1979
3295

MODUL PENDIDIKAN KB. BAGI GENERASI MUDA

NORMA KELUARGA KECIL BAHAGIA SEJAHTERA

6607

BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
JAKARTA
1988

SUDAH DICODING

MODUL PENDIDIKAN KB. BAGI GENERASI MUDA

NORMA KELUARGA KECIL BAHAGIA SEJAHTERA

DUA ANAK CUKUP

BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
PERPUSTAKAAN
B. 152 8/89

BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
JAKARTA
1988

1. Drs. Algiers Rachim SU.
2. Drs. Sahar Silitonga
3. Drs. Sunarto
4. Drs. Subagus
5. Dr. Tri Tjahyadi
6. Drs. Heru Martono
7. Drs. Dodih Suryadi
8. Drs. M. Husin
9. Drs. Risman Musa
10. Drs. T.P. Sitorus
11. Dra. Suyuti Budi Harsono
12. Drs. Masri Muaz

Editor :

Drs. Jusman Aputra

Drs. Sans S. Hutabarat

SUDAH DICODING

DAFTAR ISI
MODUL 4

Halaman

SAMBUTAN v
PENGANTAR ix

PROGRAM KB DAN GENERASI MUDA 1

NORMA KELUARGA KECIL BAHAGIA SEJAHTERA.

Pendahuluan 7
Kegiatan Belajar I : Pengertian Norma 8
Kegiatan Belajar II : Keluarga Kecil dan Ekonomi... 12
Kegiatan Belajar III : Pendidikan Anak, Ibu dan Ayah 16
Kegiatan Belajar IV : Kesejahteraan Keluarga 22
Kegiatan Belajar V : Sandang Pangan dan Perumahan 26
Kegiatan Belajar VI : Rekreasi 31
Kunci Jawaban 35

BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
PERPUSTAKAAN

SAMBUTAN

Keterlibatan berbagai lapisan masyarakat dalam penggarapan gerakan Keluarga Berencana merupakan faktor kunci yang menentukan bagi keberhasilan gerakan Keluarga Berencana di Indonesia. Hal ini telah dibuktikan sejak Keluarga Berencana dicanangkan menjadi program nasional pada tahun 1970. Berbagai organisasi masyarakat telah bahu membahu bersama pemerintah mensukseskan gerakan Keluarga Berencana, baik di kota maupun di desa-desa. Hasilnya telah dapat kita lihat dan dapat kita rasakan sekarang, tidak kurang dari 17 juta pasangan usia subur yang telah berpartisipasi menjadi akseptor Keluarga Berencana atau sekitar 65% dari PUS yang ada.

Untuk mempertahankan dan mengembangkan keberhasilan gerakan Keluarga Berencana tersebut di masa datang, maka partisipasi, kemauan dan kemampuan generasi muda yang saat ini merupakan jumlah terbanyak dari penduduk Indonesia perlu dikembangkan. Dengan demikian berbagai kegiatan harus diarahkan kepada upaya pembinaan generasi muda agar mereka menjadi subjek dan objek gerakan Keluarga Berencana, sehingga pada akhirnya nanti mereka merupakan penganut-penganut pola keluarga kecil yang kreatif, dinamis dan tangguh.

Sebagai subjek, generasi muda merupakan kelompok penduduk yang mempunyai sifat-sifat khusus, antara lain :

1. Memiliki pendidikan yang lebih tinggi daripada kelompok penduduk lainnya.
2. Memiliki sikap inovatif terhadap norma dan ide baru yang rasional.
3. Memiliki sifat dinamis dan berorientasi ke masa depan.

Ketiga karakteristik di atas merupakan potensi pendukung untuk pengembangan program Keluarga Berencana di masa datang, sehingga kontribusi generasi muda dapat ditingkatkan lagi.

Salah satu sarana yang sangat penting, khususnya tentang penyiapan tenaga pengelola dari masyarakat dalam pengambilan alih peran diperlukan alat bimbingan, antara lain berupa modul bagi para pelatih pemuda di tingkat kecamatan dan desa. Modul ini sangat penting bagi pemantapan para pemuda yang ditunjuk untuk menjadi pelatih dan untuk keseragaman penyuluhan serta bimbingan teknis yang sangat diperlukan bagi pelatih maupun yang dilatih, di samping bagi pihak-pihak lain yang membutuhkan.

Modul ini yang berisi uraian tentang "pendewasaan usia kawin", "reproduksi sehat", "keluarga bertanggung jawab," "kependudukan dan sumber daya alam", "kependudukan dan nilai sosial, budaya, ekonomi dan agama" serta "norma keluarga kecil bahagia dan sejahtera", sebagai materi inti Pendidikan Keluarga Berencana diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam penyelenggaraan pembinaan generasi muda dalam bidang Pendidikan Kependudukan dan Keluarga Berecana di lapangan.

Pada kesempatan yang baik ini, saya mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada para penulis dan penyunting yang membantu menyiapkan bahan-bahan yang diterbitkan ini. Kepada berbagai pihak yang telah menyumbangkan fikiran, tenaga dan sarana sehingga modul ini dapat diselesaikan, saya haturkan juga terima kasih yang sebesar-besarnya, semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas amal baik Saudara-saudara.

Kepada para pemakai buku ini saya anjurkan untuk mempergunakannya dengan kritis dan apabila menemukan sesuatu yang perlu dikembangkan, tidak segan-segan menyampaikannya kepada kami di BKKBN agar supaya edisi berikutnya dapat lebih

disempurnakan lagi. Atas segala sumbangan dan masukan saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Jakarta, Nopember 1988.

Kepala BKKBN Pusat,

dr. HARYONO SUYONO

PENGANTAR

Pembinaan generasi muda dengan pengetahuan pendidikan Kependudukan dan Keluarga Berencana merupakan proses edukasi yang harus tetap berlanjut dan berkesinambungan, agar mereka menjadi insan-insan pembangunan yang menganut pola keluarga kecil sebagai cara hidup yang layak dan bertanggung jawab.

Untuk menunjang keberhasilan proses edukasi tersebut, perlu dilengkapi dengan sarana yang memadai. Salah satu sarana yang menentukan berhasil-tidaknya proses tersebut adalah bahan pelajaran sebagai bahan bacaan dan referensi dalam meningkatkan kemampuan generasi muda untuk menghayati dan melembagakan Norma Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera.

Atas dasar hal tersebut, BKKBN pada tahun 1986 telah menerbitkan Buku Pegangan Pendidikan Keluarga Berencana bagi Generasi Muda. Namun dampak perkembangan program yang sangat cepat dalam dekade 80-an ini baik aspek kuantitatif maupun kualitatif, maka materi yang dikandung oleh buku tersebut sudah banyak yang kurang memadai lagi, sehingga dipandang perlu untuk disempurnakan sesuai dengan situasi dan kondisi program terakhir.

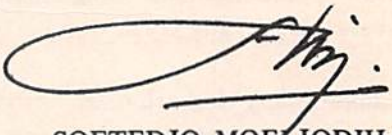
Untuk itulah BKKBN telah menyempurnakan buku tersebut dari aspek materi, redaksional, bahasa, keajegan istilah dan sebagainya. Namun demikian masih disadari bahwa modul ini belum sempurna sebagaimana yang kita harapkan bersama. Oleh karena itu sumbangan fikiran dari segenap pembaca sangat kami nantikan untuk penyempurnaan modul ini di masa mendatang.

Kepada semua pihak yang telah menumpahkan fikiran dan tenaga bagi penyempurnaan modul ini saya ucapkan terima kasih yang se-

besar-besarnya. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas amal baik Saudara-saudara sekalian. Amien.

Jakarta, Oktober 1988.

DEPUTI BIDANG PEMBINAAN
OPERASIONAL PROGRAM,



SOETEDJO MOELJODIHARDJO

PROGRAM KB DAN GENERASI MUDA

Dalam pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 telah dirumuskan dengan jelas bahwa cita-cita bangsa Indonesia adalah untuk melindungi segenap bangsa Indonesia dan seluruh tumpah darah Indonesia, memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa dan melaksanakan ketertiban dunia yang berdasarkan kemerdekaan perdamaian abadi dan keadilan sosial. Untuk mewujudkan cita-cita tersebut bangsa Indonesia melaksanakan pembangunan nasional yang dilakukan secara bertahap melalui pembangunan lima tahun berdasarkan pola umum pembangunan jangka panjang.

Hakekat pembangunan nasional adalah pembangunan manusia seutuhnya dan pembangunan masyarakat seluruhnya dengan segala aspek kehidupan lahir dan batin. Indonesia sebagai negara berkembang dewasa ini masih memiliki penduduk yang mempunyai ciri-ciri perilaku yang kurang menguntungkan sehingga merupakan hambatan utama dalam pelaksanaan pembangunan nasional. Ciri-ciri tersebut meliputi jumlah yang relatip besar dengan tingkat pertumbuhan yang tinggi, struktur umur yang muda dan penyebaran yang tidak merata. Keadaan yang kurang menguntungkan tersebut diperkuat lagi dengan keadaan sosial budaya dengan berbagai paham dan sikap pandangan yang berorientasi pada kuantitas kondisi geografis yang sulit serta tingkat pendidikan dan keterampilan untuk melakukan usaha-usaha yang masih rendah.

Berdasarkan sensus penduduk 1980, penduduk Indonesia mempunyai struktur yang relatif muda, sehingga sampai tahun 2000 nanti akan selalu dihadapi masalah yang serius yaitu setiap pasangan usia subur yang sudah menjadi tidak subur lagi akan diganti oleh rata-rata tiga pasangan usia subur muda yang baru. Hal tersebut merupakan akibat dari tingginya tingkat kelahiran pada tahun 1950 dan 1960-an. Tekanan penduduk yang disebabkan oleh lajunya pertumbuhan penduduk mempunyai implikasi sangat luas dalam sektor pembangunan dan kehidupan sosial

ekonomi masyarakat. Pertumbuhan jumlah penduduk mempunyai pengaruh sangat kuat terhadap peningkatan ekonomi per kapita penduduk, pembentukan modal pembangunan, penyediaan lapangan kerja, penyediaan sarana sosial seperti kesehatan, pendidikan dan sebagainya.

Dalam Garis-Garis Besar Haluan Negara dinyatakan bahwa faktor penduduk merupakan salah satu modal besar dan sekaligus merupakan salah satu faktor dominan dalam pembangunan Nasional.

Faktor penduduk merupakan faktor tangguh dalam ketahanan nasional, baik dalam arti positip maupun negatip dan merupakan titik sentral dalam pembangunan nasional. Hal tersebut mempunyai arti bahwa jumlah penduduk Indonesia yang cukup besar apabila dapat dibina dan dikerahkan sebagai tenaga kerja yang produktif dan efektif akan merupakan modal pembangunan yang besar namun sebaliknya apabila tidak dapat dibina akan merupakan beban dan penghambat pembangunan.

Dalam menghadapi masalah kependudukan di Indonesia serta mengingat betapa pentingnya faktor penduduk dalam pembangunan nasional maka sejak tahun 1970 bangsa Indonesia melaksanakan program nasional Keluarga Berencana.

Program Keluarga Berencana Nasional sebagai bagian integral dari pembangunan nasional mempunyai tujuan ganda yaitu untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak serta mewujudkan keluarga kecil yang bahagia dan sejahtera, yang menjadi dasar bagi terwujudnya masyarakat yang sejahtera, melalui pengendalian kelahiran dan pengendalian pertumbuhan penduduk Indonesia. Dalam rangka mencapai tujuan tersebut ditempuh kebijaksanaan kependudukan yang menyeluruh bagi seluruh sektor penunjang pembangunan, diarahkan untuk mempercepat penerimaan Norma Keluarga Kecil yang Bahagia dan Sejahtera (NKKBS) sebagai cara hidup yang layak dan bertanggung jawab. Pembinaan penduduk menjadi faktor pendorong pembangunan tersebut dilakukan melalui aspek-aspek yang berkaitan dengan segi kualitas dan kuantitas kependudukan.

Dari segi kuantitas kependudukan, kebijaksanaan yang dilakukan adalah pengendalian pertambahan penduduk melalui penurunan tingkat kematian serta perpanjangan harapan hidup.

Dari segi kualitas kependudukan hakekat pembangunan nasional diarahkan pada pengembangan manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan seluruh masyarakat Indonesia. Sejalan dengan hal tersebut materi program KB Nasional mencakup pelaksanaan program KB murni yaitu kegiatan-kegiatan yang secara langsung menurunkan tingkat kelahiran dan program pembangunan lainnya yang mendukung kelancaran pelaksanaan program KB Nasional melalui integrasi dengan sektor-sektor pembangunan lainnya.

Dalam pelaksanaan program Keluarga Berencana dan program sektor lain yang mendukung kelancaran program keluarga berencana tersebut di atas, ditempuh pendekatan yang mengarah kepada pengalihan tanggung jawab pengelolaan dari pemerintah kepada masyarakat, pengembangan pelayanan dan pengayoman terhadap sasaran serta peningkatan daya guna dan hasil guna program. Selain itu usaha-usaha untuk mempercepat peningkatan kesejahteraan peserta keluarga berencana akan mendapat prioritas yang lebih tinggi dalam rangka pencapaian pelembagaan dan pembudayaan Norma Keluarga Kecil yang Bahagia dan Sejahtera (NKKBS) melalui Program Lintas Sektoral dan Pembangunan daerah. Usaha melembagakan dan membudayakan NKKBS adalah merupakan kegiatan yang berkaitan erat dengan perubahan pengetahuan, sikap dan tingkah laku masyarakat. Oleh karena tugas tersebut sebagian besar merupakan tugas dari program komunikasi dan edukasi. Sesuai dengan ciri-ciri yang dimiliki maka generasi muda dapat memainkan peranan yang menentukan dalam usaha melembagakan norma dan nilai tersebut.

Program Keluarga Berencana sebagai salah satu upaya bangsa Indonesia untuk menanggulangi masalah kependudukan, dalam strategi nasionalnya telah memberikan kesempatan kepada generasi muda untuk mempunyai peranan yang sangat penting. Dalam strategi puncaknya dirumuskan bahwa karya ketiga ada-

lah karya generasi muda yang dalam memasyarakatkan KB, generasi muda mempunyai kepentingan dan tanggung jawab untuk menerima dan memperjuangkan konsep Norma Keluarga Kecil yang Bahagia dan Sejahtera.

Dalam pelaksanaan program keluarga berencana, generasi muda harus menjadi kelompok penduduk yang mempunyai ciri-ciri penting, baik sebagai obyek maupun sebagai subyek.
Generasi muda sebagai obyek merupakan sasaran penting dalam program KB, karena kelompok penduduk muda sangat potensial dalam ikut meningkatkan atau menurunkan fertilitas penduduk. Hal tersebut disebabkan karena jumlah yang besar akibat tingginya kelahiran pada dasa warsa 60-an dan 70-an, sehingga sampai pada tahun 2.000 pun jumlah phisik kelahiran di Indonesia akan tetap besar karena hadirnya PUS baru tersebut.

Sebagai subyek, generasi muda merupakan kelompok penduduk yang mempunyai sifat-sifat menarik antara lain :

1. Generasi muda umumnya mempunyai pendidikan yang lebih tinggi dari kelompok penduduk lainnya sehingga tanpa perjuangan yang gigih maka generasi yang kemudian akan lebih menderita karena harus mewarisi hal-hal atau masalah yang sangat berat untuk menanggulanginya.

2. Generasi muda pada umumnya mempunyai sifat yang lebih terbuka terhadap norma-norma baru dan idea-idea baru yang rasional sehingga akan lebih tanggap terhadap kemungkinan kemajuan jaman.

3. Generasi muda mempunyai sifat dinamis dan berorientasi pada masa depan.
   Sifat-sifat tersebut di atas dapat menjadi dasar bahwa dalam memasyarakatkan program KB generasi muda mempunyai peranan yang sangat penting.

Sebagai kader-kader bangsa haruslah mampu menjadi sumber inspirasi dan pelopor dari semua kegiatan kemasyarakatan lainnya. Untuk itu haruslah selalu dipupuk terus menerus secara

silih asih, silih asuh dan silih asah, jiwa idealisme dan semangat pengabdian tanpa pamrih atau volunterisme (kesukarelaan). Karena hanya dengan jiwa dan semangat demikian itulah dapat digugah dan digalang peran serta yang makin bergairah dan makin meluas dari kalangan generasi muda lainnya. Selanjutnya gairah peran serta yang tinggi dan makin meluas itu adalah jaminan bagi kelangsungan dan keberhasilan dari pembangunan nasional kita dalam mewujudkan cita-cita Kemerdekaan kita.

NORMA KELUARGA–KELUARGA KECIL BAHAGIA DAN SEJAHTERA

PENDAHULUAN

Modul ini membahas mengenai Norma Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera, agar para remaja dapat mengetahui apa sebenarnya yang terkandung dalam pengertian itu.

Materi yang diberikan dalam modul ini adalah tentang pengertian norma, dan sekaligus manfaat dari keluarga kecil ditinjau dari ekonomi, pendidikan anak, ibu dan ayah, kesejahteraan keluarga, dan terakhir adalah sandang, pangan, perumahan dan rekreasi.

Kalau materi ini sudah dapat dikuasai remaja, niscaya Norma Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera bukan lagi menjadi harapan, tapi menjadi kenyataan.

Untuk para pembaca, setelah membaca uraian agar dilanjutkan untuk mengisi jawaban pada pertanyaan yang disediakan kemudian cocokan isi jawaban kunci.

KEGIATAN BELAJAR I

PENGERTIAN NORMA

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda akan dapat :

1. Menjelaskan pengertian norma.
2. Menyebutkan macam-macam norma.
3. Menjelaskan norma pada masyarakat yang sederhana dan norma pada masyarakat yang kompleks.

Norma adalah aturan-aturan untuk bertindak yang biasanya bersifat terperinci, jelas, tegas, dan tak meragukan.
Karena kalau tidak terperinci, jelas, tegas dan tak meragukan, maka norma itu tak dapat mengatur tindakan-tindakan orang untuk melakukan suatu tindakan yang sebaiknya dilakukan.
Norma itu bermacam-macam. Ada yang disebut Norma-norma ilmiah, norma-norma pendidikan, norma-norma peradilan, norma keagamaan, norma ekonomi, norma-norma estetik atau keindahan, dan lain sebagainya.

- Coba Anda sebutkan lagi norma-norma lainnya!
- Norma apa yang berlaku kalau Anda sedang berdiskusi?

Biasanya norma-norma itu erat kaitannya dengan norma lainnya, misalnya saja norma ilmiah mempunyai kaitan yang erat dengan norma pendidikan.
Orang yang mengetahui banyak mengenai seluk beluk norma dalam masyarakat disebut "ahli adat" dimana warga-warga masyarakat lainnya yang tidak mengetahui tentang ada atau yang hanya mengetahui sedikit atau mengetahui sebagian, biasanya bisa minta nasehat kepada ahli adat tadi bilamana mereka memerlukannya.

Dalam masyarakat yang sederhana, dimana aktifitas penduduknya masih sederhana dan sedikit, maka seorang ahli adat dapat mencakup pengetahuan mengenai semua norma yang ada pada masyarakat tersebut. Tapi sebaliknya dalam masyarakat yang sangat kompleks, jumlah aktivitasnya sangat banyak dan bermacam-macam. Sedang ahli seperti *ahli adat* dalam masyarakat yang sederhana, tak dapat lagi menguasai seluruh pengetahuan mengenai semua norma-norma yang ada dalam kehidupan masyarakat itu. Sehingga ada ahli-ahli khusus mengenai norma-norma kekerabatan, ahli-ahli khusus mengenai norma-norma perdagangan, ahli-ahli khusus mengenai norma-norma keagamaan dan sebagainya.

Bahkan dalam masyarakat yang kompleks seperti itu, norma-norma di atas sudah sedemikian banyaknya dan sedemikian kompleksnya, sehingga tidak dapat lagi dikuasai oleh satu orang, maka norma itu akan dibagi antara sejumlah ahli.

Misalnya norma ekonomi sudah menjadi sedemikian banyaknya, sehingga perlu ada ahli khusus norma-norma perdagangan, ahli khusus mengenai norma-norma koperasi dan lain sebagainya.

Pada masyarakat kita, semua norma yang mengatur dan menata tindakan kita tidak sama beratnya. Ada norma yang sangat berat sanksinya apabila terjadi pelanggaran norma itu, kemudian menimbulkan akibat panjang antara lain para pelanggar akan dituntut, diadili, dan dihukum sesuai dengan kesalahannya. Sebaliknya ada juga norma-norma yang dianggap kurang berat, sehingga apabila dilanggar tidak akan ada akibat yang panjang, melainkan hanya tertawaan, ejekan, atau pergunjingan saja oleh masyarakat lainnya.

Rangkuman

1) Norma adalah aturan-aturan yang ada pada masyarakat yang dapat mengatur tindakan orang-orang.
2) Norma banyak macamnya, tergantung pada masyarakatnya, pada masyarakat yang sederhana, norma tidak bermacam-macam, sedangkan pada masyarakat yang komplek norma itu bermacam-macam.
3) Norma ini mempunyai sanksi, dimana tiap sanksi tidak sama beratnya, tergantung kepada pelanggaran yang dilakukannya.

Latihan 1

Berikanlah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar.

1. Norma adalah aturan-aturan yang :
   a) tidak jelas dan sukar dimengerti
   b) dibuat oleh Menteri Kehakiman
   c) tidak ada hubungannya dengan aktivitas manusia
   d) biasanya bersifat terperinci, jelas, tegas dan tak meragukan.

2. Norma adalah aturan untuk yang biasanya bersifat :
   a) kabur
   b) umum
   c) tidak jelas
   d) jelas dan terperinci.

3. Orang yang mengerti banyak mengenai seluk beluk norma di dalam masyarakat di sebut :
   a) santri
   b) pendeta
   c) dukun
   d) ahli adat.

4. Pada masyarakat yang kompleks, seorang "ahli adat" biasanya :
   a) tak dapat mengetahui semua norma yang ada
   b) mengetahui semua norma yang ada
   c) membuat norma sendiri
   d) melanggar norma yang ada.

5. Seorang yang melanggar norma yang ada pada masyarakat biasanya :
   a) diberikan hadiah
   b) ditakuti
   c) dilindungi
   d) dikenakan sanksi.

KEGIATAN BELAJAR II

KELUARGA KECIL DAN EKONOMI KELUARGA

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda akan dapat :

1. Menyebutkan jenis kebutuhan hidup keluarga
2. Menjelaskan kesulitan terhadap pendapatan keluarga sebagai akibat bertambahnya anggota keluarga.
3. Mengemukakan cara-cara untuk membantu mengurangi laju pertambahan penduduk.

Makan (pangan) merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia. Jika kebutuhan makan ini sudah terpenuhi, maka keluarga merasakan ketenteraman dan ketenangan. Kebutuhan pokok lainnya yang harus dipenuhi juga adalah kebutuhan akan pakaian (sandang) dan perumahan (papan).

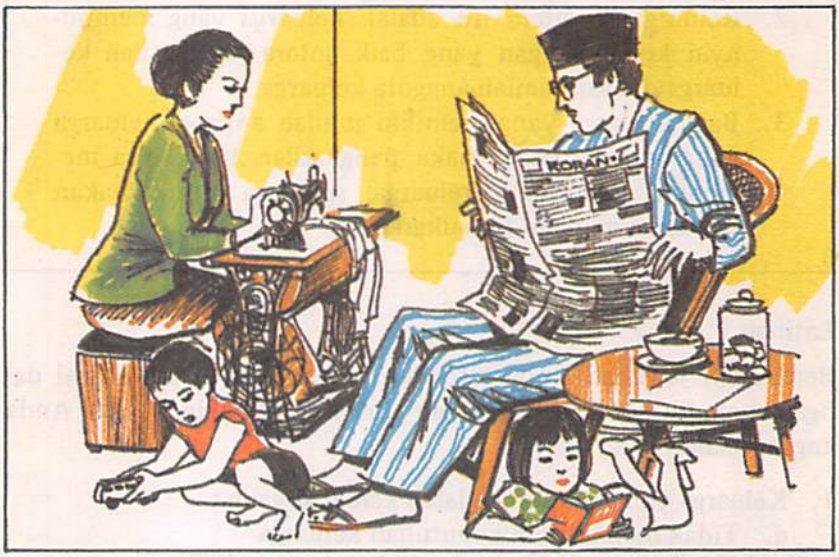
Biasanya setelah kebutuhan pokok ini terpenuhi, maka mereka akan berusaha untuk memenuhi kebutuhan lainnya yang dirasakan penting bagi kehidupan mereka. Adapun kebutuhan lain itu misalnya juga kebutuhan akan pelayanan kesehatan bagi anggota keluarganya di Puskesmas.

Coba Anda katakan apa saja macamnya pelayanan kesehatan yang Anda dapatkan?

Adakah Puskesmas dekat kampung Anda?

Selain itu keluarga memerlukan kebutuhan batiniah. Mereka memerlukan hidup bergotong-royong sesama masyarakat. Tentu sekali waktu perlu pergi untuk bertamasya. Termasuk juga dalam memenuhi kebutuhan batiniah ini kepuasan untuk beragama. Mereka akan puas jika telah memberikan sedekahnya, membagikan sebagian harta bendanya bagi pengembangan agama dan melaksanakan perintah-perintah agama.

Keluarga yang demikian ini, yaitu keluarga yang sudah termasuk ke dalam keluarga yang berkehidupan sosial dan beragama, dapat dikatakan keluarga yang sudah sejahtera.



Tentu saja keadaan keluarga yang sejahtera demikian itu dapat ditentukan oleh perekonomian yang dimiliki. Sebagai contoh suatu keluarga yang terdiri dari seorang ibu, seorang ayah dan dua orang anak, akan merasakan bahagia dalam hidup mereka. Keluarga ini mempunyai cukup sawah, ladang atau kebun yang dapat memberikan penghasilan bagi mereka. Dari penghasilan ini mereka dapat memenuhi kebutuhan keluarga secara sempurna. Di samping itu keluarga ini masih dapat menyisakan uang guna tabungan, yang akan dipergunakan bagi keperluan yang sangat mendesak.

RANGKUMAN :

1. Keluarga sejahtera itu adalah keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan anggota keluarganya baik kebutuhan sandang, pangan, perumahan, sosial dan agama.
2. Keluarga sejahtera itu adalah keluarga yang mempunyai keseimbangan yang baik antara penghasilan keluarga dengan jumlah anggota keluarga.
3. Bagi keluarga yang memiliki jumlah anggota keluarga yang terlalu besar, maka penghasilan tidak bisa memenuhi kebutuhan keluarga, sehingga untuk makan saja akan menemui kesukaran.

Latihan 1

Berikanlah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar.

1. Keluarga yang sejahtera adalah keluarga yang :
   a. Tidak memikirkan kebutuhan keluarga
   2. Mementingkan kebutuhan lain bagi keluarga
   c. Hidup tidak berkecukupan
   d. Dapat memenuhi kebutuhan lahir dan batin bagi keluarga.
2. Kebutuhan keluarga akan makan, sandang dan perumahan adalah kebutuhan :
   a. Penting
   b. Bermanfaat
   c. Bermakna
   d. Pokok.
3. Pertambahan anggota keluarga yang besar akan :
   a. Menguntungkan produksi
   b. Kurang berpengaruh pada kehidupan keluarga
   c. Menyulitkan kehidupan keluarga tersebut
   d. Menimbulkan sifat gotong royong yang besar.

4. Untuk mengurangi pertumbuhan penduduk :
   a. Perlu menambah angka kematian
   b. Perlu mengurangi angka kelahiran
   c. Perlu menambah kebutuhan anggota keluarga
   d. Perlu menambah lahan pertanian.

5. Keluarga ideal adalah keluarga yang terdiri dari seorang ayah, seorang ibu dengan jumlah anak :
   a. Dua orang
   b. Tiga orang
   c. Empat orang
   d. Lima orang.

Catatan :

Apabila Anda belum dapat menjawab dengan benar pertanyaan tersebut di atas kami harapkan Anda membaca ulang kegiatan belajar ini sebelum beralih pada kegiatan belajar berikutnya.

KEGIATAN BELAJAR III

PENDIDIKAN ANAK, IBU DAN AYAH

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda dapat :

1. Mengemukakan pentingnya pendidikan bagi anggota keluarga
2. Memahami bahwa pendidikan dapat meningkatkan kemampuan bekerja
3. Memahami bahwa dengan memiliki keluarga kecil maka pendidikan bagi anggota keluarga bisa dilaksanakan.

Biasanya keluarga yang sudah maju mementingkan pendidikan, baik itu pendidikan ayah, ibu ataupun pendidikan bagi anak-anaknya mereka. Memang pendidikan itu sendiri dapat mencerdaskan seseorang dalam berfikir dan berbuat. Dengan kecerdasan orang dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam hidup. Demikian juga dengan sekolah dan pendidikan yang tinggi seseorang akan dapat memperoleh suatu pekerjaan yang penting dan penghasilan yang berkecukupan guna kelangsungan hidup bagi anggota keluarganya.

Kalau kita melihat masyarakat tani, mereka itu cerdas dalam mengolah tanah, sawah, ladang ataupun kebun mereka. Keterampilan yang demikian merupakan warisan dari orang tua mereka dalam hal mengerjakan tanah. Jadi bukan sebagai akibat dari proses pendidikan. Tentu saja jika menghadapi masalah kehidupan keluarga, pada umumnya mereka tidak dapat mengatasinya. Misalnya jika penghasilan tanah mereka tidak lagi mencukupi sebagai akibat bertambahnya anggota keluarga yang berlipat ganda. Mereka ini biasanya mendirikan rumah baru dengan mem-

pergunakan daerah persawahan, ladang atau perkebunan mereka. Akibatnya semakin lama daerah persawahan semakin berkurang.

Di lain pihak keadaan penduduk semakin bertambah terus menerus. Pengaruh pertambahan penduduk ini tidak hanya terasa dalam berkurangnya areal pertanian, tetapi juga dalam suasana kesehatan rumah yang tidak terjamin.

Jarang rumah yang baru dibangun memiliki jamban keluarga karena tanah yang terbatas. Misalnya nanti akan terjadi pekarangan rumah pun sudah tidak mempunyai pagar sehingga berkesan kesemrawutan di sana-sini. Jelas keadaan yang demikian itu memberikan pertanda bahwa masyarakat di sini sudah tidak hidup bahagia. Kehidupan masyarakat sudah tidak berkecukupan lagi. Keadaan sandang dan pangan asal saja. Mereka tidak mementingkan kualitas kehidupan.

Jelas masyarakat ini sudah sukar untuk memenuhi kebutuhan pokok. Kalau kebutuhan pokok ini tidak bisa dipenuhi lagi secara wajar, maka kebutuhan akan pendidikan pun sukar dipenuhi. Akibat tidak berpendidikan anak-anak akan menjadi bodoh dan tidak cerdas.

Sebagai akibat pertambahan penduduk di desa penghasilan makin lama makin berkurang. Oleh sebab itu banyak diantara mereka mencoba mencari pekerjaan di kota-kota. Ini menimbulkan urbanisasi. Banyak penduduk pindah dan hidup di kota-kota. Mereka bekerja di tempat-tempat pembangunan gedung baru baik untuk pembangunan perkantoran, perusahaan ataupun pusat pertokoan. Semula mereka merasakan senangnya karena memperoleh pekerjaan baru, tidak lagi menggarap tanah di desanya. Tetapi lama kelamaan upah yang mereka terima pun dirasakan tidak memadai lagi. Memang upah yang diterima bisa mendapatkan upah yang memadai. Para majikan selalu menempatkan seseorang sesuai dengan kecerdasan dan keterampilan yang dimiliki.

Bagi mereka yang tidak bersekolah akan susahlah untuk memperoleh upah yang mencukupi. Keadaan ini disebabkan oleh banyaknya tenaga yang tidak berpendidikan. Untuk mendapatkan keterampilan sebaiknyalah para orang tua mengikuti kegiatan-

kegiatan kelompok belajar. Melalui kelompok ini mereka bisa memperoleh keterampilan umpamanya bagaimana memilih bibit yang cocok dengan kesuburan sawah, ladang ataupun perkebunan untuk meningkatkan pertanian mereka.

Dengan kelompok belajar Paket A, mereka akan memperoleh keterampilan bagaimana sambil belajar, juga meningkatkan penghasilan. Masih banyak cara lain untuk memperoleh keterampilan. Misalnya mengikuti kursus menjahit. Setelah enam bulan mereka sudah dapat menjahit. Banyak orang-orang datang untuk menjahit baju atau pakaian mereka. Keterampilan menjahit akan memberikan penghasilan yang cukup membantu perekonomian rumah tangga. Dengan kursus mengetik umpamanya mereka akan menjadi terampil untuk pengetikan.

Mengetik sebagai keterampilan cukup memberikan penghasilan bagi keluarga. Jelas bahwa keterampilan dapat memberikan penghasilan bagi keluarga seandainya jumlah keluarga tidak banyak.

Di samping itu kita pun harus mementingkan pendidikan anak-anak. Kita harus membiayai sekolah mereka. Usahakanlah agar anak-anak bisa menyelesaikan pendidikan yang lebih tinggi. Dengan demikian dapatlah diharapkan mereka bisa berswasembada untuk mendapatkan penghasilan yang cukup guna kehidupan anggota keluarga. Dewasa ini sudah banyak ibu-ibu rumah tangga yang bekerja guna mendapatkan penghasilan. Tentu dengan pendidikan yang cukup mereka akan bisa membangun keluarga sejahtera.

RANGKUMAN :

1. Dengan memperoleh pendidikan yang lebih tinggi maka masyarakat akan lebih cerdas.
2. Dengan kecerdasan dan keterampilan yang dimiliki maka masyarakat akan dapat mengatasi kesulitan-kesulitan keluarga.
3. Pembatasan pertambahan anggota keluarga adalah sangat penting guna mendapatkan kesempatan kerja.
4. Swasembada adalah cara lain untuk menciptakan lapangan kerja yang cukup memberikan penghasilan yang baik.
5. Keterampilan seperti, menjahit, mengetik ataupun keterampilan dalam memilih bibit sangat penting bagi kehidupan untuk meningkatkan penghasilan.
6. Untuk mengisi lowongan kerja dikehendaki pendidikan yang setinggi mungkin, sehingga upah yang diterima akan mencukupi kebutuhan. Pendidikan yang lebih tinggi akan lebih menjamin memperoleh lowongan kerja dengan upah yang mencukupi untuk kebutuhan.

Latihan 2

Berikanlah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar :

1. Keluarga akan lebih berbahagia kalau :
   a. ayahnya berpendidikan
   b. ibunya berpendidikan
   c. semua anggota keluarga berpendidikan
   d. anaknya berpendidikan.

2. Untuk meningkatkan kemampuan bekerja diperlukan persyaratan :
   a. pengalaman kerja
   b. sekolah dan keterampilan
   c. majikan yang baik
   d. swasembada kerja.

3. Suatu keluarga yang ingin memberikan kesempatan pendidikan bagi anggota keluarga, maka ia harus :
   a. berusaha untuk memiliki anggota keluarga yang kecil
   b. mempunyai anggota keluarga yang besar
   c. mempunyai upah yang sesuai dengan pendidikannya
   d. menjadi pekerja yang baik.

4. Memiliki pendidikan dan keterampilan akan :
   a. mengurangi penghasilan keluarga
   b. bermanfaat bagi majikan tetapi kurang bermanfaat bagi keluarga
   c. meningkatkan penghasilan bagi keluarga
   d. mengurangi kesempatan bekerja swasembada.

5. Usaha swasembada :
   a. suatu usaha yang kurang bermanfaat pada waktu sekarang

b. bertujuan untuk memperoleh penghasilan dengan membuka usaha sendiri
c. adalah suatu usaha yang memberikan kesempatan keuntungan besar bagi perusahaan
d. adalah usaha berbentuk badan hukum yang diakui pemerintah kita.

Catatan :

Apabila Anda belum benar menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut di atas, kami harap Anda membaca ulang kegiatan belajar ini sebelum beralih kepada kegiatan berikutnya.

KEGIATAN BELAJAR IV

KESEJAHTERAAN KELUARGA

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda akan dapat :

1. Merumuskan pengertian kesejahteraan
2. Mengemukakan jenis kebutuhan ekonomi keluarga
3. Menjelaskan bahwa kehidupan saling menolong adalah kebutuhan sosial.

Sering kita menganggap bahwa suatu keluarga yang cukup sandang, cukup pangan dan cukup papan, adalah keluarga yang sejahtera. Sebenarnya belum tentu keluarga tersebut merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Memang secara lahiriah mereka mungkin serba berkecukupan, akan tetapi seandainya anggota keluarga tidak dalam keadaan sehat maka tetaplah keluarga itu tidak sejahtera. Kemungkinan keluarga tidak sehat misalnya disebabkan karena baik ayah ataupun ibunya sudah memasuki perkawinan pada usia yang sangat muda. Jelas keluarga tersebut dirundung perasaan malang. Mereka harus memeriksakan penyakit sang ibu ke Puskesmas terus menerus.

Dapat juga dalam kehidupan bergotong-royong dalam masyarakat keluarga ini tidak dapat memberikan andilnya. Misalnya ayah tidak dapat ikut serta dalam kegiatan jaga malam secara bergilir (ronda), karena ia terlibat dalam kesibukan pekerjaan sehari-hari. Orang-orang semacam ini jelas merasakan kekurang sempurnaan dalam bermasyarakat.

Kini marilah kita lihat keluarga yang bagaimana yang dapat dikatakan sejahtera. Kehidupan sejahtera bagi sesuatu keluarga itu, dapat dikatakan jika keluarga tersebut telah memenuhi kebutuhan ekonominya. Termasuklah dalam pengertian ini jika keluarga

tersebut dapat memberikan pangan terhadap kebutuhan keluarganya. Dengan pengertian kebutuhan pangan yang mendekati persyaratan empat sehat lima sempurna. Artinya hidangan untuk keluarga ini cukup gizi yang dibutuhkan badan, cukup protein yang terkandung dalam telur, ikan dan daging, juga ada vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayur-sayuran dan buah-buahan. Semuanya ini sangat diperlukan bagi pertumbuhan badan. Di samping kebutuhan ekonomi kebutuhan anggota keluarga yang lain adalah sandang, yang melindungi badan dari terik matahari dan angin. Demikian pula perumahan untuk tempat berlindung keluarga merupakan kebutuhan bagi kesejahteraan keluarga.

Dengan keluarga kecil ini kita telah mensukseskan gerakan keluarga berencana sebagai program pembangunan Indonesia. Dengan keluarga kecil kita dapat memenuhi kebutuhan anggota keluarga baik sandang, pangan, perumahan, pendidikan dan lain-lainnya.

Keluarga yang telah memenuhi kebutuhan demikian, sudah dapat dikatakan mereka itu hidup sejahtera. Namun kebutuhan lain pun perlu pula dipenuhi seperti kesehatan anak-anak. Selayaknya kita memeriksakan anggota keluarga ke Puskesmas. Kita tidak boleh membiarkan anak-anak menderita karena terserang penyakit, sekalipun penyakit tersebut ringan kelihatannya. Menderita kesakitan adalah sangat mengganggu ketenteraman bathin baik bagi anak maupun bagi orang tuanya.

Sehubungan dengan kesehatan anggota keluarga, apakah menurut pendapat Anda seorang ibu itu perlu memeriksakan diri guna penjarangan kelahiran agar badannya sehat? Mengapa hal ini perlu?

Kita hidup dalam masyarakat. Oleh karena itu kehidupan bermasyarakat pun adalah kebutuhan yang perlu dipenuhi juga. Kesejahteraan akan dirasakan kalau kehidupan keluarga tersebut dalam keadaan rukun dengan tetangga sebelah-menyebelah. Mereka harus saling bantu membantu dan bergotong royong dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Beribadah secara bersama adalah juga kebutuhan yang perlu dipenuhi sebagai keluarga sejah-

tera. Mereka akan bersama-sama menjalankan perintah agama, membangun dan memelihara tempat ibadah.

Dengan uraian di atas kiranya dapatlah disimpulkan bahwa keluarga sejahtera adalah keluarga yang terpenuhi kebutuhan anggota keluarganya, baik itu merupakan kebutuhan ekonomi (seperti sandang, pangan dan perumahan) serta kebutuhan pelayanan kesehatan yang wajar dan kebutuhan bermasyarakat.

Akan tetapi bagaimana kebutuhan-kebutuhan itu dapat dicapai jika masyarakat masih hidup dalam serba kekurangan? Hal ini perlu disadari. Keseimbangan penghasilan dan kebutuhan perlu ada. Kebutuhan makin lama makin banyak. Oleh sebab itu penghasilan pun perlu ditingkatkan setiap harinya. Dengan keluarga kecil kita dapat meningkatkan kesehatan keluarga. Kita dapat menyekolahkan anak-anak ke tingkat pendidikan yang lebih tinggi sehingga mereka mempunyai kemampuan dan keterampilan yang diperlukan dalam abad pembangunan ini. Dengan demikian akan ada hubungan sosial yang erat di kalangan sesama warga, di samping meningkatkan keimanan selaku orang beragama.

Setujukah Anda bahwa dengan keluarga kecillah kesejahteraan keluarga kita lebih mudah dapat diwujudkan?

RANGKUMAN :

1. Adalah anggapan yang salah jika keluarga sejahtera ditafsirkan sebagai keluarga yang dapat memenuhi ekonominya belaka.
2. Keluarga sejahtera adalah keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan anggota keluarga, berkehidupan bersama dengan masyarakat sekitar, beribadah secara khusus, di samping terpenuhi kebutuhan pokoknya.
3. Semua kebutuhan baik kebutuhan pokok, kesehatan, beragama dan berkehidupan bersama mungkin tercapai jika terdapat perimbangan antara jumlah anggota keluarga dan penghasilan.

Latihan 3

Berikanlah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih salah satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar.

1. Keluarga sejahtera itu adalah keluarga yang :
   a. dapat memenuhi kebutuhan makanan sehat anggota keluarganya
   b. memenuhi kebutuhan pangan, sandang dan papan
   c. kaya dan mewah
   d. terpenuhi kebutuhan pokoknya, kesehatan dan sosial.
2. Kebutuhan ekonomi manusia itu adalah kebutuhan akan :
   a. sandang yang cukup untuk anggota keluarga
   b. makan yang cukup untuk anggota keluarga
   c. perumahan anggota keluarga
   d. sandang, pangan dan perumahan untuk keluarga.
3. Adapun kebutuhan keluarga lainnya adalah:
   a. beribadah secara khusuk
   b. pemeliharaan kesehatan secara baik
   c. beribadah, kehidupan sosial, kesehatan
   d. memerlukan kehidupan bersama secara harmonis.
4. Kebutuhan sosial adalah kehidupan :
   a. untuk bergotong royong
   b. yang mementingkan kepentingan keluarga
   c. yang mementingkan kehidupan bersama yang rukun
   d. yang bersikap mementingkan kebutuhan kelompok.
5. Dengan keluarga kecil :
   a. kebutuhan pokok dapat dipenuhi
   b. kebutuhan bathin dapat dipenuhi
   c. kebutuhan bergotong royong dapat dipenuhi
   d. kebutuhan sandang, pangan, perumahan, kesehatan, hidup bersama dan beragama lebih mungkin dapat dipenuhi.

Catatan :

Apabila Anda belum benar menjawab pertanyaan tersebut di halaman sebelumnya, kami harap Anda membaca ulang kegiatan belajar ini, sebelum beralih kepada kegiatan berikutnya.

KEGIATAN BELAJAR V

SANDANG, PANGAN DAN PERUMAHAN

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda akan dapat :

1. Mengetahui sandang yang pantas bagi anggota keluarga.
2. Memahami persyaratan pangan yang sehat dan sempurna.
3. Menyebutkan persyaratan rumah sehat.

Setiap keluarga perlu memperhatikan kebutuhan akan pakaian anggota keluarganya. Pakaian bayi yang bersih sudah harus dipersiapkan sebelumnya. Dengan pakaian yang bersih maka bayi akan merasakan nikmatnya hidup.

Bayi tidak akan menangis karena pakaiannya terasa enak. Sedikit saja basah pakaian perlu diganti sehingga pertumbuhan sang anak akan sehat dan bahagia. Demikian pula bagi anak-anak yang sedang sekolah. Pakaian seragamnya perlu disediakan secukupnya dan perlu dijaga kebersihannya. Di samping itu sebagai kepala keluarga pun harus memperhatikan pakaian kerja anak-anaknya di sawah, ladang atau kebun. Untuk menjalankan perintah agama maka tentunya harus memakai pakaian yang bersih pula.

Pakaian tidak perlu yang mahal. Murah tetapi bersih. Semua pakaian hendaknya dijaga kebersihannya, karena pakaian yang kotor akan mengundang penyakit dan tidak enak dipakai. Keluarga yang sejahtera biasanya memakai pakaian yang bersih dan teratur baik. Pakaian bermanfaat untuk melindungi kulit kita dari teriknya matahari, agar kulit jangan terbakar. Pakaian juga menghindarkan badan dari gangguan angin, terutama jika kita dalam keadaan sakit. Pada umumnya pakaianpun sangat memegang pe-

ranan penting dalam pergaulan di masyarakat. Kita akan malu kalau pakaian kita kotor dan tidak terurus, sehingga orang lain akan menjauhkan diri dari kita. Tetapi jika pakaian kita bersih, menarik dan serasi gangguan dalam pergaulan tidak akan terjadi.

Keluarga sejahtera, di samping kebutuhan sandang yang baik dan sehat juga memperhatikan pangan. Pangan merupakan makanan untuk anggota keluarga. Yang perlu dijaga untuk pangan ini adalah ragam atau variasi setiap hidangan yang disajikan oleh para ibu rumah tangga.

Variasi makanan yang diberikan untuk keluarga ini membuat anggota keluarga kerasan untuk makan di rumah sendiri. Makanan sehat adalah hidangan yang terdiri dari nasi, ubi, singkong, sagu dan lauk pauk seperti: tempe, tahu, oncom, telur, ikan, daging, sayur-mayur dan buah-buahan. Dengan hidangan-hidangan yang mengandung bahan-bahan tersebut di atas maka keluarga akan menjadi sehat karena kebutuhan badan akan zat tenaga, zat pembangun, zat pengatur sudah terpenuhi dengan cukup. Berimbangnya zat tersebut ditas dalam tubuh, badan kita bisa tumbuh dan berkembang dengan baik. Kita tetap sehat.

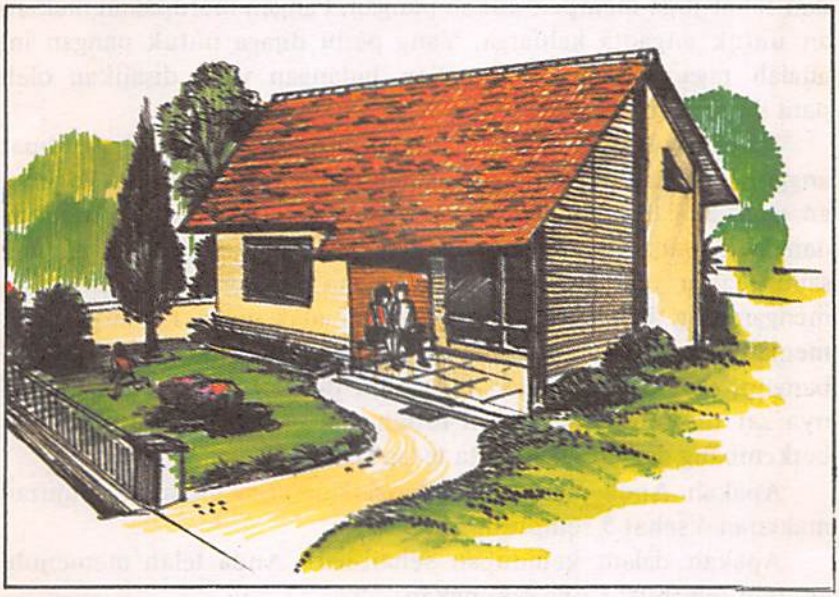
Apakah Anda pernah mendengarkan atau membaca anjuran makanan 4 sehat 5 sempurna?

Apakah dalam kehidupan sehari-hari, Anda telah memenuhi anjuran tersebut? Coba renungkan.

Benarlah kiranya baik sandang maupun pangan yang baik dan bersih akan menentukan kesehatan bagi keluarga. Dengan sehatnya anggota keluarga maka akan sejahteralah kehidupan mereka.

Suasana rumah yang baik timbul bilamana penghuninya tidak berjubel. Peredaran udara di dalam rumah akan baik dan bersih. Walaupun kita memiliki perumahan yang sederhana namun yang penting adalah bagaimana kita dapat memelihara kesehatannya. Perumahan hendaknya mempunyai ruang tidur untuk orang tua, ruang tidur untuk anak-anak, ruang untuk belajar, ruang masak dan ruang tamu. Juga perlu dipersiapkan ruang atau kamar mandi serta kakus untuk keluarga. Tentu saja rumah harus selalu bersih,

perabot rumah jangan terlalu berdesakan sehingga tidak harmonis kelihatannya. Demikian pula ventilasi atau lobang udara perlu diperhatikan guna pertukaran udara yang baik di dalam rumah.



Disamping kebersihan dan kesehatan rumah, secara bersama hendaknya masyarakat pun harus menjaga kebersihan pekarangan. Lingkungan yang bersih terhindar dari segala kotoran. Sampah ditempatkan pada tempatnya, tidak berserakan di mana-mana. Hal ini akan mengganggu pemandangan indah perkampungan kita. Air limbah hendaknya disalurkan ke tempat yang telah diatur dan disediakan.

Bagaimana kita dapat menciptakan suatu perkampungan yang bersih, kalau keadaan penduduk sudah berjumlah banyak sekali. Kiranya perlu kita pikirkan bagaimana mengatasi kepadatan penduduk itu mulai saat ini.

RANGKUMAN :

1. Sandang anggota keluarga perlu diperhatikan baik bentuk kebersihan, maupun bahannya. Pakaian hendaklah yang memenuhi persyaratan kesehatan, meskipun murah tetapi cocok untuk dipakai.
2. Pakaian sangat bermanfaat bagi kesehatan kita.
3. Pangan bagi anggota keluarga hendaknya memenuhi persyaratan 4 sehat 5 sempurna.
4. Bahan pangan perlu diketahui agar pembangun hidangan untuk keluarga dapat disiapkan.
5. Rumah yang sehat adalah rumah yang memenuhi persyaratan: cukup ventilasi, cukup sinar matahari, cukup ruangan tidur, makan, belajar, dapur dan sebagainya.

Latihan 4

Berilah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar.

1. Kebutuhan sandang bagi anggota keluarga dimaksudkan untuk :
   a. melindungi anggota tubuh dari terik matahari dan udara dingin.
   b. pemantas diri
   c. mengikuti mode
   d. menciptakan suasana tenang dalam kelompok.

2. Makanan sehat untuk anggota keluarga adalah makanan yang :
   a. mengandung protein yang tinggi
   b. berimbang dan memenuhi 4 sehat 5 sempurna.
   c. cukup dengan berbagai ragam mineral
   d. mempunyai kombinasi roti dan nasi secara bergantian.

3. Badan kita memerlukan :
   a. zat tenaga fisik
   b. zat pembangunan pertumbuhan
   c. zat pengatur atau vitamin dan mineral yang memadai
   d. semua yang terdapat pada a, b, c di atas.

4. Rumah sehat adalah rumah yang :
   a. mementingkan adanya jamban keluarga
   b. mementingkan ruang yang cukup, ada ventilasi, sinar matahari masuk dan jamban keluarga.
   c. yang mementingkan ruang tidur dan ruang belajar anak-anak
   d. yang mementingkan ruang kerja orang tua.

5. Sebuah rumah lebih rapi, jika anggota keluarga terdiri dari :
   a. dua orang anak
   b. tiga orang anak
   c. empat orang anak
   d. lima orang anak.

Catatan :

Apabila Anda belum benar menjawab pertanyaan tersebut di atas, kami harap Anda membaca ulang kegiatan belajar ini, sebelum beralih kepada kegiatan berikutnya.

KEGIATAN BELAJAR VI

REKREASI

Setelah mempelajari bahan belajar di bawah ini, Anda akan dapat :

1. Menjelaskan manfaat istirahat.
2. Mengatakan bentuk-bentuk rekreasi.
3. Memahami bahwa rekreasi itu perlu asal tidak mengganggu ketenteraman keluarga.

Setiap kepala keluarga biasanya bekerja keras baik di sawah, ladang, kebun atau di tempat-tempat lainnya. Dia mencari nafkah untuk anak isterinya. Dengan mempunyai keluarga kecil kehidupannya akan lebih sejahtera. Di samping dapat memenuhi kebutuhan ekonomi, kebutuhan kesehatan, kebutuhan hidup bersama masyarakat merekapun tekun dalam menjalankan perintah-perintah agama.

Masyarakat rajin bekerja dari pagi sampai sore harinya, tetapi ada beberapa keluarga yang terus bekerja sampai malam hari guna meningkatkan penghasilan. Apakah ini ciri keluarga sejahtera? Kehidupan sejahtera bukan semata-mata mampu bekerja tanpa berhenti. Setiap orang memerlukan istirahat. Tubuh perlu istirahat dan pikiranpun hendaknya tidak dipusatkan selalu atau melulu untuk pekerjaan.

Banyak cara untuk melakukan istirahat. Ada keluarga yang senang melakukan rekreasi seperti pergi ke daerah pegunungan atau ke daerah pantai guna menikmati pemandangan dan udara segar. Ada pula yang mengkhususkan diri dengan rekreasi bermain catur, halma, kartu-remi, tarian atau musik. Juga ada yang senang mengail, mendaki gunung sebagai rekreasi untuk mengisi waktu istirahatnya.

Jenis olahraga pun banyak digemari orang, seperti; renang, bola kaki, voli atau badminton. Bagi mereka yang tidak terlibat secara langsung dalam olah raga ini, mereka pun dapat menikmati olahraga melalui radio. Mereka ini cukup menikmati olah raga melalui panca indera penglihatan.

Waktu istirahat penting diisi dengan kegiatan seperti kegemaran dalam sport agar tubuh menjadi sehat dan jiwapun sehat pula. Anda perlu ingat-ingat dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat.

Apakah kegemaran Anda? Apakah Anda menyenangi rekreasi bertamasya ke suatu tempat, berolah raga? Cobalah tuliskanlah 6 kegemaran Anda.

Dengan melalukan rekreasi maka keluarga akan menjadi segar lagi untuk melanjutkan pekerjaannya. Jika tidak, mereka itu akan merasa bosan, sehingga hasil kerjanya tidak akan meningkatkan penghasilan keluarga karena selalu sakit-sakitan.

Untuk dapat merencanakan suatu keluarga bahagia, sebaiknyalah kita menghubungi Puskesmas setempat untuk bagaimana cara merencanakan keluarga agar nantinya kehidupan keluarga kita betul-betul sejahtera baik lahir maupun bathin.

RANGKUMAN :

1. Untuk memenuhi kehidupan sejahtera, kepala keluarga bekerja keras, agar mendapatkan penghasilan yang cukup.
2. Rekreasi perlu untuk keluarga dalam segala bentuknya.
3. Rekreasi adalah bentuk-bentuk istirahat yang bermanfaat.

Latihan 5

Berilah jawaban Anda terhadap pertanyaan di bawah ini dengan memilih satu jawaban dari 4 kemungkinan yang Anda anggap benar.

1. Istirahat dalam kehidupan keluarga bertujuan :
   a. Agar badan dan pikiran lepas dari suasana kerja
   b. Agar bermalas-malasan setelah penat
   c. Untuk memanfaatkan waktu lowong
   d. Mencari penghasilan tambahan.

2. Rekreasi adalah bentuk :
   a. Istirahat bermalas-malasan
   b. Kegiatan untuk tidak bekerja
   c. Pemanfaatan waktu senggang anggota keluarga
   d. Kegiatan untuk menyegarkan kembali tenaga dan pikiran.

3. Kita perlu melakukan rekreasi :
   a. Tanpa mengganggu kebahagiaan berumah tangga
   b. Walaupun tidak didukung anggota keluarga

c. Walaupun mengurangi waktu untuk bekerja
d. Untuk menyehatkan anak-anak.

4. Bermain catur adalah jenis olahraga :
   a. Untuk keluarga-keluarga berada
   b. Untuk anak laki-laki dan perempuan
   c. Untuk orang dewasa
   d. Untuk semua golongan masyarakat.

5. Berolah raga dimaksudkan :
   a. Menimbulkan suasana persaingan
   b. Agar badan menjadi sehat, dan jiwapun menjadi sehat
   c. Untuk memupuk keunggulan diri untuk tidak menyerah
   d. Menghilangkan kepenatan badan setelah mencari nafkah sehari-an.

Catatan :

Apabila Anda belum benar menjawab pertanyaan tersebut di atas kami harap Anda membaca ulang kegiatan belajar ini lagi.

KUNCI JAWABAN MODUL 4.

Kegiatan I	:	1. d	Kegiatan IV	:	1. d
		2. d			2. d
		3. d			3. c
		4. a			4. c
		5. d			5. d
Kegiatan II	:	1. d	Kegiatan V	:	1. a
		2. d			2. b
		3. c			3. d
		4. b			4. b
		5. a			5. a
Kegiatan III	:	1. c	Kegiatan VI	:	1. a
		2. b			2. d
		3. a			3. a
		4. c			4. d
		5. b			5. b