

# Bagaimana Supaya Anak Rajin Belajar dan Berprestasi?

SEP 21, 2021

## Cara Agar Anak Rajin

Memiliki anak rajin belajar tentu sangat membahagiakan bagi setiap orang tua. Apalagi jika ia berhasil menjadi yang terbaik dan berprestasi. Wah, pasti Mam & Pap akan sangat bangga. Jika dulu orang tua lebih banyak menggantungkan keberhasilan akademis anak pada guru-guru dan proses belajar di sekolah, kini Mam & Pap memiliki tantangan tersendiri karena anak harus lebih aktif membantu aktivitas belajar di rumah.

Lalu bagaimana supaya anak rajin belajar dan berprestasi? Yuk, coba terapkan 4 hal berikut ini setiap hari dalam proses pembelajarannya.

### 1. Buat Jadwal Harian dan Patuhi Bersama

Si Kecil membutuhkan struktur dalam kegiatannya sehari-hari. Masa belajar dari rumah seperti sekarang ini tentu dapat membuat ia bingung dengan perubahan rutinitasnya. Mam & Pap dapat membantu si Kecil mempertahankan pola yang sama seperti saat masih pergi ke sekolah — bangun pagi, mandi, sarapan, lalu berangkat — dan melakukannya di jam yang sama setiap hari. Juga terapkan waktu kapan ia harus beristirahat, makan siang, tidur siang, dan bermain.

Memiliki struktur bukan hanya tentang kedisiplinan agar anak rajin belajar, namun memiliki dampak positif yang jauh lebih besar. Menurut Danielle Kaufman, dari Melbourne Child Psychology and School Psychology Services, jadwal harian dapat meningkatkan kemampuan bekerjasama dan kepercayaan diri, mengembangkan disiplin diri, menghilangkan kecemasan, dan membuat ia lebih bahagia.

Selain bermanfaat bagi si Kecil, kegiatan yang teratur juga memudahkan Mam & Pap untuk membagi waktu menyelesaikan pekerjaan lainnya.

## **2. Terapkan Sistem Reward and Punishment dengan Tepat**

Asal dilakukan dengan tepat, sistem reward and punishment dapat membantu menekankan pada perilaku yang diinginkan dan mengurangi frekuensi perilaku yang tidak diinginkan. Begitu juga penerapannya dalam membuat anak rajin belajar.

Perlu diingat, otak si Kecil lebih mudah memproses informasi yang lebih sederhana, positif, dan bermanfaat. Jadi daripada memarahi dan membentak si Kecil saat ia tidak segera mengerjakan tugasnya, lebih baik berikan pujian dan dukungan saat ia berhasil menyelesaikan tepat waktu.

Jika harus memberikan hukuman (punishment), pastikan bukan hukuman yang bersifat fisik, namun mendidik. Misalnya mengurangi jumlah waktu bermain gadget dalam seminggu, atau mengurangi uang jajan. Begitu juga dengan penghargaan (reward). Berikan si Kecil penghargaan atas semua kebaikan yang ia lakukan. Bermain bola bersama Mam di sore hari, atau boleh memilih aktivitas liburan di akhir pekan bisa menjadi alternatif reward yang lebih berkualitas, dibandingkan mainan baru atau membeli makanan manis.

## **3. Sesuaikan Media Belajarnya**

Saat belajar di rumah, si Kecil cenderung lebih mudah merasa bosan, atau sebaliknya, selalu menolak belajar karena ia merasa rumah adalah saatnya bermain dan ia bisa melakukan apapun yang ia mau bersama Mam & Pap.

Mam dapat menjadikan momen sekolah dari rumah ini sebagai unlimited learning time dengan mengajak anak rajin belajar menggunakan berbagai media. Saat ia bosan dan menolak belajar matematika dengan menulis di buku, coba ajak bermain di dapur. Menghitung jumlah sendok, atau membagi air di ember ke gelas plastik kecil warna-warni akan membuatnya belajar tanpa tekanan.

Untuk anak yang lebih besar, terkadang belajar terus-terusan menghadap buku atau komputer memang melelahkan. Coba ubah media belajarnya. Tidak perlu yang terlalu rumit kok, Mam. Terkadang sekedar menuliskan soal di papan tulis di rumah dan bukanya di dalam buku sudah dapat membantu anak mengurangi rasa bosan.

Baca Juga: [Metode Belajar Efektif untuk Para Ahli](#)

## **4. Semangat dan Dukungan**

Jangan sampai keinginan agar ia menjadi siswa terbaik, atau memenangkan kompetisi membuat Mam & Pap lupa hal yang paling penting, yaitu menghargai setiap proses yang dilakukan si Kecil.

Mengatakan agar ia menjadi ‘yang terbaik’ membuatnya merasa didukung dan sehingga ia akan bangga dengan apa yang dapat ia capai setelah proses yang ia lalui. Ini lebih baik daripada mendorongnya dengan ucapan, “Kamu harus jadi juara” atau “Kamu harus menang.”

Tekankan harapan tersebut dengan mendampinginya menjalani proses, serta menyediakan lingkungan rumah yang mendorong proses anak rajin belajar. Si Kecil akan merasa mendapatkan kasih sayang dan dukungan penuh sehingga ia memiliki peluang lebih besar untuk menjadi yang terbaik.

Perlu Mam dan Pap ingat, prestasi si Kecil tak sebatas nilai akademis saja. Yuk, beri dukungan terbaik agar anak rajin belajar bukan semata karena mengejar ‘nilai’ di rapor, tetapi karena si Kecil memang ingin, senang, dan menikmati proses belajar.

Sumber:

[kidshealth.org/en/kids/studying.html?WT.ac=ctg](https://kidshealth.org/en/kids/studying.html?WT.ac=ctg)

[kidshealth.org/en/kids/homeschool.html?WT.ac=ctg](https://kidshealth.org/en/kids/homeschool.html?WT.ac=ctg)

[melbournechildpsychology.com.au/blog/the-importance-of-routine-in-childhood/](https://melbournechildpsychology.com.au/blog/the-importance-of-routine-in-childhood/)  
[psychologytoday.com/us/blog/family-affair/200809/rewards-are-better-punishment-here-s-why#:~:text=Rewards%20are%20more%20effective%20than%20punishment%20when%20dealing%20with%20children.&text=Many%20a%20child%20developmental%20professional, and%20reward%20their%20good%20behavior.&text=Rewards%20are%20more%20effective%20than%20punishment.](https://psychologytoday.com/us/blog/family-affair/200809/rewards-are-better-punishment-here-s-why#:~:text=Rewards%20are%20more%20effective%20than%20punishment%20when%20dealing%20with%20children.&text=Many%20a%20child%20developmental%20professional, and%20reward%20their%20good%20behavior.&text=Rewards%20are%20more%20effective%20than%20punishment.)

[reuters.com/article/us-kids-family-routine/kids-with-family-routines-more-emotionally-socially-advanced-idUSBREA2B1TM20140312](https://reuters.com/article/us-kids-family-routine/kids-with-family-routines-more-emotionally-socially-advanced-idUSBREA2B1TM20140312)

Bagikan sekarang