

## MAKNA QUALITY TIME BERSAMA KELUARGA

Berbagai kegiatan mulai dari sekolah, kuliah hingga bekerja menjadi suatu rutinitas yang memang membuat waktu bersama keluarga menjadi berkurang. Oleh karena itu penting sekali untuk memiliki quality time di tengah kesibukan sehari-hari. Quality time adalah waktu bermakna yang kita habiskan dengan orang-orang yang kita sayangi. Quality time dengan keluarga sangat diperlukan di tengah kesibukan kita sehari-hari.

Inilah beberapa alasannya :

1. Keluargamu adalah orang-orang yang akan selalu ada disampingmu, tidak peduli bagaimana keadaanmu. Keluarga akan selalu menyayangimu apa adanya, baik kondisi sukses atau disaat kondisi terpurukmu. Mereka akan selalu peduli apapun keadaanmu.
2. Kamu bisa lebih positif dan bahagia jika sering menghabiskan waktu bersama keluarga. Keluarga bisa jadi inspirasimu. Dukungan dari mereka menjadi motivasimu untuk tidak menyerah dalam menghadapi permasalahan hidup.
3. Keluarga yang suka menghabiskan waktu bersama, akan semakin rukun dan harmonis. Salah satu kunci sukses sebuah keluarga adalah kebersamaan yang mereka jalani. Semakin banyak kenangan indah yang mereka buat, maka akan semakin kuatlah hubungan mereka.



Quality time bersama keluarga bisa dilakukan dengan pergi liburan di akhir pekan, jogging bersama di pagi hari, makan malam bersama, atau sekedar bercengkrama di ruang keluarga menikmati waktu santai. Agar moment bersama keluarga semakin menyenangkan, pastikan suasana saat berkumpul terasa begitu nyaman.

Dalam seminggu, usahakan untuk menetapkan satu untuk menghabiskan waktu bersama keluarga. Dalam sehari itu keluarga dapat berkumpul dan bertatap muka secara langsung. Sebenarnya quality time bersama keluarga tak selalu menguras dompet. Ada banyak aktivitas yang dapat dilakukan bersama keluarga tanpa harus keluar rumah. Misalnya movie marathon dengan cara nonton DVD di rumah (sambil ditemani semangkuk pop corn buatan sendiri, yummy!) atau berkemah di halaman belakang, bisa jadi kegiatan yang mengasyikkan.