



IBU SEBAGAI PENDIDIK UTAMA ANAK-ANAK UNTUK MENCAPAI KETAHANAN KELUARGA



DRA. A. KASANDRA PUTRANTO, PSIKOLOG KLINIS FORENSIK
BIDANG III OASE KABINET INDONESIA MAJU – 16 DESEMBER 2021
Jl. Kramat Pela No.210, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12160



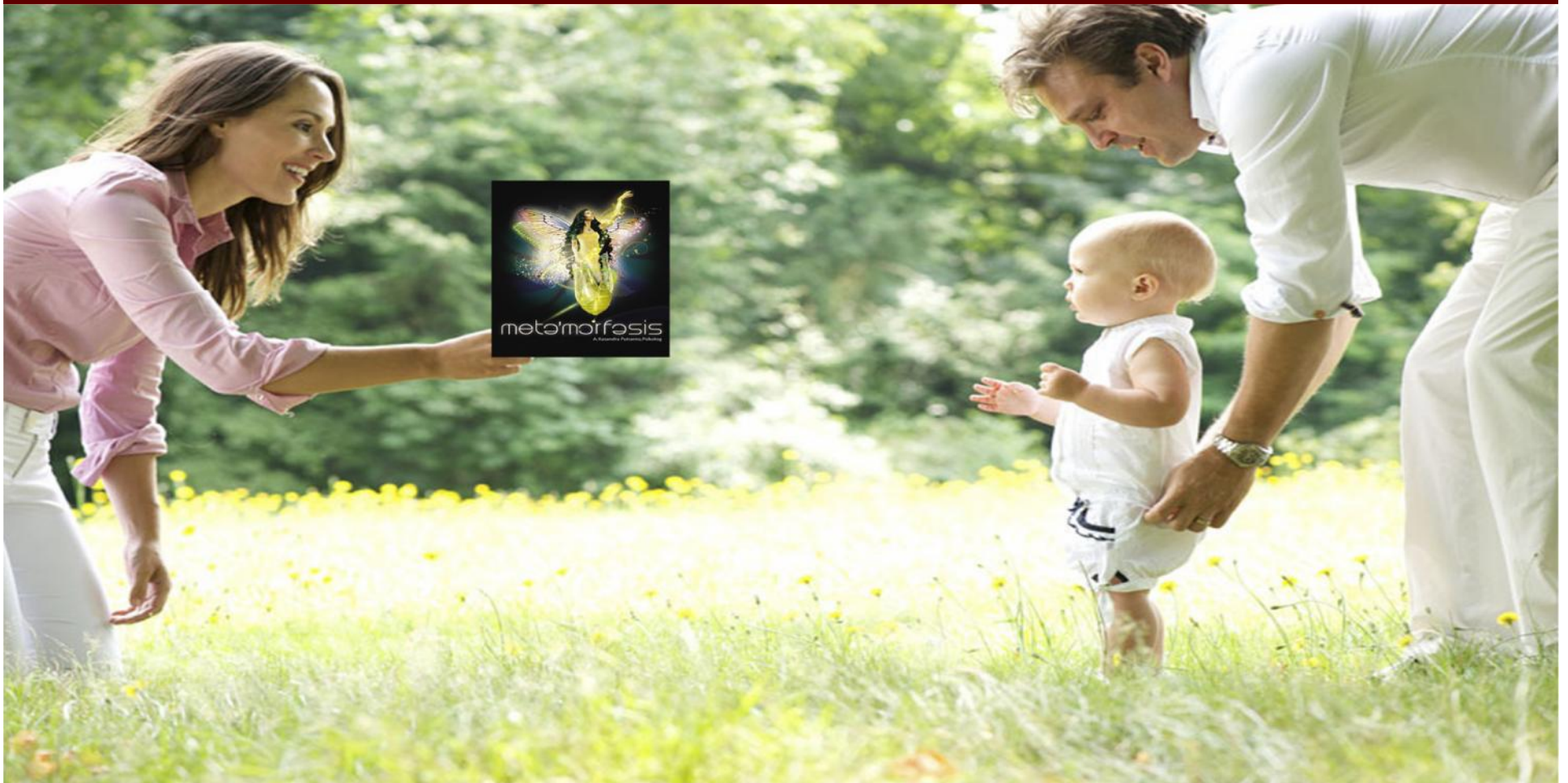


PROFILE

DRA. A. KASANDRA PUTRANTO

- 1986 SMAN VI Jakarta
- 1989 Nene II Jakarta Utara
- 1992 Psychology Faculty University of Indonesia
- 1992 - Now Clinical (29) & Forensic (19) Psychologist
- 1997 - Now Director of Kasandra Associates
- 2008 - 2020 Public Relations of Indonesian Forensic Psychology Association (APSIFOR)
- 2010 - 2020 Head of Indonesian Clinical Psychologist Association for Jakarta (IPK JAKARTA)
- 2010 - Now Public Relations of Indonesian Clinical Psychologists (IPK Indonesia)
- 2016 Writer of 3 books and 1 Hypnotherapy CD
- 2016 Founder of *Attitude Achievement for Titanium Generation* (A2G)
- 2017 - now Certified BNSP Assessor
- 2018 - 2021 Partner, Ambassador & Ethical Commission of Program Keluarga Harapan Kementerian Sosial Republik Indonesia
- 2019 - now Supervisory Board of Hypnotherapist Practitioner Association
- 2021 - 2023 Expert Group Member of National Narcotics Board of The Republic of Indonesia

KELUARGA ADALAH PABRIK MANUSIA





Perkembangan anak

Fisik

Mental

Sosial

Spiritual

Sistem sosial

Keluarga

Sekolah

Masyarakat

Media

Keterampilan Sosial & Kemanjuran Diri

ATTITUDE ACHIEVEMENT GENERATION



TITANIUM GENERATION



Kemampuan sosial-emosional

Meningkatkan kepercayaan diri

Meningkatkan perilaku positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan masyarakat

Menumbuhkan perilaku positif

Membangun hubungan yang lebih baik dengan orang lain

Masalah perilaku

Masalah emosional

Kecemasan dalam belajar

Perilaku buruk

Source: Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D., & Schellinger, K. The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*.



Attitude Achievement for Titanium Generation

Gerakan dan program sosial untuk memberdayakan generasi muda Indonesia untuk mengembangkan keterampilan sosial yang tangguh & sikap mental profesional untuk kepemimpinan dan pencapaian prestasi yang lebih tinggi

A2G[®]

Attitude Achievement For
Titanium Generation 4.0

SAVE INDONESIA



Menggunakan pendekatan aktivasi
perilaku & perilaku kognitif demi
membangun sikap dan perilaku mental
baru untuk mengatasi masalah
kehidupan dan menemukan solusi untuk
kehidupan yang lebih produktif



Dirintis oleh A. Kasandra Putranto

Peran Keluarga

Pola asuh adalah konstruksi psikologis yang mewakili strategi orang tua dalam membesarkan anak-anaknya.

Kualitas pengasuhan lebih penting daripada kuantitas waktu yang dihabiskan bersama anak-anak.



UNGKAPAN MENGENAI IBU



Ezra Taft Benson stated: "No more sacred word exists in secular or holy writ than that of mother"

She who rears successfully a family of healthy, beautiful sons and daughters...deserves the highest honor that man can give, and the choicest blessings of God – McKay

Spencer W. Kimball said, "Mothers have a sacred role. They are partners with God.... [He] has placed women at the very headwaters of the human stream"

Ibu mengandung, melahirkan, merawat, membesarkan, mendidik, mendorong, membentuk karakter anak – menjalani nasib dan menuju takdirnya.

PERAN IBU DALAM KELUARGA



1. Sebagai contoh panutan
2. Contoh ideal perilaku sosial dan budaya
3. Kunci utama dalam mendidik dan mengasuh anak-anak
4. Membina anak-anak agar memiliki jiwa sosial yang tinggi

PERAN IBU DALAM MEMBESARKAN ANAK



- Mulai sejak **dalam kandungan** menjadi fondasi dasar pembentukan resiliensi, disiplin dan nilai moral anak
- **Perawatan dan ASI** sebagai pemenuhan dasar anak menjadi fondasi pembentukan *trust* dan kedalaman emosi
- **Kedekatan emosional** antara ibu dan anak menjadi fondasi pengembangan kualitas sosial emosional anak

5 ASPEK PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI



5 ASPEK PERKEMBANGAN REMAJA



POLA ASUH

Baumrind

Authoritarian
Authoritative
Permissive



Hurlock dan Hardy & Heyes
Otoriter
Demokratis
Permisif

IBU SEBAGAI SAHABAT

- Telinga yang siap mendengar,
- Tangan yang siap memberi & hati yang siap merasa sebagai seorang ibu



MANFAAT MENJADI SAHABAT ANAK

- Semakin memahami sifat & watak anak
→ **Kelebihan & kekurangan anak**
- Menjalin komunikasi yang lancar & harmonis dengan anak
→ **Menumbuhkan kepercayaan dan pengertian**
- Mempererat hubungan & memperkuat ikatan batin
→ **Menyelami dunia anak**



CARA MENJADI SAHABAT ANAK

- Prinsip “Aku bukan ancaman bagimu,”
- Ciptakan komunikasi suportif, memotivasi, dan tidak menjatuhkan
- Terbuka dan mau dikoreksi
- Menjadi pendengar yang baik
- Memahami cara berpikir anak



STRES KELUARGA

Berbagai tugas perkembangan keluarga berpotensi untuk menimbulkan stres keluarga

Stres keluarga = segala sesuatu (*stressor*) yang dialami oleh anggota keluarga, yang dapat menimbulkan gangguan atau perubahan pada keseimbangan keluarga

Stres normal dialami oleh keluarga pada kehidupan sehari-hari, namun dapat menimbulkan dampak yang lebih serius



STRESS KELUARGA

Stres pada salah satu anggota keluarga dapat berdampak pada anggota keluarga yang lainnya

Stres keluarga dapat bertahan dalam waktu yang lama dan mengganggu keberfungsian suatu keluarga

Stress keluarga berpengaruh pada:

- Emosi dan suasana hati
- Kesejahteraan psikologis
- Pemeliharaan hubungan keluarga



STRESS DAN KETAHANAN KELUARGA

Meskipun mengalami stres, individu memiliki kekuatan dan resiliensi untuk mempertahankan stabilitas keluarga

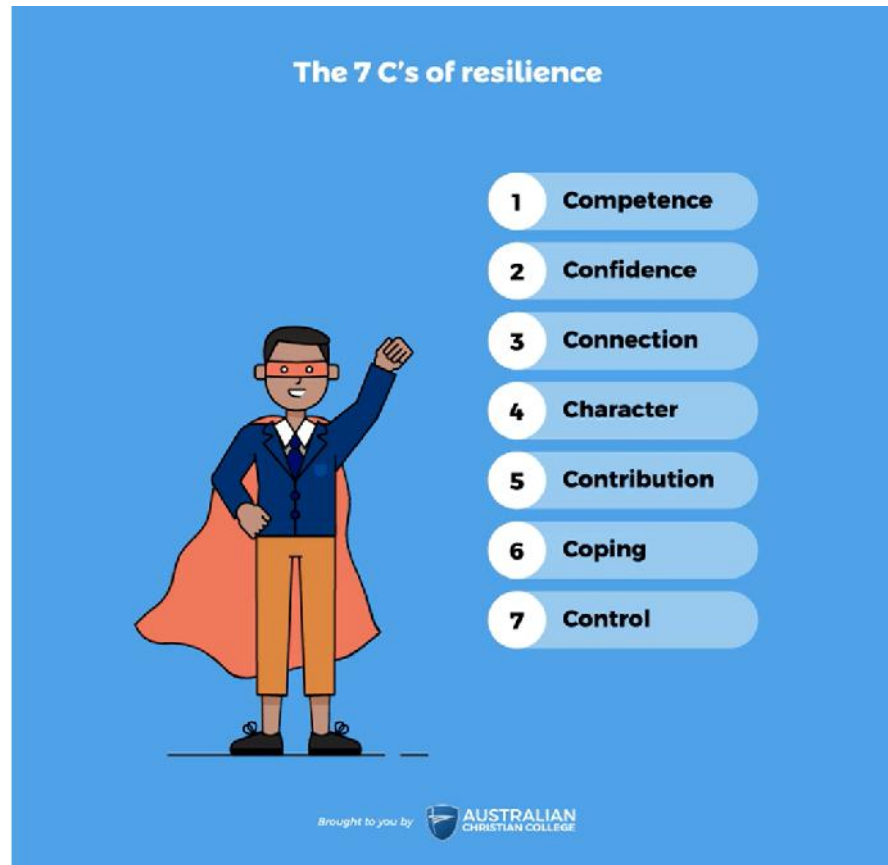
Keluarga menjadi sumber daya yang saling mendukung untuk tetap sehat dan tumbuh dari kesulitan yang dihadapi

Resiliensi (ketahanan) = kemampuan untuk mengatasi kesulitan dan berkembang dari tantangan dan trauma yang dihadapinya




KOMPONEN KETAHANAN (7C)

1. **Competence:** Mampu mengatasi situasi menekan dengan efektif
2. **Confidence:** Percaya pada kemampuan dan kompetensi diri
3. **Connection:** Hubungan baik dengan anak
4. **Character:** Anak dengan karakter yang kuat memiliki *sense of self-worth* dan kepercayaan diri
5. **Contribution:** Beri kesempatan pada anak untuk berkontribusi dalam hal apapun
6. **Coping:** Mampu mempersiapkan diri dalam menghadapi tantangan hidup
7. **Control:** Anak memiliki kontrol atas keputusan dan tindakan mereka



TIPE-TIPE RESILIENSI

- 
1. **Resiliensi Natural:** Kemampuan resiliensi yang ada sejak lahir
 2. **Resiliensi Adaptif:**
Situasi yang sulit memaksa untuk belajar, berubah, dan beradaptasi
 3. **Resiliensi yang dipelajari:**
Mempelajari teknik resiliensi

MENGEMBANGKAN KETAHANAN KELUARGA

1. Bekerjasama

Mencapai tujuan
bersama-sama
Saling
mendukung
Menyelesaikan
masalah secara
kolaboratif

2. Dibimbing oleh pemimpin

Terbuka kepada
keluarga mengenai
masalah yang
dihadapi
Fokus pada tujuan
bersama
Tekankan perlunya
rasa percaya dan
kolaborasi

3. Nilai keluarga

Bertindak
sesuai dengan
nilai yang
dipegang
keluarga

MENGEMBANGKAN KETAHANAN KELUARGA (2)

4. Tentukan tujuan

Tentukan apa yang ingin dilindungi oleh keluarga dan apa tujuannya
Tentukan bagaimana keluarga mencapai kesuksesan bersama-sama

5. Saling mendukung

Puji kerjasama dan dukung kolaborasi yang terjadi dalam keluarga

6. Menjadi panutan

Keluarga menjadi panutan untuk generasi selanjutnya
Kemampuan resiliensi dapat diwariskan

STRATEGI PENGUATAN KELUARGA



- ★ Menerapkan pola pengasuhan positif
- ★ Menerapkan komunikasi efektif
- ★ Mengobservasi gejala awal krisis dalam keluarga
- ★ Menghubungkan keluarga dengan sistem sumber dukungan & layanan
- ★ Pengetahuan mengenai tahapan dan dinamika pernikahan/ kehidupan keluarga
- ★ Dukungan konkret pada saat dibutuhkan
- ★ Kompetensi sosial dan emosional anak
- ★ Pertumbuhan anak yang optimal



INTERNAL
CONTROL?

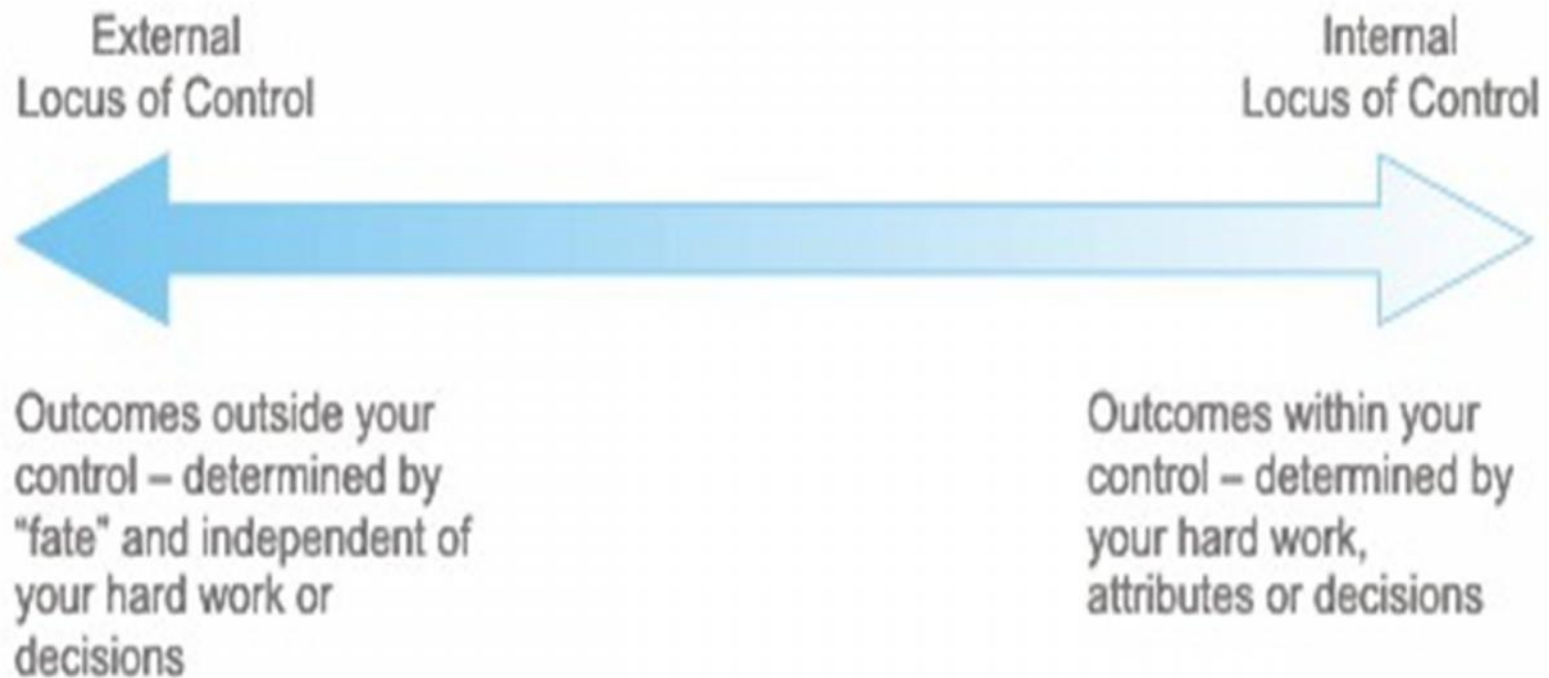
Who is responsible for your life?

Locus of Control



EXTERNAL
CONTROL?

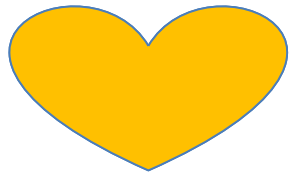
Figure 1: Locus of Control



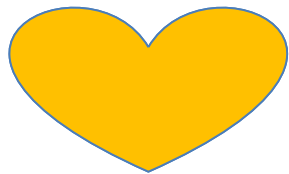
Let's



YOUR LIFE



Change the way you
THINK



Change the way you
DO

What to Do When Worrying **Too Much** Weakness & Threats:

- **Latihan Pernapasan**

- Mengatur ritme pernapasan agar lebih tenang

- **Safety Statement**

- Mengucapkan kalimat yang membuat diri tersadarkan akan situasi *“here & now”*
- Misal: “Saya Nina dan **saat ini** saya dalam situasi dan kondisi yang aman. Apapun yang terjadi setelah ini, saya akan tetap dalam kondisi aman”
- Meredam kecemasan akan situasi yang belum pasti terjadi

- **Sensory Sensation**

- Mata, telinga, hidung, pengecapan, dan sentuhan
- Misal : menghitung objek sekitar apapun



ATTITUDE & ACHIEVEMENT

BIG BRAIN & HEART

CARE & LOVE

DANCE & EXERCISE

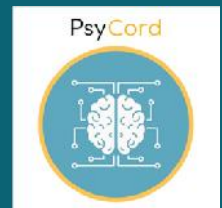
EAT HEALTHY FOOD & DRINKS

FUN EDUTAINMENT

GOOD QUALITY OF SLEEP

METAMORPH YOUR SOCIAL EMOTIONAL SKILL





Thank you very much
for your attention and support

A2G
Attitude Achievement For Titanium Generation
with Metamorphosis
JL. Kramat Pela no. 210 Jakarta Selatan 12160
Tel 7392068 Fax 725 8760 HP. 087860094599