilaku yang baik.				
24	Anak saya bereaksi sangat keras saat berpisah dengan saya.				
25	Anak saya secara spontan bercerita tentang diri mereka saat bertemu saya.				
26	Anak saya sangat tergantung pada saya.				
27	Anak saya mudah marah kepada saya.				
28	Anak saya selalu berusaha menyenangkan saya.				
29	Anak saya protes karena merasa diperlakukan tidak adil.				
30	Anak saya terbiasa minta tolong saat mereka sebenarnya tidak membutuhkan pertolongan.				
31	Mudah bagi saya untuk memahami perasaan dan sejalan dengan anak.				
32	Anak saya merasa saya tukang menghukum dan mengkritik.				
33	Anak saya menunjukkan rasa cemburu atau kesal saat melihat saya menghabiskan waktu dengan anak lain.				
34	Anak saya selalu marah setelah saya beri aturan atau disiplin.				
35	Ketika anak saya berbuat salah, ia akan memperhatikan reaksi dan nada suara saya.				
36	Berdamai dengan anak saya butuh energy besar.				
37	Saya menyadari bahwa anak saya meniru semua perilaku dan perbuatan saya.				

38	Ketika anak saya sedang suntuk, saya merasa hari kami jadi sangat panjang dan lama.				
39	Perasaan anakku berubah-ubah tanpa bisa diprediksi.				
40	Saya sering merasa tidak nyaman jika terlalu lama bersama anak.				
41	Saya sering memikirkan anak saya saat berada di tempat kerja atau di luar rumah.				
42	Anak saya sering menangis saat meminta sesuatu kepada saya.				
43	Anak saya terbiasa memanipulasi perilakunya saat dihadapan saya.				
44	Anak saya merasa asyik saat berbagi perasaan dan pengalamannya kepada saya.				
45	Interaksi saya bersama anak membuat saya merasa nyaman dan percaya diri sebagai orang tua.				
46	Anak saya mudah mengikuti aturan dan konsekuensi yang kami sepakati bersama.				
47	Saat anak menangis menginginkan sesuatu, saya terbiasa mengajak anak untuk menyampaikan dengan jelas dan meminta anak mencari alternatif lain yang bisa ia lakukan.				

**SURVEY VALIDITAS “PELATIHAN KETERAMPILAN PENGASUHAN BERBASIS EMPATI”**

NO	ASPEK YANG DINILAI	S	R	TS	KETERANGAN
1.	Saya puas dengan mengikuti pelatihan keterampilan parenting berbasis empati ini.				
2.	Saya semakin paham mengenai dasar-dasar pengasuhan berbasis empati.				
3.	Saya yakin setelah mengikuti pelatihan ini saya dapat semakin baik dalam mempraktikkan keterampilan pengasuhan bagi anak-anak di rumah.				
4.	Pelatihan ini meningkatkan motivasi saya untuk semakin berperan dalam pendampingan keluarga di rumah.				
5.	Saya semakin percaya diri untuk menjadi ibu yang lebih baik bagi anak-anak saya.				
6.	Saya akan mulai memanfaatkan gadget saya agar lebih bermanfaat bagi penguatan ilmu mengenai parenting dan berbagi dengan orang lain.				
7.	Saya menyadari kesalah-kesalahan saya dalam berkomunikasi selama mengasuh anak-anak dan berusaha untuk memperbaikinya.				
8.	Saya mampu untuk menerapkan keterampilan parenting berbasis emosi sesuai kebutuhan anak saya.				

S = setuju

R = ragu-ragu

TS = tidak setuju

Yogyakarta,.....

.....



**Are you ready?**

