

Sebuah persembahan
dari Ayah dan untuk Ayah

24 Hours with Daddy: What to Do?

Seni parenting ayah hebat selama 24 Jam



Penerbit :



Selaras Alam Indonesia
Karya Bersama



Komunitas Ayah
Sekolah Alam Indonesia Meruyung

24 Hours with Daddy: What to Do?

Seni parenting ayah hebat selama 24 Jam

Tim Kerja :

Ludfiono
Aditya Widi Nugraha
Ismail Sopyan
Fajri Darsyah

Suriansyah Rhalieb
Halim Ichsani
Nurilla Azizah
Fiqih Maulana
Alvian Permana

Dika Satrio
Ishak Komarudin
Ust. Fathurrahman
Kang Febri

Tim Parenting SAI Meruyung

Buku sederhana ini dipersembahkan oleh
Komunitas Sekolah Alam Indonesia Meruyung sebagai ikhtiar
membangun peradaban yang lebih mulia. **Silahkan menyebarkan
buku ini sebagai nilai kebaikan. Hasil penjualan buku ini akan
digunakan sebagai** wakaf lahan pendidikan untuk mewujudkan
Sekolah Alam Indonesia Meruyung memiliki lahan sendiri

Scan QRIS



Transfer ke
Bank BSI 222 333 541 4
a.n Selaras Alam Karya Bersama

copyright © 2025

Sapa Kata Mereka

Berisi tentang testimoni para
tokoh mengenai Buku ini



DAFTAR ISI

Peran ayah tak tergantikan	1
Mengapa ayah itu penting?.....	7
Memulai hari dengan Doa dan Cinta	9
Menjaga koneksi ditengah kesibukan	10
Membangun masa depan bersama	13
Saatnya hadir untuk mereka	15



Awal Kata PERAN AYAH TAK TERGANTIKAN



Ada sesuatu yang magis pada ikatan antara ayah dan anak. Tidak selalu tampak di permukaan, namun terasa dalam setiap tawa, pelukan, dan waktu kebersamaan yang sederhana. **Kehadiran seorang ayah dalam kehidupan keluarga bukan hanya soal menyediakan kebutuhan materi atau melindungi secara fisik.** Ayah adalah fondasi emosional, tempat anak-anak menemukan keberanian, sebagai pelipur lara, dan cermin kehidupan. Dari ayah, anak-anak belajar tentang cinta tanpa syarat dan makna kebersamaan yang sejati.

Di tengah arus kehidupan modern yang terus bergerak cepat, peran ayah kerap tergerus oleh kesibukan sehari-hari. Bekerja dari pagi hingga malam, berkejaran dengan target dan tanggung jawab pekerjaan, membuat waktu ayah dengan anak-anak menjadi sesuatu yang langka dan berharga. Banyak ayah yang terjebak dalam pola pikir bahwa tugas mereka adalah memberikan kehidupan yang nyaman, namun sering kali lupa bahwa yang paling diinginkan anak-anak adalah kehadiran mereka. Seiring waktu berjalan, kesibukan untuk memberikan kehidupan yang nyaman itu mengalihkan perhatian dari hal yang paling penting—ikatan emosional dengan keluarga.

Waktu anak kita adalah sesuatu yang tidak pernah bisa kembali. Anak-anak tumbuh begitu cepat, lebih cepat dari yang bisa kita sadari. Pada suatu hari, kita mungkin akan menyadari bahwa anak yang dulu kita bopong dan gendong di pundak, kini telah beranjak dewasa. Mereka tidak lagi meminta kita untuk bermain bersama atau bercerita sebelum tidur. Momen-momen kecil yang dulu begitu sederhana dan penuh tawa, kini hanya menjadi kenangan yang tersimpan dalam hati.



Apa yang tertinggal dari setiap waktu yang kita habiskan bersama anak-anak adalah sesuatu yang jauh lebih besar dari kenangan. Dalam setiap pelukan, dalam setiap percakapan yang tulus, dalam setiap perjalanan bersama, ada cinta yang tak ternilai. Dan cinta itu, pada akhirnya, menjadi fondasi yang akan menguatkan mereka sepanjang hidup. Ayah yang hadir dalam hidup anak-anak bukan hanya membentuk masa kecil mereka, tetapi juga membantu mereka menjadi pribadi yang kuat, percaya diri, dan penuh kasih.

Penelitian psikologi modern telah membuktikan bahwa **keterlibatan ayah dalam kehidupan anak-anak berdampak langsung pada perkembangan emosional mereka.**

Seorang anak yang merasa dihargai dan dicintai oleh ayahnya tumbuh dengan lebih banyak rasa percaya diri dan stabilitas emosi. Kehadiran ayah tidak hanya mengajarkan anak tentang batasan, disiplin, dan tanggung jawab, tetapi juga tentang kelembutan, perhatian, dan kasih sayang.

Ayah yang mendengarkan cerita anak-anaknya, yang menemani mereka bermain, atau yang hanya duduk bersama mereka di sofa, memberikan lebih dari sekadar waktu—mereka memberikan rasa aman dan cinta yang abadi.

Namun, sering kali, waktu yang kita miliki terasa terlalu singkat. Di dunia yang penuh dengan tekanan pekerjaan dan tanggung jawab lainnya, banyak ayah yang merasa sulit untuk menemukan keseimbangan dalam membagi waktu.

Ayah seolah harus memilih antara menghabiskan waktu untuk memberikan yang terbaik untuk keluarga secara finansial atau bercengkrama dengan keluarga untuk terlibat secara emosional.

Tapi satu hal yang pasti : waktu yang terlewati pada masa tumbuh kembang anak tidak akan pernah bisa diganti. Untuk itu, ayah perlu mengatur siasat dan strategi agar waktu perkembangan anak yang terlewati dapat mencapai nilai optimalnya.



Buku ini lahir dari kesadaran bahwa setiap momen kebersamaan antara ayah dan anak adalah kesempatan yang tak ternilai untuk menciptakan kenangan indah dan menguatkan ikatan emosional. **"24 Hours with Daddy, What to Do?"** bukan hanya tentang aktivitas yang bisa dilakukan bersama anak-anak, tetapi juga bagaimana ayah bisa menciptakan momen bermakna yang akan terus mereka kenang hingga dewasa. Ini adalah panduan untuk para ayah yang ingin memberikan lebih dari sekadar waktu, yang ingin memberi anak-anak cinta, perhatian, dan kehangatan yang sesungguhnya dibutuhkan oleh anak-anak.

24 Hours with Daddy: What to Do?

Di dalam buku ini, kami mengajak para ayah untuk benar-benar hadir kebersamai anak dengan sepenuh hati, ditengah penuhnya waktu untuk pekerjaan atau distraksi interaksi keluarga lainnya. Kehadiran ayah yang sepenuh hati akan membangun pondasi yang kuat bagi anak ketika ayah bisa mendengarkan, berbagi cerita, dan tertawa bersama walau dengan keterbatasan waktu. Setiap detik yang dihabiskan dengan penuh cinta adalah modal berharga untuk kehidupan anak-anak kita. Modal yang akan memberikan mereka kekuatan, kebijaksanaan, dan rasa aman dalam menghadapi dunia dengan segala tantangannya.





Anak-anak mungkin tidak selalu ingat setiap hadiah yang kita berikan, atau setiap upaya yang kita lakukan demi mereka. Tapi kehadiran ayah akan meninggalkan kesan dan ingatan bahwa ayah ada untuk mereka.

Mereka akan mengingat bahwa ayah ada untuk menerima perasaan mereka, menenangkan mereka saat mereka merasa takut, dan menyenangkan untuk diajak bermain tanpa tergesa-gesa. Mereka akan mengingat bagaimana mereka merasa dicintai dan dihargai.



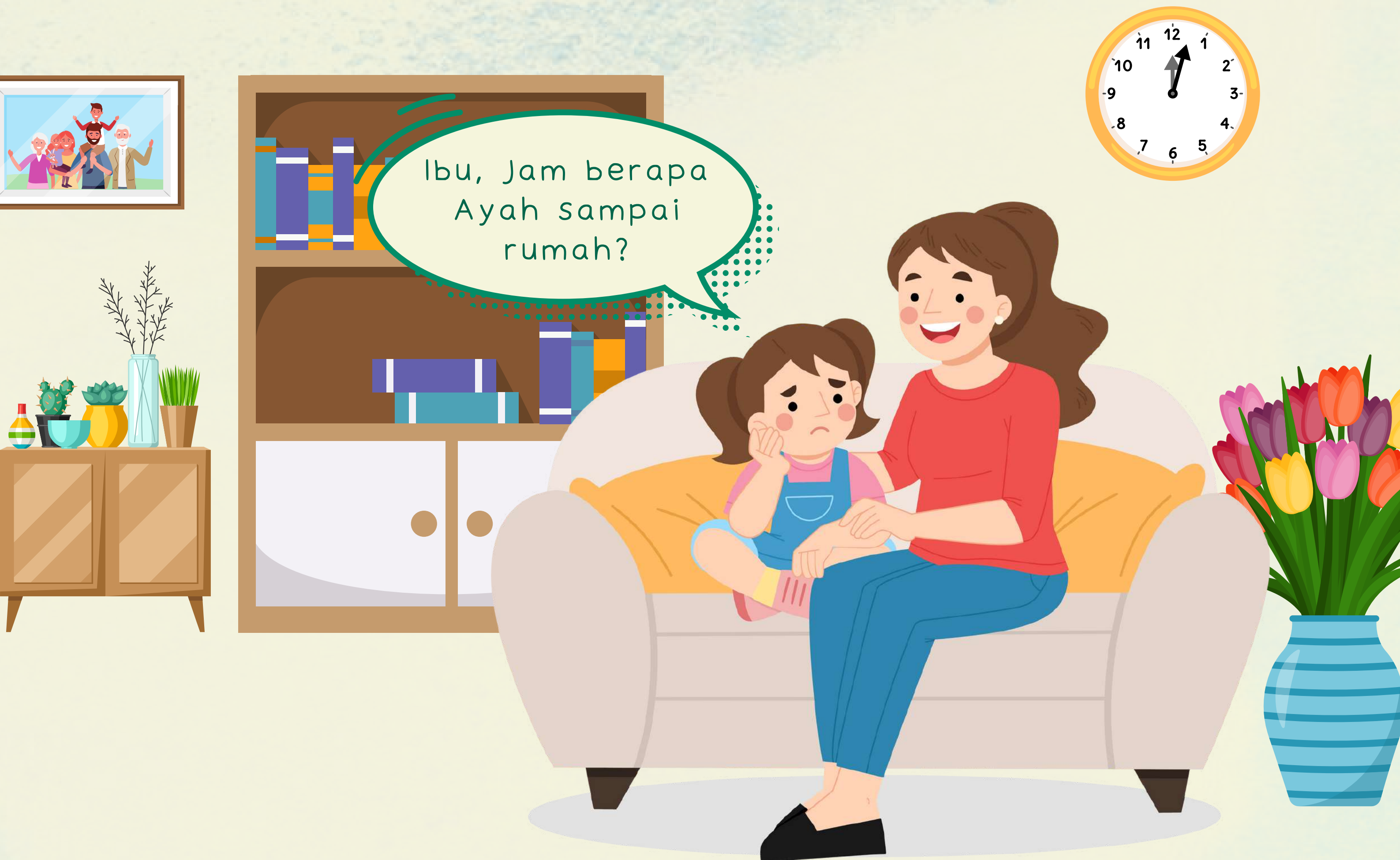
Jika ayah merasa buku ini bermanfaat, **ayo sebarkan ke keluarga, kerabat dan teman-teman di group-group whatsapp lain agar semakin banyak para Ayah yang mendapatkan manfaat.** Semoga setiap manfaat yang mereka dapatkan menjadi amal jariyah bagi kita

Scan QRIS



Transfer ke
Bank BSI 222 333 541 4
a.n Selaras Alam Karya Bersama

Dan ketika mereka tumbuh dewasa, ingatan dan perasaan itu akan menjadi bagian dari diri mereka. Mereka akan membawa cinta dan nilai yang ayah tanamkan dalam diri mereka ke dalam kehidupan mereka sendiri. Mereka akan menjadi orang tua yang penuh kasih, pasangan yang baik , dan pribadi yang kuat.



Mari kita manfaatkan setiap kesempatan yang ada untuk hadir membawakan peran ayah bagi anak-anak kita, menciptakan kenangan yang indah, dan memastikan bahwa mereka selalu merasa dicintai. Karena pada akhirnya, tidak ada yang lebih berarti daripada waktu yang kita habiskan bersama mereka. 24 jam yang tak akan pernah tergantikan.



mengapa ayah itu penting?



Aku ingin menjadi
seperti ayah



Sehari-hari, seorang ayah seringkali disibukkan dengan tanggung jawab pekerjaan. Namun, di balik kesibukan itu, tersimpan kerinduan untuk memberikan yang terbaik bagi keluarga, terutama anak-anak. Waktu yang terbatas bukan penghalang untuk membangun hubungan yang erat dengan anak. Dengan sedikit kreativitas dan ketulusan, setiap ayah bisa menjadi sosok yang istimewa di mata anak-anaknya.



MEMULAI HARI DENGAN DOA & CINTA

Sebelum fajar menyingsing, **ajak anak-anak untuk menunaikan shalat subuh berjamaah.** Selain mendekatkan diri pada Sang Pencipta, momen ini juga mengajarkan anak-anak tentang pentingnya disiplin dan ketaatan. Setelah shalat, sempatkan untuk berbincang ringan sambil menikmati sarapan bersama. Tanyakan tentang aktivitas dan apa yang ada di benak mereka. Dengarkan dengan penuh perhatian, lalu berikan semangat dan dukungan juga selipkan doa baginya.



MENTAGA KONEKSI DI TENGAH KESIBUKAN



Saat berada di kantor, **sempatkan untuk mengirim pesan singkat kepada anak-anak**. Tanyakan kabar mereka, atau berbagilah cerita tentang apa yang terjadi di perjalanan. **Hal-hal sederhana ini bisa menjadi ikhtiar bagi kita agar anak merasa diperhatikan dan dicintai meskipun ayah di tengah kesibukan.**





Saat pulang kerja, sambut anak-anak dengan hangat. Luangkan waktu untuk bermain bersama, membaca cerita, atau sekadar berbincang santai. **Ajak mereka berbagi cerita tentang hari yang mereka lalui.** Dengan menjadi pendengar yang baik, Ayah akan semakin memahami dunia mereka.



Jika ayah merasa buku ini bermanfaat, **ayo sebarkan ke keluarga, kerabat dan teman-teman di group-group whatsapp lain agar semakin banyak para Ayah yang mendapatkan manfaat.** Semoga setiap manfaat yang mereka dapatkan menjadi amal jariyah bagi kita



Sebelum tidur, bacakan kisah-kisah atau cerita inspiratif untuk anak-anak. Selain menghibur, **kegiatan ini juga dapat menanamkan nilai-nilai positif seperti kejujuran, keberanian, dan kasih sayang.**

Kisah parah nabi, sahabat atau tokoh muslim yang mampu memberikan inspirasi kebaikan bagi mereka.



MEMBANGUN MASA DEPAN BERSAMA

Liburan adalah waktu yang tepat untuk mempererat hubungan keluarga. Ajak anak-anak melakukan aktivitas yang mereka sukai, seperti bersepeda, atau mengunjungi tempat-tempat baru. Selain menyenangkan, **kegiatan bersama** juga dapat meningkatkan kreativitas dan keterampilan sosial anak. Berjalan di taman atau mengelilingi kompleks di pagi hari untuk mencari sarapan juga bisa menjadi momen menyenangkan baginya.



Ingatlah, **waktu yang berkualitas bersama anak akan menjadi momen yang bisa mereka kenang**. Dengan konsisten memberikan perhatian dan kasih sayang, Ayah akan membentuk ikatan batin yang kuat dengan anak-anak. Juga, semoga Allah kelak memudahkan hisab para Ayah di hari akhir atas amanah terbaik ini.

Karya ini dipersembahkan dalam ikhtiar membangun peradaban mulia, di mana Ayah adalah salah satu fondasi utamanya. **Berikan donasi terbaik anda agar kami terus dapat menghasilkan karya**, dana yang terkumpul akan diwakafkan lahan pendidikan untuk mewujudkan Sekolah Alam Indonesia Meruyung memiliki lahan sendiri

SCAN QRIS DISINI



ATAU TRANSFER MELALUI

Bank BSI

222 333 541 4

a.n Selaras Alam Karya Bersama

Saatnya Hadir untuk Mereka



Seiring berjalannya waktu, hari-hari kita terasa cepat berlalu. Terkadang, kita begitu disibukkan oleh pekerjaan, tanggung jawab, dan berbagai tuntutan hidup lainnya, sehingga tanpa sadar, ada momen-momen berharga yang terlewat. **Di balik tawa anak-anak kita, tersimpan harapan bahwa mereka dapat menemukan sosok pelindung, panutan, dan teman dalam diri kita.** Mereka tidak meminta kesempurnaan, tidak berharap kita selalu tahu segalanya, tetapi mereka mendambakan kehadiran—sosok seorang Ayah yang benar-benar ada untuk mereka.

Setiap detik yang kita habiskan bersama anak-anak kita adalah investasi terbaik yang bisa kita berikan. Kita mungkin tidak selalu punya jawaban untuk setiap pertanyaan mereka atau solusi untuk setiap masalah yang mereka hadapi, tetapi kebersamaan kita, tawa, cerita, dan pelukan hangat adalah hal yang akan mereka kenang sepanjang hidup. Anak-anak kita akan tumbuh dan membentuk dunia mereka, dan apa yang mereka bawa dari masa kecilnya adalah apa yang kita tanam hari ini. **Jangan biarkan hari-hari kita berlalu tanpa meninggalkan kenangan indah bagi mereka.**





Bayangkan suatu hari nanti, ketika mereka dewasa dan menghadapi tantangan mereka sendiri, **yang mereka ingat bukanlah hadiah-hadiah mahal atau pencapaian kita di dunia luar, tetapi momen-momen sederhana ketika Ayah hadir**—menemani mereka bermain, mendengarkan cerita mereka, dan mengajari hal-hal kecil tentang kehidupan. Hadir secara penuh adalah hadiah terindah yang bisa kita berikan kepada mereka, dan itu tidak bisa diukur dengan apapun.



Mungkin tidak mudah. Mungkin ada hari-hari ketika kita merasa lelah, saat waktu terasa terlalu singkat, atau bahkan saat kita merasa ragu apakah kita sudah **menjadi Ayah yang cukup baik**. Tapi percayalah, dengan berusaha hadir, mendengarkan, dan menjadi bagian dari kehidupan anak-anak kita, kita sudah memberikan modal kehidupan lebih dari yang mereka butuhkan.

Sekaranglah waktunya. Jangan tunggu besok, jangan menunggu kesempatan yang lebih baik. Mulailah dari hal kecil—menghabiskan waktu selama 24 jam penuh bersama mereka, mendengarkan cerita-cerita mereka, menikmati keajaiban dunia dari sudut pandang mereka. Sebab, hari ini adalah momen yang takkan pernah bisa kita ulang kembali.



Terima Kasih ayah
sudah mau jemput
sekolah

Jadilah Ayah yang selalu mereka harapkan. Kita tidak pernah tahu berapa lama kita akan memiliki kesempatan ini. Dan di masa depan, ketika mereka melihat ke belakang, mereka akan tahu bahwa dalam hidup mereka yang penuh warna, **Ayah selalu ada—sebagai sosok yang hadir, peduli, dan mencintai mereka dengan sepenuh hati.**

Mari, kita mulai perjalanan ini sekarang. Karena bagi anak-anak kita, **tidak ada yang lebih berharga daripada waktu yang kita berikan untuk mereka.**





Di penghujung hari yang penuh warna, luangkan waktu dalam keheningan malam, hadirkan diri di hadapan Sang Pencipta. Ungkapkan rasa syukur atas setiap momen yang telah dilalui bersama anak. Panjatkan doa yang tulus untuk kebaikan, kesehatan, dan kebahagiaan mereka di setiap langkah kehidupan mereka, agar setiap proses yang mereka lalui akan selalu dalam lindungan dan rahmat-Nya. Kehadiran sesederhana doa akan membentuk ikatan yang tak terputus antara kita dan anak-anak kita. Setiap doa yang kita panjatkan adalah sebuah pelukan hangat yang menyelimuti mereka, memberi mereka kekuatan dan semangat. Meskipun kita tidak selalu bisa ada di samping mereka, doa kita akan selalu menyertai langkah mereka.

FORM CHECKLIST KEGIATAN AYAH BERSAMA ANAK (24 JAM)

Nama Ayah :

Nama Anak :

Hari/Tanggal :



WAKTU	AKTIVITAS	PERAN KEHADIRAN AYAH	CHECKLIST
03.45 - 04.30	Sholat Tahajud & Doa Bersama	Bangunkan anak, sholat & berdoa bersama	☐
04.30 - 05.30	Sholat Subuh & Ngobrol Ringan	Sholat berjamaah dan ngobrol ringan	☐
05.30 - 06.30	Sarapan & Persiapan Anak Sekolah	Menyiapkan sarapan, menyemangati anak	☐
06.30 - 07.30	Quality Time Pagi (Bermain Ringan/Ngobrol)	Baca buku pendek, main sebentar, atau pelukan pagi	☐
07.30 - 08.00	Antar Anak ke Sekolah (jika memungkinkan)	Waktu singkat tapi bermakna untuk support anak	☐
08.00 - 12.00	Ayah Bekerja	Mengirim pesan semangat via chat/voice note/video singkat	☐
12.00 - 13.00	Istirahat Siang	Video call singkat atau kirim pesan perhatian	☐

WAKTU	AKTIVITAS	PERAN KEHADIRAN AYAH	CHECKLIST
13.00 – 17.00	Ayah Bekerja	Berkomitmen pulang tepat waktu jika bisa	☐
17.00 – 18.00	Pulang, Sholat Maghrib	Sambut anak, ajak sholat berjamaah	☐
18.00 – 19.00	Waktu Belajar/Mengaji Bersama Anak	Dampingi PR atau mengaji, tunjukkan ketertarikan	☐
19.00 – 20.00	Makan Malam Keluarga	Makan bersama sambil tanya kabar hari anak	☐
20.00 – 20.30	Sholat Isya & Doa Malam	Ajak refleksi, berdoa, evaluasi kecil bersama	☐
20.30 – 21.00	Quality Time Sebelum Tidur	Cerita pendek, pelukan, atau sesi ngobrol santai	☐
21.00 – 03.45	Tidur & Refleksi Pribadi	Menulis jurnal singkat atau evaluasi peran ayah hari itu	☐

CATATAN AYAH (REFLEKSI HARIAN) :

Tuliskan hal-hal yang dirasakan, pelajaran dari interaksi hari ini, dan rencana untuk membangun hubungan yang lebih dekat ke depannya.



INFO WAKAF LAHAN BARU SEKOLAH ALAM INDONESIA MERUYUNG

KLIK DISINI



Wakaf SAI Meruyung

Bersama kita wujudkan ruang belajar yang
lebih luas dan nyaman
untuk anak-anak Sekolah Alam Indonesia
Meruyung.

