



Modul Anakku Sehat dan Cerdas:

Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Parenting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh



Southeast Asian Ministers of Education Organization
Regional Centre for Food and Nutrition (SEAMEO RECFON)
2021

Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Parenting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh

Tim Penyusun:

Dr. Ir. Umi Fahmida, M.Sc

dr. Grace Wangge, PhD

Dr. Dra. Risatianti Kolopaking, M.Si, Psikolog

Indriya Laras Pramesti, M.Gizi

Roselynne Anggraini, M.Gizi

Dini Suciyanti, M.Gizi



**Southeast Asian Ministers of Education Organization
Regional Centre for Food and Nutrition (SEAMEO RECFON)
2021**

**Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui
Sesi Parenting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh**

Jakarta: SEAMEO RECFON, Kemdikbudristek, 2021. / Umi Fahmida, dkk

ii, 214 hlm; 21 x 29,7 cm

ISBN: 978-623-7759-59-1

ISBN: 978-623-7759-60-7 (PDF)

Tim Penyusun:

Dr. Umi Fahmida, MSc

dr. Grace Wangge, PhD

Dr. Dra. Risatianti Kolopaking, M.Si, Psikolog

Indriya Laras Pramesti, M.Gizi

Roselynne Anggraini, M.Gizi

Dini Suciyanti, M.Gizi

Desain Sampul dan Tata Letak:

Riqqo Rahman

Penerbit:

Southeast Asian Ministers of Education Organization Regional Centre for Food and Nutrition
(SEAMEO RECFON)

Bekerja sama dengan:

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, RI

Kementerian Kesehatan RI

Pusat Kajian Gizi Regional – Universitas Indonesia

*Southeast Asian Ministers of Education Organization Regional Centre for Early Childhood Care,
Education and Parenting (SEAMEO CECCEP)*

Redaksi:

Jalan Raya Utan Kayu No. 1A RT 001 RW 008, Kelurahan Utan Kayu Utara, Kecamatan Matraman,
Jakarta Timur 13120. Telp: +62-21 2211 6225, Fax: +62-21 2211 6456

Website: www.seameo-recfon.org

email: information@seameo-recfon.org

Cetakan pertama, 2021

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip dan memperbanyak karya tulis ini tanpa izi
tertulis dari pemegang hak cipta, sebagian atau seluruh dalam bentuk apapun, seperti cetak, fotokopi,
microfilm, dan rekaman suara.

Copyright @ 2021

Kata Pengantar

Saat ini, Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi kurang yang berdampak pada pembentukan kualitas sumber daya manusia (SDM). Beberapa faktor yang menyebabkan kekurangan gizi di antaranya adalah asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. Hal ini diperberat oleh pandemi COVID 19 di awal tahun 2020 yang menyebabkan situasi ekonomi memburuk di berbagai tingkatan sampai ke tingkat rumah tangga dan individu. Permasalahan gizi kurang pada anak dapat menjadi salah satu faktor penghambat suatu negara untuk berkompetisi dengan negara lain akibat terbatasnya sumber daya manusia yang kuat dan terampil. Upaya pemenuhan gizi merupakan salah satu upaya jangka panjang terbaik yang dapat dilakukan untuk generasi penerus bangsa dalam menciptakan sumber daya yang sehat dan cerdas.

Anak usia dini merupakan kelompok anak yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif (PAUD-HI) adalah upaya pengembangan anak usia dini yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan esensial anak yang beragam dan saling terkait secara simultan, sistematis, dan terintegrasi. Satuan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran yang strategis dalam pemberian pelayanan pendidikan dan pemenuhan gizi anak usia dini melalui metode pengajaran jarak jauh di masa pandemi. Bekal pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan stimulasi psikososial dan asuhan gizi yang baik yang dimiliki oleh pendidik PAUD, diharapkan dapat menjadi penunjang tercapainya gizi dan kesehatan anak yang lebih baik.

Sebagai pusat studi pangan dan gizi regional Asia Tenggara, *South East Asian Minister of Education Organization-Regional Center for Food and Nutrition (SEAMEO-RECFON)* bekerja sama dengan *SEAMEO-Center of Early Childhood Care, Education and Parenting (CECCEP)* dan *SEAMEO-Tropical Medicine (TROPMED)* Network menyusun **Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Parenting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh** sebagai pedoman bagi tenaga pendidik PAUD untuk peningkatan kompetensi pendidikan aspek kesehatan dan gizi. Modul ini adalah bagian Program “Anakku Sehat dan Cerdas” (*Early Childhood Care, Nutrition and Education*) yang berfokus pada anak usia dini. Program “Anakku Sehat dan Cerdas” merupakan implementasi terintegrasi komponen penting dari pengasuhan anak untuk mengoptimalkan pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif, sosial, dan emosional pada anak. Diharapkan, modul ini dapat memberikan kontribusi dalam penerapan PAUD Holistik Integratif (PAUD-HI) dengan metode pengajaran jarak jauh di Indonesia dalam rangka penguatan tumbuh kembang anak yang optimal.

Jakarta, November 2021



dr. Muchtaruddin Mansyur, PhD

Direktur SEAMEO RECFON

Kata Sambutan

Apresiasi yang setinggi-tingginya kami berikan kepada SEAMEO RECFON (*Regional Centre for Food and Nutrition*) dalam menyediakan bahan ajar/modul kesehatan dan pengasuhan anak usia dini sesuai dengan tugas dan fungsinya. Sejalan dengan Peraturan Presiden Nomor 60 Tahun 2013 dan Peraturan Presiden Nomor 21 Tahun 2021 bahwa aspek kesehatan, gizi, pengasuhan, dan pendidikan anak usia dini memegang peranan penting dalam mendukung pendidikan anak usia dini dan penurunan angka stunting di Indonesia.

Perubahan kondisi belajar yang disebabkan oleh Pandemi Covid-19, menuntut para pendidik di satuan PAUD untuk lebih kreatif dalam menyampaikan materi pengajaran kepada anak usia dini. Oleh karena itu, modul ini berisi materi pembelajaran yang dikemas dengan menggunakan metode pengajaran jarak jauh. Kami sangat berbahagia bahwa modul ini merupakan pengembangan dari modul “Anakku Sehat dan Cerdas” yang telah disusun pada tahun 2019. Kami berharap dengan diterbitkannya modul ini, para pendidik PAUD semakin terbantu dalam memastikan pengembangan anak usia dini secara holistik dan integratif terlaksana di satuan PAUD.

Isi modul ini sangat baik untuk dijadikan bahan referensi bagi guru dalam pelaksanaan kebijakan Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif. Modul ini didalamnya mencakup materi pengajaran dalam seri modul “Anakku Sehat dan Cerdas” yang disampaikan dengan menggunakan metode pengajaran jarak jauh. Selain itu, modul ini juga dilengkapi oleh buku panduan bagi orangtua saat kelas daring berlangsung.

Modul ini tentunya akan terus disempurnakan, oleh karena itu kami mengimbau agar para pendidik, orangtua, dan masyarakat luas dapat memberikan masukan kepada SEAMEO RECFON. Semoga selanjutnya akan dikembangkan lebih banyak lagi modul-modul sejenis untuk dapat melengkapi layanan pendidikan anak usia dini yang berkualitas, holistik, dan integratif.

Jakarta, November 2021



Dr. Santi Ambarrukmi, M.Ed.

Direktur Guru Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat

Daftar Isi

Kata Pengantar	1
Kata Sambutan	2
Daftar Isi	3
Petunjuk Umum Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ)	4
Cara Menggunakan Modul PJJ Anakku Sehat dan Cerdas bagi Pendidik PAUD	5
Persiapan Pelatihan	7
Cara Membuat <i>Whatsapp Group</i>	9
Cara Membatasi Chat di <i>Whatsapp Group</i>	11
Cara Mengirim <i>Voice Note</i>	12
Cara Menggunakan <i>Whatsapp Web</i>	13
Cara Menampilkan beragam tampilan teks pada chat	15
Modul 1: Apa itu Program Anakku Sehat dan Cerdas	16
Modul 2 : Pola Pengasuhan	20
Modul 3 : Memahami Tumbuh Kembang Anak Usia Dini	39
Modul 4 : Bermain Bersama Anak	79
Modul 5 : Memenuhi Gizi Anak yang Optimal	112
Modul 6 : Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan	148
Modul 7 : Tatalaksana Terpadu Balita Sakit	182
Modul 8 : Perlindungan, Keamanan, Keselamatan Anak	197
Referensi	214

Petunjuk Umum

Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ)

Anakku Sehat dan Cerdas bagi Pendidik PAUD

- Panjang setiap sesi hanya maksimum 25 menit
- *Voice Note* digunakan untuk menjelaskan suatu topik dengan panjang maksimal 2 menit per *Voice Note*
- Teks digunakan untuk memberikan pesan sederhana (dengan panjang max 300 kata per teks)
- Video digunakan untuk menjelaskan suatu topik, dengan panjang max 3 menit per video. Video akan tersedia di Youtube dan Folder yang bisa download guru
- Di akhir setiap sesi akan terdapat sesi evaluasi
 - o Dalam sesi ini akan dibahas soal-soal kuis per modul oleh guru sebagai bahan evaluasi guru dan orangtua (mandiri)
 - o Jawaban kuis hanya ada di buku Guru
- Penggunaan media sosial harus terfilter dengan baik, sehingga hanya digunakan sebagai bahan evaluasi.
- Setiap hasil kerja orangtua dan data-data yang diupload di media sosial dan *Whatsapp group* (WAG) harus mendapatkan ijin jika akan digunakan lebih lanjut, termasuk untuk kepentingan proses monitoring dan evaluasi.

Cara menggunakan Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas bagi Pendidik PAUD

Tujuan pelatihan:

Buku Pedoman PJJ Anakku Sehat dan Cerdas disusun untuk membantu para pendidik menyampaikan materi pengasuhan anak. Setelah pelatihan maka pendidik PAUD diharapkan dapat melakukan pendidikan pengasuhan bagi orang tua agar mampu memahami:

- (i) pola hubungan yang baik antara orang-tua dengan anak dalam proses pengasuhan
- (ii) pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai usianya
- (iii) pendekatan bermain dengan anak usia dini sebagai sarana belajar
- (iv) pemenuhan gizi anak yang optimal
- (v) perilaku kebersihan dan keamanan anak
- (vi) tatalaksana ketika anak sakit
- (vii) perlindungan, keamanan dan keselamatan anak

Siapa sasaran Peserta Pelatihan?

Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas ini dikembangkan untuk para orang tua yang memiliki anak usia dini berusia 0 hingga 6 tahun.

Siapa Pelatih Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas

Pelatih adalah para pendidik PAUD yang memiliki pengalaman minimal satu tahun dalam mengajar kelas PAUD dan sudah mengikuti pelatihan menggunakan Pedoman Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas.

Pendekatan Pengajaran

Modul ini menggunakan pendekatan pengajaran menggunakan aplikasi *WhatsApp* (WA) dalam menyampaikan informasi pada peserta melalui:

- **Presentasi** diberikan oleh pelatih untuk memberikan informasi mengenai pengetahuan dan prinsip-prinsip dasar dalam pengasuhan. Presentasi diberikan dalam bentuk *Voice Note* atau penulisan teks.
- **Studi kasus** berisi penjelasan tentang pengalaman-pengalaman nyata yang dapat digunakan untuk diskusi kelompok. Diberikan dalam bentuk teks atau gambar infographics.
- **Diskusi kelompok kecil** merupakan aktifitas yang dilakukan oleh peserta untuk berbagi pengalaman dan ide-ide penyelesaian masalah yang kemudian dipresentasikan pada kelompok yang lebih besar untuk didiskusikan bersama. Dilakukan dalam pembicaraan melalui penulisan teks atau mengirimkan foto aktifitas melalui *WhatsApp*.

Struktur Modul Pelatihan

Modul ini terdiri dari 9 modul, setiap unit terdiri dari beberapa topik. Setiap topik berisi tujuan dan aktifitas yang dapat dilakukan oleh peserta, seperti terlihat pada Tabel Silabus Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas.

Tabel 1. Silabus Modul Pengajaran Jarak Jauh (PJJ) Anakku Sehat dan Cerdas

SILABUS SERI MODUL ANAKKU SEHAT DAN CERDAS: PANDUAN BAGI PENDIDIK PAUD DALAM PENERAPAN KONSEP PAUD-HI MELALUI SESI PARENTING

Modul	Topik Pembelajaran	Jam Pembelajaran		
		Teori	Praktik	Total
Modul 1. Apa itu “Anakku Sehat dan Cerdas”?	Topik 1. Tumbuh Kembang Anak Usia Dini di Indonesia Topik 2. Kebijakan pengembangan anak usia dini holistik integratif (PAUD HI) Topik 3. Konsep program “Anakku Sehat dan Cerdas”	1 1 1		1 1 1
Modul 2. Pola Pengasuhan	Topik 1. Mengenal Diri Topik 2. Keluargaku Topik 3. Aku dan Si Kecil Topik 4. Harapanku	1 1 2 1	1 1 1 1	2 2 3 2
Modul 3. Memahami Tumbuh Kembang Anak Usia Dini (0-6 Tahun)	Topik 1. Konsep Tahapan Pertumbuhan Anak Usia Dini (0-6 tahun) Topik 2. Konsep Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini (0-6 tahun) Topik 3. Masa Bayi: Usia 0-1 tahun Topik 4. Masa Batita: Usia 1-3 tahun Topik 5. Masa Pra-sekolah: Usia 3-6 tahun Topik 6. Potret Si Kecil	2 2 2 2 2 1	2 1 1 1 1 1	4 2 3 3 3 2
Modul 4. Bermain Bersama Anak Usia Dini	Topik 1. Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain Topik 2. Bermain Bersama Anak: Usia 0-1 tahun Topik 3. Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun Topik 4. Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun Topik 5. Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa	3 2 2 2 1	1 1 1 1 1	4 3 3 3 2
Modul 5. Memenuhi Gizi Anak yang Optimal	Topik 1. Pengantar Gizi Seimbang Topik 2. Menemani Anak Makan Topik 3. Menyusun Belanja Makanan Topik 4. Catatan Harian Si Kecil: Pola Makan Topik 5. Memasak Makanan Padat Gizi	3 2 2 1 1		3 2 4 2 2
Modul 6. Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan	Topik 1. Cuci Tangan Pakai Sabun Topik 2. Cemaran Pada Makanan Topik 3. Memilih Makanan Yang Aman Topik 4. Makanan Yang Aman Bagi Anak Saat Terjadi Bencana	1 2 2 2	2 1 1 1	1 4 3 2
Modul 7. Tata laksana Terpadu Balita Sakit	Topik 1. Mewaspadai Penyakit Anemia Pada Anak Topik 2. Mewaspadai Diare Pada Anak Topik 3. Mewaspadai Demam dan Kejang Pada Anak	2 2 2	1 1 2	3 3 2
Modul 8. Perlindungan, Keamanan dan Keselamatan Anak	Topik 1. Perlindungan Anak Terhadap Kekerasan Fisik dan Psikis Topik 2. Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Anak Topik 3. Keterlibatan Ayah dalam Perlindungan Domestik Rumah Tangga	2 2 2	1 1 1	3 3 2
Modul 9. Penerapan dan Pemantauan Program “Anakku Sehat dan Cerdas” berbasis PAUD HI		3	3	6
		Total Jam		
		89		

Tips untuk Pelatih

- Membuat aturan sederhana diawal pelatihan yang perlu dipatuhi oleh peserta agar peserta dapat saling bekerjasama misalnya menetukan jam kedatangan, absensi kehadiran.
- Menciptakan situasi belajar yang menyenangkan sehingga semua peserta merasa terlibat dalam proses belajar.
- Menstimulasi peserta untuk bertanya agar menciptakan proses belajar yang “hidup” misalnya:
 - Menanyakan dengan pertanyaan terbuka: “coba ceritakan....”
 - Mendorong peserta saling memberi pendapat satu sama lain.
 - Menggali pendapat peserta: “coba jelaskan lebih lanjut..”
 - Memberikan komentar positif dari setiap pendapat yang disampaikan peserta (misalnya dengan memberi emoticon jempol)
- Mendorong peserta yang pendiam untuk bicara, beri pujian bila mereka memberikan pendapat untuk membangkitkan rasa percaya dirinya
- Memperhatikan waktu agar pelatihan dapat berjalan sesuai dengan waktu yang direncanakan

Persiapan Pelatihan

1. Sebelum memulai, pelatih diharapkan membaca kembali materi pelatihan dan menyiapkan materi yang diperlukan, serta mempelajari petunjuk penggunaan WhatsApp sebagai media belajar.
2. Pelajari latar belakang peserta sehingga pelatih mampu memberikan contoh-contoh yang sesuai dengan latar belakang pengalaman peserta.
3. Video pedoman persiapan terdapat di <https://youtube/cHhN5LWfR5o>

Petunjuk Penggunaan WhatsApp sebagai Media Belajar

Pada program “Anakku Sehat dan Cerdas”, aplikasi WhatsApp menjadi moda utama dalam penyampaian pembelajaran jarak jauh. Untuk itu pedoman ini bertujuan untuk membantu guru dalam penggunaan WhatsApp secara optimal pada sesi pembelajaran.

Cara menginstall aplikasi WhatsApp di Smartphone

1. Buka Google PlayStore bagi pengguna Android atau buka AppStore bagi pengguna iPhone, lalu ketik “WhatsApp” pada jendela pencarian.

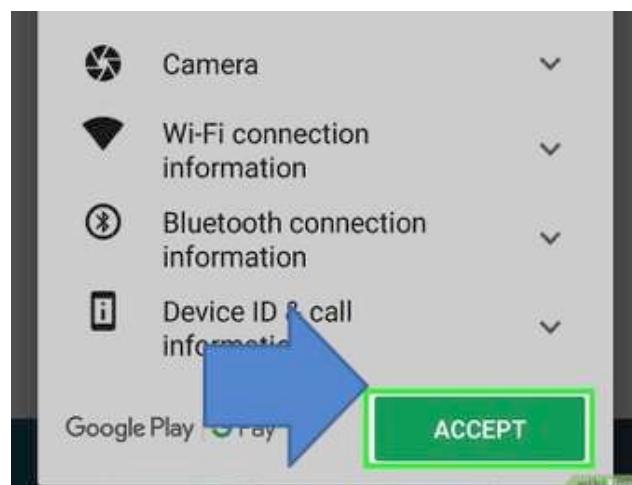


Playstore di Android



App Store di iPhone

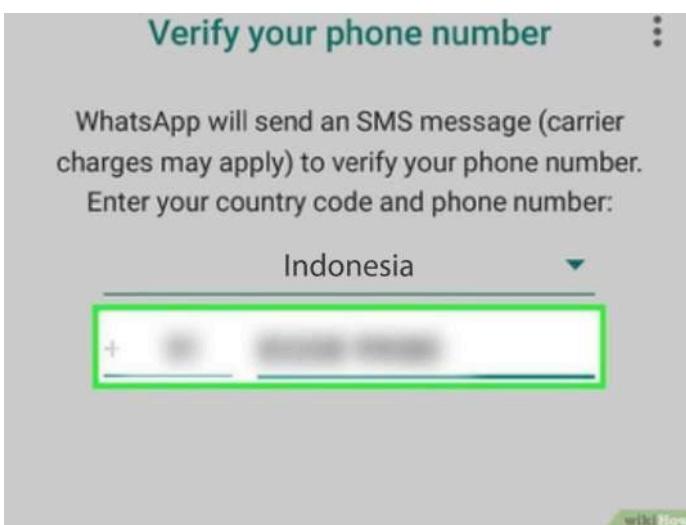
2. Sentuh opsi “WhatsApp Messenger”. Sentuh “Install”. Sentuh “Accept” saat diminta



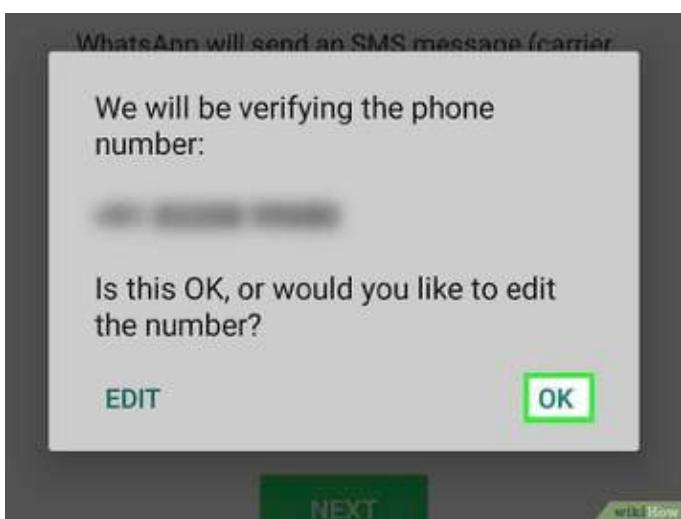
3. Tunggu hingga WhatsApp selesai diinstall, kemudian sentuh “Open”



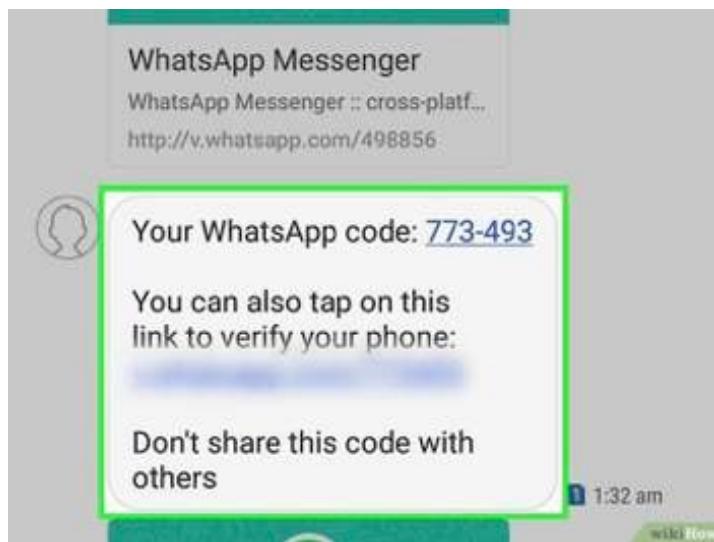
4. Sentuh “Agree and Continue”
5. Sesuaikan dengan negara “Indonesia” kemudian masukkan nomor HP



6. Pastikan nomor HP Anda benar, kemudian pilih “OK”
Jika Anda tidak memiliki nomor HP yang bisa menerima pesan singkat, sentuh “Call Me”. Setelah itu, Anda akan menerima panggilan telepon otomatis yang menyebutkan kode verifikasi.



7. Buka aplikasi pesan. Buka pesan baru berisikan *WhatsApp code*.



8. Salin *WhatsApp code* dengan benar ke aplikasi *WhatsApp*.
9. Ketik nama Anda dan unggah foto profil.
10. Sentuh “Next”. Saat ini *WhatsApp* sudah terpasang dan Anda bisa mulai menggunakannya

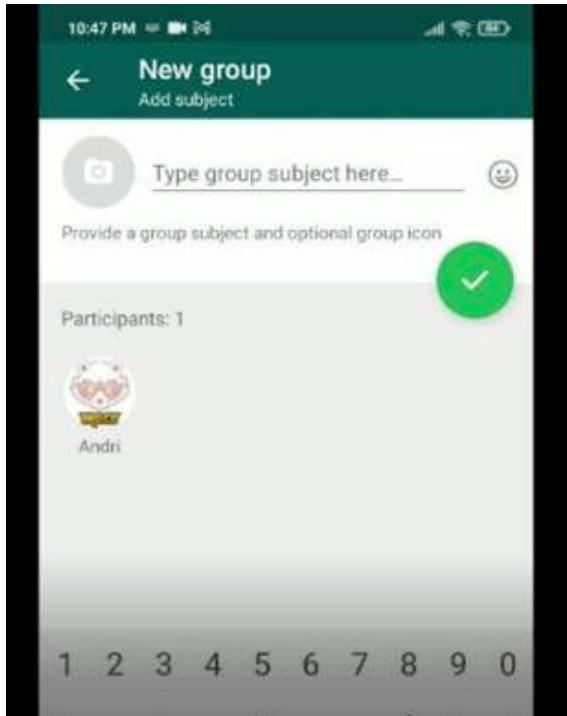
Cara Membuat *WhatsApp Group*

Dalam proses pembelajaran jarak jauh, dibutuhkan forum untuk guru berkomunikasi dan diskusi orangtua yang dapat disimak bersama-sama. Terkait ini, guru perlu membuat *WhatsApp Group* dengan langkah sebagai berikut:

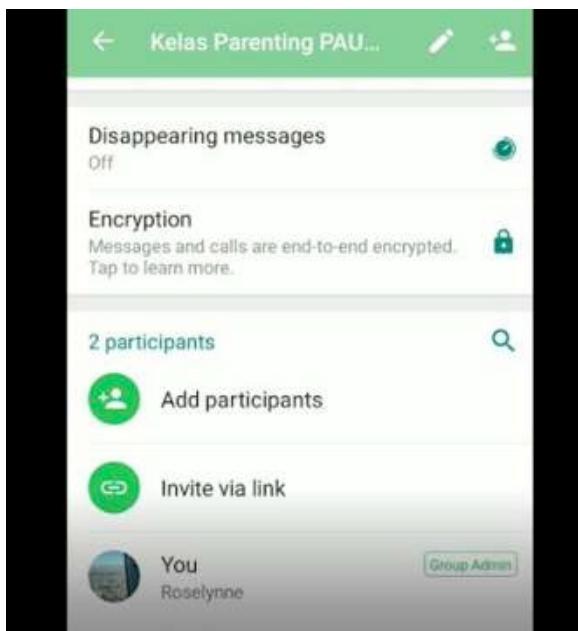
1. Buka aplikasi *WhatsApp* di HP, klik tanda titik tiga di pojok kanan atas, pilih “New Group”



2. Setelah muncul daftar kontak, pilih yang akan menjadi anggota grup, kemudian klik panah hijau. Sebagai pembuat *WhatsApp Group*, pastikan Anda telah menyimpan semua nomor *WhatsApp* anggota group.
3. Ketik nama *WhatsApp Group* yang mudah dikenali, kemudian klik tanda hijau.



4. Setelah *WhatsApp Group* terbentuk, klik kembali tanda titik tiga di pojok kanan atas, pilih "Group info". Pada tahap ini Anda dapat mengundang anggota lainnya dengan 2 cara:



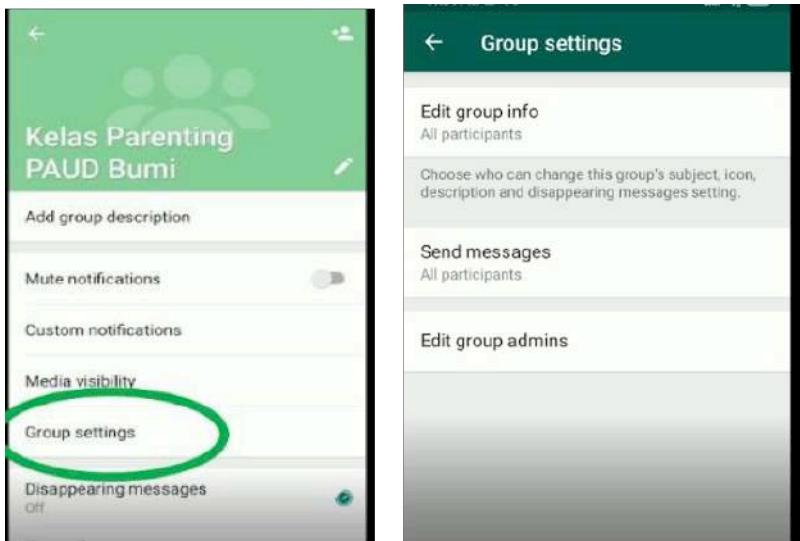
5. Memilih satu per satu kontak anggota, dengan klik "add participants"
6. Mengirimkan link *WhatsApp Group* pada anggota, dengan klik "invite via link"
7. Selesai, *WhatsApp Group* telah terbentuk. Pastikan anggota grup telah lengkap, untuk kemudian Anda dapat memulai komunikasi.

Cara membatasi chat di WhatsApp Group

Ketika guru memberikan soal / pertanyaan pemicu diskusi / rangkuman materi / informasi penting, diharapkan seluruh anggota grup dapat menyimak dengan baik. Namun, dengan aktifnya diskusi di *WhatsApp Group*, terkadang informasi penting dapat terlewat tertutup dengan chat terbaru sehingga tidak terbaca. Untuk mencegah hal ini, guru dapat merubah setting sebagai berikut:

1. Buka aplikasi *WhatsApp* di HP, klik tanda titik tiga di pojok kanan atas, pilih “Group info”
2. Klik “Group Settings”, kemudian pilih “send messages”.

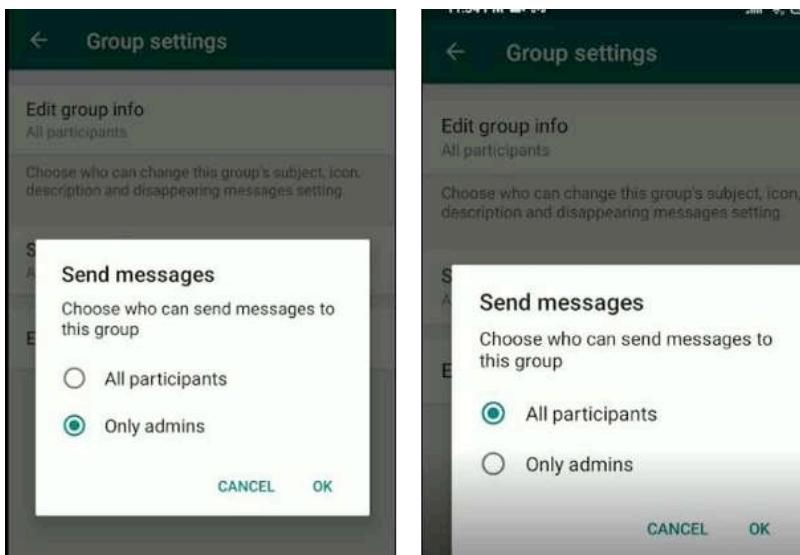
Pilihan ini hanya akan muncul jika Anda adalah pembuat grup atau admin.



3. Jika Anda memberikan soal / pertanyaan pemicu diskusi / rangkuman materi / informasi penting, maka pilih “only admins”.

Pada setting ini, hanya Anda yang dapat mengirim pesan. Setting ini dapat dipertahankan beberapa saat hingga seluruh anggota grup membaca pesan tersebut.

Perlu diingat, pada setting ini, anggota grup tidak dapat mengirim pesan/ chat.



4. Alihkan kembali ke setting “all participants” sehingga anggota grup dapat mengirim pesan/ chat dan memulai diskusi.

Cara mengirim Voice Note

Dalam penyampaian materi, pendidik PAUD disarankan menggunakan *voice note*, terutama untuk penyampaian yang panjang. *Voice note* akan memudahkan peserta untuk memahami teks yang panjang tanpa harus membaca. *Voice note* juga dapat digunakan oleh peserta saat sesi diskusi.

Berikut langkah-langkahnya:

1. Buka aplikasi *WhatsApp* di Android anda.
2. Buka *WhatsApp Group* yang akan dikirimkan *voice note*
3. Rekam *voice note* dengan tekan tombol *microphone* hijau di pojok kanan bawah
 - Tahan saat merekam suara
 - Geser ke kiri untuk batal
 - Lepaskan saat akan mengirim suara

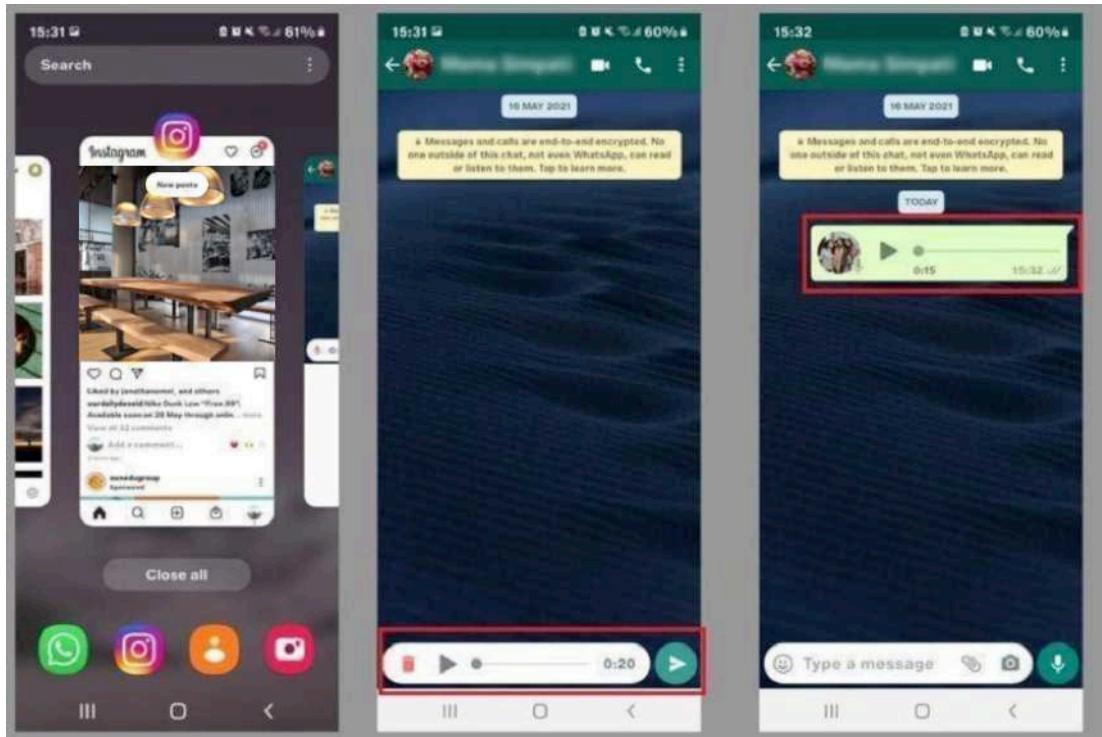


- Ketika akan mengirimkan rekaman yang cukup panjang, geser ke atas. Dengan fitur ini, Anda dapat merekam suara tanpa jari terus-menerus menekan tombol. Kemudian klik tombol hijau saat akan mengirim.

Pada penyampaian materi yang panjang, baiknya Anda cek kembali isi rekaman sebelum dikirimkan.

Cara *preview suara yang direkam* adalah:

- Klik tombol *microphone* hijau, geser ke atas
- Rekam suara
- Keluar atau tutup aplikasi
- Masuk kembali
- Tekan tombol Play untuk mereview suara
- Klik tombol hijau di kanan untuk kirim. Atau klik gambar tempat sampah di kiri jika batal.



Cara menggunakan WhatsApp Web

Kecilnya layar HP terkadang menyulitkan saat membaca dan menulis pesan di WhatsApp. Membuka aplikasi WhatsApp di melalui komputer / laptop akan mempermudah Anda saat penyampaian materi maupun menyimak diskusi anggota grup.

Berikut langkah-langkahnya:

1. Buka aplikasi web browser di komputer / laptop, dan cari “WhatsApp Web”

Apps Power Thesaurus Epicollect5 - updati...

Google whatsapp

All Videos News Images Shopping More Tools

About 2,340,000,000 results (0.49 seconds)

<https://www.whatsapp.com> ▾

WhatsApp

Simple. Secure. Reliable messaging. ... With WhatsApp, you'll get fast, simple, secure messaging and calling for free*, available on phones all over the world.

[Join WhatsApp](#) [Business App](#) [About WhatsApp](#) [Contact WhatsApp](#)

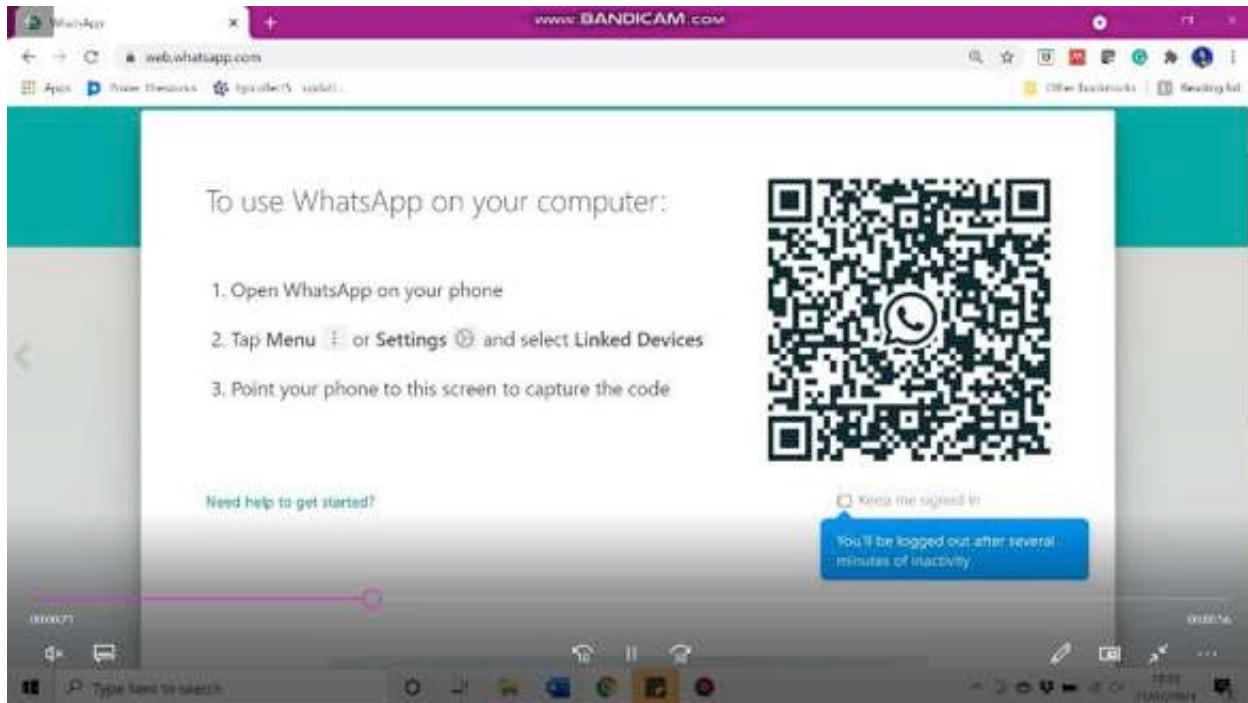
<https://web.whatsapp.com> ▾

WhatsApp Web

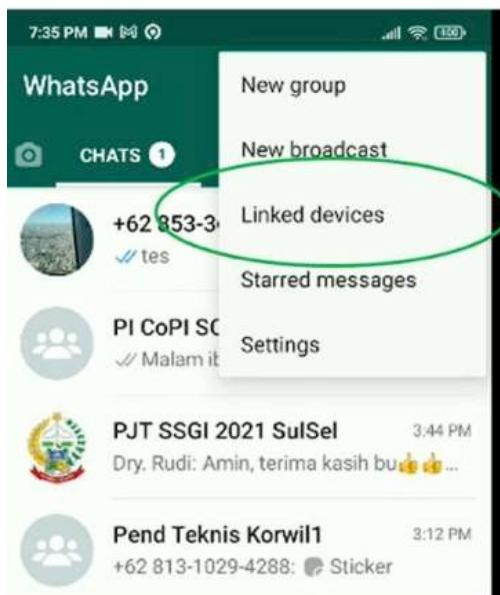
Quickly send and receive WhatsApp messages right from your computer.
You've visited this page many times. Last visit: 4/13/21

<https://www.whatsapp.com> > download ▾

2. Akan muncul QR code pada layer computer/ laptop



3. Buka aplikasi WhatsApp di HP Anda.



4. Klik tanda titik tiga di pojok kanan atas aplikasi WhatsApp di HP, pilih “Linked devices”
5. Pindai/ scan/ arahkan kamera HP ke kode QR code di komputer /laptop.
6. Selesai, Anda dapat mulai menggunakan WhatsApp di komputer/laptop.

Cara Menampilkan Beragam Tampilan Teks Pada Chat

Saat menuliskan pesan, Anda dapat merubah tampilan teks sehingga poin penting dapat lebih terbaca. Teks dapat dituliskan dengan **bold**, *miring*, dan lainnya, sebagai berikut:

Kata diapit dengan....	Menjadi..
pesan	pesan
pesan	<i>pesan</i>
~pesan~	<u>pesan</u>
pesan	<i>pesan</i>

Modul 1

Apa itu Program Anakku Sehat dan Cerdas?

Tumbuh Kembang Anak Usia Dini di Indonesia

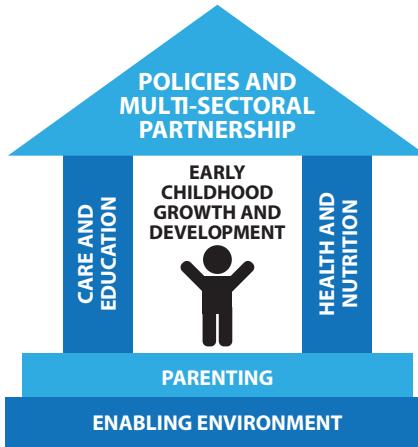
Tumbuh kembang anak usia dini (0-6 tahun) merupakan salah satu faktor penting penentu produktifitas suatu bangsa. Pada saat lahir, besar otak anak baru mencapai sekitar 25% otak dewasa. Saat beranjak dua tahun, besar otak mulai mencapai 70% otak dewasa dan pada usia lima tahun sudah mencapai 90% otak dewasa. Inilah salah satu alasan periode usia anak usia dini menjadi saat kritis untuk dipersiapkan pertumbuhan dan perkembangannya seoptimal mungkin. Pertumbuhan ditandai dengan pertambahan panjang/tinggi badan dan berat badan sesuai usia. Perkembangan meliputi proses perubahan perilaku, kecerdasan dan ketrampilan sosial-emosi. Asupan gizi yang seimbang, baik dari segi kuantitas maupun kualitas dan juga stimulasi psikososial berperan besar dalam membantu optimalisasi tumbuh kembang anak usia dini.

Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif (PAUD HI)

Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif (PAUD-HI) adalah upaya pengembangan anak usia dini yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan esensial anak yang beragam dan saling terkait secara simultan, sistematis, dan terintegrasi. PAUD-HI mencakup layanan pendidikan, kesehatan, gizi, perawatan, pengasuhan, perlindungan dan kesejahteraan menjadi kebijakan pengembangan anak usia dini dengan melibatkan pihak terkait baik instansi pemerintah, organisasi kemasyarakatan, organisasi profesi, tokoh masyarakat, dan orang tua. Dengan potensi PAUD yang strategis dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak usia dini, pengetahuan dan kompetensi pendidik PAUD yang meliputi pengetahuan gizi dan kesehatan, pendekatan pendidikan anak usia dini dan pola pengasuhan orang tua menjadi sangat penting.

Konsep “Anakku Sehat dan Cerdas”

Kerangka konsep Anakku Sehat dan Cerdas menyatukan lima komponen yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak dengan pendekatan terpadu. Komponen-komponen ini disusun dalam bentuk “rumah” yang mewakili keluarga, sekolah, atau komunitas tempat komponen-komponen ini beroperasi dan saling berinteraksi. Rumah berfungsi sebagai lingkungan pengasuhan bagi anak untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

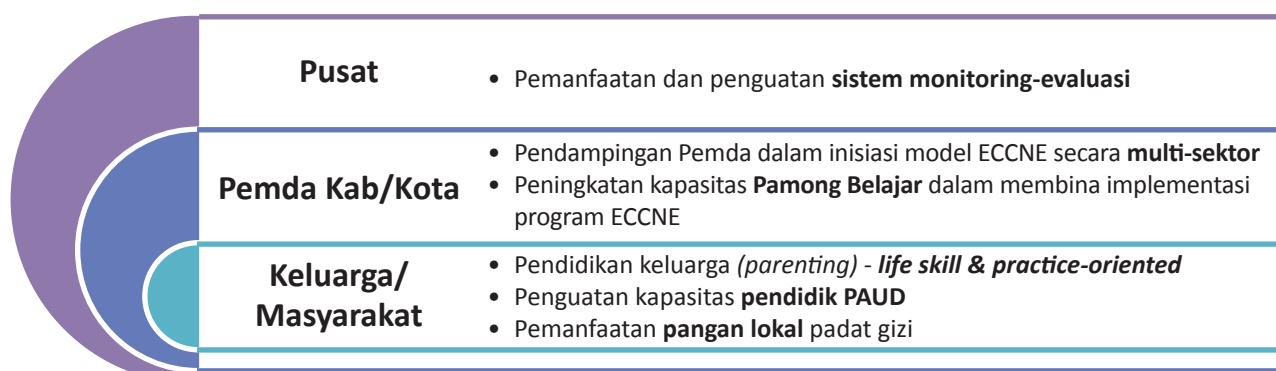


Gambar 1.1 Konsep Program Anakku Sehat dan Cerdas

Tabel 1.1 Penjelasan Komponen Konsep “Rumah” dalam Program Anakku Sehat dan Cerdas

Komponen	Anakku Sehat dan Cerdas	PAUD HI
Atap	Kebijakan dan kerjasama lintas sektor	
Fondasi	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Parenting</i> • Lingkungan yang mendukung 	Kesejahteraan dan perlindungan
Pilar	<ul style="list-style-type: none"> • Gizi dan kesehatan • Pendidikan dan pengasuhan 	<ul style="list-style-type: none"> • Kesehatan, gizi dan perawatan • Pendidikan • Pengasuhan

Strategi program Anakku Sehat dan Cerdas adalah optimalisasi sumber daya di keluarga dan masyarakat dengan penguatan sistem monitoring dan evaluasi. Dimulai dari keluarga dan masyarakat melalui peningkatan kapasitas pendidik PAUD agar mereka mampu melakukan bimbingan praktis (*practice-oriented*) pada keluarga anak didik pada kegiatan *parenting* berorientasi “*life skill*”. Kegiatan ini membangun keluarga yang tangguh. Orang tua mampu menghadapi permasalahan sehari-hari dalam keluarga terutama proses pengasuhan anak usia dini. Di sisi lain, potensi pangan lokal menjadi salah satu ciri khas strategi program Anakku Sehat dan Cerdas dimana Panduan Gizi Seimbang berbasis Pangan Lokal (PGS-PL) dengan permasalahan gizi setempat serta potensi pangan lokal padat gizi diharapkan dapat memperbaiki status gizi (kecukupan energi, protein, dan vitamin mineral) dengan lebih efektif. Pada tingkat pemerintah kabupaten/kota akan dilakukan peningkatan kapasitas stakeholder dalam membina dan memonitor implementasi program. Pemanfaatan dan penguatan sistem monitoring dan evaluasi pada tingkat pusat diharapkan terintegrasi dengan sistem untuk keberlanjutan program sehingga mencapai tujuan anak Indonesia yang sehat dan cerdas.



Berikut merupakan pihak-pihak yang berperan dalam terselenggaranya pengembangan anak usia dini yang holistik dan integratif:

Tabel 1.2. Peran Berbagai Pihak terkait Penyelenggaraan PAUD HI

No.	Unsur	Peran
1	Satuan PAUD	Penyelenggara layanan PAUD HI dengan bimbingan dan pengawasan instansi terkait.
2	Dinas Pendidikan	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; pelatihan, evaluasi dan pelaporan terkait layanan pendidikan di Satuan PAUD.
3	Dinas Kesehatan	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; pelatihan, evaluasi dan pelaporan terkait layanan kesehatan di dalam atau di luar Satuan PAUD yang meliputi: pemeriksaan kesehatan, gizi, imunisasi, pemberian vitamin kepada anak, dan penyuluhan kesehatan untuk orang tua.
4	Dinas Sosial	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; pelatihan, evaluasi dan pelaporan terkait layanan sosial di Satuan PAUD, meliputi: perlindungan, rehabilitasi untuk anak yang mengalami kasus kekerasan, atau penelantaran, dan penyuluhan kepada orang tua.
5	BKKBN	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; pelatihan, evaluasi dan pelaporan terkait layanan pengasuhan di Satuan PAUD, termasuk penyuluhan tentang pengasuhan kepada orang tua.
6	Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi, dan penyuluhan tentang hak anak memiliki identitas Akta Kelahiran kepada orang tua.
7	Badan Pemberdayaan Masyarakat	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; fasilitasi layanan PAUDHI dengan mengoptimalkan daya dukung yang ada di masyarakat.
8	Polres/Polsek	Melaksanakan pelayanan, bimbingan teknis, supervisi, advokasi; pelatihan, evaluasi dan pelaporan terkait layanan keamanan dan ketertiban di Satuan PAUD, termasuk penyuluhan tentang jaminan keamanan dan perlindungan hukum dari tindak penelantaran dan kekerasan terhadap anak di dalam keluarga.
9	Organisasi Mitra	Sebagai pendamping, pembina, dan mitra kerja Satuan PAUD dalam menyelenggarakan PAUD HI.
10	Posyandu	Melaksanakan pelayanan kesehatan dasar kepada anak usia dini yang mencakup penimbangan dan pengukuran tinggi badan serta pemberian vitamin A secara berkala
11	Tokoh masyarakat	Sebagai pendamping, pembina, dan mitra kerja Satuan PAUD dalam memberikan fasilitasi, advokasi, penyuluhan terkait dengan nilai dan budaya setempat yang sesuai dengan konten PAUD HI.
12	Orang tua	Mitra Satuan PAUD dalam melaksanakan PAUD HI di Satuan PAUD maupun di dalam lingkungan keluarganya.

Adapun untuk rencana implementasi, Pendidik PAUD dapat menggunakan tabel seperti **contoh** dibawah ini:

SESI PARENTING			SESI PENGUKURAN POSYANDU	SESI MONITORING
MODUL	Pemateri	Tanggal Sesi <i>Parenting</i>	Tanggal	Tanggal Pencatatan Mandiri Orangtua
Modul 1 Apa Itu Anakku Sehat Dan Cerdas?	Pendidik PAUD	8 Februari 2022	1 Februari 2022	8 Februari 2022
Modul 5. Memenuhi Gizi Anak yang Optimal	TPG			
Modul 5. Menyusun anggaran belanja dan praktik memasak	TPG, PKK	8 Maret 2022	1 Maret 2022	
Modul 3. Prinsip Tumbuh Kembang Anak Usia Dini (0-6 Tahun)	TPG & Bidan	8 April 2022	1 April 2022	8 April 2022
Modul 2. Pola Pengasuhan	Pendidik PAUD	8 Mei 2022	1 Mei 2022	
Modul 4. Bermain Bersama Anak	Pendidik PAUD			
Modul 7. Tatalaksana Terpadu Anak Sakit	Bidan & Dokter	8 Juni 2022	1 Juni 2022	
MODUL 6. Kebersihan Diri dan Keamanan Pangan untuk Anak	TPG	8 Juli 2022	1 Juli 2022	8 Juni 2022
Modul 8 - Pertolongan Pertama pada Kecelakaan Anak - Perlindungan Anak terhadap Kekerasan Fisik dan Psikis	Bidan, Dokter, KPPA, Dinsos/Polres	8 Agustus 2022	1 Agustus 2022	
- Keterlibatan Ayah dalam Perlindungan Domestik Rumah Tangga	BKKBN, tokoh agama	Saat sesi <i>parenting</i> dan saat pertemuan bapak	17 Agustus 2022	

Modul 2

Pola Pengasuhan

Sesi 1. Mengenal Diri

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan membimbing orang tua untuk mengenali kelebihan dan kelemahan diri sendiri.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Lembar evaluasi diri (Latihan 1.1 atau halaman 3 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran Sesi 1. Pendidikan PAUD menyampaikan perlunya orang tua mengenali potensi diri dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 2.1.1***
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG kelas akan membentuk WAG kelompok kecil yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.1**
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.2**
4. Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.3**
5. Pendidik PAUD menggunakan *Voice Note* dengan menggunakan petunjuk ***Voice Note 2.1.2*** yaitu meminta orangtua menuliskan 3 kelebihan dan 3 kelemahan diri menggunakan Lembar Evaluasi Diri (**Latihan 2.1**) dalam waktu 5 menit

6. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mendengar dan memahami isi **Voice Note**. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.4**
7. Setelah 5 menit, pendidik PAUD mengirim foto contoh isian lembar evaluasi dirinya yang telah disi. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.5**
8. Kemudian pendidik PAUD menuliskan pesan berikut. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.6a - 2.1.6c**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Isi Pesan berikutnya. Setelah semua orangtua menjawab. Beri tanda hati dan jempol
9. Pendidik PAUD menyimpulkan hasil evaluasi diri dan menjelaskan manfaat mengevaluasi kelemahan dan kelebihan diri seperti dalam **Voice Note 2.1.3 Pesan Kunci**
10. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui **Voice Note**. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.7**
11. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.1.8**

Voice Note 2.1.1: Mengapa Orang-tua perlu mengenali Potensi Dirinya?

Sebagai orang-tua, kita perlu mengenal kelebihan dan kelemahan diri kita sendiri. Kita perlu memahami kecenderungan diri kita dalam berpikir, berperasaan, dan berperilaku. Dengan memahami hal tersebut, maka kita sebagai orang tua dapat menghargai dirinya sendiri sehingga mampu mengetahui cara terbaik dalam menghadapi tuntutan tugas sehari-hari di lingkungan keluarga, terutama dalam mendidik anak.

Voice Note 2.1.2 Penjelasan kegiatan

Para orang tua yang berbahagia, dalam pertemuan kali ini kita akan melakukan kegiatan menilai diri sendiri. Caranya adalah dengan menilai kelebihan dan kelemahan diri kita. Cobalah kita merenung 3 kelebihan yang kita miliki dan 3 kelemahan yang kita miliki. Tuliskan dalam format lembar evaluasi diri yang ada pada buku orangtua. Silakan ibu mencari tempat yang tenang, tidak adakegiatan atau orang yang mengganggu. Gunakan waktu 5 menit untuk duduk merenung.

Voice Note 2.1.3 Pesan Kunci

Banyak orang merasa lebih mudah melihat kelemahan dirinya, tetapi sulit menilai kelebihannya. Ada yang tidak terbiasa untuk menilai kelebihan diri karena khawatir dinilai sombang, atau ada merasa memang tidak memiliki kelebihan. Padahal setiap orang terlahir memiliki keunikan dan kelebihan pada dirinya sekecil apapun bentuknya. Untuk itu, kenalilah diri kita dengan melihat dua sisi yaitu kelemahan dan kelebihannya. Dengan menyisihkan waktu untuk mengevaluasi dan memahami kekurangan diri dan juga kelebihan diri, maka kita akan tumbuh menjadi individu dapat lebih menghargai diri sendiri dengan segala kekurangan dan kelebihannya.

Apabila kita merasa berharga, maka kita akan bersemangat menghadapi tantangan tugas sehari-hari sebagai orang tua maupun permasalahan kehidupan.

Pesan teks 2.1.1

Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, dst. Selamat bergabung dengan kelompoknya.

Pesan teks 2.1.2

Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap, nama panggilan masing-masing, dan nama anak. Pendidik PAUD memberikan contoh; Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, bisa dipanggil Siti, ibu dari Dimas.

Pesan teks 2.1.3

Salam (sebutkan para orangtua), silakan mendengarkan penjelasan melalui *Voice Note* dibawah ini.

Pesan teks 2.1.4

Berikan jempolnya bila sudah mendengar dan memahami isi *Voice Note* ini.

Pesan teks 2.1.5

Berikut adalah lembar evaluasi saya. Silakan Anda mengirimkan foto lembar evaluasi yang telah diisi masing-masing.

Pesan teks 2.1.6

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut **1.6a** Apakah mudah menemukan kelebihan diri? Kenapa?

1.6b Apakah mudah menemukan kelemahan diri? Kenapa?

1.6c Apa manfaat kita mengenali kelemahan dan kelebihan diri?

Pesan teks 2.1.7

Silakan memberikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami Pesan Kunci dari Sesi 1. Mengenal diri.

Pesan teks 2.1.8

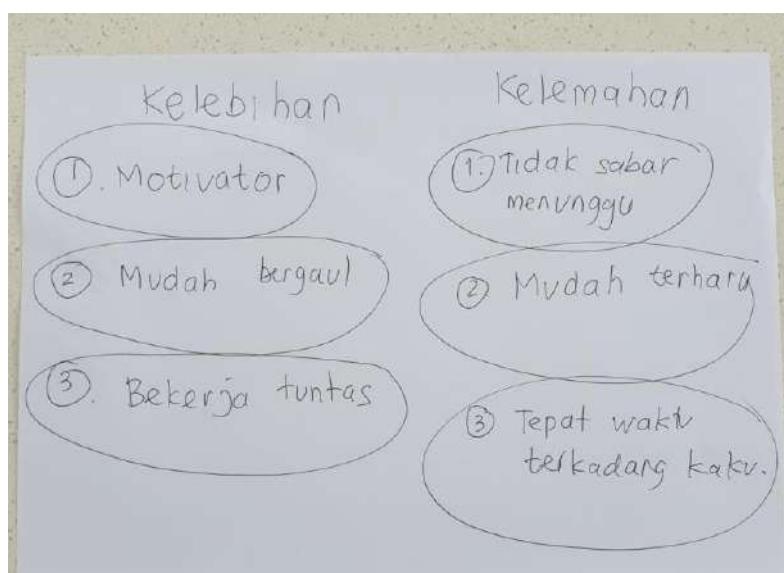
Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.



Latihan 2.1 Lembar Evaluasi Diri

Gambar Lembar evaluasi diri

(contoh) Pendidik memposting lembar evaluasinya.



Sesi 2. Keluargaku

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat:

1. Mengenali perannya dalam keluarga.
2. Mengenali dukungan dan hambatan dalam keluarga.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Lembar Evaluasi Keluarga (Latihan 2.2 atau halaman 4 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orang tua mengenali perannya dalam keluarga dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada **Voice Note 2.2.1**
2. Pendidik PAUD mengirimkan foto Lembar Evaluasi Keluarga (**Latihan 2.1**) dan meminta orangtua merujuk pada buku orangtua. Kemudian mintalah untuk menuliskan nama dirinya di lingkaran tengah dan menuliskan nama 6 orang terpenting dalam hidupnya di 6 lingkaran sekelilingnya. Penjelasan tahap ini disampaikan melalui *Voice Note* seperti pada **Voice Note 2.2.2**
3. Beri waktu 5 menit, kemudian pendidik PAUD mengirim foto contoh lembar evaluasi yang telah diisi nama pada 7 lingkarannya. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.1**
4. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah selesai melakukan tahapan tersebut. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.2**
5. Setelah semua orangtua memberikan jempol, berikan panduan langkah berikutnya. Sebelumnya, ubah setting WAG sehingga hanya Anda yang dapat mengirim chat agar pesan Anda dapat diikuti oleh seluruh orangtua
6. Langkah berikutnya adalah meminta orangtua memberikan panah antar lingkaran. Beri jeda waktu sekitar 2,5 menit untuk tiap langkah. Berikut pesan yang dituliskan oleh pendidik PAUD di WAG: Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.3a - 2.2.3d**. Catatan Pesan teks 2.3c dan 2.3d: Bisa lebih dari 1 orang. Dan jika nama tersebut tidak ada diantara 6 lingkaran yang ada, tambahkan pada lingkaran baru

7. Ubah kembali setting WAG sehingga seluruh orangtua dapat mengirim pesan, minta orangtua memberikan jempol bila ada lingkaran yang memiliki garis panah dua arah. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.4**
8. Minta orangtua menuliskan pada pada kotak kosong, nama-nama yang memiliki garis panah dua arah. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.5**
9. Pendidik PAUD menjelaskan peran keluarga, tetangga, dan orang-orang terdekat dalam kehidupan dalam menghadapi masalah sehari-hari. Pendidik PAUD dapat menggunakan **Voice Note 2.2.3 Pesan Kunci** dan **Uraian Materi** untuk memperkaya penjelasan.
10. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah memahami materi hari ini. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.6**
11. Ajak orangtua untuk dapat memfoto diri sambil memegang hasil lembar evaluasi nya dan share di WAG. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.2.7**
12. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih dan pesan sampai bertemu di sesi berikutnya.

Voice Note 2.2.1 Mengapa Perlu Mengenali Peran Diri Kita Sebagai Orang Tua dalam Keluarga?

Sebagai orang tua, kita perlu mengenali peran dan tanggung jawabnya baik dalam lingkungan keluarga inti, keluarga besar, tetangga, dan masyarakat sekitar, agar mampu membina hubungan timbal balik yang baik dengan orang disekitar kita.

Voice Note 2.2.2 Penjelasan Kegiatan

Jika pada pertemuan sebelum ya kita belajar mengenal diri, pada pertemuan kali ini kita akan belajar mengenal peran orang-orang di sekitar kita. Untuk itu, siapkan kertas dan bolpoin, kemudian buatlah 7 lingkaran seperti contoh foto berikut. Pada lingkaran tengah, tuliskan nama Anda. Pada lingkaran di sekitarnya, tuliskan nama 6 orang terpenting di kehidupan Anda.

Voice Note 2.2.3 Pesan Kunci

Dengan mengenali dan memahami lingkungan ekologi perkembangan anak, kita sebagai orang tua dapat mengenali dan memahami sumber dukungan yang dapat diperoleh dari lingkungannya dalam proses pengasuhan anak ataupun hambatan yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak kita.

Pesan teks 2.2.1

Berikut adalah lembar evaluasi saya. Silakan Anda melakukannya pada lembar evaluasi masing-masing.

Pesan teks 2.2.2

Berikan jempolnya bila telah selesai mengisi nama pada 7 lingkaran sesuai panduan di *Voice Note* ini.

Pesan teks 2.2.3a

Siapa yang paling menyayangi Anda? Tarik tanda panah ke arah lingkaran tengah.

Pesan teks 2.2.3b

Sebaliknya, siapa yang paling Anda sayangi? Tarik tanda panah dari tengah ke arah lingkaran tersebut.

Pesan teks 2.2.3c

Siapa saja yang membantu Anda bila memerlukan bantuan dalam kehidupan sehari-hari? Tarik tanda panah ke arah lingkaran tengah.

Pesan teks 2.2.3d

Sebaliknya, siapa saja yang sering Anda bantu dalam kehidupan sehari-hari? Tarik tanda panah dari tengah ke arah lingkaran tersebut.

Pesan teks 2.2.4

Berikan jempolnya bila ada lingkaran yang memiliki garis panah dua arah.

Pesan teks 2.2.5

Tuliskan nama-nama yang memiliki garis panah dua arah, merekalah orang-orang yang dapat Anda percaya akan memberikan dukungan timbal balik, saling memberi, dan menerima.

Pesan teks 2.2.6

Silakan memberikan jempolnya bila sudah memahami materi hari ini

Pesan teks 2.2.7

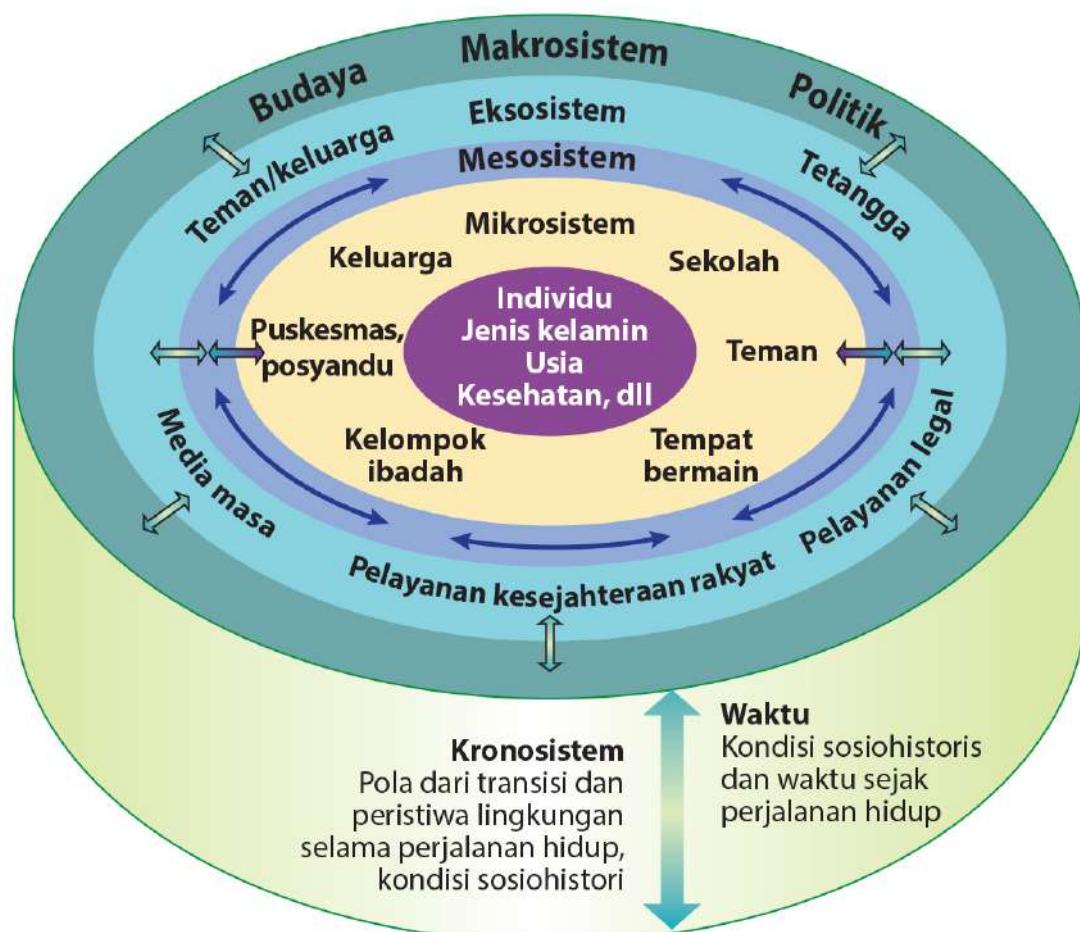
Untuk mengabadikan sesi yang menyenangkan hari ini, mari kita masing-masing berfoto dengan lembar evaluasi yang kita isi tadi dan yang berkenan dapat dibagikan di WAG

Uraian Materi Sesi 2.2

Teori Ekologi Perkembangan Anak

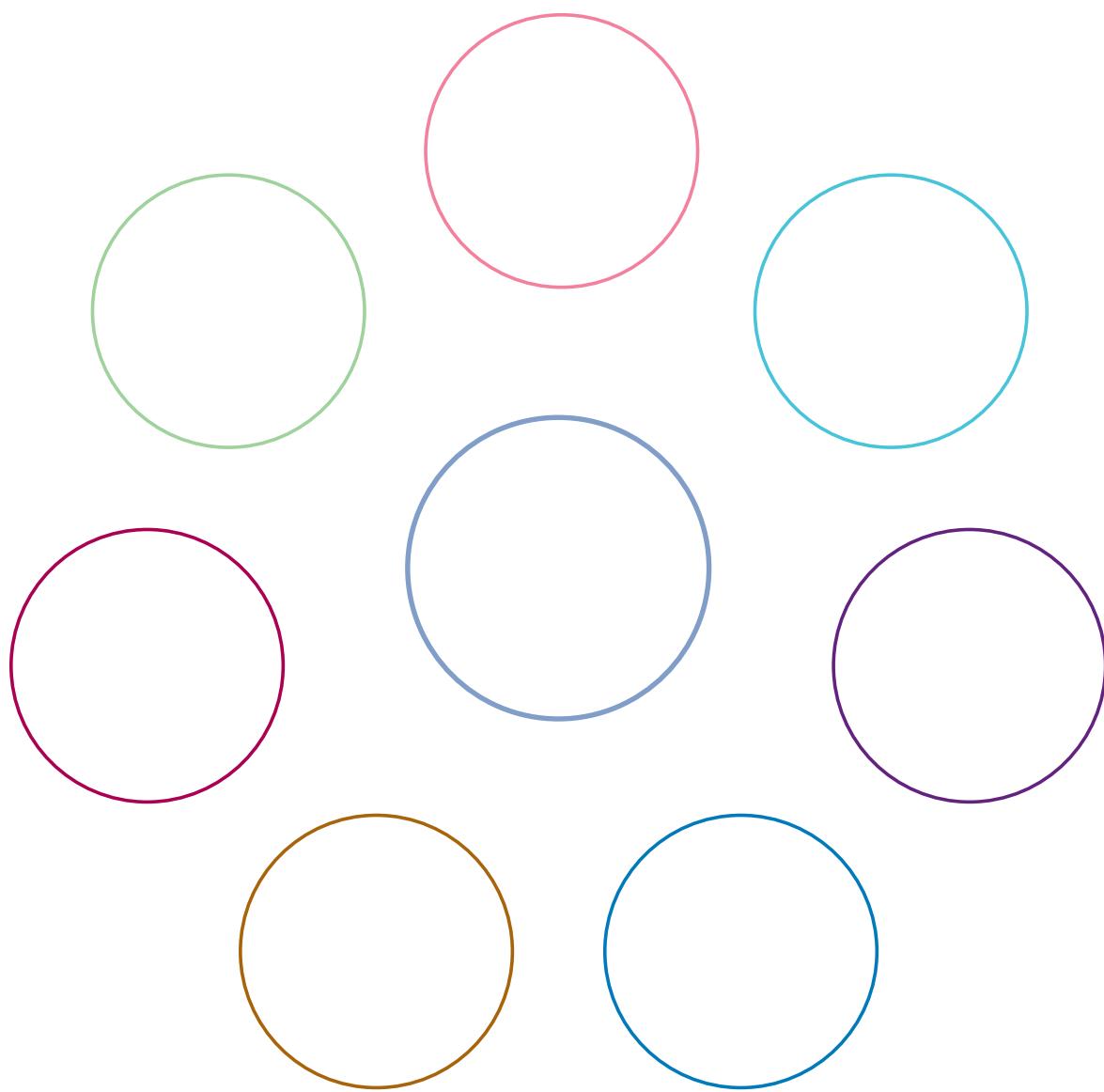
Berdasarkan "Teori Ekologi Perkembangan Anak" disebutkan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh 5 sistem lingkungan, dimulai dari hubungan antar individu (seperti ayah, ibu, dan kakak-adik) sampai ke pengaruh budaya yang lebih luas (seperti budaya dan situasi politik). Sistem-sistem tersebut antara lain:

1. Mikrosistem, yaitu lingkungan terdekat yang dihadapi anak sehari-hari seperti hubungan dengan keluarga, guru-guru sekolah, teman sebaya di tempat bermain dan kelompok ibadah, pusat kesehatan (puskesmas, posyandu).
2. Mesosistem, yaitu lingkungan yang menghubungkan antar lingkungan mikrosistem seperti hubungan antara lingkungan keluarga keluarga dengan lingkungan sekolah, keluarga yang mendukung pendidikan akan membuat anaknya berprestasi
3. Eksosistem, yaitu lingkungan kehidupan yang tidak langsung dialami oleh anak tetapi memengaruhi kehidupannya, misalnya lingkungan teman/keluarga, fasilitas pelayanan kesejahteraan sosial/masyarakat, media massa.
4. Makrosistem, yaitu lingkungan sosial, budaya, politik dan ekonomi tempat anak dibesarkan.
5. Kronosistem, adalah pola dari transisi dan peristiwa lingkungan selama perjalanan hidup, kondisi sosiohistori.



Gambar 2.1 Komponen dalam Konsep Lingkungan Ekologi Perkembangan Anak

Latihan 2.1 Lembar Evaluasi Keluarga



Catatan:

Tuliskan nama orang yang memiliki dua arah panah. Orang dengan dua arah panah ini adalah orang yang dapat Anda percaya akan memberikan dukungan timbal balik, saling memberi, dan menerima.

Sesi 3. Aku dan Si Kecil

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat:

1. Mengenali dan mengevaluasi pola kedekatan dengan anaknya.
2. Mengenali dukungan dan hambatan dalam pengasuhan anak usia dini.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 30 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Lembar Evaluasi Pola Pengasuhan Anak (Latihan 2.3 dan Tabel 2.3 atau halaman 5-6 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orang tua mengenali pola komunikasi dengan anak dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 2.3.1***
2. Pendidik PAUD meminta orangtua membuka Lembar Evaluasi Pengasuhan Anak pada buku orangtua (**Tabel 2.3.1**), menjelaskan cara pengisian, lalu meminta orangtua mengisi lembar evaluasi tersebut. Silahkan tuliskan **Pesan teks 2.3.1**
3. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah memahami cara pengisian lembar evaluasi tersebut. Jelaskan kembali jika ada pertanyaan dari orangtua. Silahkan tuliskan **Pesan teks 2.3.2**
4. Berikan waktu 1 hari untuk orangtua mengisi lembar evaluasi dan mengirimkan fotonya ke Anda melalui WA pribadi. Silahkan tuliskan **Pesan teks 2.3.3**
5. Pendidik PAUD menjumlahkan nilai hasil isian orangtua sesuai petunjuk pada (**Latihan 2.3.4**)
6. Sampaikan hasil nilai / gaya pengasuhan yang paling dominan kepada orangtua melalui pesan WA pribadi. Silahkan tuliskan **Pesan teks 1.3.4**
7. Ajak kembali orangtua untuk menyimak materi pada WAG kelas. Pendidik PAUD mengirimkan *Voice Note* berisikan informasi jenis pola pengasuhan pada **Latihan 2.3 poin 4** dan **Cara Komunikasi Pengasuhan yang Positif** menggunakan ***Voice Note 2.3.2 Pesan Kunci***

8. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk berdiskusi atau berbagi pengalaman di WAG kelompok, dengan pertanyaan pemicu sebagai berikut. Silahkan tuliskan **Pesan teks 2.3.5**
9. Kembali pada WAG kelas, pendidik PAUD merangkumkan peran orang tua dalam pengasuhan anaknya sesuai hasil diskusi di WAG kelompok
10. Tutup pertemuan dengan menulisakan ucapan terima kasih dan ucapan sampai bertemu di sesi berikutnya

Voice Note 2.3.1 Mengapa Perlu Mengenali Pola Komunikasi Orang Tua dengan Anak?

Dengan mengenali pola komunikasi dengan anak, maka kita sebagai orang tua akan mampu memahami karakteristik anak sesuai dengan tahapan usianya. Sehingga, orang tua dapat memberikan respon yang tepat dalam menghadapi kebutuhan anak agar mereka dapat berkembang optimal baik fisik, kecerdasan, dan emosinya.

Voice Note 2.3.2 Pesan Kunci Pengasuhan yang Positif

Pengasuhan positif adalah cara orang tua memahami dan memperlakukan anak sesuai dengan tahapan usianya dan kemampuannya, melakukan komunikasi dengan penuh kasih sayang, menegakkan disiplin yang konsisten sehingga anak dapat berkembang secara optimal baik fisik, kecerdasan, dan emosinya.

Lima cara berkomunikasi dengan anak:

- Mengamati: memahami dan memperhatikan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan serta emosi anak dari hari kehari.
- Memahami: mengenali tanda yang diberikan anak, misalnya kapan ia lapar atau kenyang atau kapan ia merasa sedih dan gembira.
- Menyapa: menyediakan waktu untuk mendengar jawaban, cerita, atau ungkapan perasaan; memuji bila anak melakukan kebaikan dan menegur bila anak melakukan kesalahan dengan memberikan kata-kata penyeluk dan penyemangat bukan kata-kata menghukum;
- Menyentuh: memberikan sentuhan sayang, misalnya membela atau memeluk.
- Melakukan: menemani anak untuk melakukan kegiatan bersama melalui kegiatan bermain.

Pesan teks 2.3.1

Pada sesi hari ini, kita akan mencoba memahami pola pengasuhan yang biasa kita lakukan. Untuk itu, mohon dapat membuka halaman 6. Renungkan pernyataan dalam tabel tersebut, berikan nilai yang paling mendekati tindakan Anda sehari-hari dengan skala 1 sampai 4. Skala 1 artinya tidak pernah dilakukan; 2 artinya jarang dilakukan; 3 artinya sering dilakukan; 4 artinya selalu dilakukan.

Pesan teks 2.3.2

Apakah ada yang belum dipahami? Silakan memberikan jempolnya bila sudah memahami cara pengisian lembar evaluasi tersebut.

Pesan teks 2.3.3

Jika semua telah memahami, mohon lembar evaluasi tersebut dapat diisi dan dikirimkan ke saya melalui WA pribadi. Hasil isian saya tunggu hingga besok pukul(disesuaikan)

Pesan teks 2.3.4

Berdasarkan hasil isian lembar evaluasi, maka gaya pengasuhan paling dominan yang diterapkan sehari-hari adalah (disesuaikan)

Pesan teks 2.3.5

Mari kita saling berbagi pengalaman terkait pengasuhan anak. Bapak Ibu dapat mengirimkan pendapat/ceritanya baik dengan chat maupun *Voice Note*.

- a. Bagaimana pola pengasuhan Anda?
- b. Apakah Anda bisa memahami anak, apa kesulitannya?
- c. Apakah anak Anda memahami keinginan Anda, apa anak sulit diatur?
- d. Apa yang harus Anda lakukan untuk berkomunikasi baik dengan anak?

Latihan 2.3 Lembar evaluasi pola pengasuhan anak

1. Cobalah renungkan pernyataan di bawah ini, berikan nilai yang paling mendekati tindakan Anda sehari-hari dengan skala 1 sampai 4.
2. Skala 1 artinya tidak pernah dilakukan; 2 artinya jarang dilakukan; 3 artinya sering dilakukan; 4 artinya selalu dilakukan.
3. Pindahkan angka penilaian pada kotak berwarna abu-abu.
4. Jumlahkan kolom A, B, C, D sesuai dengan angka pada kotak. Nilai yang terbesar menunjukkan gaya pengasuhan yang paling dominan.
 - A. **Memahami:** orang tua mampu memahami kebutuhan anak sesuai dengan perkembangan usianya, kemampuan serta kebutuhannya.
 - B. **Mengatur:** orang tua lebih mementingkan aturan atau harapannya saja, kurang mempedulikan kebutuhan anak.
 - C. **Memanjakan:** orang tua mengikuti keinginan anak sesuai dengan kebutuhannya tanpa memberikan arahan yang tepat.
 - D. **Membiarkan:** orang tua mengikuti keinginan anak tanpa memperhatikan kebutuhan yang diperlukan.

Tabel 2.3 Lembar Evaluasi Pengasuhan Anak

No	Pernyataan	Penilaian				A	B	C	D
		Tidak pernah	Jarang	Sering	Selalu				
1	Saya akan segera memberikan hukuman bila anak tidak mengikuti aturan yang saya buat.	1	2	3	4				
2	Saya memahami reaksi anak.	1	2	3	4				
3	Saya akan memenuhi apa saja keinginan anak.	1	2	3	4				
4	Anak saya sulit menyesuaikan diri dalam situasi baru.	1	2	3	4				
5	Saya akan menanyakan alasannya terlebih dahulu bila si kecil berbuat kesalahan.	1	2	3	4				
6	Bila saya menanyakan pendapat atau keadaaan, anak sering menjawab “tidak tahu”.	1	2	3	4				
7	Anak saya sulit dikendalikan bila ingin sesuatu.	1	2	3	4				
8	Saya bergantung pada pengasuh dalam merawat dan mengawasi anak.	1	2	3	4				
9	Saya membebaskan anak bertingkah laku sekehendak keinginannya.	1	2	3	4				
10	Saya sulit memahami keinginan anak.	1	2	3	4				
11	Saya mengawasi dan mengatur jadual harian anak (makan, tidur, belajar).	1	2	3	4				
12	Anak saya suka berbohong.	1	2	3	4				
13	Saya tidak punya cukup waktu untuk memantau kegiatan anak sehari-hari.	1	2	3	4				
14	Saya merasa mudah mengatur jadual anak saya.	1	2	3	4				
15	Saya akan membiarkan anak melakukan apa yang ia mau daripada ia menangis terus.	1	2	3	4				
16	Anak saya lebih senang memilih kegiatannya sendiri daripada saya temani.	1	2	3	4				
TOTAL									
							A	B	C
									D

Sesi 4. Harapanku

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat memahami interaksi diri dan lingkungan, serta menyusun tujuan dan arti kehidupan.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Lembar Evaluasi Harapanku (Latihan 2.4 atau buku orangtua halaman 8)**

Panduan Proses untuk Pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orang tua memiliki harapan dan tujuan hidup dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 2.4.1***
2. Pendidik PAUD mengirimkan foto Lembar Evaluasi Harapanku (latihan 2.4 atau Halaman 8 buku orangtua), kemudian meminta orangtua melihat pada buku orangtua. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.4.1**
3. Pendidik PAUD mendorong orangtua untuk menuliskan dan mengungkapkan seperti apa yang dirasakan. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.4.2**
4. Setelah 5 menit, pendidik PAUD mengirimkan *Voice Note* untuk menjelaskan pentingnya memiliki tujuan dan harapan hidup terhadap kesehatan jiwa orang tua (***Voice Note 2.4.2***)
5. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah selesai melakukan tahapan tersebut. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.4.3**
6. Ajak orangtua untuk saling berbagi terkait tujuan, harapan, dan kata mutiara mereka di WAG kelompok. Orangtua dapat mengirimkan pendapat atau ceritanya melalui *Voice Note*. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.4.4**

7. Kembali pada WAG kelas, pendidik PAUD menyampaikan “pesan kunci” dalam Sesi ini dengan **Voice Note** merujuk pada **Voice Note 2.4.3**
8. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah memahami materi hari ini. Silahkan menuliskan **Pesan teks 2.4.5**
9. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih dan pesan sampai jumpa di sesi berikutnya

Voice Note 2.4.1 Mengapa Perlu Memiliki Tujuan Hidup dan Harapan Hidup?

Dengan memiliki tujuan dan harapan hidup, maka kita sebagai orang tua dapat mengarahkan langkah-langkah kehidupan keluarga untuk mencapai apa yang diinginkan. Selain itu, kita akan memiliki banyak ide kreatif untuk menyelesaikan masalah dalam menghadapi tugas rutin sehari-hari bersama anak dan keluarga untuk mencapai kehidupan yang lebih baik di masa depan

Voice Note 2.4.2 Pentingnya memiliki tujuan dan harapan hidup

Pentingnya memiliki tujuan dan harapan hidup terhadap kesehatan jiwa orang tua. Kesehatan jiwa orang tua akan memengaruhi perkembangan anak dan kehidupan keluarga. Tujuan hidup akan mengarahkan kita untuk menjalani kehidupan menjadi lebih berarti. Harapan hidup akan mengarahkan usaha kita untuk mencapai apa yang kita inginkan melalui usaha keras dan tidak putus asa. Kata-kata mutiara kehidupan akan menjadi sumber inspirasi untuk menggapai cita-cita kita dan penyemangat diri bila mengalami masalah dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Tujuan dan harapan hidup akan memengaruhi kesehatan jiwa kita. Jiwa yang sehat akan membuat kita mampu menghadapi tantangan dan memiliki banyak ide kreatif untuk menyelesaikan masalah dalam tugas rutin sehari-hari bersama anak dan keluarga.

Voice Note 2.4.3 Pesan Kunci

Untuk mencapai harapan-harapan yang dituliskan, orang tua harus memiliki tujuan dan harapan hidup agar dapat menjalani kehidupan dengan tangguh, bahagia, dan sehat (jiwa dan raga) sehingga dapat mengoptimalkan perkembangan anak agar tumbuh sehat dan cerdas.

Untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, orang tua perlu memahami empat dukungan lingkungan yaitu: (1) pengasuhan yang tepat di lingkungan keluarga; (2) perawatan kesehatan dan asupan gizi optimal; (3) pendidikan melalui stimulasi kegiatan bermain; (4) perlindungan terhadap kekerasan fisik dan psikis; bahaya terhadap keselamatan dan resiko bahaya kecelakaan; serta kesejahteraan lingkungan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya.

Mari bersama-sama belajar mengenai tumbuh kembang anak, agar anak dapat tumbuh sehat dan cerdas seperti apa yang kita harapkan.



Pesan teks 2.4.1

Pada sesi hari ini kita akan menggali dan menuliskan harapan-harapan kita. Untuk itu, isilah lembar evaluasi harapanku pada buku orangtua Modul 2, halaman 8.

Pesan teks 2.4.2

Mari kita bayangkan 5 tahun dari sekarang. Kira-kira perubahan apa yang ingin kita lihat? Apa yang ingin kita capai? Lalu apa yang kita harapkan pada keluarga, anak, dan diri kita sendiri?

“aku berharap keluargaku....”

“aku berharap anakku....”

“aku berharap diriku....”

Tuliskan juga kata mutiara yang selalu menjadi pegangan atau sumber kekuatan dan semangat.

Pesan teks 2.4.3

Berikan jempolnya bila telah selesai mengisi semua harapan hingga kata mutiara.

Pesan teks 2.4.4

Melalui WAG kelompok, mari kita saling berbagi terkait tujuan, harapan, dan kata mutiara. Bapak Ibu dapat mengirimkan pendapat/ceritanya baik dengan chat maupun *Voice Note*.

Pesan teks 2.4.5

Silakan memberikan jempolnya bila sudah memahami materi hari ini.

Latihan 2.4 Lembar Evaluasi Harapanku

Tuliskan harapan Anda lima tahun kedepan.

Tujuan hidupku:

Harapan pada keluargaku:

Harapan pada anakku:

Harapan pada diriku:

Kata mutiara kehidupanku:

Evaluasi Materi

- 1. Orang tua yang mampu mengenal kelebihan dan kelemahan diri, maka ia mampu... .**
 - a. Memahami cara berpikir, berperasaan, dan berperilaku
 - b. Menghadapi tuntutan tugas sehari-hari
 - c. Menyelesaikan masalah sehari-hari
 - d. Semua jawaban benar
- 2. Apabila orang tua tidak mau berbagi cerita tentang kelemahan-kelemahan dirinya, sebagai pendidik PAUD... .**
 - a. Membatalkan orang tua melakukan kesibukannya sendiri
 - b. Mendorong orang tua untuk menceritakannya
 - c. Memberi kesempatan untuk mengamati orang lain mengekspresikan perasaannya
 - d. Menanyakan langsung alasan orang tua tidak mau menceritakannya
- 3. Mengetahui peran kita dalam keluarga akan membuat orang tua mampu... .**
 - a. Memperoleh bantuan dari lingkungan sekitarnya
 - b. Bergantung dari bantuan orang lain
 - c. Menyerahkan tanggung jawab pada orang lain
 - d. Semua jawaban benar
- 4. Pernyataan berikut merupakan cara komunikasi yang tepat antara orang tua dengan anak, kecuali... .**
 - a. Memerhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak secara rutin
 - b. Mengucapkan kata pujian untuk setiap perilaku anak
 - c. Meluangkan waktu untuk bercerita
 - d. Memeluk atau membela saat bersantai
- 5. Pengasuhan positif adalah cara pengasuhan yang... .**
 - a. Mendorong anak untuk berprestasi
 - b. Memahami anak sesuai tahapan usianya
 - c. Selalu memenuhi keinginan anak
 - d. Selalu memberi hadiah agar anak mengikuti keinginan orang tua
- 6. Pentingnya setiap orang tua memiliki tujuan dan harapan hidup adalah... .**
 - a. Membuat kehidupan orang tua menjadi lebih bermakna
 - b. Mengarahkan orang tua untuk berusaha keras mencapai keinginannya
 - c. Mengarahkan orang tua untuk memiliki banyak ide kreatif untuk menghadapi tantangan hidup
 - d. Semua jawaban benar

Kunci Jawaban : 1.D 2.C 3. D 4. B 5. B 6. D

Modul 3

Memahami Tumbuh Kembang Anak Usia Dini

Sesi 1. Konsep Tahapan Pertumbuhan Anak Usia Dini (0-6 tahun)

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan menjelaskan kepada orangtua mengenai tahapan pertumbuhan (berat badan dan panjang/tinggi badan) anak usia dini dengan menggunakan grafik pertumbuhan Kementerian Kesehatan yang diadopsi dari WHO.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note*, video, dan tulisan di *Whatsapp* (WA)
2. Latihan menentukan status gizi dengan grafik pertumbuhan melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- File hasil pengukuran berat badan dan panjang/tinggi badan anak usia dini, baik dari hasil pengukuran di Lembaga PAUD ataupun Posyandu (**disediakan PAUD/Posyandu**)
- Lembar grafik pertumbuhan Kementerian Kesehatan yang diadopsi dari WHO (berdasarkan jenis kelamin dan kelompok usia yang sesuai) (**di buku orangtua halaman 12-25**)

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi ini melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 3.1.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.1**)
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.2**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.3**).

4. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan file hasil pengukuran** berat badan dan panjang/tinggi badan yang sudah dilakukan baik di Lembaga PAUD ataupun Posyandu. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh dan memahami isi file.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file grafik pertumbuhan** kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.4**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan file.
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menjelaskan cara mengartikan hasil pengukuran berat badan dan panjang/tinggi badan kepada orangtua dengan menggunakan grafik pertumbuhan melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 3.1.2 Penjelasan hasil pengukuran**).
7. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 3.1.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan pesan teks berikutnya.
8. Pendidik PAUD menyimpulkan beberapa hasil status gizi balita PAUD dan menjelaskan manfaat materi kali ini melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 3.1.3 Pesan Kunci**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.6**).
10. Pendidik PAUD meminta orangtua untuk mencatatkan tinggi dan berat badan anaknya sesuai catatan yang dimiliki pada **Catatan Harian Si Kecil: Tinggi dan berat badan** (halaman 11 buku orangtua). Mintalah orangtua untuk mengirimkan foto catatan yang telah terisi pada WA pribadi pendidik PAUD.
11. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.1.7**).

Voice Note 3.1.1: Mengapa Kita Perlu Memahami Tahapan Pertumbuhan Anak?

Dengan memahami tahapan pertumbuhan anak dan memonitor secara berkala, maka gangguan pertumbuhan anak dapat dideteksi lebih awal dan dapat dicegah dampak lebih lanjutnya. Tahapan pertumbuhan yang akan dibahas dalam topik ini adalah pertumbuhan **berat badan (BB)** dan **panjang/tinggi badan (PB/TB)** untuk anak usia 0-6 tahun.

Pertumbuhan anak usia dini, khususnya berat badan dan tinggi badan, sangat penting untuk dipantau melalui pengukuran rutin setiap bulan dan penentuan status gizi menggunakan grafik/kurva pertumbuhan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan RI. Hal ini dilakukan sebagai upaya pencegahan stunting.

Voice Note 3.1.2 Penjelasan hasil pengukuran

Anak yang tumbuh sehat ditandai dengan berat badan bertambah seiring usia dan demikian juga tinggi badannya. Kalau berat badan atau tinggi badannya tidak bertambah seiring usia, berarti ada masalah. Bisa makannya yang kurang seimbang gizinya atau anak mengalami penyakit, sehingga gizi dari makanan yang dimakan anak digunakan untuk melawan penyakit, bukan pertumbuhan. Atau bisa juga gizi terbuang percuma gara-gara diare. Nah, sekarang kita akan belajar cara mengukur status gizi anak.

Status gizi dapat ditentukan dengan membandingkan hasil pengukuran dengan rujukan grafik pertumbuhan anak. Perlu diingat bahwa setiap grafik pertumbuhan dibedakan berdasarkan jenis kelamin (grafik biru untuk anak laki-laki dan grafik merah muda untuk anak perempuan) dan usia (informasi usia berada di bawah judul grafik pertumbuhan). Penentuan status gizi dilakukan dengan melihat rujukan grafik pertumbuhan dengan cara:

- melihat nilai z-score yang ada dalam grafik berdasarkan hasil pengukuran,
- melihat warna garis yang terdapat dalam grafik pertumbuhan berdasarkan hasil pengukuran (normal jika posisi hasil ukur berada diatas garis warna merah).

Status gizi pendek/normal/tinggi dapat merujuk pada **grafik pertumbuhan PB menurut Usia** (pada anak usia < 2 tahun) **dan TB menurut Usia** (pada anak usia > 2 tahun).

Untuk anak usia 0-5 tahun, status gizi kurus/normal/gemuk dapat merujuk pada **grafik pertumbuhan BB menurut PB** (pada anak usia < 2 tahun) **dan BB menurut TB** (pada anak usia > 2 tahun). Kategori status gizi dilihat berdasarkan nilai z-score dari titik pertemuan BB (dalam kg) dengan PB/TB (dalam cm).

Sedangkan untuk anak usia 5-6 tahun, status gizi kurus/normal/gemuk/obesitas merujuk pada **grafik pertumbuhan Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut Usia**. Kategori status gizi dilihat berdasarkan nilai z-score dari titik pertemuan IMT (dalam kg/m²) dengan Usia (dalam komplit bulan dan tahun).

Voice Note 3.1.3 Pesan kunci

Cara memantau pertumbuhan anak:

1. Timbang berat badan anak setiap bulan menggunakan timbangan berat badan yang sudah dikalibrasi.
2. Ukur tinggi badan anak setiap bulan menggunakan alat ukur tinggi badan (mikrotoa).
3. Bandingkan berat badan berdasarkan umur, berat badan berdasarkan tinggi badan, indeks massa tubuh berdasarkan umur, dan tinggi badan berdasarkan umur anak pada grafik pertumbuhan anak yang ada pada lampiran buku ini.
4. Pastikan posisi berat badan berdasarkan umur, berat badan berdasarkan tinggi badan, indeks massa tubuh berdasarkan umur, dan tinggi badan berdasarkan umur berada pada garis yang tepat sesuai hasil pengukuran.
5. Pertumbuhan anak yang dinyatakan baik dapat dilihat dari posisi hasil pengukuran pada kurva pertumbuhan yang berada diantara garis warna hijau. Gunakan kurva pertumbuhan sesuai dengan jenis kelamin dan kelompok usia anak.
6. Jika hasil pengukuran menunjukkan adanya tidak sesuai dengan garis pertumbuhan, lakukan konsultasi dengan petugas kesehatan.

 **Pesan teks 3.1.1**

Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 3.1.2**

Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 3.1.3**

Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 3.1.4**

Ini adalah grafik pertumbuhan anak.

 **Pesan teks 3.1.5**

Apakah status gizi dari anak Bapak/ibu?

 **Pesan teks 3.1.6**

Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note Pesan Kunci* dari Sesi 1: Konsep Tahapan Pertumbuhan Anak Usia Dini (0-6 tahun).

 **Pesan teks 3.1.7**

Terima kasih pada(sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di Sesi berikutnya.

Catatan Harian Si Kecil: Berat badan dan Tinggi badan

Nama	:
Jenis kelamin	<input type="checkbox"/> Laki-laki <input type="checkbox"/> Perempuan
Tanggal lahir	:
Usia	: _____ tahun _____ bulan
Diukur oleh	<input type="checkbox"/> Mandiri oleh orangtua <input type="checkbox"/> Pendidik PAUD <input type="checkbox"/> Tenaga kesehatan
Tanggal pengukuran	:
Tinggi badan	: _____, _____ cm
Berat badan	: _____, _____ kg

Berikut penjelasan interpretasi grafik pertumbuhan untuk status gizi kurus/normal/gemuk dan pendek/tinggi pada anak:

1. Status gizi: kurus/normal/gemuk

Untuk anak usia 0-5 tahun, status gizi kurus/normal/gemuk dapat merujuk pada **grafik pertumbuhan BB menurut PB dan BB menurut TB**. Kategori status gizi dilihat berdasarkan nilai z-score dari titik pertemuan BB (dalam kg) dengan PB/TB (dalam cm):

< -3 SD	Sangat kurus
-3 SD sampai dengan <-2 SD	Kurus
-2 SD sampai dengan 2 SD	Normal
> 2 SD	Gemuk

Rujukan grafik pertumbuhan BB/PB dan BB/TB dapat dilihat pada **grafik 3.1.1 – 3.1.4** (Kemenkes, 2016).

Sedangkan untuk anak usia 5-6 tahun, status gizi kurus/normal/gemuk/ obesitas merujuk pada **grafik pertumbuhan Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut Usia**. Kategori status gizi dilihat berdasarkan nilai z-score dari titik pertemuan IMT (dalam kg/m²) dengan Usia (dalam komplit bulan dan tahun):

< -3 SD	Sangat kurus
-3 SD sampai dengan <-2 SD	Kurus
-2 SD sampai dengan 1 SD	Normal
> 1 SD sampai dengan 2 SD	Gemuk
> 2 SD	Obesitas

Rujukan grafik pertumbuhan IMT/U dapat dilihat pada **grafik 3.1.5 - 3.1.6** (Kemenkes, 2016).

Untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat menggunakan rumus berikut:

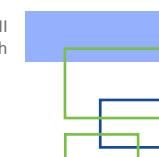
$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

2. Status gizi: pendek/tinggi

Status gizi pendek/normal/tinggi dapat merujuk pada **grafik pertumbuhan PB menurut Usia** (pada anak usia < 2 tahun) **dan TB menurut Usia** (pada anak usia > 2 tahun). Kategori status gizi dilihat berdasarkan nilai z-score dari titik pertemuan PB atau TB (dalam cm) dengan Usia (dalam komplit bulan dan tahun):

< -3 SD	Sangat kurus
-3 SD sampai dengan <-2 SD	Pendek
-2 SD sampai dengan 2 SD	Normal
> 2 SD	Tinggi

Rujukan grafik pertumbuhan PB/U dan TB/U dapat dilihat pada **grafik 3.1.7 – 3.1.12** (Kemenkes, 2016).

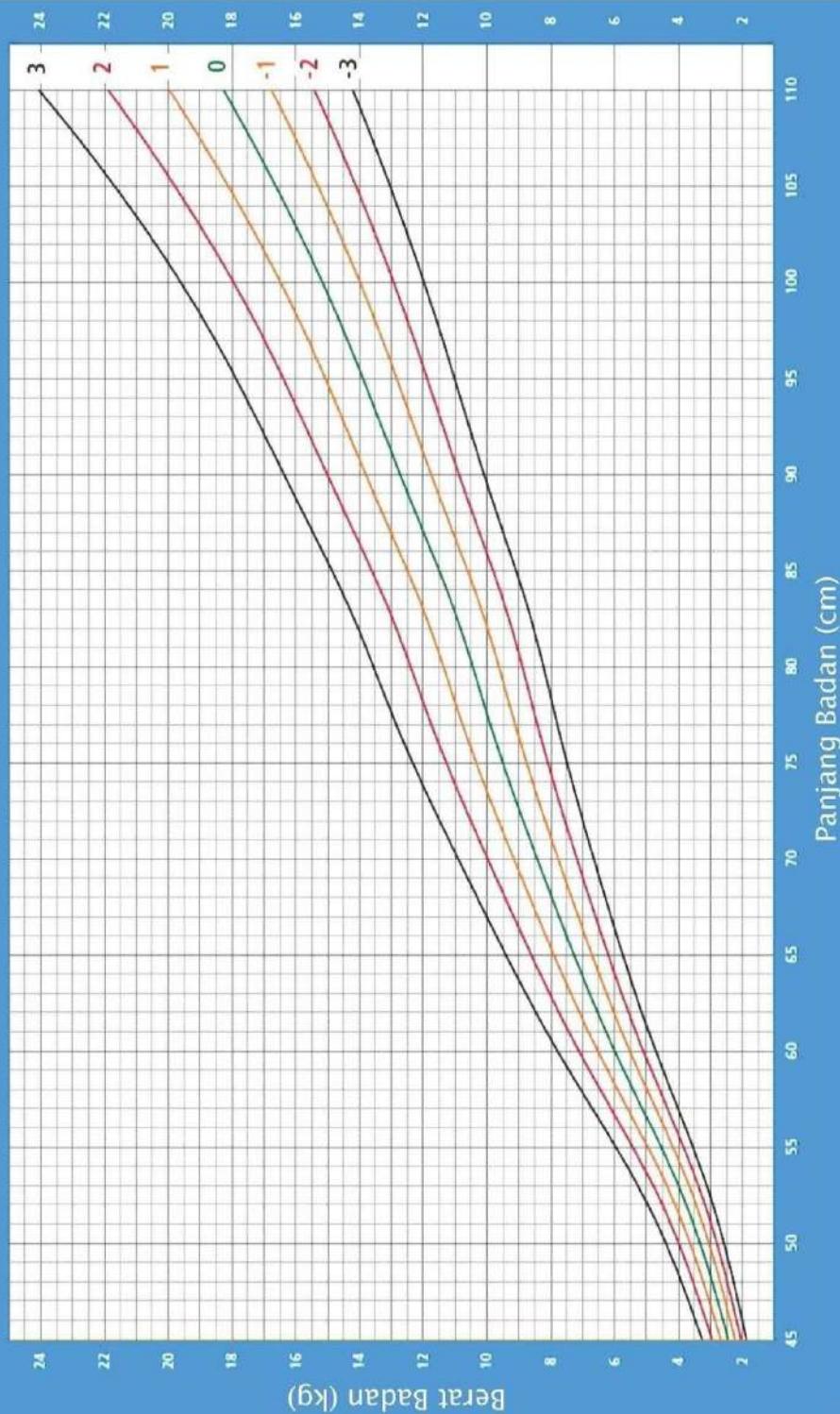


File grafik pertumbuhan

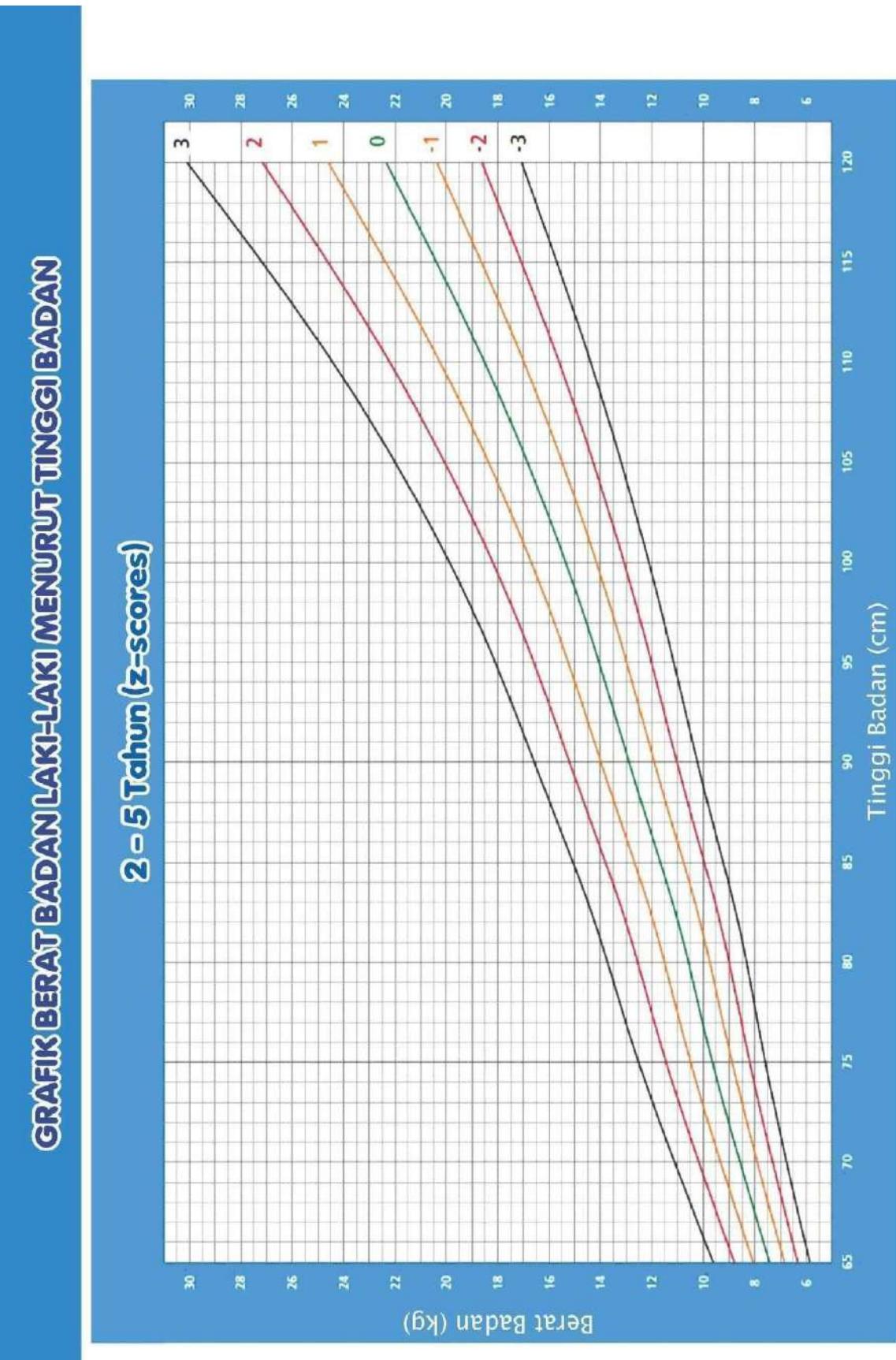
Grafik 3.1.1 Pertumbuhan BB menurut PB untuk anak laki-laki usia 0-2 tahun

GRAFIK BERAT BADAN LAKI-LAKI MENURUT PANJANG BADAN

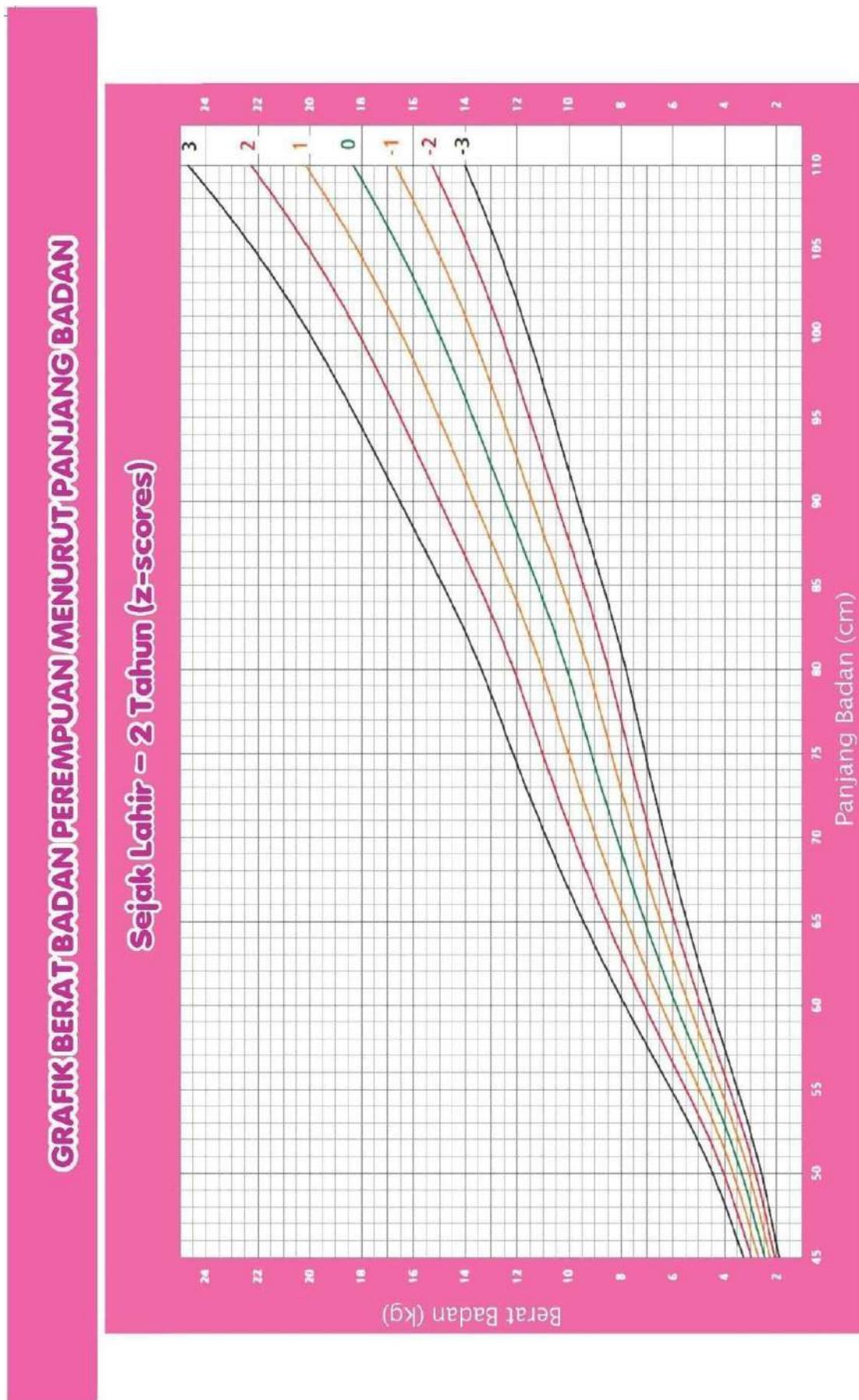
Sejak Lahir – 2 Tahun (z-scores)



Grafik 3.1.2 Pertumbuhan BB menurut TB untuk anak laki-laki usia 2-5 tahun



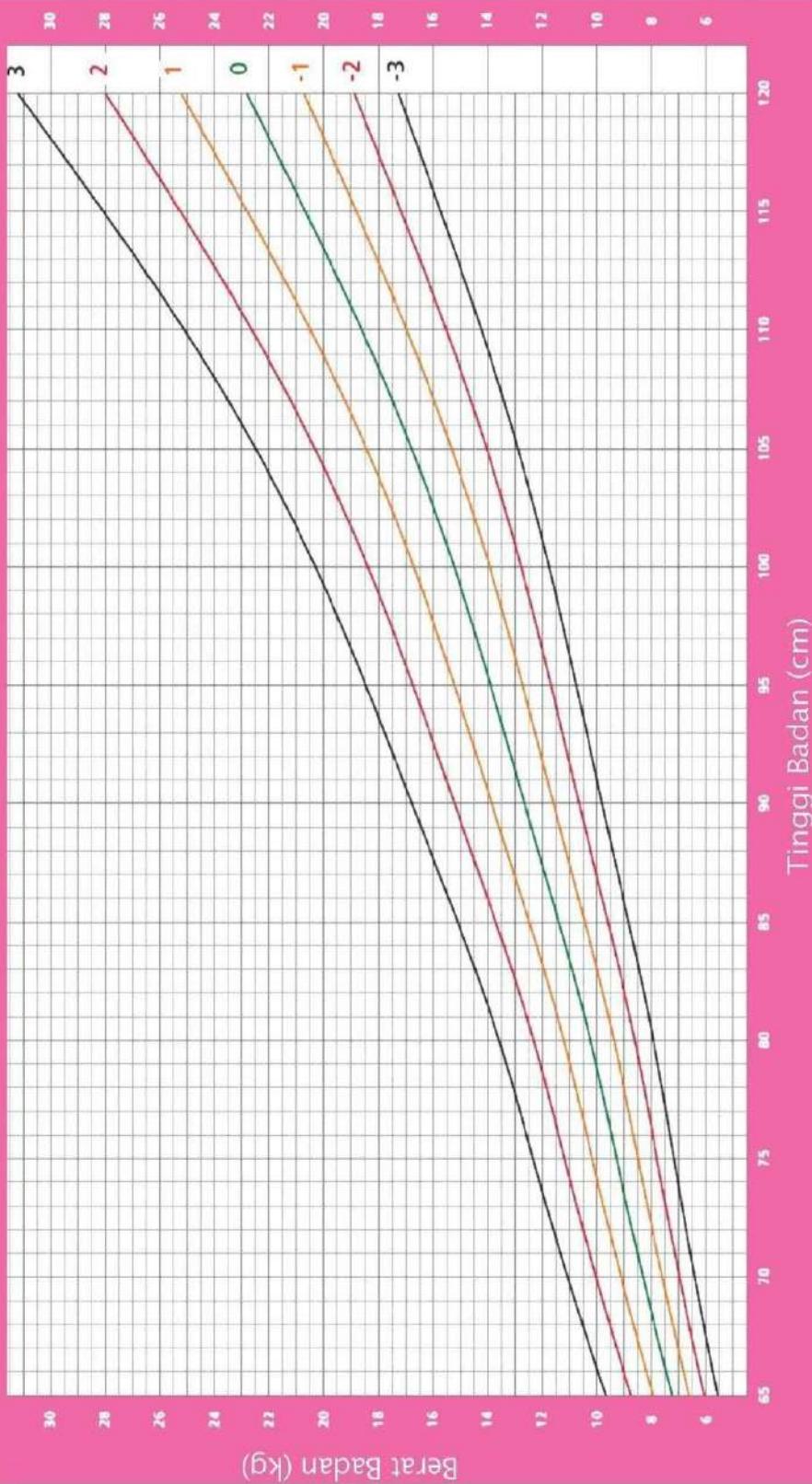
Grafik 3.1.3 Pertumbuhan BB menurut PB untuk anak perempuan usia 0-2tahun



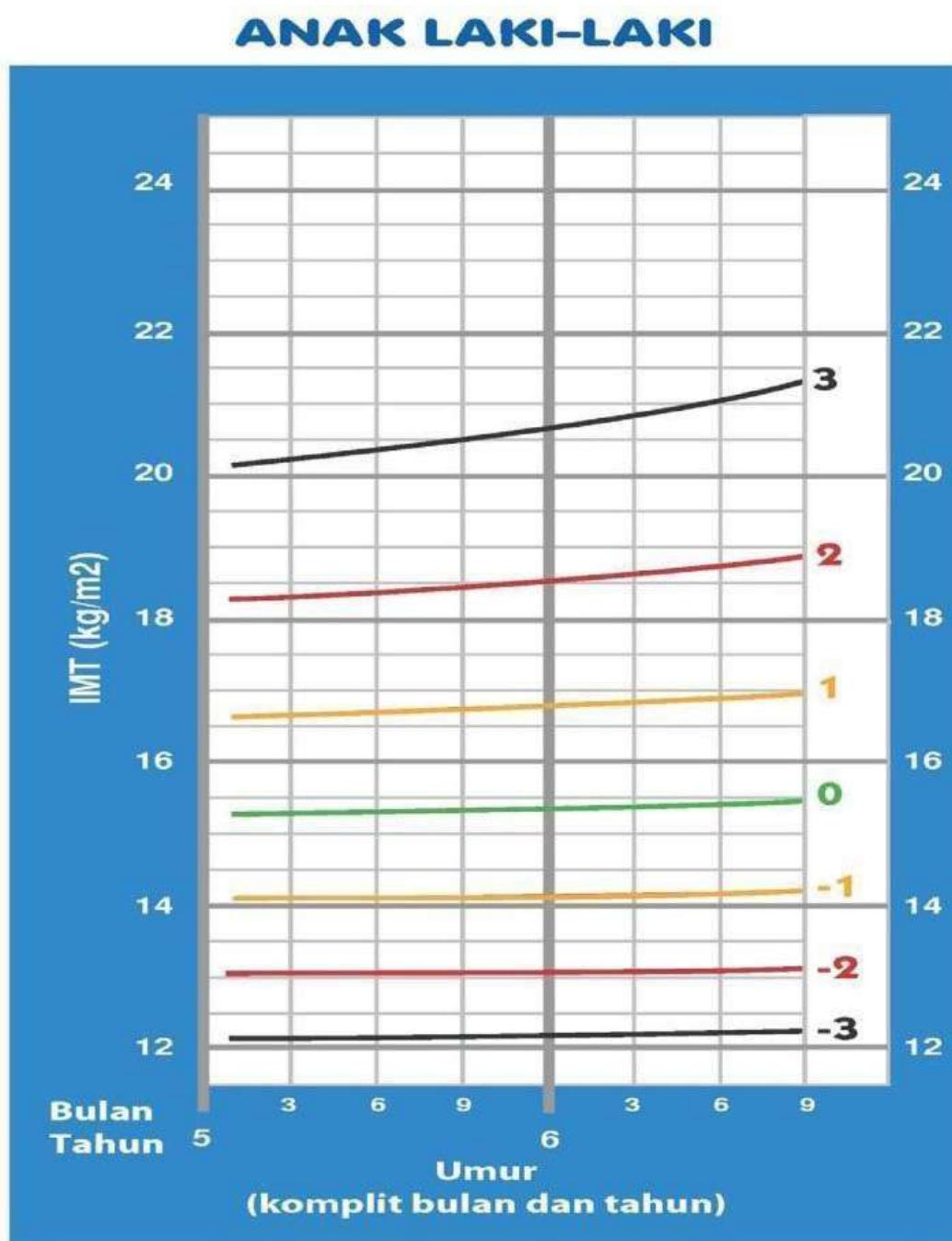
Grafik 3.1.4 Pertumbuhan BB menurut TB untuk anak perempuan usia 2-5 tahun

GRAFIK BERAT BADAN PEREMPUAN (MENURUT TINGGI BADAN)

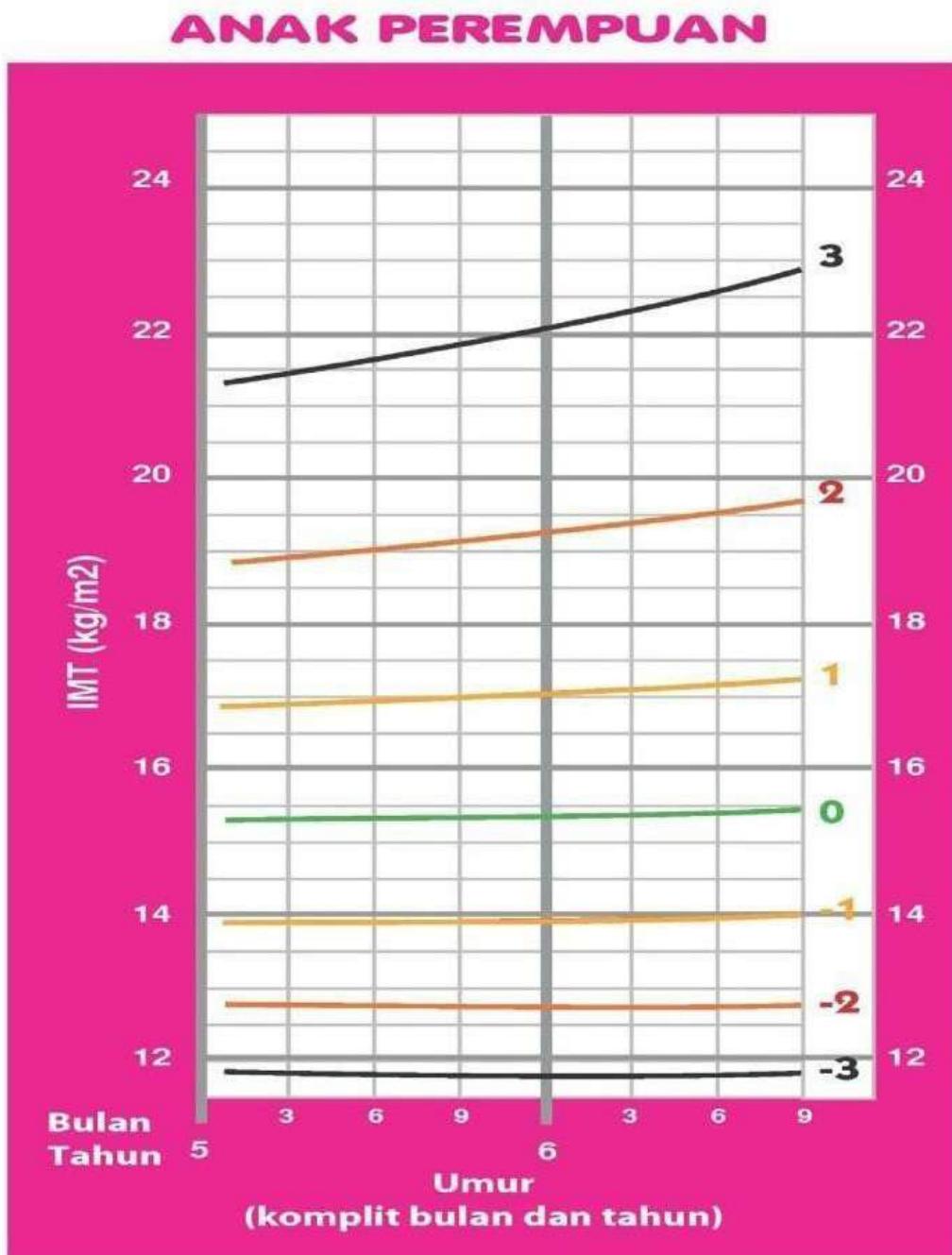
2 - 5 Tahun (z-scores)

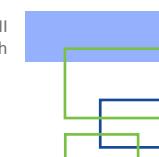


Grafik 3.1.5 Pertumbuhan indeks masa tubuh untuk anak laki-laki usia 5 tahun – 6 tahun



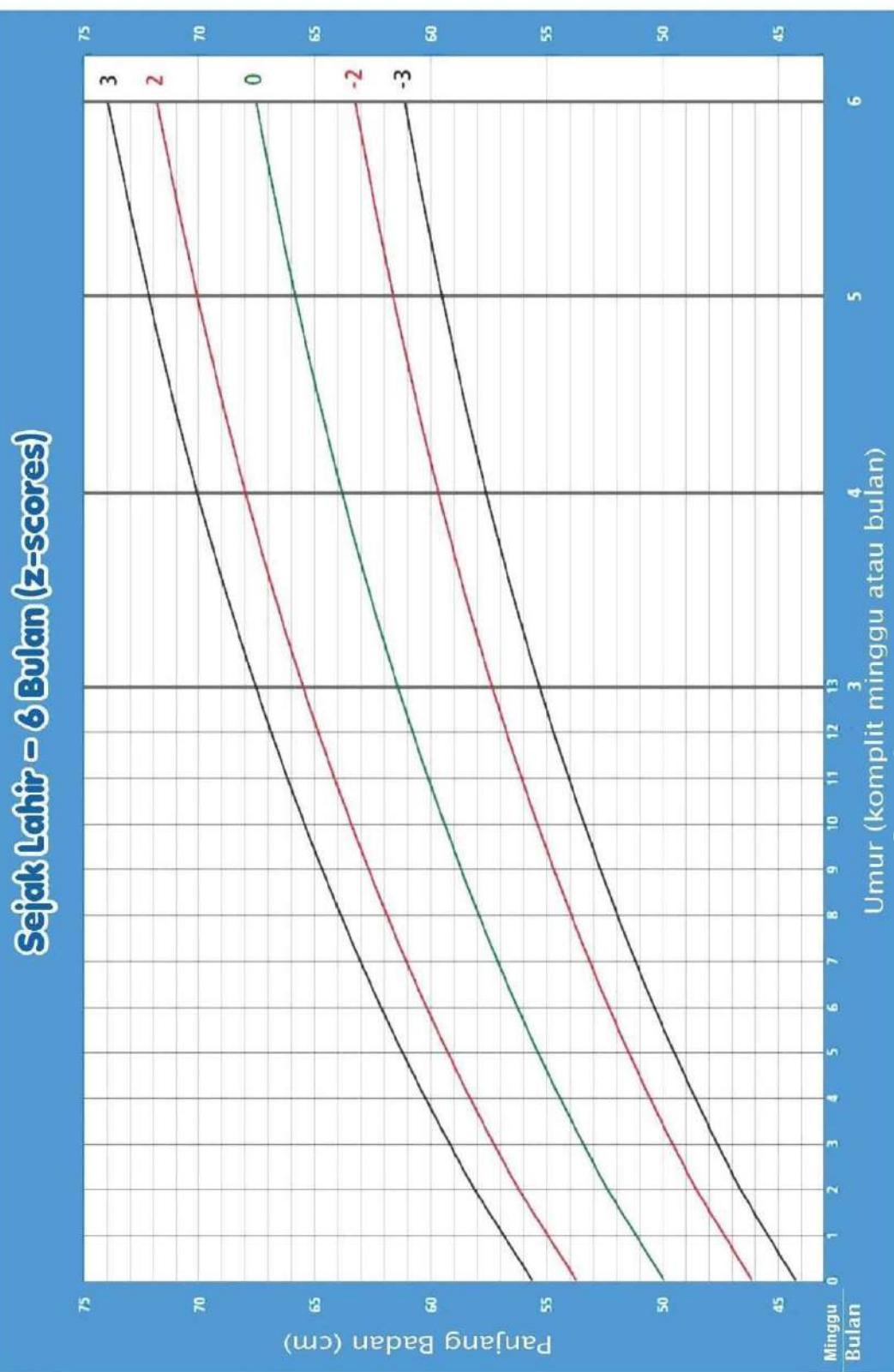
Grafik 3.1.6 Pertumbuhan indeks masa tubuh untuk anak perempuan usia 5 tahun – 6 tahun





Grafik 3.1.7 Pertumbuhan PB menurut Usia untuk anak laki-laki usia 0-6 bulan

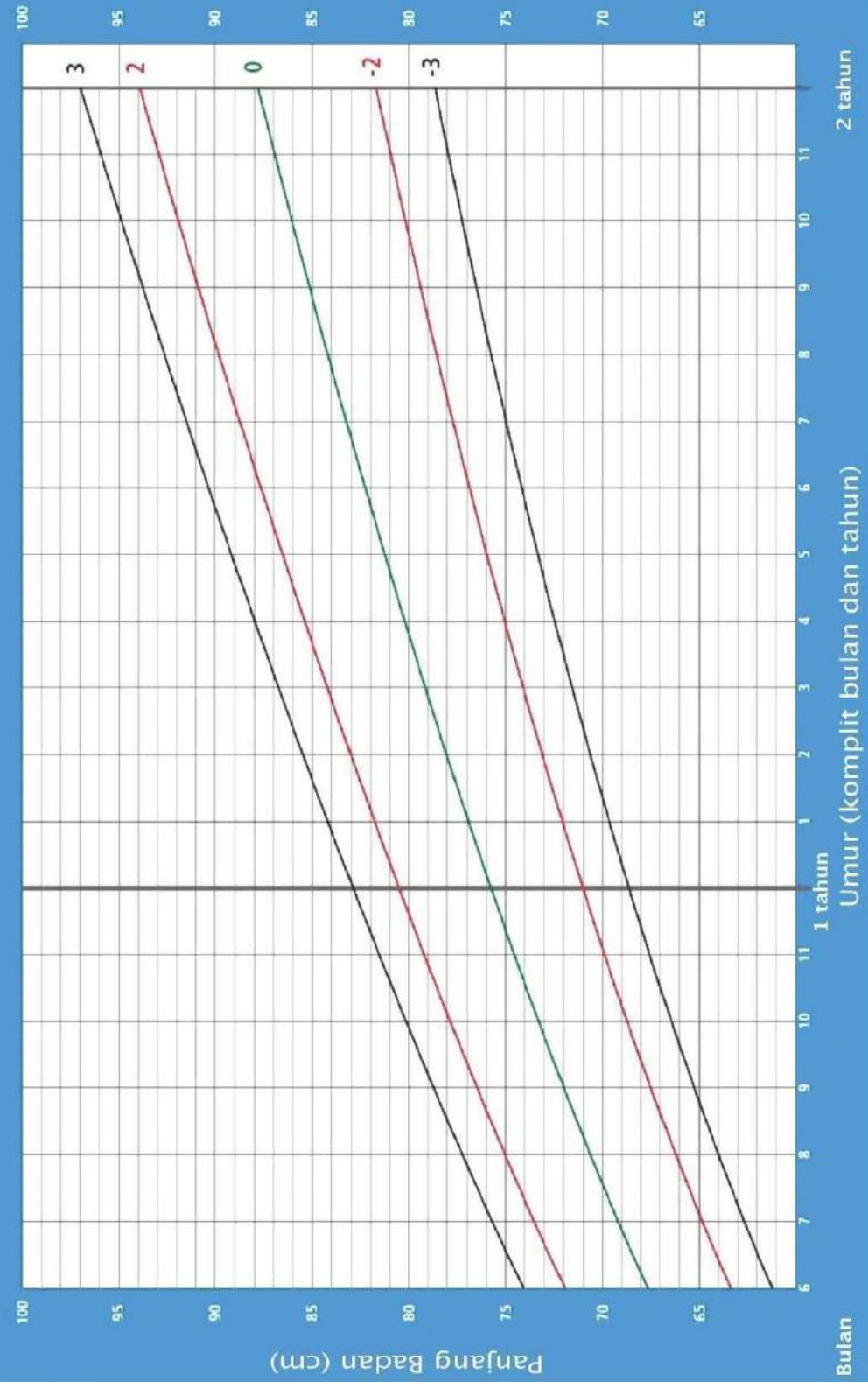
GRAFIK PANJANG BADAN ANAK LAKI-LAKI MENURUT UMUR



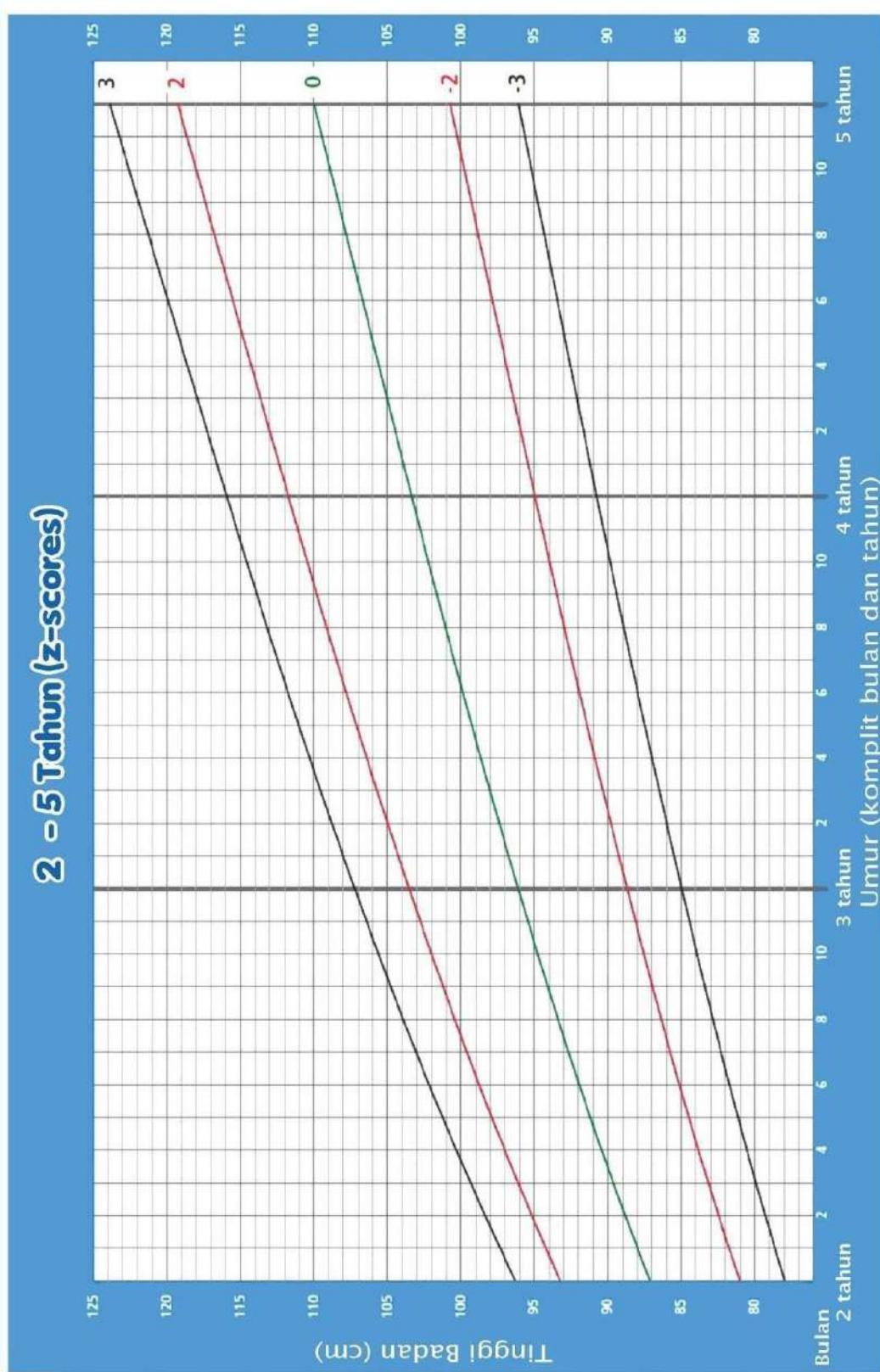
Grafik 3.1.8 Pertumbuhan PB menurut Usia untuk anak laki-laki usia 6 bulan – 2 tahun

GRAFIK PANJANG BADAN ANAK LAKI-LAKI MENURUT UMUR

6 Bulan - 2 Tahun (z-scores)

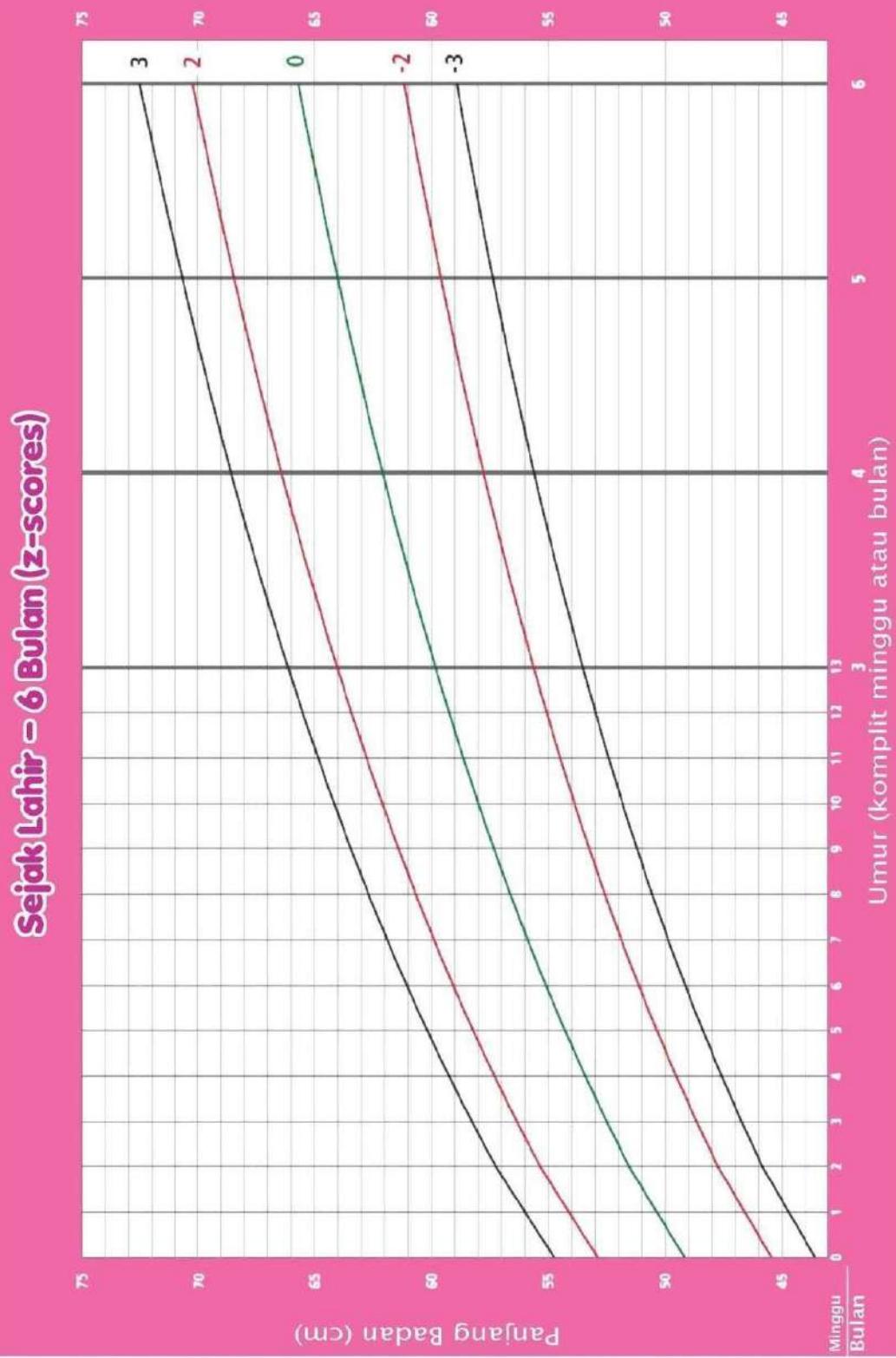


Grafik 3.1.9 Pertumbuhan TB menurut Usia untuk anak laki-laki usia 2-5 tahun

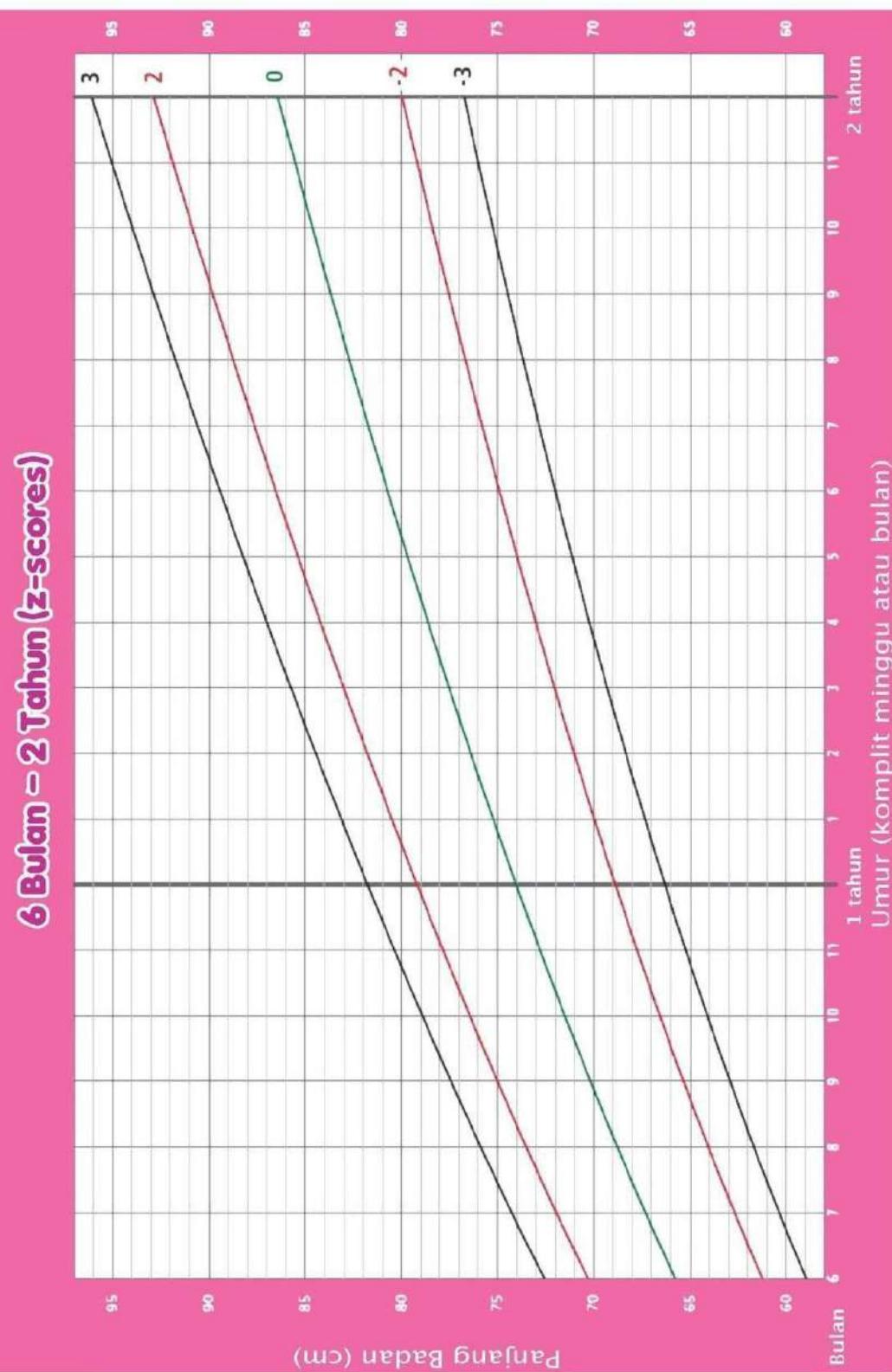


Grafik 3.1.10 Pertumbuhan PB menurut Usia untuk anak perempuan usia 0-6 bulan

GRAFIK PANJANG BADAN ANAK PEREMPUAN MENURUT UMUR



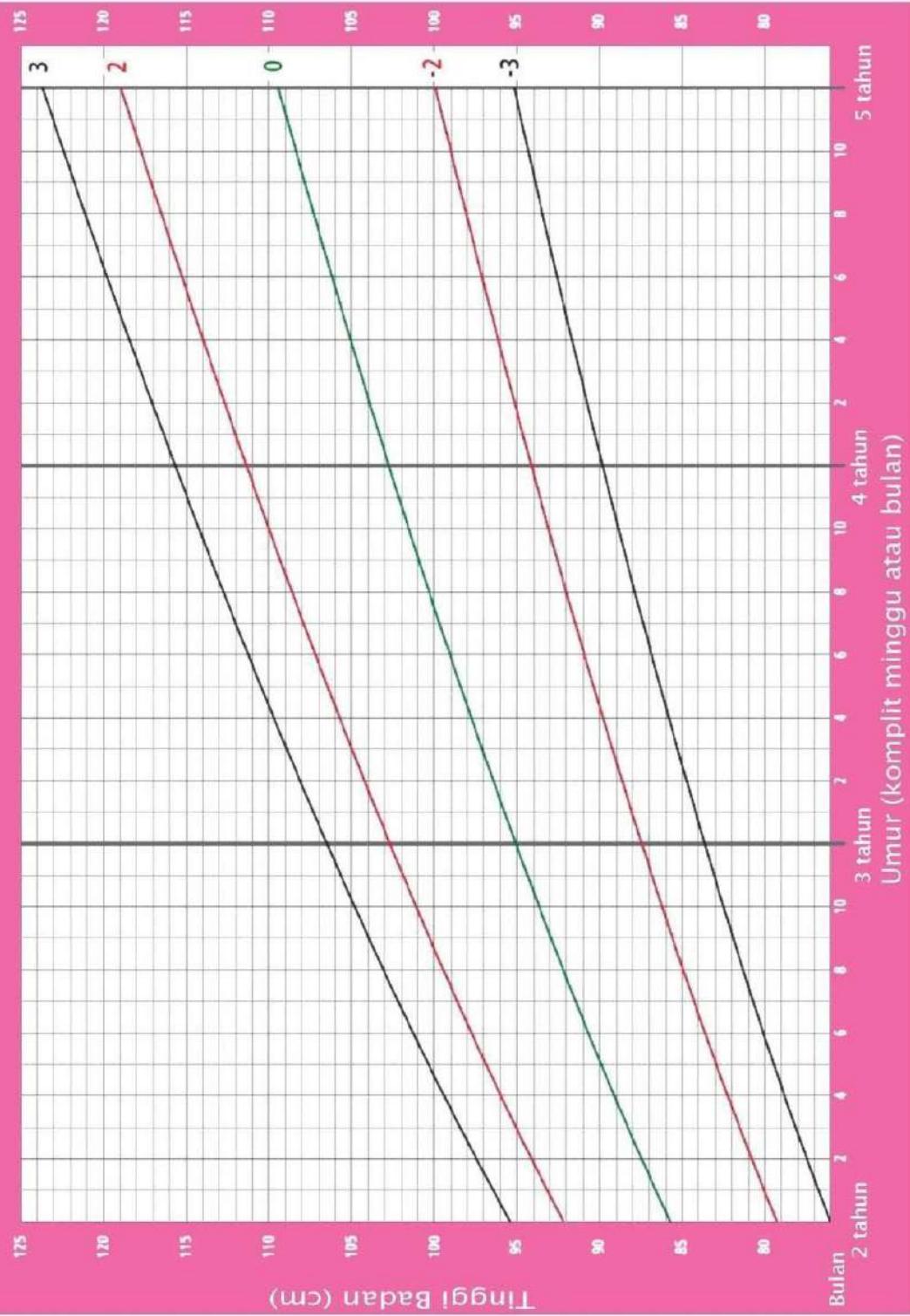
Grafik 3.1.11 Pertumbuhan PB menurut Usia untuk anak perempuan usia 6 bulan – 2 tahun



Grafik 3.1.12 Pertumbuhan TB menurut Usia untuk anak perempuan usia 2-5 tahun

GRAFIK TINGGI BADAN ANAK PEREMPUAN MENURUT UMUR

2 - 5 Tahun (z-scores)



Sesi 2. Konsep Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini (0-6 Tahun)

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua mengenai tahapan perkembangan anak usia dini sesuai dengan 6 aspek perkembangan anak, yaitu moral dan agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui **Voice Note**, tulisan, dan video di **Whatsapp (WA)**
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media **Whatsapp**

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- Tabel tingkat pencapaian perkembangan anak usia 0 - 6 tahun berdasarkan Permendikbud 137 tahun 2014 (**Tabel 3.2.1**)

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi 2 melalui **Voice Note** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 3.2.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.1**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.2**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.3**).
4. Pendidik PAUD merekam dan mengirimkan **Voice Note 3.2.2**
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 3.2.4**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
6. Kemudian, Pendidik PAUD mengirimkan Tabel 2.1 sebagai bahan bacaan untuk orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.5**).

7. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 3.2.6**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Pendidik PAUD menyimpulkan dan menjelaskan manfaat materi kali ini melalui *Voice Note*. (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 3.2.3**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.8**).
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.2.8**).

Voice Note 3.2.1: Mengapa Kita Perlu Memahami Tahapan Perkembangan Anak?

Sebagai orangtua, kita perlu memahami bahwa setiap tahap usia anak memiliki tahap perkembangan yang kontinum. Tahapan perkembangan yang akan dibahas dalam Sesi ini adalah yaitu moral dan agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni untuk anak usia 0-6 tahun. Dengan memahami hal tersebut, maka kita sebagai orangtua dapat dapat menilai capaian perkembangan anak bertahap sesuai usianya dan stimulasi yang dilakukan.

Voice Note 3.2.2 Pendahuluan materi

Berkembang artinya kemampuan anak bertambah seiring umur. Misalnya, di usia 0-1 tahun, anak seharusnya sudah bisa memegang dan memainkan benda dengan tangan. Di usia 1-2 tahun, anak sudah bisa memasukkan benda ke dalam wadah.

Voice Note 3.2.3 Pesan kunci

Sejak lahir anak berkembang dalam enam aspek perkembangan. Perlu dipahami bahwa setiap tahap usia memiliki tahap perkembangannya. Dan perkembangan anak saling berkelanjutan antar tahap perkembangan, sehingga stimulasi yang diberikan pun perlu bertahap dan terintegrasi antar 6 aspek perkembangan. Stimulasi yang diberikan meliputi 6 aspek perkembangan secara terintegrasi namun proporsi terbesarnya membangun sikap, bukan hanya sekedar pengetahuan dan keterampilan.

Selain itu, perlu juga diperhatikan perkembangan kritis pada setiap tahapan usia, seperti bayi 0-1 tahun terkait motoriknya, batita 1-3 tahun terkait bahasanya, dan anak 4-6 tahun terkait sosialnya.

Pesan teks 3.2.1

Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

Pesan teks 3.2.2

Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

Pesan teks 3.2.3

Salam(sebutkan para orangtua), silahkan menyimak penjelasan dibawah ini.

Pesan teks 3.2.4

Apakah ibu/bapak ada yang ingin ditanyakan?

Pesan teks 3.2.5

Berikut adalah tabel perkembangan anak usia 0 – 6 tahun.

Pesan teks 3.2.6

Ibu/ bapak akan kami beri tugas, yaitu tolol perhatikan apa yang sudah bisa dilakukan anak? Cocokan dengan tabel perkembangan yang akan kami sampaikan.

Pesan teks 3.2.7

Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* Pesan Kunci dari Sesi 2: Konsep Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini (0-6 tahun).

Pesan teks 3.2.8

Terima kasih pada (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

Tabel 3.2.1 Tingkat pencapaian perkembangan anak usia 0 – 6 tahun

Aspek perkembangan	0-1 tahun	1-2 tahun	3-4 tahun	5-6 tahun
Nilai Moral dan Agama	Melihat, mendengar berbagai ciptaan tuhan	Meniru gerakan ibadah dan doa	Mengenal perilaku baik dan buruk	<ul style="list-style-type: none"> Terbiasa bersyukur Berdoa sebelum dan sesudah berkegiatan
Kognitif	Mendengarkan suara sekitar	Menyebut beberapa nama benda dan jenis makanan	Menggunakan benda sebagai permainan simbolik	<p>Dapat mengklasifikasikan benda</p> <p>Dapat mengekspresikan emosi sesuai kondisi</p>
Sosial Emosional	Merespon gerakan tangan dan kaki	<ul style="list-style-type: none"> Berbagi peran dalam permainan Bermain berdasar aturan tertentu 	<ul style="list-style-type: none"> Meminjam dan meminjamkan mainan Memahami peraturan dan disiplin Mau berbagi, menolong 	<p>Menirukan gerakan binatang, pohon tertutup angin, dll</p> <p>Dapat meniru bentuk</p>
Fisik Motorik	<ul style="list-style-type: none"> Duduk dengan bantuan Memegang dan memainkan benda ditangan Meraih benda di depannya 	Memasukkan benda ke dalam wadah		<ul style="list-style-type: none"> Menyimak perkataan orang lain Memahami cerita yang dibacakan pendek Mengenal suara hewan
Bahasa	Memperhatikan/ mendengarkan ucapan orang lain		<ul style="list-style-type: none"> Menyebutkan bermacam bahan makanan Menceritakan pengalaman 	<p>Menggambar bermacam bentuk</p> <p>Mendeskripsikan sesuatu dengan ekspresif</p>
Seni	Mendengarkan jenis musik atau bunyiannya dengan irama teratur	Menyanyikan lagu		

Sesi 3. Masa Bayi: Usia 0-1 Tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua mengenai tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-1 tahun. Selain itu juga dapat mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan dan memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note*, tulisan, dan video di *Whatsapp* (WA)
2. Latihan melalui media *Whatsapp*
3. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Video stunting (bit.ly/BukuGuru61)**
- **Infografis 3.3.1 (poster stunting)**
- **Infografis 3.3.2 (Aspek perkembangan anak usia 0-1 tahun)**
- **File latihan 3.3.1**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran Sesi 3 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WAG yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.4**).
4. Pendidik PAUD **merekam dan mengirimkan Voice Note 3.3.1**
5. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan video/link YouTube** stunting. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah melihat video.
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 3.3.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya.

7. Kemudian, Pendidik PAUD mengirimkan **Poster stunting (infografis 3.3.1)** sebagai bahan bacaan untuk orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.6**).
8. Kemudian, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 3.3.7**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
9. Tuliskan **Pesan teks 3.3.8** dan kirimkan **Infografis 3.3.2**. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah melihat infografis.
10. Kemudian pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 3.9**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
11. Lalu mengirim file **latihan 3.1**. Beri kesempatan setiap anggota WAG mendownload dan menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.10**).
12. Pendidik PAUD menjelaskan jawaban studi kasus (silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 3.3.2 Jawaban studi kasus**).
13. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci materi kali ini melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.11**).
14. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui **Voice Note** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.12**).
15. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.3.13**).

Voice Note 3.3.1 Pendahuluan materi

Usia 0-1 tahun merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang kritis. Sekitar 80% otak manusia terbentuk saat anak berusia 0-2 tahun. Anak mulai mengembangkan kemampuan motoriknya. Sekarang coba perhatikan infografis berikut.

Voice Note 3.3.2 Jawaban studi kasus

Catatan pertumbuhan: Caca berperawakan pendek, pertumbuhan tingginya berada di bawah usianya; kondisi pendek dapat disebabkan karena kurang asupan zat gizi, tidak mendapat ASI eksklusif pada saat usia 6 bulan, mengalami penyakit infeksi berulang seperti diare dan batuk.

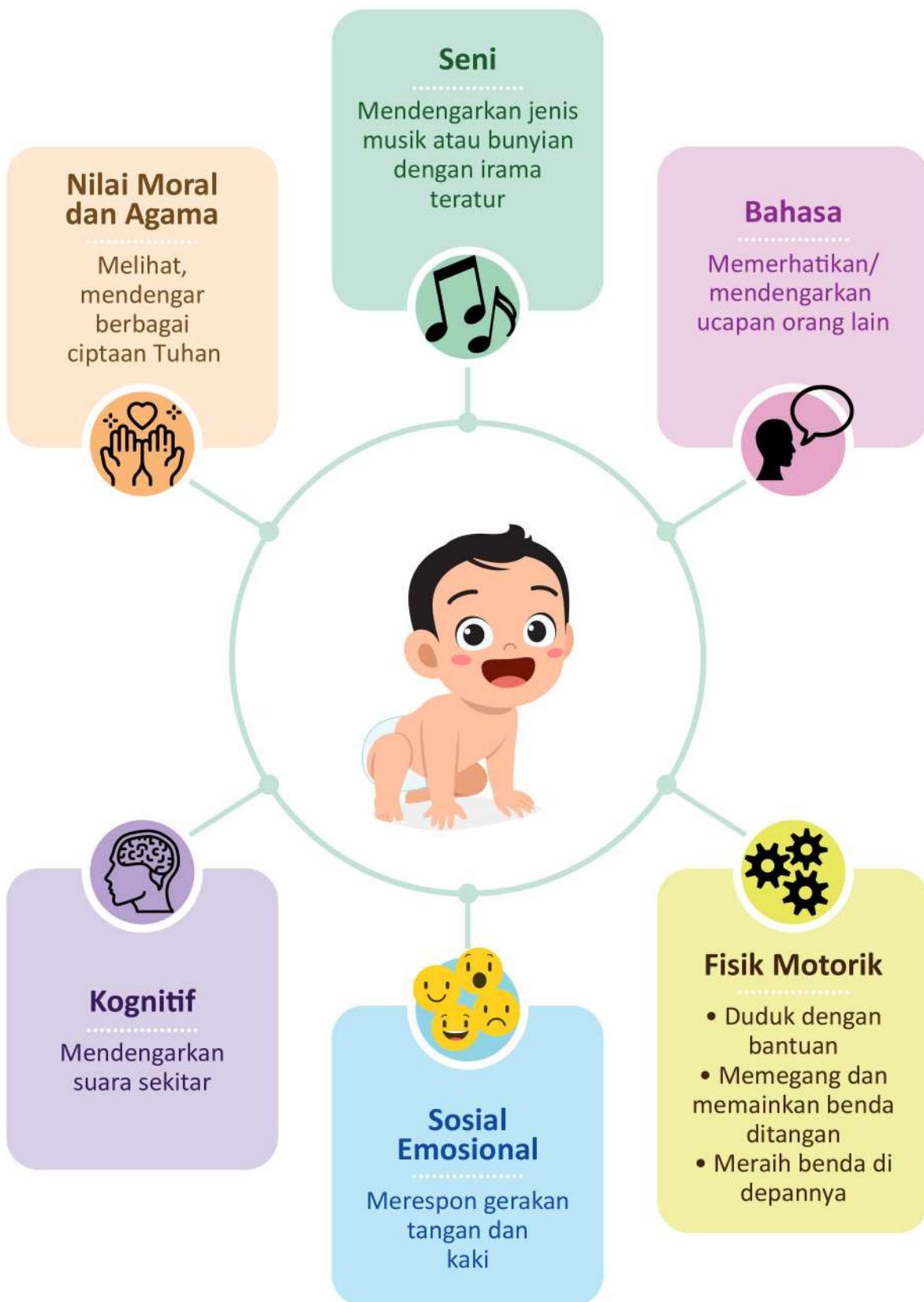
Catatan perkembangan: Caca mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasar, motorik halus, bicara dan sosialisasinya. Caca harus segera dirujuk pada ahli agar berkembang dengan optimal. Ingat, keterlambatan perkembangan tidak akan berkembang dengan sendirinya sesuai bertambahnya umur, namun harus mendapatkan tindakan yang tepat.

Infografis 3.3.1



Infografis 3.3.2

Aspek Perkembangan Anak Usia 0 - 1 tahun



Pesan teks 3.3.1

Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah tahapan perkembangan anak usia 0-1 tahun.

Pesan teks 3.3.2

Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

Pesan teks 3.3.3

Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

Pesan teks 3.3.4

Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

Pesan teks 3.3.5

Apakah yang ibu/ bapak saksikan pada video itu? Apa yang menyebabkan pertumbuhan anak tidak optimal?

Pesan teks 3.3.6

Ini merupakan poster stunting untuk tambahan materi. Buka halaman 25 buku ibu bapak.

Pesan teks 3.3.7

Apakah ada yang kurang dipahami?

Pesan teks 3.3.8

Mari sekarang baca bersama infografis tentang perkembangan anak usia 0-1 tahun.

Pesan teks 3.3.9

Mari ibu/ bapak diskusikan apa ciri-ciri utama perkembangan yang lebih umum dijumpai di lingkungan kita (per aspek)?

Pesan teks 3.3.10

Sekarang, mari mengerjakan latihan 3.1 (halaman 26 buku orangtua).

Pesan teks 3.3.11 Pesan kunci Sesi 3 adalah: **Pada bayi usia 0-1 tahun, tahap perkembangan utama yang kritis pada usia ini adalah perkembangan motorik.**

Pesan teks 3.3.12 Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* jawaban studi kasus dan Pesan Kunci dari Sesi 3: Masa Bayi: Usia 0-1 Tahun.

Pesan teks 3.3.13 Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

Latihan 3.3

Studi Kasus: Catatan pertumbuhan dan perkembangan anak usia di bawah 2 tahun.

Diskusikan dalam kelompok bagaimana pertumbuhan dan perkembangan seorang anak bernama Caca usia 9 bulan berdasarkan informasi dalam tabel di bawah ini.

1. Bagaimana pertumbuhan Caca: berat badan dan tinggi badannya berdasarkan grafik pertumbuhan? Lingkari penilaian dari setiap indikator pada tabel di bawah ini! Gunakan grafik 1.3. dan 1.10 (halaman 14 dan 21 buku orangtua)
2. Bagaimana perkembangan Caca: perkembangan motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan sosial emosional berdasarkan rujukan tahapan perkembangan? Gunakan Infografis 2.1 (halaman 25 buku orangtua)
3. Tuliskan kesimpulan keseluruhan dari profil indikator pertumbuhan dan perkembangan Caca di dalam kolom ‘Kesimpulan’
4. Tuliskan tindakan yang diperlukan dari kesimpulan tersebut.

Indikator	Catatan Perkembangan	Penilaian
Panjang Badan	63 cm	Normal - Kurang
Berat Badan	7 kg	Normal - Kurang
Motorik kasar	Dapat tengkurap	Normal - Kurang
Motorik halus	Dapat menggenggam	Normal - Kurang
Bahasa	Dapat mengucapkan “mimi..”	Normal - Kurang
Sosial emosi	Cepat menangis	Normal - Kurang
Kesimpulan		
Tindakan		

*Lingkari Jawaban yang sesuai

Sesi 4. Masa Batita: Usia 1-3 Tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua mengenai tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 1-3 tahun. Selain itu juga dapat mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan dan memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Latihan 3.4 (halaman 32 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran sesi 4 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.4**).
4. Kemudian Pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 3.4.5**
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirim file latihan 3.4 tentang alat ukur deteksi dini autistik**. Autistik adalah gangguan perkembangan komunikasi dan interaksi sosial pada anak (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.6a dan 3.4.6b**).
6. Beri kesempatan setiap anggota WAG mendownload dan menuliskan jawabannya selama 10 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.7**).
7. Pendidik PAUD menyimpulkan beberapa hasil jawaban menggunakan **Voice Note** atau **Pesan teks**.

8. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci materi kali ini melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.8**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.9**).
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.4.10**).

 **Pesan teks 3.4.1**

Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah tahapan perkembangan anak usia 1-3 tahun.

 **Pesan teks 3.4.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 3.4.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 3.4.4** Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 3.4.5** Ibu bapak, silahkan kerjakan latihan 3.4 dan dilaporkan hasilnya.

 **Pesan teks 3.4.6a** bagaimana hasil pengamatan deteksi masalah autistik dari anak berdasarkan lembar pengamatan tersebut?

 **Pesan teks 3.4.6b** apakah yang perlu dilakukan untuk menangani hasil deteksi masalah autistik pada anak?

 **Pesan teks 3.4.7** Apakah ada kesulitan dari penggerjaan latihan soalnya?

 **Pesan teks 3.4.8** Pesan kunci Sesi 4 adalah: **Pada anak usia 1-3 tahun, tahap perkembangan utama yang kritis pada usia ini adalah perkembangan bahasa.**

 **Pesan teks 3.4.9** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* pembahasan studi kasus dan Pesan Kunci dari Sesi 4: Masa Batita: Usia 1-3 Tahun.

 **Pesan teks 3.4.10** Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

Latihan 3.4

Studi kasus: Catatan perkembangan Deteksi Dini Autis untuk anak di atas 2 tahun.

1. Isilah tabel pengamatan di bawah ini untuk melakukan deteksi dini Autistik pada anak dengan usia di atas 2 tahun.
2. Dari hasil pengamatan perilaku menggunakan checklist deteksi dini Autistik ini, apakah diperlukan evaluasi autistik lebih lanjut?

Catatan: Bila jawaban dari pengamatan dan pertanyaan lebih banyak “Tidak”, maka perlu hati-hati dan memerlukan evaluasi autistik yang lebih menyeluruh.

No	Pengamatan Perilaku	Ya	Tidak
1	Apakah anak senang diayun-ayun atau diguncang-guncang naik turun (<i>bounced</i>) di paha Anda?		
2	Apakah anak tertarik (memperhatikan) anak lain?		
3	Apakah anak suka memanjat-manjat, seperti memanjat tangga?		
4	Apakah anak suka bermain “ciluk ba”, “petak umpet”?		
5	Apakah anak pernah bermain seolah-olah membuat secangkir teh menggunakan mainan berbentuk cangkir dan teko, atau permainan lain?		
6	Apakah anak pernah menunjuk atau meminta sesuatu dengan menunjukkan jari?		
7	Apakah anak pernah menggunakan jari untuk menunjuk ke sesuatu agar Anda melihat ke sana?		
8	Apakah anak dapat bermain dengan mainan yang kecil (mobil atau kubus)?		
9	Apakah anak pernah memberikan suatu benda untuk menunjukkan sesuatu?		

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Selama pemeriksaan apakah anak menatap (kontak mata) dengan pemeriksa?		
2	Usahakan menarik perhatian anak, kemudian pemeriksa menunjuk sesuatu di ruangan pemeriksaan sambil mengatakan: “Lihat itu ada bola (atau mainan lain)”! Perhatikan mata anak, apakah ia melihat ke benda yang ditunjuk, bukan melihat tangan pemeriksa?		
3	Usahakan menarik perhatian anak, berikan mainan gelas/cangkir dan teko. Katakan pada anak: “Buatkan secangkir susu buat mama”!		
4	Tanyakan pada anak: “Tunjukkan mana gelas”! (gelas dapat diganti dengan nama benda lain yang dikenal anak dan ada di sekitar kita). Apakah anak menunjukkan benda tersebut dengan jarinya? Atau sambil menatap wajah Anda ketika menunjuk suatu benda?		
5	Apakah anak dapat menumpuk beberapa kubus/balok menjadi suatu menara?		

* Sumber: Ceklis Deteksi Dini AutisCHAT (Checklist for Autism in Toddlers) untuk anak umur 18 - 36 bulan

Sesi 5. Masa Pra-Sekolah: Usia 3-6 Tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua mengenai tahapan perkembangan anak usia 3-6 tahun. Selain itu juga dapat mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan dan memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp* (WA)
2. Latihan melalui media *Whatsapp*
3. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Latihan 3.5 (halaman 35 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran Sesi 5 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.4**).
4. Kemudian Pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 3.5.5**
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirim file latihan 3.5 tentang pengamatan perilaku anak** untuk mengenal gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktivitas pada anak (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.6a dan 3.5.6b**).
6. Beri kesempatan setiap anggota WAG mengunduh dan menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.7**).

7. Pendidik PAUD menyimpulkan beberapa hasil jawaban menggunakan **Voice Note** atau **Pesan teks**.
8. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan manfaat materi kali ini melalui **Voice Note** (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 3.5.2 Pesan Kunci**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui **Voice Note** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.8**).
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 3.5.9**).

Voice Note 3.5.2 Interpretasi studi kasus

Semakin besar nilai dari total skor, maka semakin tinggi kemungkinan adanya Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak. Bila orangtua menemui anak dengan kondisi seperti ini, perlu adanya perhatian dan perlakuan khusus yang diberikan kepada anak, seperti tidak cepat menghukum, ajak anak untuk beristirahat terlebih dahulu, contohnya: sentuhan sayang (usap atau peluk), ataupun bentuk pendekatan individual lainnya.

Voice Note 3.5.2 Pesan kunci

Pada anak usia 4-6 tahun, tahap perkembangan utama yang kritis pada usia ini adalah perkembangan sosial-emosional. Salah satu gangguan perkembangan pada anak usia ini adalah anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas dimana sering ditandai dengan kesulitan berkonsentrasi dan duduk diam dalam menyelesaikan tugas. Anak dapat terlihat sebagai anak yang tidak bisa diatur dan semaunya sendiri. Jika mendapati situasi seperti itu, anak perlu dipahami, bukan dimarahi atau dicap sebagai anak nakal, agar ia mampu belajar mengendalikan perilakunya. Segera dirujuk ke ahli, bila keluarga kesulitan untuk menangani kondisi anak.

 **Pesan teks 3.5.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah tahapan perkembangan anak usia 3-6 tahun.

 **Pesan teks 3.5.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 3.5.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 3.5.4** Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 3.5.5** Ibu bapak, silahkan kerjakan latihan 3.5 dan dilaporkan hasilnya.

 **Pesan teks 3.5.6a** bagaimana hasil pengamatan deteksi masalah gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktivitas?

 **Pesan teks 3.5.6b** adakah yang perlu dilakukan untuk menangani hasil deteksi masalah gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktivitas pada anak?

 **Pesan teks 3.5.7** Apakah ada kesulitan dari penggerjaan latihan soalnya?

 **Pesan teks 3.5.8** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* interpretasi skor studi kasus dan Pesan Kunci dari Sesi 5: Masa Pra-Sekolah: Usia 3-6 Tahun.

 **Pesan teks 3.5.9** Terima kasih pada (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya

Latihan 5.1

Latihan

Studi kasus: Catatan perkembangan terkait Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) untuk anak di atas 3 tahun.

1. Isilah tabel pengamatan perilaku anak dengan usia diatas 3 tahun untuk melakukan deteksi gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH)
2. Dari hasil pengamatan perilaku, apakah dari hasil tersebut diperlukan deteksi GPPH lebih lanjut?

Pengamatan Perilaku Anak		Tidak pernah	Jarang	Sering	Selalu
		0	1	2	3
1	Tidak kenal lelah, atau aktivitas yang berlebihan				
2	Mudah menjadi gembira, impulsif				
3	Mengganggu anak-anak lain				
4	Gagal menyelesaikan kegiatan yang telah dimulai, rentang perhatian pendek				
5	Menggerak-gerakan anggota badan atau kepala secara terus-menerus				
6	Kurang perhatian, mudah teralihkan				
7	Permintaannya harus segera dipenuhi, mudah menjadi frustrasi				
8	Sering dan mudah menangis				
9	Suasana hatinya mudah berubah dengan cepat dan drastis				
10	Ledakkan kekesalan, tingkah laku eksploratif dan tak terduga				
	Jumlah				
	Total				

*Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) (*Abbreviated Conners Rating Scale*)

Sesi 6. Potret dan Catatan Harian Si Kecil

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua untuk dapat menerapkan pengetahuan yang didapat untuk memahami pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Hal ini merupakan upaya mewujudkan perhatian orangtua kepada anak.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note*, tulisan, dan video di *Whatsapp* (WA)
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran)

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- Foto saat anak melakukan aktivitas bermain lainnya (**dilampirkan oleh orangtua/wali**)
- Video anak bercerita hasil karya yang digambarnya (**dilampirkan oleh orangtua/wali**)

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran SESI 6 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.4**).
4. Kemudian, Pendidik PAUD **meminta orangtua untuk mengirim foto** saat anak melakukan aktivitas bermainnya atau saat bersama keluarga (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.5**). Minta orangtua mengirimkan file dalam waktu 5 menit.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **meminta orangtua untuk mengirim video** saat anak bercerita (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.6**). Minta orangtua mengirimkan file dalam waktu 5 menit.
6. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan manfaat materi kali ini melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 6.1 Manfaat materi**).
7. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.7**).

8. Pendidik PAUD meminta orangtua mengamati dan mencatat perkembangan anak sesuai usianya pada **Catatan Harian Si Kecil: Perkembangan anak.**

Mintalah orangtua mengirimkan foto catatan yang telah terisi pada WA pribadi pendidik PAUD.

9. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.8**).

Voice Note 6.1 Manfaat materi

Dengan kita mendokumentasikan aktivitas-aktivitas yang dilakukan oleh anak, maka kita dapat menjadikan refleksi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga dapat menjadi masukan bagi kita terkait hal- hal apa saja yang sudah baik maupun hal apa yang perlu distimulasi lebih agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.

 **Pesan teks 6.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah Potret Si Kecil.

 **Pesan teks 6.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silahkan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 6.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silahkan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 6.4** Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 6.5** Silahkan mengirimkan foto saat anak menggambar disini.

 **Pesan teks 6.6** Sekarang, silahkan mengirimkan video saat anak bercerita disini.

 **Pesan teks 6.7** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* Sesi 6: Potret Si Kecil

 **Pesan teks 6.8** Terima kasih pada.....(sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di Sesi berikutnya.

Catatan Harian Si Kecil: Perkembangan anak

Petunjuk pengisian:

1. Orangtua mengamati aktifitas anak
2. Beri tanda centang pada aktifitas yang telah mampu dilakukan oleh anak.

“Anak saya usia....., anak saya sudah bisa.....”	Beri tanda centang ✓
1 bulan	
Menatap ke ibu	
Mengeluarkan suara O.O..	
Tersenyum	
Mengerakkan tangan dan kaki	
3 bulan	
Mengangkat kepala tegak ketika tengkurap	
Tertawa	
Mengerakkan kepala ke kiri dan kanan	
Membalas senyum ketika diajak bicara/tersenyum	
Mongoceh spontan atau bereaksi dengan mongoceh	
6 bulan	
Berbalik dari telungkup ke telentang	
Mempertahankan posisi kepala tetap tegak	
Meraih benda yang ada di dekatnya	
Menirukan bunyi	
Menggenggam mainan	
Tersenyum ketika melihat mainan/gambar menarik	
9 bulan	
Merambat	
Mengucapkan ma ma ma, da da da	
Meraih benda sebesar kacang	
Mencari benda/mainan yang dijatuhkan	
Bermain tepuk tangan atau ci-luk -ba	
Makan kue/biskuit sendiri	
12 bulan	
Berdiri dan berjalan berpegangan	
Memegang benda kecil	
Meniru kata sederhana seperti ma ma.. Pa..pa..	
Mengenal anggota keluarga	
Takut pada orang yang belum dikenal	
Menunjuk apa yang diinginkan tanpa menangis atau merengek	

"Anak saya usia....., anak saya sudah bisa....."		Beri tanda centang ✓
2 tahun		
Naik tangga dan berlari-lari		
Mencoret-coret pensil pada kertas		
Dapat menunjuk 1 atau lebih bagian tubuhnya		
Menyebut 3-6 kata yang mempunyai arti, seperti bola, piring dan sebagainya		
Memegang cangkir sendiri		
3 tahun		
Mengayuh sepeda roda 3		
Berdiri diatas satu kaki tanpa berpegangan		
Bicara dengan baik menggunakan 2 kata		
Mengenal 2-4 warna		
Menyebut nama, umur, dan tempat		
Menggambar garis lurus		
Bermain dengan teman		
Melepas pakaianya sendiri		
Menggunakan baju sendiri		
5 tahun		
Melompat-lompat 1 kaki, menari, dan berjalan lurus		
Menggambar orang 3 bagian (kepala, badan, tangan/kaki)		
Menggambar tanda silang dan lingkaran		
Menangkap bolakecil dengan kedua tangan		
Menjawab pertanyaan dengan kata-kata yang benar		
menyebut angka, menghitung jari		
Bicaranya mudah dimengerti		
Berpakaian sendiri tanpa dibantu		
Menggantung baju atau pakaian boneka		
Menggosok gigi tanpa bantuan		
6 tahun		
Berjalan lurus		
Berdiri dengan 1 kaki selama 11 detik		
Menggambar 6 bagian (contoh menggambar orang lengkap, kepala, badan, 2 tangan, dan 2 kaki)		
Menangkap bola kecil dengan kedua tangan		
Menggambar segi 4		
Mengerti arti lawan kata		
Mengenal angka, bisa menghitung angka 5-10		
Mengenal warna		
Mengikuti aturan permainan		
Berpakaian sendiri tanpa dibantu		

Latihan 6.1 Lembar Evaluasi

- 1. Berdasarkan hasil pengukuran status gizi bulanan di PAUD Cendikia, Gani (anak laki-laki berusia 5 tahun) memiliki berat badan 20 kg dan tinggi badan 98 cm. Dari hasil monitoring pertumbuhan ini, bagaimana status gizi Gani?**
 - a. Kurus dan pendek
 - b. Gemuk dan pendek
 - c. Kurus dan tinggi
 - d. Gemuk dan tinggi
- 2. Pilihlah pernyataan yang tepat mengenai perkembangan bayi bertubuh pendek (*stunting*).... .**
 - a. Panjang badan akan bertambah dengan sendirinya sesuai pertambahan usia
 - b. Pada masa dewasa beresiko terjangkit penyakit kronis seperti
 - c. Bayi bertumbuh pendek merupakan perkembangan yang wajar
 - d. Semua jawaban salah
- 3. Penyebab bayi bertumbuh pendek adalah... .**
 - a. kurang asupan gizi
 - b. tidak mendapatkan ASI Ekslusif
 - c. mengalami penyakit infeksi berulang seperti diare dan batuk
 - d. semua jawaban benar
- 4. Autistik merupakan gangguan perkembangan pada aspek.... .**
 - a. bahasa dan Komunikasi
 - b. komunikasi dan Kecerdasan
 - c. motorik halus dan Bahasa
 - d. komunikasi dan interaksi sosial
- 5. Pernyataan yang bukan ciri anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) adalah.... .**
 - a. kecerdasan kurang, mengganggu anak-anak lain
 - b. tidak kenal lelah, mudah gembira atau marah
 - c. perhatian mudah teralih, sering gagal menyelesaikan tugas
 - d. permintaan harus segera dipenuhi, mudah menangis

Kunci jawaban : 1.B 2. B 3.D 4. D 5. A

Modul 4

Bermain bersama Anak

Sesi 1. Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Bermain

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu memahami dan berbagi kepada orangtua mengenai 10 prinsip pendidikan anak usia dini sesuai usia, tahap dan aspek perkembangan yang akan dicapai.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *voice note*, video, dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Latihan merencanakan aktifitas bermain anak usia dini

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 30 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Uraian materi (di lampiran setelah materi ini)**
- **Video microteaching yang sudah dipersiapkan**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran SESI 1 melalui *voice note* (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice note 4.1.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (**Silahkan menulis Pesan teks 4.1.1**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (**Silahkan menulis dan mengirimkan Pesan teks 4.1.2**).
4. Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (**Silahkan menulis Pesan teks 4.1.3**).
5. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan file materi Sesi 1** kepada orangtua (**Silahkan menulis Pesan teks 4.1.4**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.

6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan Video microteaching** yang telah dibuat sebelumnya
7. Kemudian pendidik PAUD menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 4.1.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui *voice note*. (Silahkan merekam dan mengirim **Voice note 4.1.2 Pesan Kunci**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *voice note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.1.6**).
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih dengan menuliskan nama orangtua satu persatu.

Voice Note 4.1.1: Mengapa Kita Perlu Memahami Prinsip Pendidikan dan Bermain Bersama Anak ?

Usia 0-6 tahun adalah masa emas perkembangan anak. Anak perlu stimulus yang sesuai dan cara paling efektif adalah dengan bermain. Orangtua harus meluangkan waktu bermain dengan anak. Sekarang, kita akan bersama-sama belajar tentang prinsip-prinsip pendidikan anak usia dini dan bermain.

Voice Note 4.1.2 Pesan kunci

Bagaimana cara anak belajar?

1. Anak belajar secara bertahap. Proses belajar pada anak terjadi **selaras dengan tahapan usia** dan terjadi sebagai satu kesatuan yang berkelanjutan secara simultan.
2. Cara berpikir anak tidak seperti orang dewasa. Anak berpikir secara **konkret**, anak berpikir **dari apa yang dilakukan**, dan anak berpikir **berdasarkan imajinasinya**. Anak menyerap informasi melalui **pengalaman yang ditangkap atau diserap** melalui **alat inderanya**, baik melalui melihat, mendengar, membau, mengecap, dan meraba.
3. Anak mendapat pengetahuan melalui pengalamannya. Anak belajar melalui berbagai **pengalaman dengan objek, orang, dan kegiatan** yang berada di sekitar mereka.
4. Anak belajar satu sama lain. Anak belajar melalui **teman** atau **lingkungan sosialnya**. Mereka melakukan belajar melalui **peniruan perilaku**.
5. Anak belajar melalui bermain. **Bermain membantu mengembangkan berbagai potensi** anak. Melalui bermain fungsi perkembangan anak menjadi optimal, baik perkembangan nilai agama dan moral, motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni.

 **Pesan teks 4.1.1** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 4.1.2** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 4.1.3** Salam (sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 4.1.4** Ini adalah materi Sesi 1.

 **Pesan teks 4.1.5** Ini adalah video materi sub-Sesi 1-5. Apakah ada yang kurang mengerti?

 **Pesan teks 4.1.6** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice note* Pesan Kunci dari Sesi 1: Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain

Uraian Materi Modul 4

Sub-Sesi 4.1

10 Prinsip pembelajaran PAUD:

Berbagai strategi pembelajaran dapat dilakukan tanpa mengesampingkan tahapan dan tumbuh kembang anak. Adapun 10 prinsip pembelajaran anak usia dini terdiri dari:

1. Belajar melalui bermain

Anak di bawah usia 6 tahun berada pada masa bermain. Pemberian rangsangan pendidikan dengan cara yang tepat melalui bermain, dapat memberikan pembelajaran yang bermakna pada anak.

2. Berorientasi pada perkembangan anak

Pendidik harus mampu mengembangkan semua aspek perkembangan sesuai dengan tahapan usia anak.

3. Berorientasi pada kebutuhan anak

Pendidik harus mampu memberi rangsangan pendidikan atau stimulasi sesuai dengan kebutuhan anak, termasuk anak-anak yang mempunyai kebutuhan khusus.

4. Berpusat pada anak

Pendidik harus menciptakan suasana yang bisa mendorong semangat belajar, motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, inovasi, dan kemandirian sesuai dengan karakteristik, minat, potensi, tingkat perkembangan, dan kebutuhan anak.

5. Pembelajaran aktif

Pendidik harus mampu menciptakan suasana yang mendorong anak aktif mencari, menemukan, menentukan pilihan, mengemukakan pendapat, dan melakukan serta mengalami sendiri.

6. Berorientasi pada pengembangan nilai-nilai karakter

Pemberian rangsangan pendidikan diarahkan untuk mengembangkan nilai-nilai yang membentuk karakter yang positif pada anak. Pengembangan nilai-nilai karakter tidak dengan pembelajaran langsung, akan tetapi melalui pembelajaran untuk mengembangkan kompetensi pengetahuan dan keterampilan serta melalui pembiasaan dan keteladanan.

7. Berorientasi pada pengembangan kecakapan hidup

Pemberian rangsangan pendidikan diarahkan untuk mengembangkan kemandirian anak. Pengembangan kecakapan hidup dilakukan secara terpadu baik melalui pembelajaran untuk mengembangkan kompetensi pengetahuan dan keterampilan maupun melalui pembiasaan dan keteladanan.

8. Didukung oleh lingkungan yang kondusif

Lingkungan pembelajaran diciptakan sedemikian rupa agar menarik, menyenangkan, aman, dan nyaman bagi anak. Penataan ruang diatur agar anak dapat berinteraksi dengan pendidik, pengasuh, dan anak lain.

9. Berorientasi pada pembelajaran yang demokratis

Pembelajaran yang demokratis sangat diperlukan untuk mengembangkan rasa saling menghargai antara anak dengan pendidik, dan antara anak dengan anak lain.

10. Pemanfaatan media belajar, sumber belajar, dan narasumber

Pendidik diharapkan mampu memanfaatkan berbagai alat bantu belajar yang ada di lingkungan rumah dan tempat tinggal anak, sehingga anak dapat memperoleh sumber pengetahuan yang sesuai dengan lingkungannya. Pendidik juga dapat menghadirkan orang-orang dengan profesi tertentu sebagai narasumber yang berkaitan dengan tema pembelajaran seperti: polisi, dokter, petani, nelayan.

Sub-Sesi 4.2

Aspek lingkungan dan stimulasi

Pembelajaran pada anak usia dini membutuhkan lingkungan dan stimulasi yang sesuai agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Lingkungan anak usia dini terdiri dari beberapa aspek, diantaranya:

1. Lingkungan fisik (objek, ruang)

Lingkungan fisik yang berbeda akan mempengaruhi anak, misalnya anak yang dibesarkan dengan alat mainan yang bervariasi serta ruang gerak yang luas, akan lebih memungkinkan berkembang secara optimal bila dibandingkan dengan mereka yang serba kekurangan dan tinggal di rumah yang sempit.

2. Lingkungan yang bersifat aktivitas (bermain, kegiatan sehari-hari)

Anak yang aktivitas sehari-hari diisi dengan kegiatan yang bermakna misalnya bermain dengan ibu, hasilnya akan lebih berkualitas dibandingkan bila anak bermain sendiri.

3. Berbagai orang yang berada disekitar anak

Aspek ini dipengaruhi karakteristik orang di sekitar anak (usia, jenis kelamin, pekerjaan, status kesehatan dan tingkat pendidikan). Lingkungan anak akan lebih baik bila orang-orang disekitarnya berpendidikan dibandingkan bila lingkungannya terdiri dari orang yang tidak pernah mengikuti pendidikan formal.

4. Sistem nilai: sikap dan norma.

Anak akan lebih baik apabila diasuh dengan menanamkan disiplin dibandingkan dalam lingkungan dengan aturan yang tidak menentu.

5. Komunikasi antar anak dan orang disekelilingnya

Komunikasi akan menentukan perkembangan sosial dan emosional anak.

6. Hubungan yang hangat dan anak merasa kebutuhannya terpenuhi

Hubungan ini akan berdampak pada perkembangan kepribadian yang lebih mantap dibandingkan apabila hubungannya lebih banyak mendatangkan kecemasan (Patmonodewo, 2003).

Sub-Sesi 3

Proses pendidikan anak usia dini

Proses pendidikan anak usia dini setidaknya terdapat empat hal yang terkait didalamnya, yang meliputi:

1. **Tujuan** yaitu kemampuan yang ingin dicapai oleh anak dalam kegiatan belajar tersebut.
2. **Bahan** yaitu materi atau kegiatan yang dapat mengantarkan anak mencapai kemampuan yang diinginkan. Bahan dikembangkan oleh pendidik berdasarkan tema yang ada dan disesuaikan dengan kemampuan yang ingin dicapai.
3. **Metode dan media** yaitu metode mengajar yang digunakan pendidik dalam melaksanakan program kegiatan belajar dan media atau alat yang diperlukan agar kegiatan yang direncanakan dapat berjalan dengan optimal.
4. **Penilaian** yaitu usaha pendidik untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan program dan keberhasilan anak mencapai kemampuan yang diharapkan (Rusidjono, 2010).

Sub-Sesi 4

Ciri-ciri bermain:

- Atas dasar sukarela, bukan paksaan
- Selalu menyenangkan, mengasyikkan dan menggairahkan
- Lebih mementingkan proses daripada tujuan
- Partisipasi aktif, baik secara fisik maupun secara psikis
- Bebas dilakukan oleh anak. Bebas membuat aturan sendiri dan mewujudkan fantasinya
- Makna dan kesenangan bermain sepenuhnya ditentukan anak sebagai pelaku

Contoh Video Microteaching: bit.ly/BukuOrtu43

Tips bermain bersama anak usia dini:

1. **Luangkan waktu yang cukup.** Pusatkan perhatian kita pada kegiatan bermain, tidak dibarengi dengan kegiatan lainnya misalnya sambil memainkan gawai/gadget atau menonton televisi.
2. **Curahkan kasih sayang dan perhatian.** Jadikan diri sebagai teman bermain anak. Ciptakan rasa kenyamanan, kebersamaan dan keterlibatan dalam permainan. Bermain bersama anak bukan paksaan tetapi kegiatan yang dapat dilakukan bersama dengan cara yang menyenangkan antara anak dan kita.
3. **Tunjukkan kesenangan saat bermain.** Beri dukungan dan pujian pada anak saat bermain, baik berupa senyuman, tepuk tangan atau pelukan (saat mereka berhasil melakukan dan menyelesaikan permainan).
4. **Saat bermain sebaiknya Pendidik PAUD memanfaatkan benda-benda di sekitar sebagai alat permainan,** semisal: sendok, botol kosong, buah-buahan, ranting kayu, daun dan bahan ajar lain yang berasal dari lingkungan alam sekitar. Hal ini bertujuan agar anak dapat meningkatkan kemampuan kecerdasan dan kreatifitasnya.
5. **Menjaga kebersihan dan keamanan alat serta lingkungan main.** Sebaiknya memilih tempat main yang aman untuk bermain dan tidak menggunakan alat permainan yang mudah tertelan (seperti: uang logam, kancing), benda mudah melukai (pisau, benda lancip/tajam, benda mudah pecah) dan jauhkan dari peralatan listrik.

Sesi 2. Bermain Bersama Anak: Usia 0-1 tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orangtua untuk memilih permainan yang dapat menstimulasi perkembangan anak sesuai tahapan usia 0-1 tahun.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *voice note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Praktik bermain

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 30 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Latihan 4.2** Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 0-1 tahun.
- **Latihan aktifitas** bermain “Suara apa itu?” (halaman 47 buku orangtua)
- **Infografis 4.2** perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun (halaman 45 buku orangtua)

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran Sesi 2 dengan menuliskan pesan (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.2.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.2.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.2.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.2.4**).
4. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan tahap perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun dengan berdasarkan Infografis (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 2.1 Penjelasan tahap perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun**). Lalu kirimkan **Infografis 4.2**
5. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 2.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menyimpulkan perbedaan tahap perkembangan fisik motorik anak usia tersebut melalui *voice note* (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 2.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan fisik motorik**).

7. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.2.1**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file Latihan 4.2 (halaman 46 buku orangtua)** kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.2.7**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.
9. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.2.8**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
10. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file aktifitas bermain** kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.2.9**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.
11. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.2.10**. Lalu mempersilahkan perwakilan orangtua untuk **mengirimkan foto jawaban latihan 4.2**.
12. Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui *voice note*. (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 4.2.3 Pesan Kunci**).
13. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *voice note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.2.11**).
14. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua

🔊 **Voice Note 4.2.1 Penjelasan tahap perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun**

Waktu anak berusia 0-1 tahun, apa permainan yang umumnya diberikan orangtua?

Ibu/ bapak tolong diperhatikan materi perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun berikut.

🔊 **Voice Note 4.2.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan fisik motorik**

(Penjelasan berdasarkan Infografis)

🔊 **Voice Note 4.2.3 Pesan Kunci**

Aktifitas bermain untuk anak usia 0-1 tahun

Perkembangan **fisik motorik** merupakan fokus perkembangan anak usia 0-1 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk menstimulasi perkembangan fisik motoriknya.

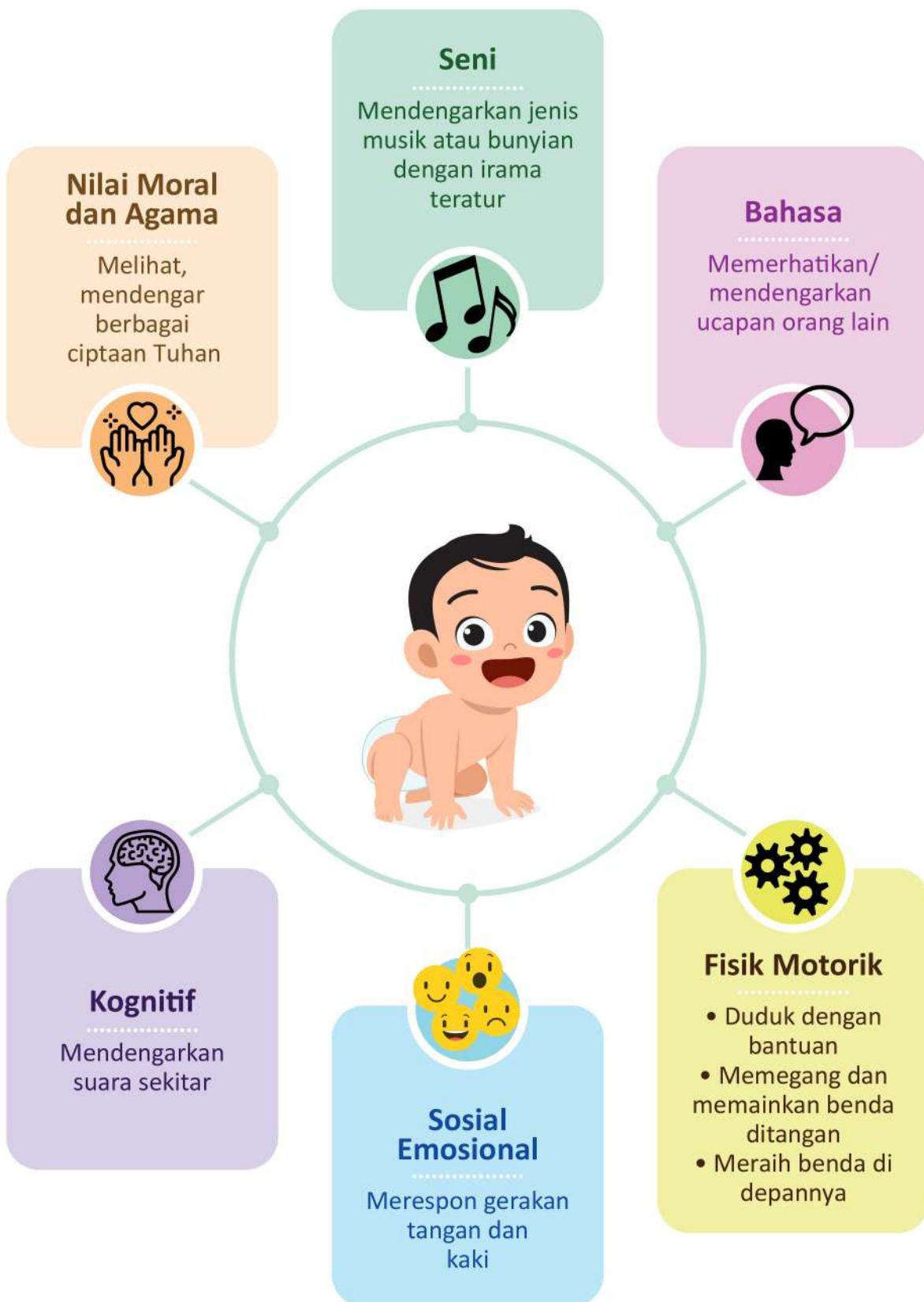
Kegiatan bermain yang dilakukan harus mampu menstimulasi kemampuan pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecapan, perabaan dengan menggunakan gerakan mata, tangan dan kaki.

Contoh aktifitas yang dapat dilakukan adalah:

- Melihat benda-benda dengan aneka bentuk dan warna
- Mendengar suara binatang, irama dan lagu-lagu
- Mencium berbagai bau seperti harum bunga, buah-buahan
- Merasakan berbagai rasa makanan dengan rasa asin, manis, kecut, pahit
- Memegang benda-benda dengan tekstur yang berbeda
- Menggerakkan tangan dan kaki

Infografis 4.1

Aspek Perkembangan Anak Usia 0 - 1 tahun



 **Pesan teks 4.2.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah Bermain Bersama Anak Usia 0-1 tahun.

 **Pesan teks 4.2.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 4.2.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

 **Pesan teks 4.2.4** Salam(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 4.2.5** Ini adalah penjelasan tahapan perkembangan fisik motorik anak usia 0-1 tahun. Silahkan bapak/ibu bisa menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan di setiap usia.

 **Pesan teks 4.2.6** Ini adalah penjelasan perbedaan tahapan perkembangan fisik motorik di usia tersebut. Apakah ada yang kurang mengerti?

 **Pesan teks 4.2.7** Bapak/ibu silahkan membuka latihan 4.2 (halaman 46 buku orangtua). Permainan kesenangan buah hatiku usia 0-1 tahun.

Pesan teks 4.2.8 Silahkan bapak/ibu mengisi lembar latihan tersebut.

 **Pesan teks 4.2.9** Ini adalah contoh aktifitas bermain “Suara apa itu”. Silahkan diperaktekan oleh bapak/ibu setelah kelas ini selesai.

 **Pesan teks 4.2.10** Mari kita kembali ke lembar latihan 4.1 (halaman 46 buku orangtua), apakah ada yang mau mengirimkan dan menjelaskan hasil jawabannya?

 **Pesan teks 4.2.11** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami Pesan Kunci dari Sesi 2: Bermain Bersama Anak: Usia 0-1 tahun

Latihan 4.2. Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 0-1 tahun.

Sebutkan contoh permainan anak usia 0-1 tahun yang dapat menstimulasi perkembangan fisik motoriknya yang menjadi kesenangan anak Anda. Jelaskan peralatan apa saja yang diperlukan. Bagaimana permainan tersebut dilakukan dan manfaat yang dirasa dari permainan tersebut!

Nama permainan	
Peralatan yang diperlukan	
Kegiatan yang dilakukan	
Manfaat permainan	

Aktivitas bermain bersama anak usia 0 – 1 Tahun

Suara Apa Itu?



Peralatan yang diperlukan:

1. Cermin
2. Gambar benda berbagai bentuk (misal: binatang, mobil)
3. Mainan atau benda yang mengeluarkan suara atau bunyi (misal. boneka yang bersuara, terompet, tamborin, botol berisi beras, kaleng, dan toples).

Kegiatan yang dilakukan:

1. Untuk membantu anak agar dapat belajar duduk sendiri, kita dapat memanfaatkan alat bantu berupa cermin. Cermin digunakan untuk menarik perhatian anak karena umumnya anak tertarik untuk melihat bayangan mereka pada cermin. Kegiatan dapat dimulai dengan meletakkan cermin di depan anak (diposisikan sejajar dengan pandangan mata anak saat dia duduk). Tahan lengan anak untuk menopang badannya (pastikan untuk tidak langsung melepasnya). Biarkan anak terbiasa dengan posisi duduk terlebih dahulu. Jika anak sudah mulai kuat menahan badannya sendiri, barulah perlahan-lahan melepasnya.
2. Tempelkan berbagai gambar bentuk benda pada cermin tersebut. Kemudian, posisikan kita duduk di depan kaca bersama anak dan biarkan anak untuk meraih atau menyentuh stiker yang ada di hadapan mereka. Selama anak mencoba untuk meraih atau meraba gambar tersebut, kita dapat memberikan pertanyaan mengenai gambar tersebut, misalnya “gambar apa itu?” lalu cobalah tirukan suara gambar tersebut (misalnya gambar kucing, dengan suara “miaow miaow”).

3. Setelah anak cukup tertarik dengan gambar dan bayangan wajah mereka pada cermin, ajak anak bermain ekspresi di depan cermin. Contohkan beberapa ekspresi wajah atau gerakan tubuh kepada anak dan biarkan anak merespons dengan gerakan tangan dan kaki mereka dan mengikuti ekspresi atau gerakan tubuh tersebut. Bebaskan anak untuk bermain dengan ekspresi atau gerakan tubuh mereka sendiri.
4. Selanjutnya, ambil 2-3 jenis mainan atau benda yang mengeluarkan suara atau bunyi yang berbeda dan taruh mainan tersebut di hadapan anak. Biarkan anak mengamati benda-benda tersebut. Ajak anak untuk mencoba beberapa mainan atau benda tersebut secara bergantian (contohnya memukulkan sendok ke kaleng lalu ke gelas). Hal ini dilakukan agar anak dapat mengamati bahwa setiap benda tersebut mengeluarkan suara yang berbeda-beda. Kemudian, kita dapat mencontohkan memainkan benda tersebut hingga mengeluarkan suara atau bunyi secara beraturan (misalnya memukul kaleng dengan irama yang beraturan “ting-ting-ting, ting-ting-ting, ting-ting-ting”). Biarkan anak mencoba memegang dan meniru memukul benda tersebut hingga mengeluarkan suara.

Sesi 3. Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orangtua untuk memilih permainan yang dapat menstimulasi perkembangan anak sesuai tahapan usia 1-3 tahun.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *voice note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Praktik bermain

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 30 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice note**
- **Pesan teks**
- **Latihan 4.3** Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 1-3 tahun
- **Latihan aktifitas** bermain peran “Belanja” (halaman 51 buku orangtua)
- **Infografis 4.3** perkembangan bahasa anak usia 1-3 tahun

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran sesi 3 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.4**).
4. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan tahap perkembangan bahasa anak usia 1-3 tahun melalui *voice note* berdasarkan Infografis (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 4.3.1 Penjelasan tahap perkembangan bahasa anak usia 1-3 tahun**). Lalu mengirimkan **infografis 4.2 (halaman 49 buku orangtua)** tersebut.
5. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.3.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menyimpulkan perbedaan tahap perkembangan bahasa anak usia tersebut melalui *voice note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 4.3.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan bahasa**).

7. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.3.6.** Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD meminta orangtua membuka **latihan 4.3** (halaman 49 buku orangtua) kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.7**).
9. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.3.8.** Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
10. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD meminta orangtua membuka halaman 51 - aktifitas bermain bersama anak usia 1-3 tahun kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.9**).
11. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.3.10.** Lalu mempersilahkan perwakilan orangtua untuk **mengirimkan foto jawaban latihan 4.3.**
12. Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui *voice note*. (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 4.3.3 Pesan Kunci**).
13. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *voice note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.3.11**).
14. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih.

🔊 **Voice Note 4.3.1 Penjelasan tahap perkembangan bahasa usia 1-3 tahun** Waktu anak berusia 1-3 tahun, apa permainan yang umumnya diberikan orangtua?

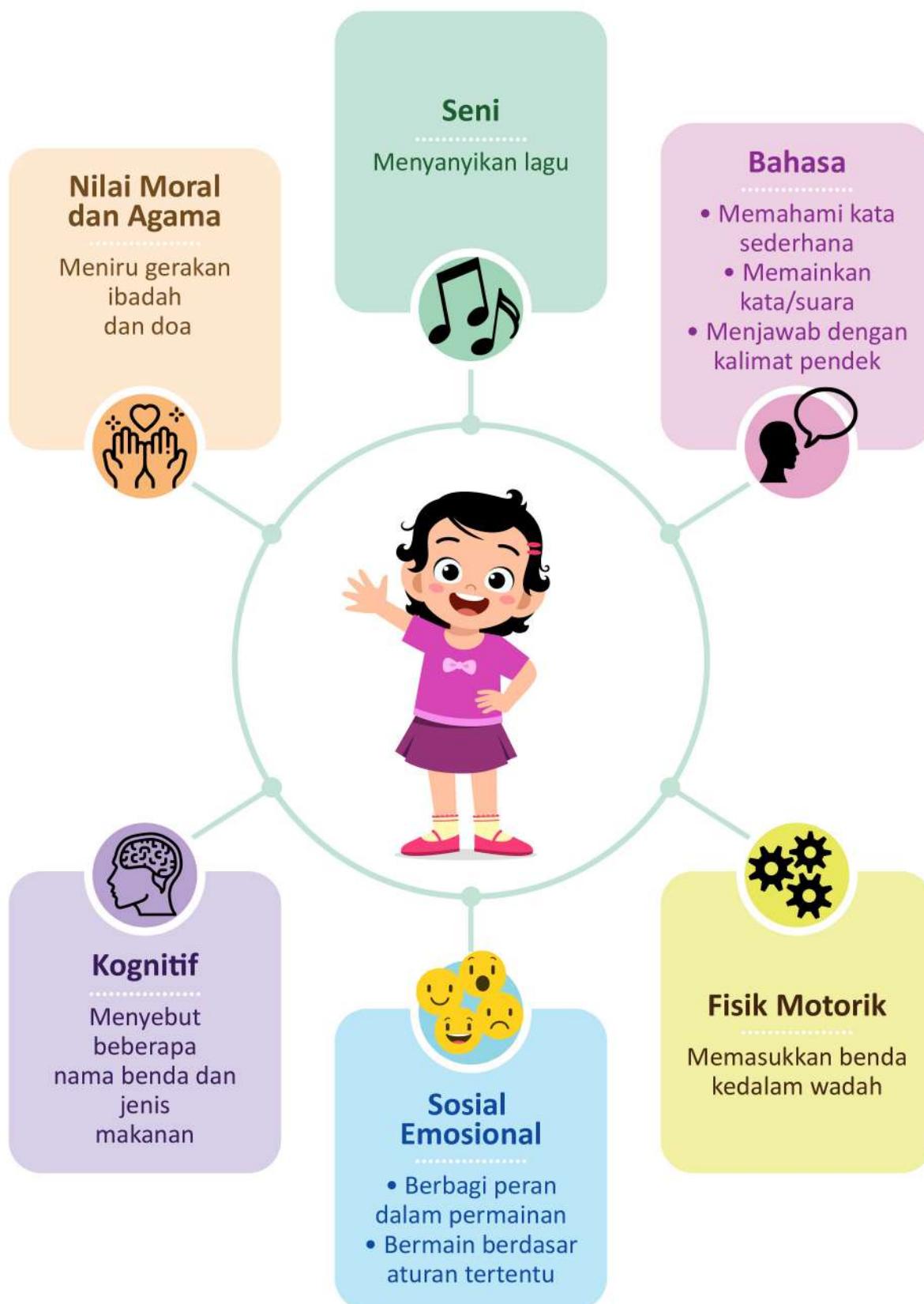
Ibu/ bapak tolong diperhatikan materi perkembangan bahasa anak usia 1-3 tahun berikut (**Infografis 4.3 - halaman 49**)

(Penjelasan berdasarkan Infografis)

🔊 **Voice Note 4.3.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan bahasa**

(Penjelasan berdasarkan Infografis)

Aspek Perkembangan Anak Usia 1 - 2 tahun



Voice Note 4.3.3 Pesan Kunci

Aktifitas bermain untuk anak usia 1-3 tahun

Perkembangan bahasa merupakan fokus perkembangan anak usia 1-3 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk merangsang perkembangan bahasa.

Kegiatan bermain yang dilakukan adalah kegiatan yang merangsang kemampuan memahami instruksi atau penjelasan (bahasa reseptif) serta kegiatan yang memberi kesempatan anak untuk mampu mengungkap perasaan serta pendapatnya (bahasa ekspresif).

Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan adalah:

- Mendengarkan dan membaca bersama buku cerita serta memahami isi ceritanya
- Mendengarkan lagu-lagu dan menghafalkan syairnya
- Menonton film anak dan memahami alur ceritanya
- Melakukan bermain peran untuk melatih kemampuan mengungkapkan pikiran dan perasaan

 **Pesan teks 4.3.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun.

 **Pesan teks 4.3.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 4.3.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

 **Pesan teks 4.3.4** Salam ...(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 4.3.5** Ini adalah penjelasan tahapan perkembangan bahasa anak usia 1-3 tahun. Silahkan bapak/ibu bisa menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan di setiap usia.

 **Pesan teks 4.3.6** Ini adalah penjelasan perbedaan tahapan perkembangan sosial emosional di usia tersebut. Apakah ada yang kurang mengerti?.

 **Pesan teks 4.3.7** Ibu/Bapak silahkan buka latihan 4.3 Permainan kesenangan buah hatiku usia 1-3 tahun.

 **Pesan teks 4.3.8** Silahkan bapak/ibu mengisi lembar latihan tersebut.

 **Pesan teks 4.3.9** Pada halaman 51 buku orangtua adalah contoh aktifitas bermain peran “Belanja”. Silahkan dipraktekkan oleh bapak/ibu setelah kelas ini selesai.

 **Pesan teks 4.3.10** Mari kita kembali ke lembar latihan 4.2, apakah ada yang mau mengirimkan dan menjelaskan hasil jawabannya?.

 **Pesan teks 4.3.11** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice note* Pesan Kunci dari Sesi 3: Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun.

Latihan 4.3. Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 1-3 Tahun

Sebutkan contoh permainan anak usia 1-3 tahun yang dapat menstimulasi perkembangan bahasanya yang menjadi kesenangan anak Anda. Jelaskan peralatan apa saja yang diperlukan. Bagaimana permainan tersebut dilakukan, dan manfaat yang dirasa dari permainan tersebut!

Nama permainan	
Peralatan yang diperlukan	
Kegiatan yang dilakukan	
Manfaat permainan	

Aktifitas bermain bersama anak usia 1-3 tahun

Bermain Peran “Belanja”



Peralatan yang diperlukan:

1. Mainan aneka kemasan bekas yang bersih, perlengkapan masak dan makan (bisa memanfaatkan alat masak dan makan yang ada, tetapi gunakan alat yang aman bagi anak).
2. Keranjang atau tas belanja.
3. Mainan telepon sebanyak 2 buah (digunakan bergantian).
4. Kumpulan lagu-lagu anak

Kegiatan yang dilakukan:

1. Sebelum memulai kegiatan ajak anak berdoa terlebih dahulu dengan mencontohkan gerakan berdoa.
2. Ajak anak sebaya lainnya (teman atau saudara) untuk bermain bersama anak. Kemudian, jelaskan kepada anak-anak bahwa permainan yang akan dilakukan adalah bermain peran menjadi penjual dan beberapa pembeli. Jelaskan aturan permainan kepada anak bahwa setiap anak akan bergantian berperan sebagai penjual dan pembeli. Ajak anak untuk menentukan urutan peran mereka masing-masing.
3. Sajikan mainan perlengkapan masak dan makan yang disediakan. Biarkan anak mengamati perlengkapan tersebut. Jelaskan kepada anak tugas dari masing-masing peran:
 - Penjual adalah untuk untuk melayani keinginan pembeli sesuai apa yang penjual jual di tempat itu.
 - Pembeli bertugas untuk membayar setelah membeli barang.
 - Berikan keranjang atau tas belanja kepada anak yang berperan sebagai pembeli.

4. Selama permainan berlangsung biarkan anak berkomunikasi dengan cara mereka sendiri. Sesekali kita mengajak anak berbicara dengan menggunakan beberapa kata Tanya, misalnya:
 - “Adek beli apa aja?”
 - “Buat siapa makanannya, dek?”
 - “Kamu beli di mana ini, dek?”
 - “Adek, nanti bayar makanannya bagaimana?”
5. Setelah semua anak mendapatkan giliran peran sebagai penjual dan pembeli, ajak anak untuk mengembangkan permainan dengan menggunakan telepon, misalnya melakukan pemesanan belanja melalui telepon secara sederhana.
6. Berikan mainan telepon kepada anak-anak. Jelaskan aturan permainan kepada anak bahwa setiap anak akan bergantian menggunakan telepon untuk memesan belanja. Anak yang berperan sebagai pembeli akan menelepon penjual untuk memesan belanja, sedangkan penjual akan menerima telepon dari pembeli dan mengantarkan barang belanja yang dipesan. Kita dapat memberikan contoh terlebih dahulu dengan percakapan sebagai berikut:

Kita orang dewasa : “Halo...bisa bicara dengan Ana?”
Anak : “Iya, ini Ana?”
Kita orang dewasa : “Ana, aku mau beli buah, ada enggak?”
Anak : “Ada”
Kita orang dewasa : “Aku mau buah apel boleh ya?”
Anak : “Boleh”
7. Setelah permainan selesai, berikan apresiasi kepada anak dengan bertepuk-tangan bersama kemudian ajak anak-anak untuk bernyanyi bersama-sama. Pilihlah lagu yang disukai anak. Biarkan anak menyebutkan kata terakhir dari setiap baris lirik lagu.
8. Setelah semua kegiatan selesai, ajak anak untuk berdoa dengan gerakan berdoa.

Sesi 4. Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orangtua untuk memilih permainan yang dapat menstimulasi perkembangan anak sesuai tahapan usia 3-6 tahun.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *voice note* dan tulisan di WhatsApp (WA)
2. Praktik bermain

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 30 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Latihan 4.4** Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 3-6 tahun
- **Latihan aktifitas** bermain “Ayo makan”
- **Infografis 4.3** perkembangan sosial emosional anak usia 3-6 tahun

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran sesi 4 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.4.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.4.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.4.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.4.4**).
4. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan tahap perkembangan sosial emosional anak usia 3-6 tahun melalui *voice note* berdasarkan **Infografis 4.4** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 4.4.1 Penjelasan tahap perkembangan sosial emosional anak usia 3-6 tahun**). Lalu mengirimkan Infografis tersebut.
5. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.4.5**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menyimpulkan perbedaan tahap perkembangan bahasa anak usia tersebut melalui *voice note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 4.4.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan sosial emosional**).

7. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.4.6.** Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file latihan 4.4** kepada orangtua (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.4.7.**)
9. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.4.8.** Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
10. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file aktifitas bermain** kepada orangtua (**Silahkan menuliskan Pesan teks 4.4.9.**)
11. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.4.10.** Lalu mempersilahkan perwakilan orangtua untuk **mengirimkan foto jawaban latihan 4.4.**
12. Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui *voice note*. (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 4.4.3 Pesan Kunci**).
13. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *voice note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.11**).
14. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.4.12**).

 **Voice Note 4.4.1 Penjelasan tahap perkembangan sosial emosional usia 3-6 tahun**

Waktu anak berusia 3-6 tahun, apa permainan yang umumnya diberikan orangtua?

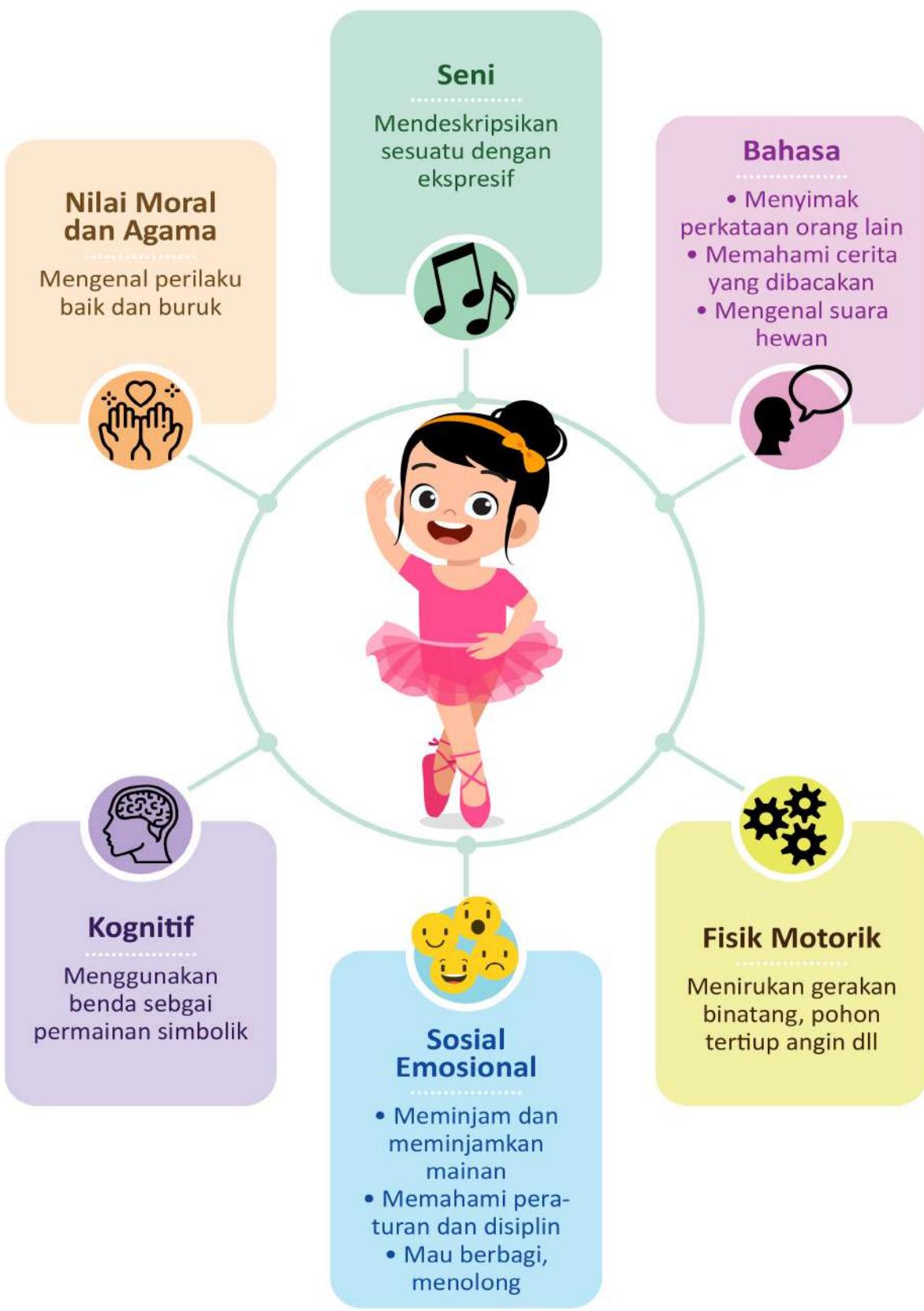
Ibu/ bapak tolong diperhatikan materi perkembangan sosial emosional anak usia 3-6 tahun berikut (**Infografis 4.4, halaman 53 buku orangtua**)

(Penjelasan berdasarkan Infografis)

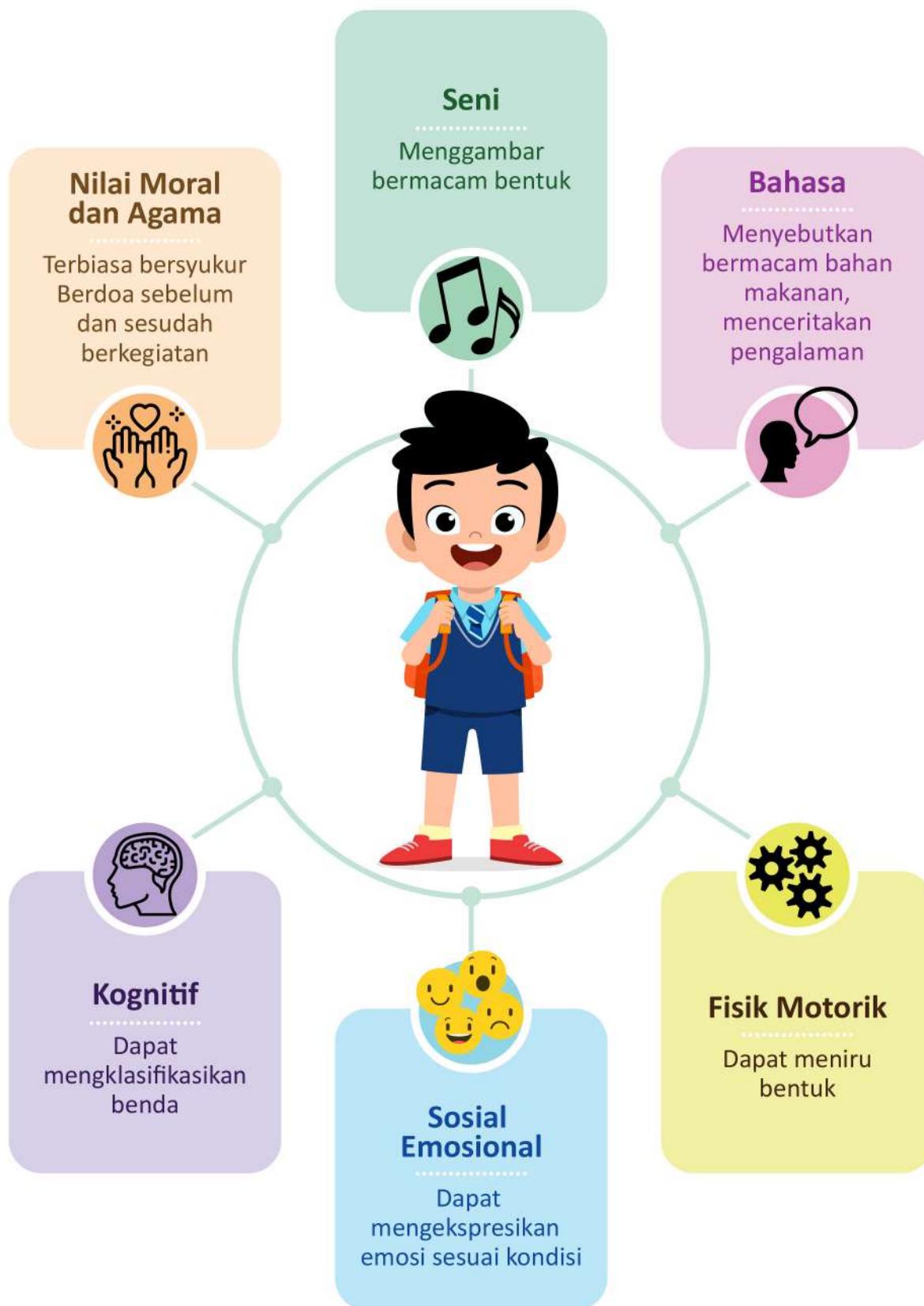
 **Voice Note 4.4.2 Penjelasan perbedaan tahap perkembangan sosial emosional**

(Penjelasan berdasarkan Infografis)

Aspek Perkembangan Anak Usia 3 - 4 tahun



Aspek Perkembangan Anak Usia 5 - 6 tahun



Voice Note 4.4.3 Pesan Kunci

Aktifitas bermain untuk anak usia 3-6 tahun

Perkembangan sosial emosional merupakan fokus perkembangan anak usia 3-6 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk merangsang perkembangan sosial emosional anak terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya.

Kegiatan bermain yang dilakukan adalah kegiatan yang melatih pengendalian diri, kemandirian, dan menolong orang lain.

Beberapa kegiatan bermain yang dapat dilakukan adalah:

- Bermain peran dengan melakukan aktifitas rutin di rumah seperti bermain peran ibu-bapak-anak, memasak, berbelanja
- Mendengarkan dan membaca bersama buku cerita dengan tema persahabatan, kerjasama, dan saling-menolong
- Melatih kemandirian dalam melakukan rutinias harian seperti makan, mandi, dan tidur dengan suasana bermain
- Menggunakan gambar, tulisan atau kerajinan tangan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan

 **Pesan teks 4.4.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun

 **Pesan teks 4.4.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 4.4.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

 **Pesan teks 4.4.4** Salam (sebutkan para orangtua), silahkan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 4.4.5** Ini adalah penjelasan tahapan perkembangan sosial emosional anak usia 3-6 tahun. Silahkan bapak/ibu bisa menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan di setiap usia.

 **Pesan teks 4.4.6** Ini adalah penjelasan perbedaan tahapan perkembangan sosial emosional di usia tersebut. Apakah ada yang kurang mengerti?

 **Pesan teks 4.4.7** Bapak/ibu silahkan membuka latihan 4.4 (halaman 55 buku orangtua. Permainan kesenangan buah hatiku usia 3-6 tahun.

 **Pesan teks 4.4.8** Silahkan bapak/ibu mengisi lembar latihan tersebut.

 **Pesan teks 4.4.9** Ini adalah contoh aktifitas bermain peran “Ayo makan”. Silahkan diperaktekan oleh bapak/ibu setelah kelas ini selesai.

 **Pesan teks 4.4.10** Mari kita kembali ke lembar latihan 4.4, apakah ada yang mau mengirimkan dan menjelaskan hasil jawabannya?

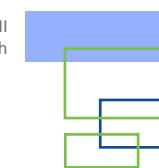
 **Pesan teks 4.4.11** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice note* Pesan Kunci dari Sesi 4: Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun

 **Pesan teks 4.12** Terima kasih pada:..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

Latihan 4.4. Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 3-6 Tahun

Sebutkan contoh permainan anak usia 3-6 tahun yang dapat menstimulasi perkembangan sosial emosionalnya yang menjadi kesenangan anak Anda, serta jelaskan peralatan apa saja yang diperlukan, bagaimana permainan tersebut dilakukan, dan manfaat yang dirasa dari permainan tersebut!

Nama permainan	
Peralatan yang diperlukan	
Kegiatan yang dilakukan	
Manfaat permainan	



Aktifitas bermain bersama anak usia 5-6 tahun

“Ayo Makan”



Peralatan yang diperlukan:

1. Contoh gambar nasi, telor, ayam goreng, tempe, tahu, sayuran dan buah (berwarna-warni, misalnya hijau seperti bayam dan alpukat, orange seperti wortel dan labu, merah seperti tomat dan kubis merah).
2. Piring plastik, sendok plastik, mangkuk, toples, dll (yang tersedia di dapur).
3. Kertas gambar dan spidol atau krayon berwarna.

Kegiatan yang dilakukan:

1. Pandu anak untuk mengucapkan doa sebelum melakukan kegiatan (misalnya mengucapkan Basmalah bagi umat muslim).
2. Tanyakan kepada anak apa saja yang telah dilakukan, serta makanan atau minuman apa yang telah dikonsumsi anak saat pagi tadi.

3. Sampaikan bahwa Tuhan YME yang telah memberikan kita rezeki berupa sumber makanan sehingga kita dapat mengonsumsi makanan untuk menjaga kesehatan tubuh kita. Kemudian, anak diajak untuk bersyukur kepada Tuhan YME dengan mengucapkan syukur kepada-Nya (misalnya mengucapkan Hamdalah bagi umat muslim). Anak juga dapat diajak berdiskusi mengenai apa yang harus dilakukan sebagai rasa terima kasih kepada Tuhan atas rezeki yang diberikan (misalnya dengan tidak menyisakan makanan yang telah disediakan).
4. Sajikan gambar bahan makanan dan alat makan yang disediakan dan mengajak anak untuk mengamati gambar tersebut.
5. Ajak anak untuk menyebutkan nama bahan makanan dan alat makan sesuai dengan contoh gambar atau alat yang disediakan. Sambil mengajak anak menyebutkan nama-nama bahan makanan tersebut, tekankan pesan bahwa buah dan sayur mengandung banyak vitamin dan mineral yang diperlukan agar tubuh tetap sehat.
6. Tanyakan kepada anak mengenai konsep benda, warna, bentuk dan ukuran yang ada pada gambar bahan makanan dan alat makan tersebut. Kemudian, persilahkan anak mengelompokkan gambar bahan makanan dan alat makan tersebut berdasarkan konsep benda, warna, bentuk dan ukuran yang dipahami anak.
7. Persilahkan anak untuk memilih gambar bahan makanan atau alat makan yang disukai oleh anak. Kemudian, tanyakan alasan anak mengapa menyukai gambar/alat yang dipilih. Ajak anak mengekspresikan kegembiraan mereka atas gambar/alat tersebut atau kesedihan mereka jika gambar/alat tersebut hilang atau diambil orang lain. Selain itu, tanyakan alasan anak tidak memilih gambar/alat yang lain. Apakah anak tidak menyukai gambar/alat tersebut? Kemudian, ajak anak untuk mengekspresikan ketidaksukaan mereka terhadap gambar/benda tersebut.
8. Berikan alat dan bahan untuk menggambar. Kemudian, contohkan kepada anak cara menggambar buah dan sayur/alat makan yang dipilih. Bimbing anak untuk menggambar (dengan meniru bentuk) dan mewarnai (sesuai dengan warna) bahan makanan/alat makan yang dipilih anak tersebut. Berikan apresiasi kepada anak atas hasil karya yang mereka buat.
9. Ajak anak untuk berdoa setelah melakukan kegiatan.

Sesi 5. Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orangtua agar mampu mengevaluasi kegiatan bermain anak dan mengamati reaksi anak.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *voice note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Praktik dokumentasi melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice note**
- **Pesan teks**
- Foto karya anak di sekolah (**dilampirkan oleh Pendidik PAUD**)
- Foto karya anak (**dilampirkan oleh orangtua/wali**)

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pembelajaran sesi 5 dengan menuliskan pesan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.1**).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orangtua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.2**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orangtua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.3**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.4**).
4. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan foto hasil karya anak di sekolah** kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.5**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menjelaskan ceritakan sisi menarik dari karya anak agar orangtua memahami perlunya mengevaluasi kegiatan bermain anak dan ekspresi anak melalui *voice note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 4.5.1 Penjelasan sisi menarik hasil karya anak**).
6. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **meminta orangtua untuk mengirim foto** hasil karya anak (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.6**). Minta orangtua mengirimkan file dalam waktu 5 menit.

7. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 4.5.7**. Lalu mempersilahkan perwakilan orangtua bercerita tentang hasil karya anaknya.
8. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan manfaat materi kali ini melalui *voice note* (Silahkan merekam dan mengirim **Voice Note 4.5.2 Manfaat materi**).
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *voice note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 4.5.8**).
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua.

 **Voice Note 4.5.1 Penjelasan sisi menarik hasil karya anak.** Menghargai hasil karya anak dengan menyimpan dan memajangnya akan memberikan rasa percaya diri dan rasa dihargai. Ini berguna bagi perkembangan emosinya dimasa datang.

 **Voice Note 4.5.2 Manfaat materi.** Kegiatan mencatat aktifitas anak akan meningkatkan kepekaan kita sebagai orangtua untuk memerhatikan dengan seksama perkembangan anak dari hari ke hari. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini sangat pesat sebagai orangtua kita perlu memantauanya agar mereka berkembang dengan baik.

 **Pesan teks 4.5.1** Bapak/ibu, hari ini materi yang disampaikan adalah Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa.

 **Pesan teks 4.5.2** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 4.5.3** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X.

 **Pesan teks 4.5.4** Salam...(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 4.5.5** Ini adalah salah satu hasil karya anak di sekolah.

 **Pesan teks 4.5.6** Silahkan bapak/ibu mengirimkan foto hasil karya anak disini.

 **Pesan teks 4.5.7** Apakah ada yang ingin bercerita tentang hasil karya anaknya?

 **Pesan teks 4.5.8** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice note* Sesi 5: Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa.

Latihan 4.5 Lembar Evaluasi

Sebutkan 2 aspek perkembangan utama yang dapat dirangsang melalui aktifitas berikut

No	Aktivitas anak	Jawaban
1	Bernyanyi	
2	Menyebutkan nama hewan sesuai suaranya	
3	Menirukan gerakan ibadah	
4	Bermain telepon	
5	Berjualan dan belanja	
6	Menyusun puzzle	

Kunci Jawaban

No	Aktivitas anak	Jawaban
1	Bernyanyi	Seni dan bahasa
2	Menyebutkan nama hewan sesuai suaranya	Kognitif dan bahasa
3	Menirukan gerakan ibadah	Nilai moral dan agama serta motorik
4	Bermain telepon	Bahasa dan sosial-emosional
5	Berjualan dan belanja	Bahasa dan kognitif
6	Menyusun puzzle	Kognitif dan motorik

Modul 5

Memenuhi Gizi Anak yang Optimal

Sesi 1. Pengantar Gizi Seimbang

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat memahami dan menerapkan pengetahuan terkait gizi seimbang.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Infografis poster klasifikasi makanan**
- **Infografis tumpeng gizi dan 4 pilar gizi seimbang**
- **Video lagu 4 pilar gizi seimbang dari SAHABAT GIZI yang sudah diunduh (bit.ly/Bukuortu53)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD

1. Pendidik PAUD membuka sesi dengan menanyakan kabar orangtua dan anak didik.
2. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya memahami gizi pada anak dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada **Voice Note 5.1.1**.
3. Tanyakan pada orangtua makanan apa yang disukai anak dengan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.1.1**

4. Pendidik PAUD mengirimkan foto poster klasifikasi makanan (sumber tenaga, zat pembangun, zat pengatur). Kemudian mengajak orangtua untuk berdiskusi di WAG kelompok, untuk mengelompokkan daftar makanan kesukaan anak ke 3 klasifikasi tersebut. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.1.2**

Hasil diskusi per kelompok dibagikan ke WAG kelas

5. Pada WAG kelas, pendidik PAUD mengirimkan poster tumpeng gizi (**infografis 5.1.1**) dan 4 pilar gizi seimbang (**infografis 5.1.2**). Kemudian melalui *Voice Note*, pendidik PAUD menjelaskan apa itu “gizi seimbang” berdasarkan informasi pada **Voice Note 5.1.2**.
6. Tanyakan pada orangtua apakah anak sudah makan beragam? Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.1.3**
7. Pendidik PAUD menjelaskan pentingnya makan makanan beragam berdasarkan informasi pada **Voice Note 5.1.3 dan 5.1.4**
8. Minta orangtua memberikan jempol bila memahami materi hari ini. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.1.4**
9. Pendidik PAUD mengirimkan (link) video lagu 4 pilar gizi seimbang beserta *Voice Note* nyanyian lagu. Ajak orangtua meluangkan waktu mendengarkan lagu 4 pilar gizi seimbang. Di lain hari, dapat saling berbagi orangtua dan anak menyanyikan lagu ini bersama. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.1.5**
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih
11. Di luar sesi pembelajaran ini, diskusi pada WAG terkait makan makanan yang bergizi dapat tetap dilanjutkan. Pendidik PAUD dapat menggunakan uraian materi pada modul ini untuk pembahasan.

🔊) **Voice Note 5.1.1. Mengapa Kita Perlu Memahami Gizi pada Anak?**

Sebagaimana yang telah dipahami dari modul sebelumnya bahwa masa anak usia dini merupakan periode penting untuk mengembangkan pertumbuhan dan perkembangannya. Untuk mencapai itu semua dibutuhkan dukungan asupan zat gizi yang baik dengan makanan yang sehat dan bergizi. Dengan memahami konsep dasar gizi dan panduan gizi seimbang bagi anak maka kita dapat membekali diri untuk dapat secara mandiri dan optimal dalam memberikan asupan gizi yang baik bagi anak.

🔊) **Voice Note 5.1.2 Apa itu “Gizi Seimbang”?**

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal. Di Indonesia, Pedoman Gizi Seimbang diilustrasikan sebagai sebuah **tumpeng gizi seimbang**. Mari kita lihat halaman 61 buku orangtua.

Tumpeng Gizi Seimbang memiliki empat lapis yang secara berurutan dari bawah ke atas menunjukkan besaran anjuran konsumsi kelompok makanan tersebut dimana lapisan paling bawah dianjurkan dikonsumsi lebih banyak, sedangkan lapisan paling atas dianjurkan dikonsumsi lebih sedikit.

Setiap lapisan Tumbeng Gizi Seimbang menunjukkan bahan makanan, antara lain:

1. **Zat sumber tenaga:** karbohidrat, protein, dan lemak. Contoh: beras, roti, umbi-umbian, jagung, dsb.
2. **Zat pembangun:** protein hewani dan protein nabati. Contoh: daging merah, ayam/unggas, ikan, hati, telur, seafood, tahu, tempe, dan kacang-kacangan.
3. **Zat pengatur:** vitamin dan mineral. Contoh: terdapat dalam semua jenis bahan makanan, khususnya pada sayur dan buah.

Tumpeng Gizi seimbang juga menggambarkan prinsip dari **4 pilar gizi seimbang**, yaitu:

Pilar 1: Konsumsi Beraneka Ragam Pangan

Pilar 2: Biasakan Perilaku Hidup Bersih

Pilar 3: Lakukan Aktivitas Fisik Secara Rutin

Pilar 4: Pantau Berat Badan Secara Berkala

🔊) **Voice Note 5.1.3 Mengapa perlu makan makanan yang beragam?**

🔊) **Voice Note 5.1.4 Pesan Kunci Sesi 5.1**

Sediakan makanan padat gizi yang beragam untuk anak setiap kali makan

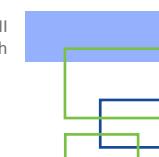
✍ **Pesan teks 5.1.1** Makanan apa saja yang disukai anak? Bapak Ibu dapat menyebutkannya dengan melanjutkan chat berikut ini. “Anak saya paling suka” (Daftar makanan diteruskan oleh orangtua selanjutnya)

✍ **Pesan teks 5.1.2** Secara berkelompok, mari kita berdiskusi makanan yang disukai anak kita ini termasuk pada sumber tenaga, zat pembangun, atau zat pengatur).

✍ **Pesan teks 5.1.3** Melihat pada daftar makanan kesukaan anak tadi, apakah anak kita sudah makan beragam?

✍ **Pesan teks 5.1.4** Berikan jempolnya bila sudah memahami materi hari ini.

✍ **Pesan teks 5.1.5** Lagu ini untuk mengingatkan kita tentang 4 pilar gizi seimbang. Lagu yang menyenangkan untuk dinyanyikan bersama anak dan keluarga. Lagu halaman 64 buku orangtua.



Infografis 5.1.1.



Infografis 5.1.2

Tumpeng Gizi Seimbang menggambarkan
4 Pilar Gizi Seimbang agar hidup sehat

Konsumsi
makanan
beragam

Biasakan
perilaku hidup
bersih

Malakukan
aktivitas fisik
secara rutin

Pantau berat
badan secara
berkala



Fakta Zat Gizi dalam Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Hasil studi SEAMEO RECFON pada anak usia dua tahun di Indonesia menunjukkan bahwa mereka rentan kekurangan asupan zat besi (Fe), kalsium (Ca), dan seng (Zn) dimana zat-zat gizi ini memiliki manfaat untuk:

- | | |
|----------------------|--|
| Zat besi (Fe) | : Untuk kecerdasan, mencegah kurang darah (anemia) |
| Kalsium (Ca) | : Untuk pertumbuhan tulang |
| Zat Seng (Zn) | : Untuk pertumbuhan tinggi badan, daya tahan tubuh terhadap penyakit |

Sumber: Fahmida dkk (2015)

Uraian materi sesi 5.1

Berikut ini adalah kelompok makanan berdasarkan kelompok zat gizi dan fungsinya untuk tubuh.

Zat gizi utama	Sumber makanan	Fungsi
Karbohidrat	Beras, jagung, ketan, umbi, mie, roti, gula	Menghasilkan tenaga Memberi rasa kenyang
Protein	Protein hewani: Ayam, ikan, daging merah, telur, hati, susu Protein nabati: Tahu, tempe, jamur, kacang-kacangan	Mempercepat pertumbuhan, perkembangan
Lemak	Minyak, mentega/margarin, kacang-kacangan	Meningkatkan asupan energi Membantu penyerapan vitamin A,D,E,K
Vitamin A	Hati, kuning telur, sayuran berdaun hijau, wortel	Kesehatan mata Anti-oksidan Meningkatkan kekebalan tubuh
Vitamin B kompleks	Kacang-kacangan, sereal, daging merah, unggas, susu, telur	Membantu metabolisme dan pembentukan sel
Vitamin C	Jeruk, tomat, markisa, brokoli, bayam	Anti-oksidan Meningkatkan kekebalan tubuh Membantu penyerapan zat besi
Vitamin D	Hati sapi, kuning telur, sarden, pindang	Membantu pembentukan tulang dan gigi
Vitamin E	Bayam, alpukat, brokoli, kacang-kacangan	Antioksidan Meningkatkan kekebalan tubuh
Vitamin K	Kubis, kembang kol, bayam, anggur, pir	Membantu proses penyembuhan luka
Zat besi	Hati, daging merah, sayuran berdaun hijau	Pembentukan sel darah merah, mencegah anemia
Kalsium	Kuning telur, susu, ikan kecil yang dimakan dengan tulangnya (teri, wader)	Pembentukan tulang dan gigi
Zat seng	Ikan laut, kerang, hati, daging merah	Meningkatkan kekebalan tubuh Mempercepat penyembuhan diare
Asam folat	Bayam, brokoli, hati, kacang-kacangan	Membantu perkembangan sel dan mencegah anemia

Apa kiat agar si kecil dapat makan bergizi?

Berikut adalah kiat-kiat yang dapat dilakukan agar anak dapat makan bergizi:

1.	Frekuensi makan anak: <ul style="list-style-type: none">• Makan utama 3x sehari• Makan selingan minimal 2-3x sehari
2.	Berilah makanan yang beragam setiap kali anak makan: <ol style="list-style-type: none">1) Nasi, umbi-umbian, biji-bijian2) Polong dan kacang-kacangan3) Susu dan olahan susu4) Daging (daging merah, daging unggas, ikan, hati, <i>seafood</i>)5) Telur6) Sayur atau buah kaya vitamin A (berwarna merah/oranye)7) Sayur atau buah lainnya
3.	Pilih makanan padat gizi, artinya makanan yang walaupun dikonsumsi dalam jumlah sedikit tetapi mengandung zat gizi yang bermanfaat untuk tumbuh kembang anak. Contoh makanan padat gizi, seperti hati ayam, daging merah, ikan, teri/keramba, tahu/tempe, dll. Makanan ini kaya akan zat besi, kalsium dan zat seng.
4.	Buat atau belilah makanan selingan yang mengandung protein, vitamin dan mineral. Jika membeli makanan kemasan, baca label untuk mengetahui zat gizi pada makanan tersebut.
5.	Pilih makanan dengan warna terang, seperti sayuran hijau tua, buah merah/oranye/kuning tua dan daging merah. Makanan ini banyak mengandung vitamin dan mineral yang penting untuk kesehatan tubuh.
6.	Menjaga kebersihan tangan dan alat-alat, mulai dari saat menyiapkan makanan, menyimpan hingga memberikan makan si kecil.
7.	Membujuk anak agar menghabiskan makanannya.
8.	Mengatur pengeluaran belanja dengan cerdas dan cermat.

Contoh pedoman pola makan untuk balita

Usia 6-23 bulan:

1. Tetap berikan ASI sesering yang anak minta
2. Berikan air minum yang sudah dimasak sampai mendidih
3. Berikan anak makan utama 2x/hari dan makanan selingan 1x/hari (untuk usia 6-8 bulan) serta makan utama 3x/hari dan makanan selingan 2x/hari (untuk usia 9-23 bulan).
4. Berikan lauk/pauk sumber protein nabati (misal: tahu, tempe) atau hewani (misal: ikan, hati ayam, telur) setiap kali anak makan
5. Tambahkan “taburan” abon hati atau abon ikan teri setiap kali makan untuk meningkatkan asupan zat besi, seng, dan kalsium (1 sdt/hari, boleh lebih)
6. Berikan sayur setiap hari (2x/hari)
 - Capcay (sayuran campur tahu, hati, dll)
7. Pilih jajanan/snack padat gizi (misal: kue kering keramba, biskuit fortifikasi, pentol ikan, buah-buahan)
 - Kukis keramba 1 buah/hari (boleh lebih)
 - Biskuit fortifikasi 1 bungkus/hari (boleh lebih)

Tambah umur, Tambah porsi

Usia 2-6 tahun:

1. Berikan air minum yang sudah dimasak sampai mendidih
2. Berikan anak makan utama 3x/hari dan makanan selingan 2x/hari
3. Berikan lauk/pauk sumber protein nabati (misal: tahu, tempe) atau hewani (misal: ikan, hati ayam, telur) setiap kali anak makan, termasuk ikan laut 3x/minggu
4. Tambahkan “taburan” abon hati atau abon ikan teri setiap kali makan untuk meningkatkan asupan zat besi dan seng (1 sdt/hari, boleh lebih)
5. Berikan sayur setiap hari (2-3x/hari)
6. Pilih jajanan/snack padat gizi (misal: kue kering keramba, biskuit/susu fortifikasi, pentol ikan, buah-buahan)



Potensi Pangan Lokal untuk Masalah Gizi Anak

Pemenuhan gizi anak secara optimal tidak harus menggunakan bahan makanan yang mahal. Bahan makanan yang tersedia dan mudah didapat di tempat ibu/bapak tinggal, jika dikonsumsi dalam jumlah yang cukup dapat menanggulangi masalah gizi.

Pendekatan ini dikenal dengan Panduan Gizi Seimbang berbasis Pangan Lokal (PGS-PL). Saat ini telah disusun PGS-PL untuk balita di 50 kabupaten prioritas stunting di 33 provinsi di Indonesia dan materi poster - leaflet dapat diakses pada tautan: (<https://eccne.seameo-recfon.org/pgs-pl/>) yang dapat digandakan untuk dijadikan panduan edukasi PMBA agar lebih sesuai dengan konteks lokal serta permasalahan gizi yang ada di setiap wilayah sesuai dengan kelompok usia.

Contoh porsi standar untuk anak balita

Jenis/Kelompok Makanan	Porsi per kali makan		
	6-12 bulan	1-3 tahun	4-6 tahun
Nasi	15-50 gram (1,5-5 sdm)	100 gram	150 gram
Sayuran	20 gram	50 gram	100 gram
Buah	½ buah sedang (25 gram)	1 buah sedang (50 gram)	1 buah sedang (50 gram)
Protein nabati	1 potong kecil (10 gram)	1 potong sedang (25 gram)	2 potong sedang (50 gram)
Protein hewani	1 potong kecil (10-20 gram)	½ potong sedang atau ¼ ekor ikan (20 gram)	1 potong sedang atau 1/3 ekor ikan (40 gram)
ASI	Dilanjutkan hingga 2 tahun	Dilanjutkan hingga 2 tahun	-
Susu	-	70 cc (1/3 gelas)	70 cc (1/3 gelas)
Minyak	5 gram (1 sdt)	5 gram (1 sdt)	10 gram (2 sdt)
Gula	-	8 gram (1/4 sdm)	8 gram (1/4 sdm)

Catatan : sdm = sendok makan, sdt = sendok teh.

Sesi 2. Menemani Anak Makan

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat memahami proses makan anak, beserta tips menghadapi kendala-kendala yang mungkin terjadi sehingga ibu dapat menemani anak makan secara responsif dan anak dapat lahap makan.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya memahami proses pemberian makan anak yang responsif dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 5.2.1***.
2. Tanyakan pada orangtua apa saja kesulitan yang dihadapi saat anak makan dengan menggunakan **Pesan teks 5.2.1**
3. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk berdiskusi di WAG kelompok terkait cara mengatasi permasalahan anak makan. Bagi sesi diskusi berikut pada WAG kelompok (tiap kelompok berdiskusi hal yang berbeda). Silahkan menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 2.2**
4. Setelah 10-15 menit berdiskusi, minta perwakilan tiap kelompok untuk merangkum hasil diskusi dan membagikannya di WAG kelas baik melalui chat ataupun *Voice Note*. Kelompok lain dapat menambahkan atau menanggapi.
5. Pada WAG kelas, pendidik PAUD dapat menggunakan uraian materi berikut untuk membahas dan menyimpulkan hasil diskusi. Pendidik PAUD menyampaikan pesan kunci melalui *Voice Note*. (***Voice Note 2.2***)
6. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah memahami materi hari ini. Silahkan menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 2.3**.
7. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk melakukan aktifitas bersama anak untuk menumbuhkan kecintaan anak pada sayur, sekaligus menjadi inisiasi kebun gizi (***Voice Note 2.3***). Jika ada yang telah melakukan, ajak orangtua untuk membagikan fotonya di WAG.
8. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih.

Voice Note 5.2.1 Mengapa Kita Perlu Memahami Proses Pemberian Makan Yang Responsif?

Proses makan harusnya menjadi proses yang menyenangkan bagi anak, karena proses ini tidak hanya untuk memenuhi asupan gizi bagi fisik anak tetapi juga dapat menjadi proses belajar dan menstimulasi perkembangan anak. Tentunya kendala sering kali hadir dalam proses ini, dengan memahami Sesi ini diharapkan kita mampu memahami proses makan anak dan apa yang harus dilakukan saat mengalami kendala-kendala dalam proses makan ini.

Voice Note 5.2.2 Pesan Kunci Sesi 2

**Kunci memberi makan pada anak adalah diperlukan kesabaran
dan aktifitas makan yang menyenangkan**

Voice Note 5.2.3 Aktivitas Bersama Anak “Menanam Sayuran”

Aktivitas ini bertujuan untuk menumbuhkan kecintaan anak pada sayur sekaligus sebagai inisiasi kebun gizi di rumah.

Bahan yang perlu disiapkan

1. Tanah dalam plastik atau polibag
2. Biji sayuran, contohnya biji sawi

Langkah kegiatan

1. Ajak anak untuk menyebar biji sawi pada tanah yang disediakan.
2. Ajak anak untuk menyiram tanaman setiap hari
3. Ajak anak untuk panen sawi setelah kurang lebih 1 bulan penanaman
4. Pandu anak untuk mencuci tangan dengan sabun
5. Pendidik PAUD dapat mengajak orang tua untuk mengembangkan kebun gizi di rumah.

 **Pesan teks 5.2.1** Proses memberi makan pada anak terkadang tidak mudah. Pada sesi hari ini kita akan saling berbagi tips menghadapi kesulitan saat anak makan. Apa saja kesulitan yang sering dialami?

 **Pesan teks 5.2.2** Dalam kelompok kecil, mari kita diskusikan cara mengatasi permasalahan anak makan. Silahkan saling berbagi pengalaman baik melalui chat ataupun *Voice Note*. Kelompok 1 terkait....(tentukan salah satu)

- 1) Bagaimana jika anak saya sulit makan?
- 2) Bagaimana jika anak saya hanya mau makan jenis tertentu saja?
- 3) Bagaimana jika anak saya hanya mau makan jajanan?
- 4) Bagaimana jika anak saya sering mengemut atau melepeh makanan?
- 5) Bagaimana memberi makan anak saat sedang sakit?
- 6) Bagaimana membuat suasana makan yang menyenangkan?

 **Pesan teks 2.3** Berikan jempolnya bila sudah memahami materi hari ini.

Uraian materi sesi 5.2

Bagaimana jika anak saya sulit makan?

1. Ibu jangan panik. Konsumsi makanan yang kurang pada hari ini dapat ditambahkan pada hari yang lain ketika anak mau makan.
2. Kenali tanda-tanda anak jika lapar.
3. Beri makan anak pada kondisi yang tenang, tidak banyak gangguan yang menyebabkan anak tidak mau menghabiskan makanannya.
4. Berikan kontak mata dan bicaralah dengan anak saat memberinya makan.
5. Beri makan anak dengan sabar, tidak terburu-buru dan jangan dipaksa!
6. Hentikan pemberian makan jika anak marah atau menolak makan sampai 15 menit. Tawarkan kembali makanan 2-3 jam kemudian dan hindari pemberian jajanan atau susu pada waktu tersebut.
7. Berikan variasi makan yang berbeda, baik jenis, rasa dan tekstur.
8. Kenali tahapan usia anak dalam kesiapan untuk makan:
 - Mulai usia 6 bulan anak sudah dapat makan makanan yang dihaluskan
 - Mulai usia 8 bulan anak sudah dapat memegang makanan sendiri
 - Mulai usia 1 tahun anak sudah dapat makan makanan yang dimakan oleh anggota keluarga lainnya.
Namun perhatikan bahwa kandungan gizinya harus padat

Bagaimana jika anak saya hanya mau makan jenis tertentu saja?

1. Tetap menawarkan jenis makanan lain, tanpa memaksa.
2. Mengenalkan makanan baru berulang kali sehingga anak mulai terbiasa dan dapat menerima.
3. Perkenalkan makanan baru bersamaan dengan makanan kesukaannya.
4. Variasikan cara pengolahan makanan yang tidak disukai anak sehingga ia tidak menyadari telah mengonsumsi jenis makanan tersebut.
5. Sajikan makanan dalam bentuk dan warna yang menarik.

Bagaimana jika anak saya hanya mau makan jajanan?

1. Ibu perlu paham bahwa anak minta jajanan karena anak merasa lapar.
2. Secara perlahan tetap ajarkan anak untuk makan sesuai jadwal makannya.
3. Tidak menggunakan jajanan sebagai hadiah.

Apa penyebab anak saya sering mengemut atau melepeh makanan?

1. Tekstur terlalu keras atau terlalu lembut.
2. Besar suapan mungkin terlalu banyak.
3. Anak mungkin merasa sudah kenyang.
4. Anak merasa bosan pada rasa atau jenis makanan.
5. Anak tidak merasa nyaman dengan lingkungannya.

Bagaimana memberi makan anak saat sedang sakit?

1. Bujuk anak, suapi dengan penuh kesabaran.
2. Untuk anak di bawah 2 tahun, berikan lebih banyak cairan dan ASI.
3. Tetap berikan makan. Agar anak tetap nafsu makan, berikan makanan yang ia sukai dan sebaiknya dalam bentuk yang lembut.
4. Setelah anak sembuh, berikan lebih banyak makan.
5. Jika anak diare (BAB atau mencret lebih dari 3x dalam 1 hari):
 - Berikan larutan oralit (atau 1 sdt gula + $\frac{1}{4}$ sdt garam + 1 gelas air), $\frac{1}{2}$ gelas setiap kali anak mencret
 - Tetap berikan ASI (bagi anak di bawah 2 tahun) dan makan seperti biasa

Bagaimana membuat suasana makan yang menyenangkan?

1. Pastikan anak dalam posisi yang nyaman.
2. Beri makan anak dengan penuh kesabaran dan tidak tergesa-gesa.
3. Lakukan kontak mata selama memberi makan dan ceritakan manfaat makanan yang sedang dimakan.
4. Ajak anak makan bersama keluarga, sehingga anak melihat orang tua makan beragam jenis makanan.
5. Makan bersama teman sebaya, karena anak akan makan lebih banyak.
6. Gunakan peralatan makan dengan gambar dan warna menarik.
7. Libatkan anak saat persiapan makanan.

Sesi 3. Menyusun Belanja Makanan

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat memilih makanan yang enak dan bergizi sesuai daya beli masing-masing.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Foto lembar rencana belanja (buku orangtua halaman 67)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pentingnya mengelola dan menyusun belanja makanan dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 5.3.1***.
2. Pendidik PAUD mengirim pertanyaan pemicu dan beri 5 menit untuk orangtua saling memberi jawaban.
Silahkan menulis dan mengirimkan Pesan teks 5.3.1
3. Pendidik PAUD mengajak orangtua ke WAG kelompok untuk berbagi pengalaman cara belanja makanan bergizi yang tidak mahal. Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 5.3.2***.
4. Setelah 15 menit, pendidik PAUD meminta perwakilan orangtua untuk menyampaikan di WAG kelas hasil diskusinya. Kelompok lain dapat menambahkan atau menanggapi.
5. Di WAG kelas, pendidik PAUD dapat menggunakan uraian materi sesi ini untuk membahas tips mengatur biaya belanja untuk menyediakan makanan bergizi bagi keluarga.
6. Pendidik PAUD menyampaikan pesan kunci melalui ***Voice Note (Voice Note 5.3.3)***.
7. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mendengar dan memahami isi *Voice Note*. Silahkan menulis dan mengirimkan ***Pesan teks 5.3.2***

8. Pendidik PAUD mengirimkan foto lembar rencana belanja dan meminta orangtua untuk merujuk lembar tersebut pada buku orangtua. Mintalah orangtua untuk membuat rencana belanja makanan untuk 1 minggu berdasarkan biaya belanja sesuai kemampuan setiap keluarga. Berikan waktu selama 2 hari. Penjelasan tahap ini disampaikan melalui **Voice Note** seperti pada **Voice Note 5.3.4**.
9. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah memahami cara pengisian lembar rencana belanja tersebut. Jelaskan kembali jika ada pertanyaan dari orangtua. Silahkan menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 5.3.3**
10. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih.

🔊 **Voice Note 5.3.1. Mengapa Penting Dapat Mengelola dan Menyusun Belanja Makanan?**

Anggapan bahwa makanan sehat itu mahal tidaklah sepenuhnya benar. Makanan sehat dan bergizi bisa dengan mudah kita temui disekitar kita. Apabila kita pintar mengelola dan menyusun belanja makanan, maka dengan berapapun biaya yang kita punya, kita tetap dapat menyediakan makanan sehat dan bergizi bagi keluarga

🔊 **Voice Note 5.3.2** Sekarang kita akan belajar cara menyusun belanja makanan. Namun, terlebih dahulu kami ingin ibu bapak berbagi pengalaman cara belanja makanan bergizi yang tidak mahal. Mari kita berdiskusi di kelompok ya. Silahkan setiap orang memberikan tips-nya bagaimana caranya agar kita bisa belanja makanan bergizi dengan harga yang lebih terjangkau. Waktunya 10-15 menit ya. Setelah itu balik ke WAG kelas.

🔊 **Voice Note 5.3.3 Pesan Kunci Sesi 3**

1. Makanan bergizi tidak harus mahal
2. Konsumsi makanan yang tersedia di sekitar dan sedang musim karena harganya akan lebih murah
3. Variasikan berbagai protein hewani yang berbeda sesuai anggaran yang ada

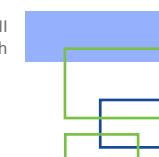
🔊 **Voice Note 5.3.4 Penjelasan Kegiatan**

1. Kita telah mendiskusikan tips mengatur biaya belanja makanan bergizi yang sesuai dengan kemampuan. Maka di sesi latihan ini, mari kita susun rencana belanja makanan untuk 1 minggu berdasarkan biaya belanja keluarga masing-masing.
2. Yang pertama dilakukan adalah, Bapak Ibu susun rencana menu dari Senin hingga Minggu dan tuliskan pada lembar rencana belanja.
3. Mengingatkan kembali, untuk mengutamakan pangan pada gizi seperti seperti hati ayam, daging merah, ikan, teri/keramba, tahu/tempe, dll. Makanan ini kaya akan zat besi, kalsium dan zat seng.
4. Makanan yang beragam juga penting agar kebutuhan gizi anak terpenuhi.
5. Yang kedua, kita coba tulis daftar belanja dengan jumlah yang dapat memenuhi kebutuhan 1 keluarga.
6. Yang terakhir, kita hitung perkiraan biayanya.
7. Dalam 2 hari diharapkan Bapak Ibu sudah menyelesaikan latihan ini.

📝 **Pesan teks 3.1** Ibu bapak, supaya mendapatkan makanan bergizi, apakah kita harus mengeluarkan uang banyak? Apakah harus mahal?

📝 **Pesan teks 3.2** Berikan jempolnya bila sudah mendengar dan memahami isi *Voice Note* ini.

📝 **Pesan teks 3.3** Apakah ada yang belum dipahami? Silakan memberikan jempolnya bila sudah memahami tugas yang diberikan.



Lembar Belanja

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu	Total
Sarapan								
Selingan pagi								
Makan siang								
Selingan sore								
Makan malam								
Daftar belanja								
Total pengeluaran								

Uraian materi sesi 5.3

Tips mengatur biaya belanja untuk menyediakan makanan bergizi bagi keluarga

1. Belilah makanan yang sedang musim karena harganya lebih murah, misalnya:
 - Jika harga ikan sedang mahal maka Ibu bisa membeli hati, telur, ayam atau lainnya
 - Jika musim mangga/labu/ubi merah belilah makanan tersebut lebih sering
2. Untuk sayur, pilihlah sayuran daun dengan warna hijau tua (karena mengandung zat besi) atau wortel (karena kaya vitamin A untuk kesehatan mata dan daya tahan tubuh).
3. Untuk buah-buahan, pilih yang warnanya merah/oranye/kuning tua karena kaya vitamin A dan C. Pilihlah buah yang sedang musim (karena harga lebih murah) atau Ibu bisa menanam di pekarangan (pepaya, mangga, dll).
4. Untuk jajan/snack, pilihlah buah, telur puyuh, tahu/tempe atau pengangan olahan dari pangan sumber protein. Ibu juga bisa membuat jajan sendiri dari bahan-bahan yang ada, misalnya: agar-agar, pisang rebus/goreng, ubi rebus/goreng, sale pisang, jus tomat, kue kering keramba, pentol ikan, bakwan sayur, dll. Jangan memilih kerupuk, chiki- chikian, permen atau minuman dengan zat pewarna karena rendah zat gizinya dan mengandung zat tambahan makanan yang kurang baik untuk kesehatan anak Ibu.
5. Kurangi uang jajan untuk si baduta dan anak-anak yang lebih besar. Dengan demikian lebih banyak uang yang Ibu bisa belanjakan untuk makanan yang bergizi.
6. Tetap berikan ASI sampai anak usia 2 tahun. Tidak perlu membeli susu formula atau susu lain untuk baduta!
7. Hemat bahan bakar: jika bisa memasak dalam satu kali dimana ada sayur dan lauk sekaligus (misalnya: capcay) maka Ibu menghemat waktu dan terutama biaya yang dikeluarkan untuk memasak.
8. Jika Ibu tinggal jauh dari pasar:
 - Belanja bahan lauk-pauk seperti hati ayam dan ikan cukup 1-2 kali per minggu lalu dibuat abon. Dengan demikian Ibu menghemat ongkos untuk ke pasar
 - Pada hari Ibu belanja ke pasar ikan/daging segar dapat diberikan
 - Sedangkan untuk sayur dan tahu/tempe Ibu bisa membelinya harian dari pedagang keliling

Sesi 4 Catatan Harian Si Kecil: Keragaman Pangan dan Pola Makan

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk memantau keragaman pangan dan pola makan anak agar mendapat asupan gizi yang optimal

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Penugasan

Alokasi waktu: maksimal 25 menit per sesi

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Foto lembar catatan harian si kecil untuk keragaman pangan dan pola makan (halaman 68-69 buku orangtua)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan pentingnya memantau keragaman pangan pola makan anak dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 5.4.1***
2. Pengisian dimulai dari Catatan Harian Si Kecil untuk keragaman pangan, kemudian dilanjutkan dengan pola makan
3. Pendidik PAUD mengirimkan foto lembar “Catatan Harian Si Kecil” (yang belum terisi) dan meminta orangtua untuk merujuk lembar tersebut pada buku orangtua. Mintalah orangtua untuk mencatat yang dikonsumsi anaknya. Penjelasan tahap ini disampaikan melalui *Voice Note* seperti pada ***Voice Note 5.4.2***
4. Pendidik PAUD memberikan contoh cara mengisi lembar tersebut, yaitu *Keragaman pangan*: menuliskan JENIS atau MENU hari kemarin dan memberi centang pada tabel *Pola makan*: menuliskan JENIS atau MENU yang dikonsumsi anak selama seminggu sesuai waktu makan
5. Pendidik PAUD mengirimkan foto lembar “Catatan Harian Si Kecil” (yang telah terisi contoh).
6. Pendidik PAUD menyampaikan agar setiap orang tua mencatat sesuai yang dimakan anak, apa adanya, dan tidak perlu malu. Karena dari pengisian lembar inilah pendidik PAUD dan orang tua dapat bersama-sama belajar cara memenuhi gizi anak secara optimal. Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 5.4.2***.

7. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah memahami cara pengisian lembar tersebut. Jelaskan kembali jika ada pertanyaan dari orangtua.
8. Pendidik PAUD menyampaikan pesan kunci melalui **Voice Note (Voice Note 5.4.3)**
9. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih dan mengajak orangtua untuk menyimpan lembar catatan makan yang telah diisi untuk sesi berikutnya

Voice Note 5.4.1. Mengapa Kita Perlu Memantau Keragaman Pangan dan Pola Makan Anak?

Anak sulit makan merupakan kendala yang sering kali dihadapi para orang tua. Tetapi kita jangan terburu-buru panik. Konsumsi makanan yang kurang pada hari ini dapat ditambahkan pada hari-hari lainnya ketika anak mau makan. Nah, untuk memantau pola makan anak, dan hal yang perlu diperhatikan di hari berikutnya, mencatat makanan yang dikonsumsi anak setiap hari sangatlah membantu orang tua sehingga kita dapat tetap mencukupi kebutuhan asupan gizi dari si kecil.

Voice Note 5.4.2 Penjelasan Kegiatan

Sebelumnya kita telah belajar pentingnya gizi untuk anak. Nah untuk mengetahui apakah yang dimakan anak kita sudah cukup beragam, apakah sudah cukup untuk menunjang tumbuh kembangnya, terlebih dulu kita perlu mencatat.

Buka Lembar Catatan Harian Si Kecil pada buku orangtua (halaman 68 dan 69). Terdapat dua jenis pencatatan, yaitu keragaman pangan berdasarkan konsumsi anak 1 hari, dan pola makan berdasarkan konsumsi anak 1 minggu.

Mari kita mulai dengan mencatat makanan dan minuman yang dikonsumsi anak hari kemarin. Lalu beri tanda centang pada **Catatan Harian Si Kecil: Keragaman pangan**

Kemudian kita lanjutkan dengan mencatat jenis atau menu makanan dan minuman yang dikonsumsi anak hari ini hingga 1 minggu ke depan pada **Catatan Harian Si Kecil: Pola makan**. Di pertemuan selanjutnya, kita akan belajar mengevaluasi konsumsi anak.

Bapak Ibu mohon dapat mencatat sesuai yang dimakan anak, apa adanya, dan tidak perlu malu. Karena dari pengisian lembar inilah kita dapat bersama-sama belajar cara memenuhi gizi anak secara optimal.

Voice Note 5.4.3 Pesan Kunci Sesi 4

1. Dalam setiap hari, pastikan:
 - a. Anak makan makanan utama 3 kali perhari dan makanan selingan bergizi 2 kali per hari
 - b. Anak mengkonsumsi protein hewani, sayur dan buah dalam jumlah yang cukup
2. Dalam setiap minggu, pastikan anak mengkonsumsi makanan bergizi sesuai anjuran PGSPL

Catatan Harian Si Kecil: Keragaman pangan

No	Kelompok bahan pangan	Ya	Tidak
1	Nasi, umbi-umbian, biji-bijian		
2	Polong dan kacang-kacangan		
3	Susu dan olahan susu		
4	Daging (daging unggas, daging merah, hati, ikan, seafood)		
5	Telur		
6	Sayur atau buah kaya vitamin A (berwarna merah/oranye)		
7	Sayur atau buah lainnya		

Catatan Harian Si Kecil: Pola makan

Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Sarapan	Selingan		Makan siang	Selingan	Makan malam	

Sesi 5. Pola Makan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk memantau pola makan anak agar sesuai dengan pola makan gizi seimbang dengan bahan pangan lokal yang mudah ditemui sehari - hari

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Penugasan

Alokasi waktu: maksimal 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- ***Pesan teks***
- **Infografis poster Panduan Gizi Seimbang Pangan Lokal (PGSPL) (https://bit.ly/KIE_PGSPL)**
- **Video PGSPL (bit.ly/BukuOrtu70)**
- **Foto lembar evaluasi asupan anak**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pada sesi pertemuan ini, pendidik PAUD membahas Panduan Gizi Seimbang Pangan Lokal sesuai kabupaten/kota masing-masing. Pendidik PAUD mengirimkan infografis poster PGSPL sesuai kabupaten/kota. Silahkan mengirimkan infografis yang sesuai (**infografis 5.5.1**)
2. Pendidik PAUD mengirimkan video/link YouTube PGSPL. Berikan waktu 15 menit dan ajak orangtua untuk menyimak video tersebut
3. Pendidik PAUD mengirimkan foto lembar evaluasi asupan anak dan meminta orangtua untuk merujuk lembar tersebut di buku orangtua. Berdasarkan asupan anak 1 minggu yang telah dicatat sebelumnya, mintalah orangtua mengisi tabel tersebut. Penjelasan kegiatan sesuai **Pesan teks 5.5.1**
4. Pendidik PAUD meminta orangtua membandingkan catatan makan yang telah dibuat orangtua sebelumnya dan anjuran makan anak sesuai PGSPL. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.5.2**
5. Beri kesempatan orangtua untuk saling berdiskusi di WAG. Berikan kesempatan pada orangtua yang telah sesuai dengan anjuran PGSPL untuk berbagi tips. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.5.3**
6. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk melanjutkan catatan asupan anak tiap harinya menggunakan kalender yang ada di bagian belakang buku orangtua

7. Minta orangtua memberikan jempol bila sudah memahami materi hari ini. Silahkan menulis dan mengirimkan **Pesan teks 5.5.4**
8. Sebelum menutup sesi, pendidik PAUD mengajak orangtua untuk melakukan aktifitas bersama anak untuk melatih motorik anak sekaligus menambah asupan proteinnya. Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 5.5.1**
9. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih

Infografis 5.5 Infografis PGS-PL sesuai kabupaten masing-masing

Contoh:

PANDUAN GIZI SEIMBANG BERBASIS PANGAN LOKAL (PGS-PL) USIA BALITA (6 - 11 BULAN)

Apa yang terjadi?

- Kurang asupan zat gizi BESI, KALSIUM, SENG, VITAMIN B1, VITAMIN B2, VITAMIN B3, FOLAT, VITAMIN C.

Apa yang bisa dilakukan?

- Tingkatkan konsumsi PROTEIN HEWANI seperti HATI AYAM dan SAYURAN HIJAU DAUN termasuk DAUN KATUK.

PESAN PGS-PL

- 6 - 8 bulan: 2 - 3x makan utama, 1 - 2x selingan. Makanan dengan protein penting, makanan lemak.
- 9 - 11 bulan: 3 - 4x makan utama, 1 - 2x selingan. Makanan dengan protein penting, makanan lemak dan dapat dipergantikan.
- Berikan ASI sesuai kemauan anak.
- Makanan pokok setiap kali makan, berupa:
 - 6 - 8 bulan (1/4 - 1/2 mangkok = 30 g)
 - 9 - 11 bulan (1/2 mangkok = 40 - 45 g)
- Berikan protein hewani 1 - 2x sehari, berupa:
 - Hati ayam 1x seminggu (1 buah sedang = 25 g)
- Berikan protein nabati setiap hari (1 potong kecil = 10 - 15 g)
- Berikan sayuran setiap hari, berupa:
 - Sayuran hijau daun 4x seminggu (1 - 1,5 sdm = 10 - 15 g)
 - Daun katuk 1x seminggu (1 - 1,5 sdm = 10 - 15 g)
- Berikan buah setiap hari (1 potong kecil = 10 g)
- Berikan jajanan padat gizi sebagai selungan seperti roti dan kue-kue kaya vitamin dan mineral 1x seminggu (3 buah kecil atau 1 buah besar = 10 g)
- Tambahkan lemak untuk menambah energi, seperti minyak/mentega/margarin (1/2 - 1 sdt) atau santan (3 sdm) atau sumber lemak dari protein hewani
- Porsi per kali makan

RESEP LOKAL

NASI BALAP PUYUNG HATI AYAM

Bahan kering ketan: 2 biji ketan utuh besar, parut
Ketan: 1 sdm garam
1 sdt kacang tanah (optional)
Minyak secukupnya untuk menggoreng

Bahan tumis kacang:
7 biji cabai merah (sesuai selera)
7 biji cabai rawit (sesuai selera)
5 siung bawang putih
2 lembar daun jeruk
5 biji bawang merah
1 sdt ketumbar, sangrai
1 sdt garam
1 sdm minyak
1 sdt minyak goreng

Bahan keredel goreng:
100 g ketan kering
1 sdt garam
Minyak secukupnya untuk menggoreng

Cara pembuatan:
AYAM KACANG
a. Tumis bumbu halus dengan sedikit minyak, tunggu bumbu matang, tambahkan sedikit air dingin, tambahkan air dan tumis.
b. Setelah bumbu matang, tambahkan gula dan garam, kemudian masukkan daging dan hati ayam yg sudah disuwir. Setelah air mati kering, tambahkan 2 porsii ketan, matikan api.

KETAN KACANG
a. Tumis bawang putih dg sedikit minyak sampai harum, kemudian masukkan kacang, tambahkan gula dan garam secukupnya. Masak hingga kacang layu.

KEREDEL GORENG
a. Rendam ketan dengan air yang dibanting 1 sdt garam selama 1 malam. Tiriskan ketan, kemudian goreng sampai kering

Sajikan nasi balap puyung hati ayam dengan mencampur serumas jenis makanan tadi.

Modifikasi resep dari:
<https://erklaus.com/id/resepsi-49466-nasi-balap-puyung-khas-lombok-ntb>

5 Kunci Keamanan Pangan

- Jaga kesiapsiagaan
- Pelakuk pangan mentah dan pangan matang
- Masaklah dengan benar
- Jaga makanan pada suhu aman
- Gunakan air dan bahan bahan yang aman

NTB

PANDUAN GIZI SEIMBANG BERBASIS PANGAN LOKAL (PGS-PL) KAB. LOMBOK TENGAH

KEMENTERIAN KESIHATAN REPUBLIK INDONESIA

PANDUAN GIZI SEIMBANG BERBASIS PANGAN LOKAL (PGS-PL) USIA 12 - 23 BULAN

Apa yang terjadi?

- Kurang asupan zat gizi VITAMIN A.

Apa yang bisa dilakukan?

- Tingkatkan konsumsi PROTEIN HEWANI dan SAYURAN HIJAU DAUN.

PESAN PGS-PL

- 3 - 4x makan utama, 1 - 2x selingan
3/4 - 1 mangkok
Makanan keluarga, dimasak biasa
- Berikan ASI sesuai kemauan anak
- Makanan pokok setiap kali makan (1/2 - 3/4 mangkok = 55 - 65 g)
- Berikan protein hewani 2x sehari (1/2 - 1 potong sedang = 25 - 50 g)
- Berikan protein nabati 2x sehari (1 potong kecil = 10 - 15 g)
- Berikan sayuran 2 - 3x sehari, berupa:
 - Sayuran hijau daun 1x sehari (2 sdm = 25 g)
- Berikan buah setiap hari (1 potong kecil = 10 g)
- Tambahkan lemak untuk menambah energi, seperti minyak/mentega/margarin (1 - 2 sdt) atau santan (5 sdm) atau sumber lemak dari protein hewani
- Porsi per kali makan

PESAN PGS-PL

- 3 - 4x makan utama, 1 - 2x selingan
1 piring
Makanan keluarga, dimasak biasa
- Makanan pokok setiap kali makan (1 piring kecil = 100 g)
- Berikan protein hewani 2 - 3x sehari, berupa:
 - Telur ayam 1x sehari (1 butir = 55 g)
- Berikan protein nabati 1 - 2x sehari (1/2 - 1 potong sedang = 15 - 30 g)
- Berikan sayuran 2 - 3x sehari, berupa:
 - Sayuran hijau daun 1x sehari (2,5 sdm = 25 g)
- Berikan buah 1 - 2x sehari (1 buah sedang = 50 - 100 g)
- Tambahkan lemak untuk menambah energi, seperti minyak/mentega/margarin (1 sdt) atau santan (4 sdm) sumber lemak dari protein hewani

PESAN PGS-PL

- 3 - 4x makan utama, 1 - 2x selingan
1 piring
Makanan keluarga, dimasak biasa
- Makanan pokok setiap kali makan (1 piring kecil = 100 g)
- Berikan protein hewani 2 - 3x sehari (1/2 - 1 potong sedang = 25 - 55 g)
- Berikan protein nabati 1 - 2x sehari (1 - 2 potong sedang = 20 - 40 g)
- Berikan sayuran 3 - 4x sehari, berupa:
 - Sayuran hijau daun 1x sehari (3,5 sdm = 35 g)
- Berikan buah 1 - 2x sehari (1 buah sedang = 50 - 100 g)
- Berikan jajanan kaya vitamin dan mineral sebagai pelengkap diet:
 - Olahan sosis (sosis, en krém, dan lainnya) 5x seminggu (4 sdm bubuk = 20 g atau 1/3 gelas = 70 ml)
 - Roti atau kue-kue kaya vitamin dan mineral 4x seminggu (6 buah kecil atau 2 buah besar = 20 g)
- Tambahkan lemak untuk menambah energi, seperti minyak/mentega/margarin (1 sdt) atau santan (4 sdm) sumber lemak dari protein hewani

Foto lembar evaluasi asupan anak

Kelompok Bahan Pangan	Frekuensi setiap hari							Catatan	Jumlah 1 MGG	Sesuai/ Tidak
	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu			
1. Makanan pokok (nasi, bubur, jagung, roti, umbi)										
2. Protein Hewani										
a. Ikan dengan tulang										
b. Ikan tanpa tulang										
c. Hati (ayam, sapi)										
d. Telur										
e. Protein hewani lainnya (unggas, daging merah)										
3. Protein nabati (tahu, tempe, kacang- kacangan)										
4. Sayuran										
a. Sayuran hijau daun (bayam, kangkung, kelor, sawi)										
b. Sayur lainnya (wortel, terong, tauge)										
5. Buah										
6. Snack terfortifikasi										
7. Bubur / sereal terfortifikasi										

Pesan teks 5.5.1

- Berdasarkan 1 minggu asupan anak yang telah dicatat sebelumnya, mari kita hitung konsumsi tiap kelompok bahan pangan.
- Tuliskan pada tabel sesuai harinya selama 7 hari.
- Kemudian jumlahkan dalam 1 minggu pada kolom ungu

 **Pesan teks 5.5.2** Pada infografis yang telah diberikan pada buku orangtua. Terdapat panduan gizi yang sesuai dengan Kota/ Kabupaten Sesuai usia anak, pada panduan tercantum apa saja yang baiknya dikonsumsi. Bandingkan dengan catatan makan anak kita. Tuliskan kesesuaiannya pada kolom hijau.

 **Pesan teks 5.5.3** Bagaimana, apakah sudah sesuai dengan panduan? Apakah ada yang perlu ditingkatkan dari yang dimakan anak kita? Mari saling berbagi tips bagaimana cara memenuhi asupan anak sesuai anjuran PGSPL.

 **Pesan teks 5.5.4** Berikan jempolnya bila sudah memahami materi hari ini.

Voice Note 5.5.1 Aktivitas Bersama Anak “Mengupas Telur Matang”

Aktivitas ini bertujuan untuk melatih motorik anak sekaligus menambah asupan proteininya.

Langkah kegiatan

1. Sediakan 1 buah telur rebus yang matang sempurna
2. Kenalkan pada anak nama telur serta bagian-bagiannya (kulit, putih, dan kuning telur). Sebutkan pula manfaat dari mengosumsi telur.
3. Dalam aktifitas ini, pandu anak untuk:
 - a. Mencuci tangan dengan sabun
 - b. Mengupas telur
 - c. Memakan telur
 - d. Membuang sampah kulit telur pada tempatnya

Sesi 6. Memasak Makanan Padat Gizi

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu bersama-sama orang tua mempraktikkan membuat makanan padat gizi untuk anak.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit (dengan jeda untuk memasak)

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**

Panduan proses untuk pendidik PAUD

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya memasak makanan yang padat gizi dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada **Voice Note 5.6.1**
2. Pendidik PAUD dapat memberi pertanyaan pemicu seperti pada **Pesan teks 5.6.1**
3. Pendidik PAUD mengenalkan beberapa resep makanan padat gizi yang tercantum di buku. Minta orangtua untuk membuka bagian resep pada buku orangtua. Sampaikan keunggulan dari resep tersebut melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 5.6.2- 5.6.4**)
4. Pendidik PAUD memberikan waktu sekitar 5 menit untuk orangtua mempelajari resepnya.
5. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk menerapkan salah satu resep di rumah. Untuk capcay dan jajanan sehat, orangtua bebas berkreasi. Penjelasan tahap ini disampaikan melalui *Voice Note* seperti pada **Voice Note 5.6.5**
6. Minta orangtua memberikan jempol bila memahami penjelasan kegiatan. Silahkan menulis dan mengirim **Pesan teks 5.6.2**
7. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih

🔊) **Voice Note 5.6.1. Mengapa Perlu Memasak Makanan Yang Padat Gizi?** Makanan padat gizi adalah makanan yang di dalam satu porsinya terdapat beberapa sumber zat gizi yang baik untuk tubuh. Anak usia dini belum memiliki kemampuan makanan yang banyak seperti orang dewasa, meskipun demikian kebutuhan akan zat gizinya cukup tinggi untuk memaduung pertumbuhan dan perkembangannya. Oleh karena itu, sedapat mungkin setiap kali anak makan diberikan makanan yang bergizi padat, sehingga meskipun dikonsumsi dalam jumlah yang kecil tetap mampu berkontribusi pada kebutuhan zat gizinya.

🔊) **Voice Note 5.6.2 Mengapa abon hati dan ikan?**

Hati (ayam/sapi) kaya akan zat besi yang penting untuk mencegah anak kurang darah (anemia). Anak yang anemia biasanya kurang aktif/lemah serta kurang kecerdasannya dibandingkan anak yang normal.

Ikan kaya akan zat seng yang penting untuk pertumbuhan tinggi badan anak serta daya tahan tubuhnya terhadap penyakit. Ikan teri kaya akan zat kalsium yang penting untuk pertumbuhan dan kekuatan tulang anak.

Anak usia di bawah dua tahun (baduta) hanya bisa makan dengan jumlah terbatas setiap kali makan sehingga penting agar setiap suap yang dimakan anak padat zat gizi. Karena kadar air pada abon sangat rendah maka kandungan zat gizi di dalamnya lebih tinggi dibandingkan dengan bentuk aslinya (hati/ikan). Selain itu, abon lebih awet disimpan sehingga dapat digunakan untuk beberapa hari/ minggu hanya dengan sekali membuat. Berarti menghemat waktu Ibu dalam menyiapkan makanan anak.

🔊) **Voice Note 5.6.3 Mengapa capcay?**

Capcay adalah masakan yang lengkap terdiri atas sayur dan sumber protein. Ibu bisa memanfaatkan sayur dan lauk yang ada di rumah seperti bayam, wortel, hati, tahu, pentol, telur puyuh, dll. Dalam satu sajian, Ibu dapat sekaligus memenuhi kebutuhan anak akan protein, vitamin, dan mineral.

🔊) **Voice Note 5.6.4 Manfaat jajanan berbahan ikan**

Ikan kaya akan zat seng yang penting untuk pertumbuhan tinggi badan anak serta daya tahan tubuhnya terhadap penyakit. Selain dimakan sebagai lauk, ikan juga enak dibuat pentol dan teksturnya mudah untuk dimakan anak.

Ikan teri kaya akan zat kalsium yang penting untuk pertumbuhan dan kekuatan tulang anak. Selain dibuat abon, Ikan Teri bisa diolah menjadi kue kering (biskuit) yang tekturnya cukup mudah dikonsumsi anak. *Snack* ini juga baik untuk memberikan anak variasi jajanan yang tidak banyak mengandung gula.

🔊) **Voice Note 5.6.5 Penjelasan Kegiatan**

Menu abon, capcay, kraker, pentol tentu tidak asing bagi Bapak Ibu. Dibandingkan membeli, memasak makanan untuk anak akan lebih baik. Selain hemat, kita bisa pastikan bahannya segar dan bebas pengawet. Berpedoman pada resep ini, mari kita masak salah satu menu di rumah. Untuk capcay dan jajanan sehat, Bapak Ibu bebas berkreasi, resep kreasi dapat ditulis di kotak kosong. Dalam 1 minggu ini, foto hasil masakan atau foto makan resep tersebut bersama anak, dapat dibagikan ke WAG ya Bapak Ibu. Selamat memasak !

📝 **Pesan teks 5.6.1** Sebelumnya kita sudah pelajari contoh-contoh makanan padat gizi. Apa saja contoh makanan padat gizi yang cukup mudah disediakan di rumah? Kalau seperti abon, cap cay, apakah pernah diberikan ke anak?

📝 **Pesan teks 5.6.2** Berikan jempolnya bila sudah memahami penjelasan kegiatan ini.

Uraian materi sesi 5.6

Yuk membuat abon hati dan ikan!

RESEP ABON HATI

Bahan:

3 pasang hati ayam,
2 sdm minyak goreng



Bumbu yang dihaluskan:

2-3 siung bawang putih
½ sdt ketumbar
3 siung bawang merah
1 ruas jari lengkuas
1 ruas jari jahe
2 sdt gula pasir
1 sdt garam beryodium



Cara membuat:

1. Kukus hati lalu haluskan dengan menggunakan garpu (buang urat yang kasar).
2. Campur hati yang telah dihaluskan dengan bumbu hingga merata.
3. Diatas wajan (api kecil), panaskan minyak goreng lalu sangrai hati+bumbu sambil diaduk-aduk sampai kering. Lamanya menyangrai sekitar 30 menit.
4. Setelah kering angkat abon dan dinginkan, lalu masukkan dalam wadah tertutup (toples) atau kantong plastik tertutup. Abon tahan hingga 2-4 minggu.

RESEP ABON IKAN

Bahan:

1 ekor ikan cucut atau 2 ekor
bengkuni/tongkol/ikan lainnya yang tidak
banyak durinya ($\pm \frac{1}{2}$ kg)
3 sdm minyak goreng



Bumbu yang dihaluskan:

3 siung bawang putih
¼ sdt ketumbar
4 siung bawang merah
1 ruas jari lengkuas
1 ruas jari jahe
2 sdt gula pasir
1 sdt garam beryodium



Cara membuat:

1. Kukus ikan lalu haluskan dengan menggunakan garpu (buang urat yang kasar)
2. Campur ikan yang telah dihaluskan dengan bumbu hingga merata
3. Diatas wajan (api kecil), panaskan minyak goreng lalu sangrai ikan dan bumbu sambil diaduk-aduk sampai kering. Lamanya menyangrai sekitar 30 menit
4. Setelah kering angkat abon dan dinginkan, lalu masukkan dalam wadah tertutup (toples) atau kantong plastik tertutup. Abon tahan hingga 2-4 minggu.



RESEP ABON TERI

Bahan:

250 gram ($\frac{1}{4}$ kg) ikan teri yang tidak asin
Penyedap / kaldu bubuk $\frac{1}{2}$ sachet (jika suka)
Minyak untuk menggoreng secukupnya



Cara membuat:

1. Bersihkan ikan teri
2. Goreng sampai kering
3. Segera haluskan dengan penghalus bumbu, ayak dengan ayakan kasar (bisa menggunakan tempat nasi)
4. Tambahkan penyedap / kaldu bubuk, aduk dan simpan di tempat tertutup (toples/kantong plastik bersih). Abon tahan hingga 1-2 bulan.
5. Abon ikan teri dapat diberikan sebagai abon atau kukis

Yuk membuat CAPCAY!

RESEP CAPCAY

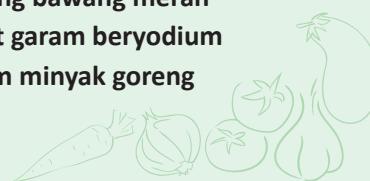
Bahan:

1 gelas sayuran hijau daun (bayam, kangkung, dll) buang batangnya
1 batang wortel/labu kuning iris tipis
2 tomat kecil (terong aceh) potong dadu
2 tahu potong dadu
4 telur puyuh dikupas / bakso pentol iris kecil



Bumbu yang dihaluskan:

$\frac{1}{2}$ sdm irisan daun bawang
1-2 siung bawang putih
3 siung bawang merah
 $\frac{1}{2}$ sdt garam beryodium
2 sdm minyak goreng



Cara membuat:

1. Tumis bumbu dengan minyak sampai harum
2. Masukkan irisan tahu, wortel, pentol/telur puyuh
3. Setelah setengah matang, masukkan sayuran hijau daun, aduk sebentar lalu angkat
4. Sajikan selagi hangat

Latihan 5.1. Yuk membuat variasi capcay!

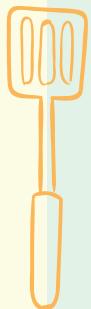
Ajak ibu untuk membuat variasi campuran bahan CAPCAY yang menurut Ibu paling disukai anak atau sesuai dengan bahan yang paling mudah ditemui disekitar Ibu. Tuliskan resepnya di buku orangtua.

Resep CAPCAY Ibu

Yuk membuat jajan di rumah!

RESEP KRAKER IKAN TERI

Bahan:



200 gram (1 sachet) margarin
2 butir telur ayam
250 gram (1/4 kg) tepung terigu
20 gram tepung maizena (jika tidak ada dapat diganti tepung terigu/tapioka)
½ sdt baking powder
100 gram teri nasi, goreng lalu tumbuk halus dan ayak



Cara membuat:

1. Campur dan ayak tepung terigu, maizena dan baking powder
2. Kocok margarin sampai lembut, tambahkan telur, aduk rata
3. Tambahkan tepung dan ikan teri halus
4. Tipiskan ± 0,3 cm, cetak/potong sesuai selera
5. Panggang di oven 150°C selama 35 menit



RESEP PENTOL IKAN

Bahan:

1 ekor ikan layang ($\pm \frac{1}{4}$ kg)
3 sdm tepung tapioka



Bumbu yang dihaluskan:

2 siung bawang putih
4 siung bawang merah
7 butir lada



Cara membuat:

1. Kukus ikan lalu haluskan dengan menggunakan garpu (buang duri ikan)
2. Campur ikan yang telah dihaluskan dengan tepung dan bumbu hingga merata
3. Didihkan air. Bulatkan adonan dengan dua sendok lalu masukkan ke dalam air mendidih, rebus sampai matang (mengapung)
4. Angkat dan sajikan

Latihan 5.2. Yuk membuat variasi jajan di rumah!

Ajak ibu untuk membuat variasi JAJANAN yang menurut Ibu paling disukai anak atau sesuai dengan bahan yang paling mudah ditemui disekitar Ibu. Gunakan salah satu atau beberapa bahan berikut:

- Abon ikan, hati atau teri
- Tahu, tempe atau lauk nabati lain (kacang hijau, dll)
- Ikan, telur atau lauk hewani lain
- Buah-buahan

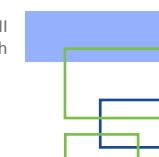
Resep JAJANAN Ibu

Evaluasi Materi

Manakah diantara zat gizi di bawah ini yang sesuai untuk pertanyaan pada nomor 1-3

- | | |
|----------------|----------------|
| 1) Karbohidrat | 6) Vitamin K |
| 2) Protein | 7) Kalsium |
| 3) Vitamin A | 8) Zat besi |
| 4) Vitamin C | 9) Zat seng |
| 5) Vitamin D | 10) Asam folat |

- 1. Di antara zat gizi berikut yang utama untuk pencegahan anemia adalah... .**
 - a. 1 dan 8
 - b. 8 dan 10
 - c. 5 dan 10
 - d. 2 dan 5
- 2. Di antara zat gizi di bawah ini yang penting untuk pertumbungan tulang adalah... .**
 - a. 1 dan 7
 - b. 2 dan 7
 - c. 3 dan 7
 - d. 7 dan 8
- 3. Di antara zat gizi di bawah ini yang penting untuk kekebalan tubuh adalah... .**
 - a. 1, 2 dan 4
 - b. 2,4 dan 6
 - c. 3, 4 dan 9
 - d. 4, 8 dan 10
- 4. Mengonsumsi makanan yang beragam merupakan upaya untuk mencegah kekurangan kebutuhan asupan zat gizi harian. Jumlah minimum kelompok pangan yang perlu dikonsumsi anak usia 2 tahun setiap kali makan adalah... .**
 - a. 3 jenis kelompok pangan
 - b. 4 jenis kelompok pangan
 - c. 6 jenis kelompok pangan
 - d. 7 jenis kelompok pangan
- 5. Bahan makanan di bawah ini adalah sumber protein yang baik untuk pertumbuhan anak, *kecuali*... .**
 - a. Ikan kecil yang dimakan dengan tulangnya
 - b. Susu kental manis
 - c. Ayam
 - d. Daging merah
- 6. Berikut adalah contoh makanan padat gizi, *kecuali*... .**
 - a. Buah-buahan
 - b. Abon hati ayam
 - c. Teh manis
 - d. Susu



7. Solusi yang perlu dihindari jika anak susah makan sayur adalah... .

- a. Sayur digantikan dengan buah yang disukai anak
- b. Sayur diolah bersama dengan bahan makanan lain
- c. Menawarkan beragam jenis sayur bertahap tanpa memaksa
- d. Memberikan apresiasi saat anak mau mencoba sayur jenis baru

8. Hal berikut adalah tips yang tepat saat anak sulit makan... .

- a. Susu formula sebaiknya diberikan setiap kali anak sulit makan
- b. Berikan jajanan atau makanan apa saja yang disukai oleh anak
- c. Hindari jenis bahan makanan baru atau yang tidak disukai oleh anak
- d. Berikan variasi makanan dengan bentuk dan warna yang menarik

9. Perhatikan pernyataan berikut:

- 1) Memasak menu dengan beraneka ragam jenis sayur (sayur sop, capcay)
- 2) Memberi anak makanan kemasan sehingga tidak perlu memasak
- 3) Mengolah sumber protein hewani dalam bentuk abon

10. Perhatikan pernyataan berikut:

- 1) Makanan kemasan yang halal dan tidak kadaluarsa belum tentu baik untuk kesehatan anak
- 2) Semua makanan kemasan tidak baik untuk anak karena berpengawet
- 3) Snack padat gizi seperti pentol ikan dan biskuit fortifikasi boleh diberikan untuk jajanan anak

Tips yang benar untuk memenuhi kebutuhan gizi sekaligus menghemat biaya belanja makanan adalah...

- a. Pilihan 1 dan 3
- b. Pilihan 2 dan 3
- c. Pilihan 1 dan 2
- d. Semua pilihan di atas

Pernyataan yang benar terkait jajanan untuk anak adalah.... .

- a. Pilihan 1 dan 3
- b. Pilihan 2 dan 3
- c. Pilihan 1 dan 2
- d. Semua pilihan di atas

Kunci Jawaban: 1.B 2. B 3. C 4. B 5. B 6. C 7. A 8. D 9. A 10. A

Modul 6

Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan

Sesi 1. Cuci Tangan Pakai Sabun

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan manfaat dan waktu yang penting untuk cuci tangan pakai sabun. Selain itu, Pendidik PAUD juga mampu melakukan cuci tangan pakai sabun dengan benar

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Praktik dokumentasi video melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 20 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Materi sub-sesi 6.1 (di lampiran setelah materi ini)**
- **Poster materi sub-sesi 6.1 (di lampiran setelah materi ini)**
- **Video praktik (disiapkan oleh orangtua/wali)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi 6.1 melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 6.1.1***).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orang tua per kelompok (**Silahkan menulis Pesan teks 6.1.1**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orang tua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya dengan menuliskan **Pesan teks 6.1.2**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.3**).
4. Pendidik PAUD **merekam dan mengirimkan *Voice Note 6.1.2***.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 6.1.4**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit.

6. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan file** materi sub-sesi 6.1 **Saat Penting Mencuci Tangan Pakai Sabun** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.5**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan dan membaca isi file.
7. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan poster** materi sub sesi 6.1 **langkah cuci tangan pakai sabun (halaman 80 buku orangtua)** dan **Pencegahan penyakit infeksi** (halaman 81 buku orangtua) (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.6**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan dan membaca isi file.
8. Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 6.1.7**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit.
9. Kemudian, Pendidik PAUD **meminta orangtua untuk praktik dan merekam video cara cuci tangan yang benar bersama anak** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.8**). Minta orangtua mengirimkan video dalam waktu 10 menit.
10. Kemudian Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci materi kali ini melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.9**).
11. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.10**).
12. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk mencatat kebiasaan cuci tangan anaknya, yaitu kapan saja dan apakah menggunakan sabun, pada **Catatan Harian Si Kecil: Aktifitas mencuci tangan (halaman 82 buku orangtua)**. Mintalah orangtua mengirimkan foto catatan yang telah terisi pada WA pribadi pendidik PAUD.
13. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.1.11**).

Voice Note 6.1.1: Mengapa Penting Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun?

Dengan mengetahui dan melakukan cuci tangan pakai sabun dengan benar maka dapat membantu mencegah penyebaran penyakit bawaan makanan termasuk kejadian diare pada anak.

Voice Note 6.1.2

Ibu bapak tolong lihat tangan ibu bapak. Apakah ada kumannya? Ada atau tidak?

Tentu jawabannya kita tidak tahu, karena kita tidak bisa melihatnya. Kuman ukurannya sangat kecil sehingga tidak bisa dilihat mata. Yang bisa kita tahu adalah tangan kita habis menyentuh apa sebelumnya yang mungkin membawa kuman ke tangan kita.

 **Pesan teks 6.1.1** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

 **Pesan teks 6.1.2** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

 **Pesan teks 6.1.3** Salam (sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

 **Pesan teks 6.1.4** Apa saja kira-kira yang bisa memindahkan kuman ke tangan kita?

 **Pesan teks 6.1.5** Ini adalah materi sub sesi 6.1 tentang saat penting mencuci tangan pakai sabun. Silahkan bapak/ibu baca dan pahami.

 **Pesan teks 6.1.6** Pada halaman 80 adalah poster 5 langkah cuci tangan pakai sabun. Silahkan bapak/ibu baca dan pahami.

 **Pesan teks 6.1.7** Apakah ada yang kurang dipahami?

 **Pesan teks 6.1.8** Sekarang, mari kita praktik di rumah masing-masing. Silahkan bapak/ibu merekam praktik cuci tangan pakai sabun bersama anak (**menggunakan panduan 5 langkah mencuci tangan**). Setelah itu, mohon dikirimkan videonya ke grup ini.

 **Pesan teks 6.1.9** Pesan kunci Sesi 1 adalah: **Jadikan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun menjadi kegiatan rutin sejak dini**

 **Pesan teks 6.1.10** Ayo berikan jempolnya bila sudah memahami materi: Cuci Tangan Pakai Sabun.

 **Pesan teks 6.1.11** Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

Uraian materi Sesi 6.1

Saat Penting Mencuci Tangan Pakai Sabun

1. Sebelum menyiapkan makan, memberi makan, menyusui, atau menuapi anak
2. Setelah buang air besar/kecil
3. Setelah membantu anak buang air besar
4. Setelah membuang sampah
5. Setelah memegang binatang peliharaan

Poster materi sub sesi 6.1

 KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

 GERMAS
Gerakan Masyarakat
Menjaga Kesehatan

BIASAKAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN

Dengan Air Mengalir

**5 Langkah
Cuci Tangan
Pakai Sabun**



- 1 Basahi seluruh tangan dengan air bersih mengalir
- 2 Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela jari
- 3 Bersihkan bagian bawah kuku-kuku
- 4 Bilas tangan dengan air bersih mengalir
- 5 Keringkan tangan dengan handuk/ tisu atau keringkan dengan diangin-anginkan.

Sumber : Promkes

 www.p2ptm.kemkes.go.id  @p2ptmkemenkesRI  @p2ptmkemenkesRI  @p2ptmkemenkesRI

PENCEGAHAN PENYAKIT INFEKSI

MEMAKAI
MASKER

MENCUCI
TANGAN



1. Menggunakan masker jika keluar rumah

Mencuci tangan pakai sabun setelah memegang sesuatu

- 2.



Yuk, terapkan protokol kesehatan untuk mencegah penularan penyakit infeksi!

Catatan Harian Si Kecil: Aktifitas mencuci tangan

Kapan saja ANAK IBU mencuci tangan?			Apakah ANAK IBU menggunakan SABUN?	
Sebelum anak mau makan	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak
Setelah anak buang air besar/ kecil	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak
Setelah anak bermain/ memegang hewan	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak
Setelah anak bersin/ batuk	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak	<input type="checkbox"/> Ya	<input type="checkbox"/> Tidak
JUMLAH mencuci tangan dengan sabun				

Sesi 2. Cemaran Pada Makanan

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan jenis cemaran makanan. Selain itu, Pendidik PAUD juga mampu mengidentifikasi jenis makanan yang mungkin berbahaya di lingkungan rumah orang tua.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note*, tulisan, dan video di *WhatsApp* (WA)
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Materi sub sesi 6.2 (di lampiran setelah materi ini)**
- **Latihan 6.2 (di lampiran setelah materi ini)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi 6.2 melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 6.2.1***).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orang tua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.1**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orang tua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.2**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.3**).
4. Pendidik PAUD **merekam dan mengirimkan *Voice Note 6.2.2***.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 6.2.4**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit.
6. Kemudian, Pendidik PAUD **mengirimkan file** materi sesi 6.2 (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.5**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.

7. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD menjelaskan sub sesi 6.2 **Cemaran kuman** melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 6.2.3**).
8. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 6.2.6**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
9. Ulangi poin 5-6 untuk membahas **Cemaran bahan kimia (Pesan teks 6.2.7)** dan **Cemaran benda fisik (Pesan teks 6.2.8)**.
10. Kemudian pendidik PAUD memulai diskusi dengan orangtua mengenai pengalaman menemukan cemaran (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.10**)
11. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file latihan 2.1** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.11**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.
12. Setelah itu, Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci materi kali ini melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.12**).
13. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.13**).
14. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.2.14**).

🔊 **Voice Note 6.2.1: Mengapa Perlu Mengetahui Tentang Cemaran pada Makanan?**

Dengan memiliki pengetahuan tentang cemaran makanan diharapkan mampu memberi motivasi dan kepedulian pada orang tua dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi anak.

🔊 **Voice Note 6.2.2 Pendahuluan materi**

Ibu bapak, makanan bisa menjadi sumber penyakit, keracunan dan gangguan kesehatan bagi anak. Makanan seperti apa yang membahayakan? Yaitu makanan yang telah tercemar oleh bahan dibawah ini.

🔊 **Voice Note 6.2.3 Penjelasan cemaran kuman**

Bahaya atau cemaran kuman seperti :

bakteri tipus, virus hepatitis, parasit toksplasma, cacing tampang dan lainnya, dan kuman yang dapat menyebabkan gejala diare, muntah, demam, pusing, keram perut.

🔊 **Voice Note 6.2.4 Penjelasan cemaran bahan kimia**

Cemaran bahan kimia berbahaya seperti

- Borax yang dapat ditemukan di bakso yang kenyal dan pucat
- Formalin yang dapat ditemukan di tahu dan mie kuning basah yang tahan lama berhari hari
- *Rhodamine B* yang dapat ditemukan pada minuman kemerahan kemilau, saus kemerahan
- *Methanyl yellow* yang dapat ditemukan pada minuman kuning kemilau.

Bila makanan anak kita tercemar bahan kimia berbahaya ini dalam jangka panjang akan mengganggu organ tubuhnya sehingga mengganggu pertumbuhan anak.

🔊 **Voice Note 6.2.5 Penjelasan cemaran benda fisik**

Contoh cemaran fisik adalah pecahan kaca, potongan logam, batu kerikil, duri ikan, isi steples, serpihan kayu yang tidak sengaja masuk dalam makanan. Cemaran ini dapat melukai anak kita .

📝 **Pesan teks 6.2.1** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

📝 **Pesan teks 6.2.2** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

📝 **Pesan teks 6.2.3** Salam(sebutkan para orangtua), silakan silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

📝 **Pesan teks 6.2.4** Silahkan dijawab ibu bapak.

📝 **Pesan teks 6.2.5** Berikut adalah file materi Sesi 2, pada halaman 82-83 buku orangtua.



Pesan teks 6.2.6 Mengenai cemaran kuman, apakah ada yang kurang dipahami?



Pesan teks 6.2.7 Mengenai cemaran bahan kimia, apakah ada yang kurang dipahami?



Pesan teks 6.2.8 Mengenai cemaran benda fisik, apakah ada yang kurang dipahami?



Pesan teks 6.2.19 Apakah ada bapak/ibu yang bersedia menceritakan pengalamannya menemukan cemaran?



Pesan teks 6.2.10 Ini adalah file latihan 6.2.1 (halaman 84 buku orangtua), silahkan bapak/ibu praktik di rumah masing-masing setelah materi ini selesai.



Pesan teks 6.2.11 Pesan kunci Sesi ini adalah **Waspada sebelum membeli ! Kenali tanda makanan atau minuman yang tercemar fisik, biologis, dan kimia.**



Pesan teks 6.2.12 Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* Sesi 2: Cemaran Pada Makanan.



Pesan teks 6.2.13 Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

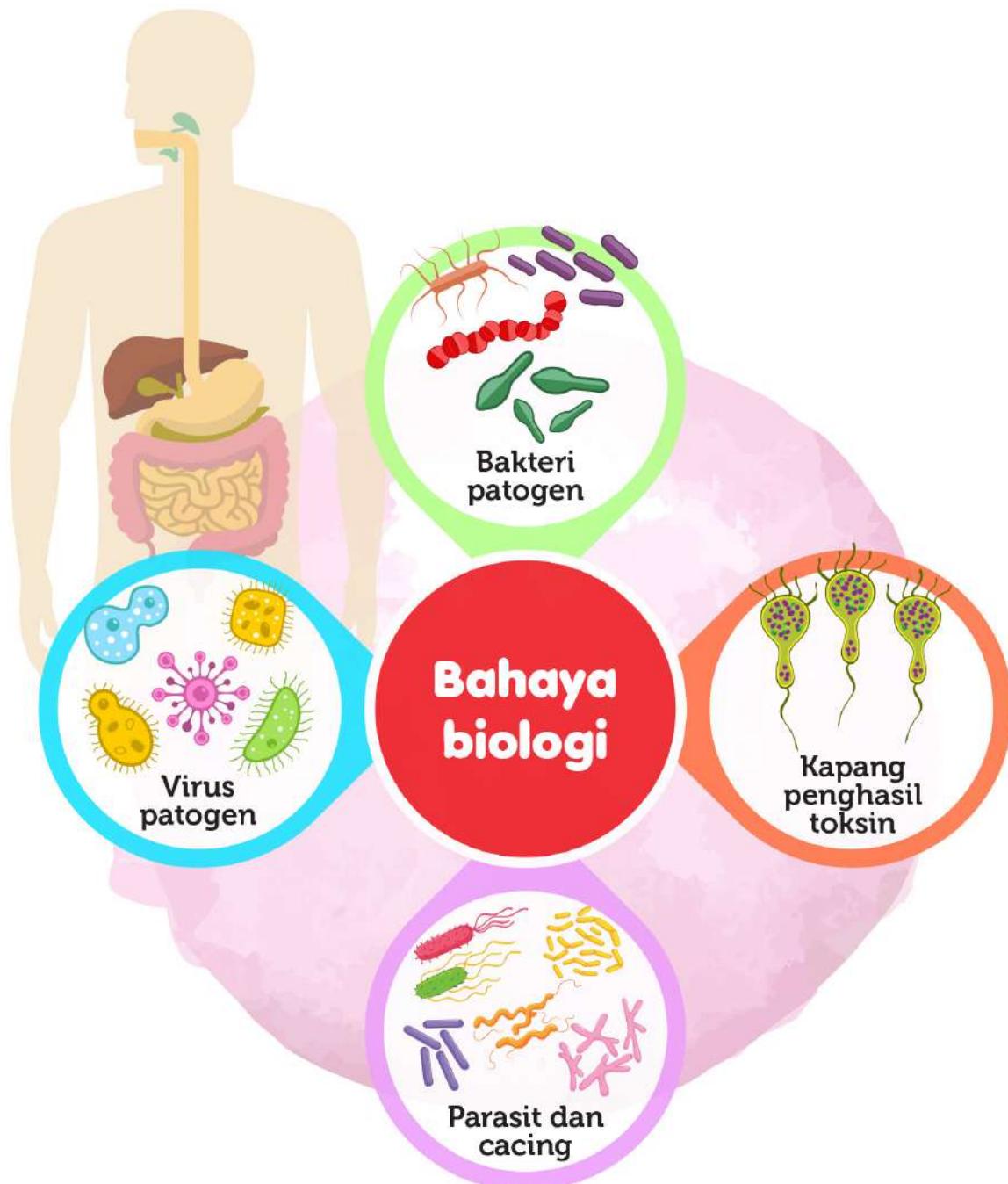
Uraian materi Sesi 6.2

Bahan baku makanan dapat mengandung cemaran yaitu kuman, bahan kimia maupun benda fisik yang dapat membahayakan kesehatan anak. Pepatah mengatakan “*Garbage In-Garbage Out*” dimana mutu bahan baku makanan yang dipakai akan mempengaruhi mutu makanan yang dihasilkan, karena itu penting untuk memilih bahan baku yang sehat dan aman baik yang akan dimasak maupun yang langsung dikonsumsi.

Jenis bahaya atau cemaran makanan :

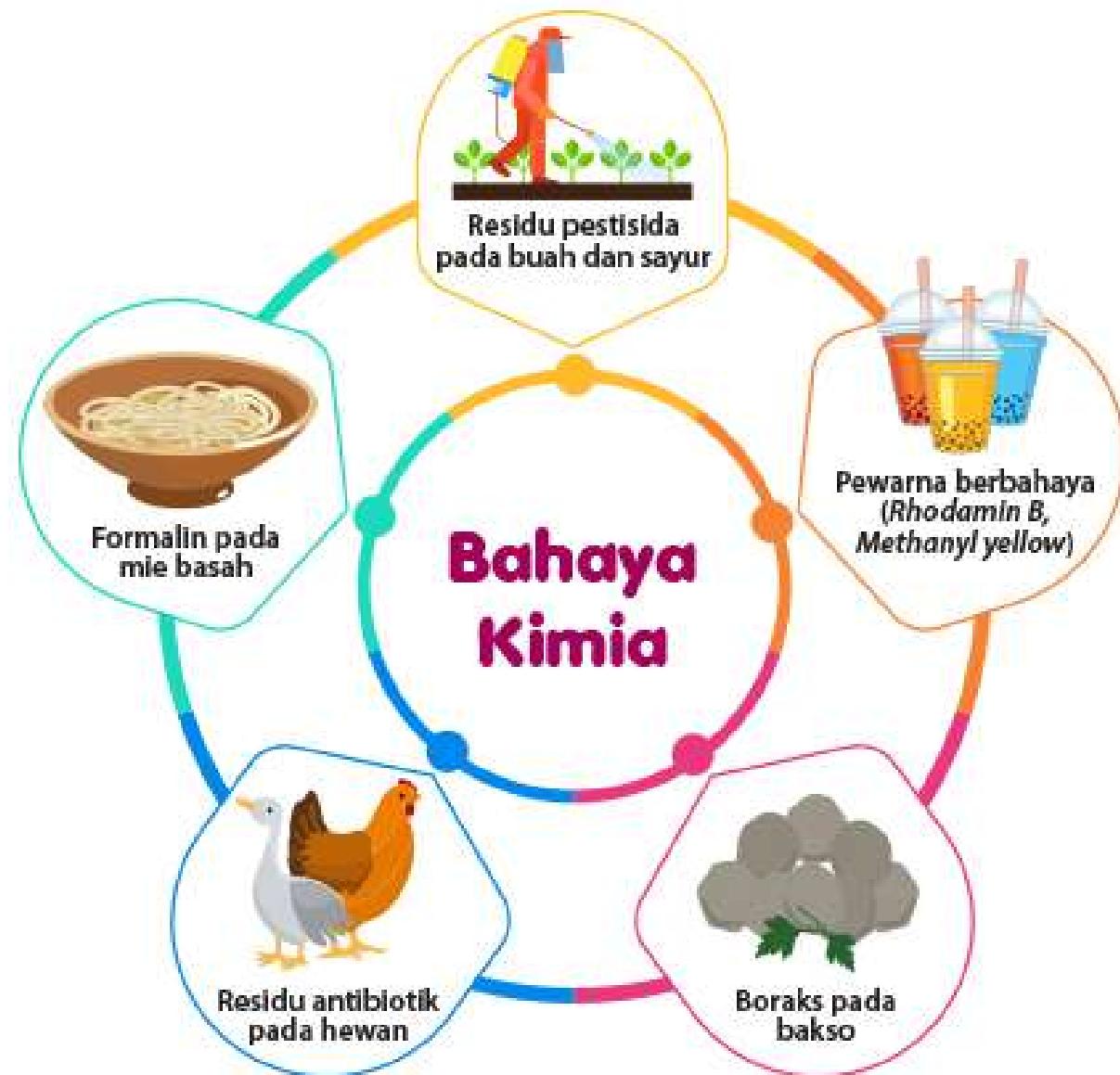
1. Bahaya atau **cemaran kuman**, seperti :

bakteri tipus, virus hepatitis, parasit toksplasma, cacing tambang dan lainnya, dan kuman yang dapat menyebabkan gejala diare, muntah, demam, pusing, keram perut.



2. Bahaya atau **cemaran bahan kimia**, seperti:

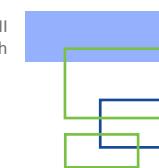
- Borax yang dapat ditemukan di bakso yang kenyal dan pucat;
- Formalin yang dapat ditemukan di tahu dan mie kuning yang tahan lama
- Rhodamine B yang dapat ditemukan pada minuman kemerahan kemilau, saus kemerahan;
- Methanyl yellow yang dapat ditemukan pada minuman kuning kemilau.



3. Bahaya atau cemaran benda fisik, seperti :

pecahan kaca, potongan logam, batu kerikil, duri ikan, isi steples, serpihan kayu yang tidak sengaja masuk dalam makanan.





Latihan 6.2.1

Latihan Bersama Orang Tua

Untuk mengenalkan orang tua kepada bahan makanan berwarna berbahaya dengan menilai perubahan warna pada pewarna makanan dan pewarna buatan. Jika saus makanan terbuat dari pewarna berbahaya maka akan memiliki ciri seperti tinta (zat kimia bukan untuk makanan) bukan seperti pewarna alami bunga rosella.

ALAT DAN BAHAN

Alat dan bahan	Jumlah
Alat <ul style="list-style-type: none">• Gelas kaca• Gunting• Sendok• Lidi• Kertas kromatografi• Pensil	<ul style="list-style-type: none">• 1 buah• 1 buah• 1 buah• 1 buah• 3 lembar• 1 buah
Bahan <ul style="list-style-type: none">• Tinta• Ekstrak bunga rosella• Saus botol bermerk• Saus jajanan tidak bermerk• Air• Garam	<ul style="list-style-type: none">• 1 buah• 1 buah• 1 buah• 1 buah• Secukupnya• Secukupnya

PROSEDUR PERCOBAAN:

1. Air hangat dimasukan kedalam gelas, kemudian dicampur dengan garam secukupnya (tidak berlebih) dan diaduk.
2. Air hangat yang bercampur dengan garam didiamkan sampai dingin.
3. Digunting kertas kromatografi, kemudian digaris dengan pensil setelah itu diberi setitik tinta ditengah-tengah kertas sejajar dengan garis pensil.
4. Kemudian setelah air yang bercampur garam dingin, kertas kromatografi yang ditetes tinta tersebut dimasukan kedalam air dengan batas garis diatas air (garis tidak terkena air)
5. Kemudian dilakukan terhadap ekstrak bunga rosella, saus jajanan tidak bermerk dan saus botol bermerk sama seperti langkah pada no 3 dan 4.
6. Ajak anak berpikir kritis, apakah ingin makan makanan dengan bahan yang sama dengan tinta dan bisa membuat sakit, atau makan makanan yang berbahaya makanan yang aman dan membuat sehat.

KUNCI JAWABAN

No.	Perlakuan	Hasil pengamatan
1.	Tinta Kertas kromatografi yang ditetesi tinta kemudian dimasukan kedalam air dengan batas garis diatas air (garis tidak terkena air)	Memiliki pergeseran warna yang meningkat bersamaan dengan air yang terserap oleh kertas kromatografi.
2.	Ekstrak bunga rosella Kertas kromatografi yang ditetesi ekstrak bunga rosella dimasukan kedalam air dengan batas garis diatas air (garis tidak terkena air)	Tidak terjadinya peningkatan atau pergeseran warna dikertas kromatografi
3.	Saus botol bermerk Kertas kromatografi yang ditetesi saus botol bermerk dimasukan kedalam air dengan batas garis diatas air (garis tidak terkena air)	Tidak terjadinya peningkatan atau pergeseran warna dikertas kromatografi
4.	Saus jajanan tidak bermerk Kertas kromatografi yang ditetesi saus jajanan dimasukan kedalam air dengan batas garis diatas air (garis tidak terkena air)	Laju warnanya ikut bergeser bersamaan dengan air yang terserap pada kertas kromatografi warnanya terserap sangat meningkat.

Sesi 3. Memilih Makanan yang Aman

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu membimbing orang tua untuk dapat mengenali dan memilih makanan yang aman agar mencegah anak sakit karena makanan, seperti diare dan keracunan makanan.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Kemasan makanan yang ada di rumah (disediakan orangtua)**
- **Poster 5 kunci keamanan pangan (buku orangtua halaman 85)**
- **Materi tips memilih dan menyimpan makanan yang aman (di lampiran setelah materi ini)**
- **Latihan 6.3 Cermat Membaca Label Makanan Kemasan (di lampiran setelah materi ini)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi 6.3 melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 6.3.1***).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orang tua per kelompok (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.1**).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orang tua memperkenalkan (halaman 86 buku orangtua) diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.2**). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.3**).
4. Pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 6.3.4**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan poster 5 kunci keamanan pangan** (halaman 85 buku orangtua) dan Keamanan pangan (atau buku orangtua halaman 85) untuk pencegahan virus (halaman 86 buku orangtua) (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.5**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh file.

6. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan 5 kunci keamanan pangan dan Keamanan pangan untuk pencegahan virus melalui **Voice Note** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 6.3.2**).
7. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file** materi Tips memilih dan menyimpan makanan yang aman (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.6**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan file.
8. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan materi Tips memilih dan menyimpan makanan yang aman melalui **Voice Note** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 6.3.3**. Lalu menuliskan **Pesan teks 6.3.7**.
9. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan 2 poster** yaitu Label gizi dan Informasi nilai gizi yang terdapat juga pada halaman 87 - 88 buku orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.8**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan file.
10. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file latihan 6.3.1 (halaman 91 buku orangtua)** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.9**). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan file.
11. Kemudian pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 6.3.10**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
12. Pendidik PAUD menuliskan **Pesan teks 6.3.11** dan mempersilahkan orangtua untuk berdiskusi.
13. Setelah itu, Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.12**).
14. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui **Voice Note** (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.13**).
15. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.3.14**).

🔊 **Voice Note 6.3.1: Mengapa Kita Harus Mampu Memilih Makanan yang Aman?**

Selain memilih makanan yang bergizi, salah satu poin penting lainnya juga harus memilih dan menjaga agar makanan anak aman. Hal ini diperlukan mulai dari pemilihan bahan baku, penyimpanan, dan pengolahan bahan makanan. Dengan memilih dan menjaga keamanan pangan, maka kita pun menjaga kualitas zat gizi yang ada dalam makanan tersebut, serta menghindari kita dari kemungkinan penyakit yang dapat ditularkan dari bahan makanan. Pilihlah makanan yang aman dan bergizi!

🔊 **Voice Note 6.3.2 Penjelasan poster 5 kunci keamanan pangan**

Agar aman, Ibu harus memperhatikan cara mengelola makanan. Yaitu dengan mempraktikan 5 kunci keamanan pangan seperti dibawah ini :

1. Menjaga kebersihan peralatan dan lingkungan dapur
2. Pisahkan makanan mentah dari pangan matang yang mengandung cemaran
3. Masaklah dengan benar, sampai semua bagian matang
4. Jagalah makanan pada suhu yang aman, bila akan disimpan simpanlah pada suhu dingin (dibawah 5 derajat celcius)
5. Gunakan air dan bahan baku yang aman, misalnya air dan bahan baku yang bebas dari cemaran bahan kimia berbahaya

🔊 **Voice Note 6.3.3 Penjelasan Tips memilih dan menyimpan makanan yang aman**

Memilih bahan makanan harus hati-hati, karena bila menggunakan bahan baku yang tidak aman maka hasil makanan yang diolah berpotensi tidak aman.

Bila memilih bahan dasar daging seperti : ikan, daging merah, daging ayam atau unggas adalah yang tidak berbau busuk atau amis, berwarna cerah, teksturnya kenyal.

Bila memilih telur adalah yang tidak ada kotoran dan tidak retak.

Bila memilih sayur adalah yang bersih, segar, tidak ada sisa bahan kimia.

✍ **Pesan teks 6.3.1** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

✍ **Pesan teks 6.3.2** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

✍ **Pesan teks 6.3.3** Salam.... (sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

✍ **Pesan teks 6.3.4** Ibu bapak, saat belanja, bagaimana caranya memilih makanan yang aman? Untuk bahan-bahan makanan berbeda (daging, ikan, telur, sayur, buah, tahu).

✍ **Pesan teks 6.3.5** Ini adalah poster 5 kunci keamanan pangan.

 **Pesan teks 6.3.6** Ini adalah file materi tips memilih dan menyimpan makanan yang aman.

 **Pesan teks 6.3.7** Ini adalah penjelasan materi tips memilih dan menyimpan makanan yang aman. Apakah ada yang kurang dipahami?

 **Pesan teks 6.3.8** Ini adalah 2 poster mengenai label gizi dan informasi nilai gizi. Keduanya akan digunakan untuk mengisi latihan 3.1.

 **Pesan teks 6.3.9** Ini adalah file latihan 3.1 Cermat Membaca Label Makanan Kemasan.

 **Pesan teks 6.3.10** Silahkan mencari kemasan makanan yang ada di rumah, lalu soal latihan tersebut dijawab dengan mengacu pada 2 poster sebelumnya. Diberikan waktu 5 menit.

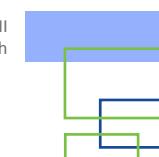
 **Pesan teks 6.3.11** Apakah ada bapak/ibu yang bersedia menjelaskan hasil jawabannya?

 **Pesan teks 6.3.12** Pesan kunci Sesi 3 adalah:

**Waspadai keamanan pangan
melalui pemilihan bahan yang aman, kebersihan saat persiapan,
pemasakan yang sempurna, dan penyimpanan yang tepat.**

 **Pesan teks 6.3.13** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* Sesi 3: Memilih Makanan yang Aman.

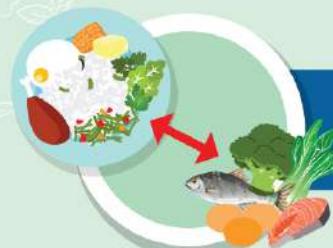
 **Pesan teks 6.3.14** Terima kasih pada..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di sesi berikutnya.

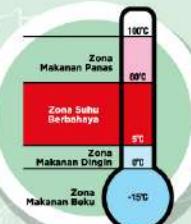


Infografis 6.3.1

5 Kunci Keamanan Pangan:

- 1 Jagalah Kebersihan**

- 2 Pisahkan pangan mentah dari pangan matang**

- 3 Masaklah dengan benar**

- 4 Jagalah makanan pada suhu aman**

- 5 Gunakan air dan bahan baku yang aman**


Infografis 6.3.2

Keamanan Pangan untuk mencegah penyakit infeksi



1



Cuci buah dan sayur dengan air mengalir sampai bersih

2



Memasak daging sampai matang

3



Minum air putih yang cukup

4



Hindari bertukar alat makan dengan orang lain

5



Bersihkan permukaan meja dengan spray pembersih

6



Menggunakan pisau yang berbeda untuk bahan mentah dan matang

Infografis 6.3.3



Infografis 6.3.4



Uraian materi Sesi 6.3

Tips memilih dan menyimpan makanan yang aman

1. DAGING

A. Cara Pemilihan

Pilih daging yang segar, masih berwarna merah, dan tidak berbau tajam.



B. Penyimpanan

- Sebaiknya daging tidak dicuci terlebih dahulu saat akan disimpan.
- Potong-potong kecil.
- Bungkus daging dengan plastik dan dikemas rapat agar tetap segar dan tidak alot karena kekurangan air.



2. IKAN

A. Cara Pemilihan

Pilih ikan yang matanya masih segar, dagingnya kenyal, dan tidak berbau.

B. Penyimpanan

Bungkus ikan dengan plastik dan dikemas rapat agar tetap segar dan terjaga kandungan airnya.

3. TELUR

A. Cara Pemilihan

Pilih telur yang cangkangnya halus, tidak retak, dan tidak berbau.



B. Penyimpanan

Saat menyimpan di wadahnya, letakkan bagian runcing telur di bawah. Hal ini akan mencegah kantong udara dalam telur terdesak, sehingga telur tidak mudah rusak.



4. SAYUR

A. Cara Pemilihan

Pilih sayuran yang daunnya segar dan tidak berlubang.

B. Penyimpanan

- Bungkus sayur dengan plastik berlubang
- Untuk sayuran hijau daun, simpan dalam wadah yang berisi sedikit air



5. BUAH

A. Cara Pemilihan

Pilih buah yang segar dan tidak berlubang.

B. Penyimpanan

- Simpan dalam wadah yang bersih dan kering.
- Sebaiknya tidak menyimpan buah yang belum matang di lemari pendingin.

6. TAHU

A. Cara Pemilihan

Pilih tahu yang teksturnya padat, tidak berlendir, dan tidak berbau asam.

B. Penyimpanan

Rendam tahu dalam air matang yang diganti setiap hari.



Latihan 6.3.1 Cermat Membaca Label Makanan Kemasan

Latihan 1. Cermat membaca label makanan kemasan

Ajak orang tua untuk membaca informasi yang terdapat pada kemasan makanan dan mengevaluasi nya.

Kemasan dari

Tanggapan dari orang tua saat membaca informasi pada kemasan (nilai gizi, keterangan halal, tanggal kadaluarsa, dan lainnya)

Sesi 4. Makanan yang Aman Bagi Anak Saat Terjadi Bencana

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan pemilihan dan cara menyimpan makanan yang aman untuk anak saat terjadi bencana.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *WhatsApp* (WA)
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 30 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- ***Voice Note***
- ***Pesan teks***
- **Uraian materi sesi 6.4.1 Menyiapkan makanan yang aman saat bencana (di lampiran setelah materi ini)**
- **Uraian materi sesi 6.4.2 Waspada Bencana, Simpan Makanan Ini! (di lampiran setelah materi ini)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi 4 melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 6.4.1***).
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orangtua dengan menuliskan pesan di WAG akan membentuk 4 empat kelompok kecil WA Grup yang terdiri dari maksimal 5 orang tua per kelompok (Silahkan menuliskan ***Pesan teks 6.4.1***).
3. Dalam kelompok kecil, Pendidik PAUD menuliskan pesan dengan meminta orang tua memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya (Silahkan menuliskan ***Pesan teks 6.4.2***). Setelah semua menyebutkan namanya, Pendidik PAUD menuliskan sambutan kepada orangtua (Silahkan menuliskan ***Pesan teks 6.4.3***).
4. Pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 6.4.4**. Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya selama 5 menit. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
5. Setelah 2 menit, Pendidik PAUD **mengirimkan file atau meminta orangtua membuka buku orangtua halaman 92** (Silahkan menuliskan ***Pesan teks 6.4.5***). Minta orangtua memberikan jempol bila sudah mengunduh/menemukan file.
6. Kemudian, Pendidik PAUD menjelaskan materi menyiapkan makanan yang aman saat bencana melalui *Voice Note* (Silahkan merekam dan mengirimkan ***Voice Note 6.4.2***).

7. Pendidik PAUD **menuliskan Pesan teks 6.4.6.** Beri kesempatan setiap anggota WAG menuliskan jawabannya. Setelah semua orangtua menjawab, baru menuliskan Pesan teks berikutnya.
8. Ulangi langkah 4-6 untuk materi Waspada Bencana (**Pesan teks 6.4.7**), Simpan Makanan Ini! (**Pesan teks 6.4.8**), **Voice Note 6.4.3**.
9. Setelah itu, Pendidik PAUD menjelaskan pesan kunci melalui tulisan (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.4.9**).
10. Meminta orangtua untuk memberikan tanda jempol bila sudah mendengarkan dan memahami pesan kunci yang disampaikan melalui *Voice Note* (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.4.10**)
11. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih. Sebutkan nama orangtua (Silahkan menuliskan **Pesan teks 6.4.11**)

🔊 **Voice Note 6.4.1 Mengapa Saat Terjadi Bencana, Penting Bagi Orang Tua untuk Memilih Makanan yang Aman Bagi Anak ?**

Dengan mengetahui dan melakukan pemilihan makanan yang aman bagi anak saat terjadi bencana, benar maka dapat membantu mencegah terjadinya penyakit karena makanan yang tidak bersih termasuk kejadian diare pada anak.

🔊 **Voice Note 6.4.2 Penjelasan materi menyiapkan makanan yang aman saat bencana**

Walau dalam keadaan genting, makanan yang dikonsumsi anak harus dijaga keamanannya. Mengapa? Karena tubuh anak lebih rentan terserang penyakit, termasuk penyakit bawaan makanan. Karena itulah makanan yang dipilih harus yang sehat dan tidak tercemar.

Hindari pemberian minuman berbahank susu kepada anak. Jangan makan makanan yang sudah terkena air banjir/hujan. Cek kondisi makanan yang disimpan di kulkas. Bersihkan alat masak dan alat makan.

🔊 **Voice Note 6.4.3 Penjelasan Waspada Bencana, Simpan Makanan Ini! Beberapa praktik yang harus diwaspadai adalah :**

1. Simpan makanan dan air untuk persediaan 3 hari bagi setiap anggota keluarga
2. Simpan makanan yang tidak memerlukan penyimpanan di kulkas
3. Pilih makanan dan camilan kesukaan yang biasa dimakan, saat terjadi bencana bukan waktu yang tepat untuk belajar makanan baru
4. Hindari makanan yang tinggi garam/natrium, yang membuat haus
5. Simpan dalam ukuran satu kali saji agar tidak ada makanan sisa atau terbuang. Makanan kaleng dapat disimpan selama mungkin asalkan kalengnya tidak rusak. Wadah kaleng dapat menjadi alat masak dan saji. Buka kaleng dan lepaskan label makanan sebelum memanaskannya. Gunakan sumber air minum yang aman

📝 **Pesan teks 6.4.1** Bapak/ibu, kelas ini dibagi dalam kelompok kecil WA yaitu kelompok A, B, C. Silakan bergabung dengan WA kelompoknya.

📝 **Pesan teks 6.4.2** Selamat bergabung di kelompok(sebutkan). Silakan memperkenalkan diri dengan menuliskan nama lengkap dan nama panggilan masing-masing.

Salam kenal, Nama saya Siti Rahmah, Nama panggilan: Siti. Saya guru PAUD X..

📝 **Pesan teks 6.4.3** Salam ...(sebutkan para orangtua), silakan menyimak penjelasan dibawah ini.

📝 **Pesan teks 6.4.4** Ibu bapak, apakah pernah mengalami bencana? Bencana apa? Saat itu bagaimana ibu bapak menyediakan makanan bagi anak? Apa bahayanya bila kita salah menyediakan makanan bagi anak saat bencana?

📝 **Pesan teks 6.4.5** Ini adalah materi menyiapkan makanan yang aman saat bencana.

 **Pesan teks 6.4.6** Setelah ibu/bapak membaca materi menyiapkan makanan yang aman saat bencana. Apakah ada yang kurang dipahami? Kita bisa berdiskusi disini.

 **Pesan teks 6.4.7** Pada halaman 94 buku ibu/bapak, adalah materi Waspada bencana, simpan makanan ini.

 **Pesan teks 6.4.8** Setelah ibu/bapak membaca materi Waspada bencana, simpan makanan ini. Apakah ada yang kurang dipahami? Kita bisa berdiskusi disini.

 **Pesan teks 6.4.9** Pesan kunci Sesi ini adalah **Saat terjadi bencana, cegah diare dan masalah kesehatan dengan memilih makanan yang aman dan bersih.**

 **Pesan teks 6.4.10** Ayo berikan jempolnya bila sudah mendengarkan dan memahami *Voice Note* Sesi 4: Makanan yang Aman Bagi Anak Saat Terjadi Bencana

 **Pesan teks 6.4.11** Terima kasih pada:..... (sebutkan nama panggilannya), kita sudah belajar bersama dan saling mengenal di kelas ini. Sampai bertemu di Sesi berikutnya.

Uraian materi sesi 6.4.1

Menyiapkan makanan yang aman saat bencana

Menyiapkan makanan yang aman saat bencana

a. Gunakan sumber air minum yang aman

Gunakan minuman kemasan dalam botol/gelas yang belum terkena air banjir. Jika tidak tersedia, rebuslah air untuk membuatnya aman diminum. Merebus air akan mematikan sebagian besar bibit penyakit yang ada. Jika sumur air yang ada sudah tergenang banjir, air di sumur harus di periksa dan di bersihkan terlebih dahulu. Jika mencurigai sumurnya sudah terkontaminasi, segera hubungi petugas kesehatan terdekat.



b. Hindari pemberian minuman berbahana susu kepada anak

Seringkali saat bencana terjadi, wabah diare dan penyakit infeksi lainnya terjadi akibat minimnya sarana prasarana air bersih dan pengelolaan sampah. Pemberian minuman berbahana susu kepada anak sangat berisiko menimbulkan masalah diare pada anak. Solusi pengganti dapat diberikan ASI ataupun sumber protein lain seperti telur, tempe, ikan, atau daging.



c. Jangan makan makanan yang sudah terkena air banjir / hujan

Buang bahan makanan yang terkena air banjir / tidak berada didalam wadah anti air saat banjir tiba. Wadah anti air termasuk yang terbuat dari karton, dengan tutup terpilin, tarik, atau kerut.



d. Cek makanan yang disimpan di kulkas

Saat bencana umumnya dibarengi dengan putusnya arus listrik dalam beberapa waktu, cek makanan terutama daging, ikan, telur, susu, dan sisa makanan) yang disimpan di kulkas, jika terjadi perubahan warna, bau, dan tekstur yang tidak enak. Makanan yang tidak aman dapat membuat sakit walaupun penampakan – rasa – dan bau nya normal. Jika ragu – ragu, lebih baik dibuang saja.



e. Bersihkan alat masak dan alat makan

Bersihkan alat masak dan alat makan dengan sabun dan air. Cuci dan bersihkan dengan merebus alat makan tersebut atau siram dengan air mendidih. Jangan gunakan talenan yang terbuat dari kayu



f. Cuci tangan sebelum memberikan makanan kepada anak

Cuci tangan dengan sabun dan air bersih, namun jika air bersih terbatas, dapat menggunakan cairan pembersih tangan atau tissue basah.



Uraian materi sesi 6.4.2

Waspada Bencana, Simpan Makanan Ini!

1. Simpan makanan dan air untuk persediaan 3 hari untuk setiap anggota keluarga.
2. Simpan makanan yang tidak memerlukan penyimpanan di kulkas.
3. Pilih makanan dan camilan kesukaan yang biasa dimakan, saat terjadi bencana bukan waktu yang tepat untuk belajar makanan baru.
4. Hindari makanan yang tinggi garam/natrium, yang justru membuat haus.
5. Simpan dalam ukuran satu kali saji agar tidak ada makanan sisa atau terbuang.
6. Makanan kaleng dapat disimpan selama mungkin asalkan kalengnya tidak rusak. Wadah kaleng dapat menjadi alat masak dan saji. Buka kaleng dan lepaskan label makanan sebelum memanaskannya.

Evaluasi Materi

- 1. Mengapa perilaku mencuci tangan itu penting diketahui orang tua?**
 - a. Mencuci tangan merupakan bagian dari kegiatan sehari - hari
 - b. Mencegah penyebaran penyakit yang menyebabkan diare pada anak
 - c. Karena tangan merupakan organ tubuh yang sering digunakan
 - d. Membuat orang tua rajin membeli sabun
- 2. Mencuci tangan sebaiknya sehabis melakukan kegiatan berikut ini:**
 - a. Sebelum makan atau menuapai anak
 - b. Setelah buang air besar / kecil
 - c. Setelah memegang binatang peliharaan
 - d. Semua benar
- 3. Proses mencuci tangan yang benar adalah... .**
 - a. Membasuh tangan dengan air mengalir ke seluruh telapak tangan
 - b. Membasuh tangan dengan air di baskom dengan irisan jeruk nipis segar wangi
 - c. Membasuh tangan dengan air mengalir dan sabun, menggosok tangan – jari – dan kuku, serta dibilas kembali dengan air mengalir
 - d. Membasuh tangan dengan air, menggosok tangan, dan dikeringkan dengan bawah baju
- 4. Mengapa orang tua perlu memahami hal apa yang dapat mencemari makanan?**
 - a. Makanan yang tercemar adalah hal yang biasa terjadi
 - b. Memilih makanan yang sehat kepada anak harus yang bermutu baik dan aman dari cemaran
 - c. Sakit perut sehabis makan membuat anak lebih sehat dan kuat
 - d. Penggunaan bahan kimia berbahaya hanya ada di berita saja
- 5. Berikut jenis cemaran makanan, *kecuali*... .**
 - a. Kimia
 - b. Biologis
 - c. Fisik
 - d. Geografis
- 6. Berikut jenis cemaran makanan, *kecuali*... .**
 - a. Duri ikan
 - b. Boraks
 - c. Pewarna makanan industri
 - d. Bakteri salmonella
- 7. Cara memilih telur yang baik dan aman dikonsumsi adalah... .**
 - a. saat direndam dalam air, telur mengambang
 - b. telur cangkangnya sedikit retak
 - c. cangkangnya halus, tidak retak, dan tidak berbau
 - d. telur berbau dan rasanya aneh

8. **Memisahkan alat masak yang berbeda untuk mengolah bahan makanan mentah dan matang dengan tujuan... .**
 - a. Untuk membuat alat yang harus dicuci menumpuk
 - b. Kebersihan alat masak bukan hal yang penting untuk diperhatikan
 - c. Untuk menghindari makanan matang tercemar bakteri dari makanan mentah
 - d. Penyajian makanan lebih indah dan enak dilihat
9. **Jika terjadi bencana alam, penting untuk tidak memberikan makanan atau minuman berbahana susu kepada anak karena.... .**
 - a. Harga susu meningkat karena minimnya stok di took
 - b. Tidak ada pihak yang memberikan bantuan dalam bentuk susu
 - c. Agar tidak perlu berbagi kepada anak lain di pengungsian
 - d. Risiko tinggi diare pada anak karena minimnya air bersih dan pengelolaan sampah
10. **Jika terkena banjir, sebaiknya beras yang terkena air banjir... .**
 - a. Dapat dicuci bersih dan dimasak untuk dimakan
 - b. Dibuang karena tidak mungkin dibersihkan dengan sempurna
 - c. Dijemur kembali hingga kering untuk dimakan
 - d. Dipilah beras yang bersih dan kotor, yang bersih dimakan yang kotor dibuang

Kunci Jawaban : 1.B 2. D 3.C 4. B 5. D 6. A 7. C 8. C 9.D 10.B

Modul 7

Tatalaksana Terpadu Balita Sakit

Sesi 1. Mewaspadai Penyakit Anemia Pada Anak

Indikator keberhasilan/tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada orangtua agar dapat:

1. Memahami mengapa orangtua harus mampu mengenali penyakit dan tanda kegawatan pada anak
2. Memahami definisi dan penyebab anemia pada anak
3. Memahami cara mendeteksi dini anemia pada anak.
4. Mengetahui tindakan yang perlu dilakukan jika anak memiliki tanda anemia

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui Pesan teks dan infografis via WA
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *Whats App*
3. Penugasan

Alokasi waktu: Alokasi waktu pada sesi ini adalah 25 menit (1/2 jam pelajaran).

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan media/sumber belajar berupa:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Infografis**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD memberi salam, memperkenalkan diri dan memulai kelas dengan menggunakan **Voice Note**.
2. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran sesi satu melalui **Voice Note**. Pendidikan PAUD menyampaikan perlunya orangtua mengenali anemia dengan menggunakan informasi **pada kotak** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 7.1.1 s/d 7.1.2, Infografis 7.1.1**)
3. Pendidik PAUD meminta orangtua menuliskan hasil pengamatan mereka akan gejala Anemia pada anak di WAG dan merespons jawaban orangtua dengan emoji dan atau teks pendek (Silahkan kirimkan **Voice Note 1.3**). Setelah tidak ada lagi jawaban yang diberikan, guru melakukan setting WAG menjadi terkunci.

4. Pendidik PAUD kemudian meneruskan dengan memberikan materi sesuai pada Kotak (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 7.1.4-7.1.5, Infografis 7.1.2**)
5. Pendidik PAUD mengajak orangtua untuk belajar mendeteksi atau mengetahui apakah anaknya anemia atau tidak (Silahkan menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 7.1.1, Foto 7.1.1**). Minta agar anak berada di dekat orangtua.
6. Pendidik PAUD meminta orangtua untuk mengirimkan hasil foto secara pribadi ke WA (Silahkan menuliskan **Pesan teks 7.1.2**).
7. Setelah orangtua mengirimkan hasil foto, pendidik PAUD dapat membuka WAG untuk sesi tanya jawab. Orangtua dapat bertanya melalui teks atau **Voice Note**.
8. Guru PAUD menutup dengan menyampaikan pesan kunci (Silahkan menulis **Pesan teks 1.3**).
9. Pertanyaan yang tidak dapat dijawab Pendidik PAUD dapat dikumpulkan dan ditanyakan kepada Petugas Kesehatan. Jawaban dari pertanyaan tersebut dapat disampaikan kepada orangtua pada kesempatan selanjutnya.

¶) **Voice Note 7.1.1** Bapak/Ibu, selamat datang di kelas *parenting* modul 7. Modul 7 ini terdiri dari 3 bagian ya bapak ibu, karena kita akan belajar mengenai 3 topik penyakit yang kita temui pada anak. Anak Usia Dini rentan terserang penyakit infeksi, terutama jika anak kebutuhan gizinya tidak terpenuhi dengan baik.

¶) **Voice Note 7.1.2** Guru dan Orangtua diharapkan dapat mengenali dan mengetahui tindakan pertolongan pertama yang dapat diberikan pada anak, dan kapan perlu membawa anak ke fasilitas kesehatan. Untuk itu kita mulai yuk dengan sesi pertama mengenai Anemia.

¶) **Voice Note 7.1.3** Nah, Ibu bapak agar anak dapat menyerap pelajaran dengan baik, anak harus bugar, konsentrasi, dan semangat. Apakah di lingkungan, ibu bapak pernah melihat anak yang kurang aktif, lemas, kurang bergairah, tidak bisa konsentasi? Bila ya, kira-kira apa penyebabnya? Silahkan tuliskan di *Whatsapp* ya.

¶) **Voice Note 7.1.4** Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar sel darah merah dalam darah lebih rendah dari standar atau patokan yang seharusnya. Sel darah merah atau Hemoglobin berperan untuk mengikat dan membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Penyebab anemia pada anak diantaranya adalah Kurangnya asupan makanan, terutama yang mengandung zat besi dan Vit B12. Selain itu adanya penyakit infeksi seperti kecacingan dan malaria.

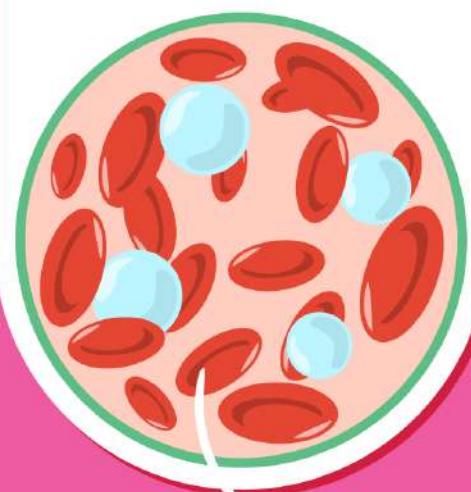
¶) **Voice Note 7.1.5** Untuk memeriksa apakah anak ibu mengalami gejala anemia yaitu pucat, kita dapat melakukan pemeriksaan sederhana ini. Coba bandingkan permukaan telapak tangan anak dengan telapak tangan ibu. Jika terlihat lebih pucat dan ada juga gejala yang lain yang timbul (susah makan, sering sakit dan rewel), makan sebaiknya segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan ya.

Infografis 7.1.1

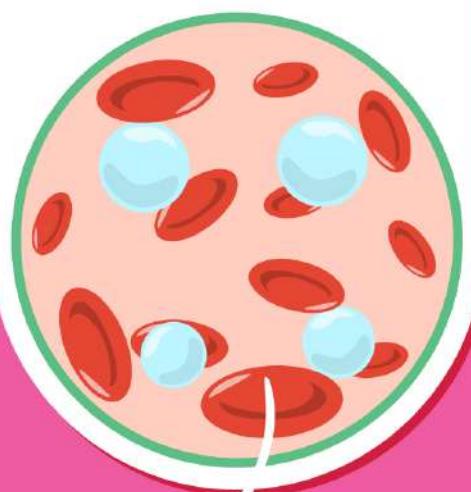
ANEMIA

Suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari standar atau patokan yang seharusnya.

Normal



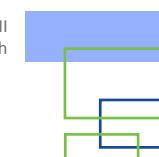
Anemia



Hemoglobin

Zat di dalam sel darah merah yang terbentuk dari gabungan protein dan zat besi

Berfungsi untuk mengikat dan membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh



Infografis 7.1.2



Foto 7.1.1



 **Pesan teks 7.1.1** Berikut adalah Gejala Anemia pada anak. Dapat dilihat juga halaman 97 pada buku bapak/ibu.

 **Pesan teks 7.1.2** Ibu bapak tolong praktikkan lalu foto hasil dan beri keterangan singkat. Dikirimnya tidak di kelas ini tapi secara pribadi saja.

 **Pesan teks 7.1.3** Ibu bapak, agar anak kita tidak Anemia, ayo beri anak makanan yang bergizi. Mohon lihat kembali pelajaran kita di modul 5 ya.

Sesi 2. Mewaspadai Penyakit Diare Pada Anak

Indikator keberhasilan:

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada orangtua untuk dapat:

1. Menjelaskan kepada ibu mengenai penyakit diare, terutama diare dengan dehidrasi.
2. Mengajak ibu membuat ORALIT sebagai pertolongan pertama pada anak.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui rangkaian teks, video dan infografis yang disajikan via WA
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*
3. Penugasan

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan pembelajaran ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Infografis yang akan di posting di grup WhatsApp (WAG)**
- **Video edukasi tentang diare (bit.ly/DiareMod72)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD memulai kelas dengan kondisi WA terkunci dimana hanya Guru PAUD yang dapat mengirimkan pesan di WAG.
2. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran Sesi satu melalui **Voice Note**. Pendidikan PAUD menyampaikan perlunya orangtua mengenali anemia dengan menggunakan informasi **pada kotak** (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 7.2.1**)
3. Pendidik PAUD kemudian membuka WAG sehingga para orangtua bisa menuliskan jawaban mereka di grup. Pendidik PAUD menjawab dengan emoji dan juga teks pendek sebagai respons terhadap jawaban orangtua. Setelah tidak ada lagi jawaban yang diberikan, guru mengembalikan setting kelas menjadi terkunci.
4. Pendidik PAUD memberikan link video tentang diare (atau mengirimkan video edukasi mengenai Diare — Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 7.2.2**) dan memberikan waktu 10 menit orangtua untuk menonton video tersebut. Jika orangtua kesulitan mengakses video, video dapat diberikan lewat WA

5. Setelah orangtua diberikan kesempatan menonton Video, pendidik PAUD dapat membuka WAG untuk mengecek apakah para orangtua sudah selesai menonton video yang dimaksud. (Silahkan menuliskan dan mengirimkan **Pesan teks 7.2.1**).
6. Pendidik PAUD lalu menutup kembali WAG dan melanjutkan dengan menjelaskan mengenai cara membuat larutan oralit dan larutan gula garam menggunakan infografis (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 7.2.3, Infografis 7.2.1-7.2.2 halaman 99 buku orangtua**).
7. Setelah orangtua diberikan kesempatan mempelajari infografis, Pendidik PAUD memberi tugas pada orangtua untuk membuat larutan gula garam dan setelah selesai memfoto dan post di FB. (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 2.4**).
8. Pendidik PAUD kemudian dapat membuka WAG untuk pertanyaan- pertanyaan orangtua dan menutup dengan menekankan pesan kunci di halaman 11. (Silahkan merekam dan mengirimkan **Voice Note 2.5**).
9. Pertanyaan yang tidak dapat dijawab Pendidik PAUD dapat dikumpulkan dan ditanyakan kepada Petugas Kesehatan. Jawaban dari pertanyaan tersebut dapat disampaikan kepada orangtua pada kesempatan selanjutnya.

Voice Note 2.1

Ibu, bapak, sekarang kita akan belajar mengenai penyakit Diare pada anak ya. Ibu bapak apa yang ada dalam pikiran kalau mendengar kata diare (atau sebut istilah lokal)? Mohon tuliskan ya.

Voice Note 2.2

Sekarang mari kita tonton bersama selama 10 menit video mengenai Diare ini ya bapak ibu (Link Youtube/video perlu dibuat).

 **Pesan teks 2.1** Sudah selesai menontonnya bapak/ibu? Silahkan berikan tanda jempol ya kalau sudah selesai.

Voice Note 2.3

Ibu bapak, sekarang kita latihan membuat larutan oralit dan larutan gula garam ya, caranya seperti berikut

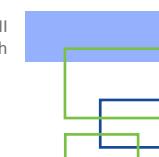
Voice Note 2.4

Sekarang, saya akan memberikan tugas ya pada bapak ibu untuk membuat larutan gula garam di rumah dan setelah selesai memfoto hasilnya dan post di Facebook masing-masing. Apakah bapak/ ibu ada pertanyaan? Silahkan tulis atau gunakan **Voice Note** ya.

Voice Note 2.5

Jadi bapak/ibu, perlu ingat ya

- Diare adalah buang air besar yang encer atau berair lebih dari tiga kali dalam periode 24 jam
- Diare dengan tinja yang berdarah adalah tanpa disentri
- Berikan Oralit atau Cairan Rumah Tangga lainnya setiap anak habis BAB saat diare. Jangan lupa ibu cuci tangan.
- Jika anak rewel, kehausan, mata cekung, dan kulit perut yang dicubit lambat kembali kemungkinan anak dehidrasi. Segera rujuk ke Puskesmas.



Infografis 2.1



Infografis 2.2



Sesi 3. Mewaspadai Demam dan Kejang Pada Anak

Indikator keberhasilan:

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada orangtua untuk dapat:

1. Menjelaskan kepada ibu bahaya demam dan kejang pada anak.
2. Menekankan kepada ibu agar dapat dengan tepat waktu membawa anak ke layanan kesehatan jika diperlukan jika anak menderita demam ataupun kejang.

Strategi/metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui rangkaian teks dan video yang disajikan via WA Group
2. Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan pembelajaran ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note** yang siap dibacakan
- **Pesan teks** yang siap dicopy-paste
- Video edukasi ([sesi 7.3 *https://youtu.be/oX-1IzQsKMw*](https://youtu.be/oX-1IzQsKMw)) yang sudah didownload

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD memulai kelas dengan kondisi WA terkunci dimana hanya Guru PAUD yang dapat mengirimkan pesan di WAG.
2. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari pembelajaran Sesi satu melalui **Voice Note**. Pendidikan PAUD menyampaikan perlunya orangtua mengenali anemia dengan menggunakan informasi **pada kotak (Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 3.1)**.
3. Pendidik PAUD kemudian membuka WAG sehingga para orangtua bisa menuliskan jawaban mereka di grup. Pendidik PAUD menjawab dengan emoji dan juga teks pendek sebagai respons terhadap jawaban orangtua.
4. Setelah tidak ada lagi jawaban yang diberikan, guru mengembalikan setting kelas menjadi terkunci.
5. Pendidik Paud memberikan link video Kejang Demam Youtube (atau mengirimkan video edukasi mengenai Diare — **Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 3.2**) dan memberikan waktu kepada orangtua untuk menonton video tersebut.

6. Setelah orangtua diberikan kesempatan menonton Video, pendidik PAUD dapat membuka WAG untuk mengecek apakah para orangtua sudah selesai menonton video yang dimaksud dan pendidik PAUD dapat membuka WAG untuk pertanyaan-pertanyaan (**Silahkan menuliskan dan mengirimkan Pesan teks 3.1**).
7. Kelas ditutup dengan menekankan pesan kunci di halaman 11. (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 3.3**).
8. Pertanyaan yang tidak dapat dijawab Pendidik PAUD dapat dikumpulkan dan ditanyakan kepada Petugas Kesehatan. Jawaban dari pertanyaan tersebut dapat disampaikan kepada orangtua pada kesempatan selanjutnya.

Voice Note 3.1

Ibu bapak, sekarang kita akan belajar mengenai penyakit demam dan kejang pada anak ya. Ibu bapak, bagaimana kita tahun kalau anak kita demam? Apa yang disentuh? Mohon tuliskan ya.

Voice Note 3.2

Sekarang mari kita tonton bersama selama 10 menit video mengenai Demam dan Kejang ini ya bapak ibu (Link Youtube/video perlu dibuat)

Voice Note 3.3

Jadi bapak/ibu, perlu diingat ya

- Demam adalah cara tubuh memberikan penanda bahwa dalam tubuh manusia terdapat penyakit atau perubahan kondisi tubuh.
- Jika anak memiliki suhu 38C atau lebih, anak tersebut demam.
- Cegah kejang demam. Tangani demam dengan tepat dengan cara mengompres air hangat pada kepala, ketiak, dan selangkangan.
- Jika anak mengalami kejang, segera rujuk ke Puskesmas.

 **Pesan teks 3.1** Sudah selesai menontonnya bapak/ibu? Silahkan berikan tanda jempol ya kalau sudah selesai. Apa ada pertanyaan?

Sesi 4. Evaluasi Materi

Indikator keberhasilan:

1. Pendidik PAUD mendapatkan feedback dari hasil pejabaran modul yang sudah dilakukannya
2. Orangtua dapat mengevaluasi pengertian mereka tentang topik pada modul 7

Strategi/metode penyajian:

Diskusi kelompok terstruktur melalui media *WhatsApp*

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan pembelajaran ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- **Voice Note**
- **Pesan teks**
- **Lembar Evaluasi** yang sudah diisi oleh Orangtua Murid dan dievaluasi oleh pendidik PAUD

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD meminta Orangtua Murid mengisi lembar evaluasi dan mengirimkan secara pribadi Jawaban mereka
2. Pendidik PAUD memeriksa Jawaban sesuai dengan kunci Jawaban dan memberikan umpan balik berupa jumlah jawaban benar
3. Pendidik PAUD menjelaskan tujuan dari proses evaluasi ini (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 4.1**).
4. Pendidik PAUD kemudian membahas pertanyaan yang ada (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 4.2 s/d 4.4**). Di setiap tahapan para orangtua diberikan kesempatan bertanya dan diajak mencari jawabannya sesuai yang telah diajarkan dalam modul. Pertanyaan yang tidak dapat dijawab Pendidik PAUD dapat dikumpulkan dan ditanyakan kepada Petugas Kesehatan. Jawaban dari pertanyaan tersebut dapat disampaikan kepada orangtua pada kesempatan selanjutnya.
5. Pendidik PAUD kemudian menanyakan kembali kepercayaan orangtua dalam memahami modul 7 (**Silahkan merekam dan mengirimkan Voice Note 4.5**).
6. Pendidik PAUD meminta orangtua untuk mengisi **Catatan Harian Si Kecil: Kesehatan anak** sesuai kondisi di rumah dan catatan imunisasi anak. Minta orangtua mengirim foto catatan yang telah terisi pada WA pribadi pendidik PAUD.
7. Kelas ditutup dengan menekankan pesan kunci. (Silahkan menuliskan dan mengirimkan Pesan teks 4.1).

🔊 **Voice Note 4.1**

Ibu/bapak terima kasih sudah mengumpulkan lembar evaluasi modul 7, saya sudah memberikan jumlah jawaban yang benar dari kuis yang diisi oleh bapak ibu ya. Sekarang mari kita bahas saja setiap soal satu per satu.

🔊 **Voice Note 4.2**

Untuk nomor 1, anak dikatakan anemia jika A. Sel darah merah kurang dari normal. Untuk nomor 2, apa ciri-ciri anemia pada anak, jawabannya adalah A: anak mempunyai berat badan kurang, lemah, lesu, dan tampak pucat. Untuk nomor 3, bagaimana cara mendeteksi anemia pada anak, jawabannya C, dengan membandingkan telapak tangan anak dengan orang dewasa sehat. Sampai disini apa ibu/bapak ada pertanyaan? Silahkan tuliskan atau gunakan **Voice Note** ya.

🔊 **Voice Note 4.3**

Kita lanjutkan ya. Untuk nomor 4, tingkat keparahan diare ditentukan oleh A, ada tidaknya tandanya dehidrasi berat. Nomor 5 untuk anak yang sedang diare penting untuk mengamati A, tanda dehidrasi pada anak. Untuk nomor 6, pemberian oralit diperlukan untuk B, mencegah anak mengalami dehidrasi. Sampai disini apa ibu/bapak ada pertanyaan? Silahkan tuliskan atau gunakan **Voice Note** ya.

🔊 **Voice Note 4.4**

Nah, sekarang, untuk nomor 7, demam adalah hal serius dan perlu dibawa ke dokter jika D, disertai kejang dan anak kehilangan kesadaran. Nomor 8, demam karena pneumonia ditandai dengan B, anak mengalami demam tinggi, batuk, dan sesak. Nomor 9, untuk anak yang sakit, makanan bergizi yang dapat diberikan adalah B, makanan keluarga dengan tekstur sesuai usia dan tetap mendapat ASI. Terakhir nomor 10, tanda bahaya yang perlu diwaspada pada anak sakit adalah C, anak demam tinggi dan tiba-tiba tangan dan kaki tertarik kaku. Sampai disini apa bapak/ibu ada pertanyaan? Silahkan tuliskan atau gunakan **Voice Note** ya.

🔊 **Voice Note 4.5**

Setelah mempelajari modul ini, apakah yang ibu bapak kira-kira lebih bisa mengenai tanda dan gejala penyakit pada anak? Berikan tanda ya dengan emoji atau stiker yang sesuai.

📝 **Pesan teks 4.1**

Demikian bapak ibu dengan selesainya sesi ini, pertemuan berikutnya kita akan beralih ke modul 8. Terima kasih

Catatan Harian Si Kecil: Kesehatan anak

Diantara orang yang tinggal serumah, berapa kah yang perokok aktif ?

(termasuk merokok di dalam maupun di luar rumah)

- Tidak ada
- 1 orang
- 2 orang
- Lebih dari 2 orang

Kelengkapan imunisasi sesuai tahapan usia

(divalidasi oleh tenaga kesehatan)

- Lengkap
- Tidak lengkap

Evaluasi Materi

1. Anak dikatakan anemia jika....

- a. Sel darah merahnya kurang dari normal
- b. Cairan tubuhnya kurang dari normal
- c. Suhu tubuhnya lebih tinggi dari normal
- d. Pertumbuhannya lebih besar dari normal

2. Apa ciri-ciri anemia pada anak?

- a. Anak mempunyai berat badan kurang, lemah, lesu dan tampak pucat
- b. Anak nampak ceria dan bersemangat saat beraktivitas
- c. Anak senang bernyanyi dan menari
- d. Anak memiliki nafsu makan yang tinggi dan tidak rewel

3. Bagaimana cara mendeteksi tanda Anemia pada anak dengan cepat?

- a. Dengan menanyakan kepada anak apakah terkena anemia
- b. Dengan melihat cara anak bermain dengan teman sebayanya
- c. Dengan membandingkan telapak tangan anak dengan orang dewasa yang sehat
- d. Dengan membaca buku mengenai makanan bergizi

4. Tingkat keparahan diare ditentukan oleh.... .

- a. Ada tidaknya tanda-tanda dehidrasi berat
- b. Tingkat keenceran kotoran yang keluar
- c. Makanan yang dimakan oleh anak
- d. Kencangnya tangisan anak

5. Untuk anak yang sedang diare, penting untuk mengamati adanya.... .

- a. Tanda dehidrasi pada anak
- b. Perubahan warna kulit pada anak
- c. Nyamuk yang menggigit tubuh anak
- d. Banyaknya makanan yang dimakan

6. Pemberian oralit diperlukan untuk.... .

- a. Mengurangi frekuensi bab / diare
- b. Mencegah anak mengalami dehidrasi
- c. Menurunkan demam
- d. Membuat anak tidak mencret

7. Demam adalah hal serius dan perlu dibawa ke dokter jika.... .

- a. Anak menangis dan berkeringat sepanjang malam
- b. Anak dapat duduk dan bermain bersama saudaranya
- c. Demam disertai batuk pilek
- d. Disertai Kejang dan anak kehilangan kesadaran

- 8. Demam yang diakibatkan pneumonia ditandai dengan ciri khas... .**
- a. Kulit anak saat dicubit lama kembali
 - b. Anak mengalami demam tinggi, batuk dan sesak
 - c. Anak mengalami demam dan berkeringat terus-menerusan
 - d. Anak memiliki nanah di telinga
- 9. Untuk anak yang sedang sakit, perlu memperhatikan gizi yang cukup agar masa penyembuhannya lebih cepat, yang dimaksud makanan bergizi untuk anak sakit adalah... .**
- a. Anak diberikan bubur dan teh manis setiap hari
 - b. Anak diberikan makanan keluarga dengan tekstur sesuai usia dan tetap mendapat ASI
 - c. Anak diberikan makanan berkuah agar gampang dikunyah
 - d. Anak diberikan makanan yang diinginkan olehnya
- 10. Berikut adalah tanda bahaya yang perlu diwaspadai pada anak sakit dan memerlukan penanganan segera petugas kesehatan:**
- a. Anak minum dengan lahap dan malas bermain dengan teman
 - b. Anak lemas, batuk, pilek dan diare sejak 2 hari yang lalu
 - c. Anak demam tinggi dan tiba-tiba tangan dan kaki tertarik dan kaku
 - d. Anak rewel dan tidak mau makan dan minum sejak kemarin

JAWABAN : 1A 2A 3C 4A 5A 6B 7D 8B 9B 10C

Modul 8

Perlindungan, Keamanan, Keselamatan Anak

Sesi 1. Perlindungan Anak Terhadap Kekerasan Fisik dan Psikis

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada orangtua agar dapat:

1. Mengetahui 4 kategori utama tindak kekerasan terhadap anak: Pengabaian, Kekerasan Fisik, Pelecehan Piskologis/emosional, dan Pelecehan seksual anak.
2. Mengetahui akibat yang dapat ditimbulkan dari kekerasan kepada anak usia dini.
3. Mengetahui penyebab terjadinya kekerasan kepada anak usia dini.
4. Mengetahui cara pencegahan kekerasan terhadap anak usia dini.
5. Mengetahui perawatan Kepada anak korban kekeasan (*Trauma Healing*).

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*
3. Penugasan

Alokasi Waktu : 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Video** contoh kekerasan pada anak (bit.ly/BukuOrtu103)
- **Infografis** Kekerasan Anak

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orangtua memahami perlindungan anak dari kekerasan dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 8.1***
2. Pendidik PAUD mengirimkan video tanpa suara yang menggambarkan kekerasan pada anak. Berikan waktu untuk orangtua menyimak video tersebut, dan kemudian tuliskan **Pesan teks 8.1**

3. Pada WAG kelompok, jika mayoritas orangtua sudah selesai menonton, mintalah orangtua menyampaikan apa yang terjadi pada anak tersebut menggunakan **Pesan teks 8.2**. Berikan waktu untuk orangtua saling berpendapat di WAG.
4. Kembali ke WAG kelas, pendidik PAUD mengirimkan **infografis 8.1** terkait materi kekerasan pada anak. Lanjutkan dengan menyampaikan materi (jenis kekerasan, cara mencegah, cara mendidik anak, dan tanda-tanda) kekerasan kepada anak usia dini melalui *Voice Note* (rekaman suara) sesuai uraian materi di bawah.
5. Tanyakan apakah ada pertanyaan maupun tips tambahan terkait materi hari ini. Jelaskan kembali jika ada pertanyaan dari orangtua. Gunakan **Pesan teks 8.3**
6. Pendidik PAUD menyampaikan pesan kunci seperti dalam ***Voice Note 8.2***
7. Pendidik PAUD meminta orangtua untuk mempraktikkan salah satu cara pencegahan/cara mendidik anak agar terhindar dari kekerasan. Penjelasan terkait kegiatan ini disampaikan melalui ***Voice Note 8.3***. Mintalah orangtua untuk memberikan tanda jempol jika telah memahami materi hari ini.
8. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih dengan menyebutkan nama masing-masing orangtua.

Voice Note 8.1 Mengapa Perlu Memahami Perlindungan Anak Terhadap Kekerasan Fisik dan Psikis?

Kekerasan kepada anak merupakan tindak kejahatan yang sering terjadi dan menimpa kepada anak usia dini. Tanpa disadari yang menjadi pelaku kekerasan adalah orang terdekat dari anak. Kita perlu memberi pengetahuan kepada orang terdekat anak yaitu orangtua dan guru guna mencegah tidak kekerasan kepada anak, baik secara fisik, seksual, penganiayaan emosional, atau pengabaian terhadap anak.

Voice Note 8.2 Pesan Kunci Topik 1

Prinsip Pencegahan Kekerasan pada Anak:

1. Berikan Cara Pengetahuan Bagaimana Melindungi Diri
2. Bangun Komunikasi yang Baik dengan Anak
3. Memaksimalkan Peran Sekolah
4. Membekali Anak dengan Ilmu Beladiri
5. Segera Laporkan kepada Pihak yang Berwajib

Mengenali Ciri-Ciri Anak yang Terdampak Kekerasan :

1. Anak Menghindari Orang Tertentu
2. Sering Menangis Tanpa Alasan
3. Tubuh Memar
4. Gejala Aneh
5. Perilaku Mendadak Berubah
6. Menyendiri
7. Nyeri Saat Berjalan
8. Akrab Dengan Informasi Seksual
9. Anak Selalu Waspada

Prinsip Cara Penanggulangan Akibat Kekerasan pada anak :

1. Mendidik Diri Sendiri dan Anak
2. Mengajari Hak Anak
3. Memberitahu Tentang Kekerasan
4. Memberitahu Anak Tanda Tanda Kekerasan
5. Berteman Dengan Orangtua Lainnya

Identifikasi dan hilangkan risiko yang dapat membuat anak terkena kekerasan dilingkungan rumah dan sekolah

 **Voice Note 8.3 Praktik cara melindungi diri pada anak dari kekerasan**

Kita telah belajar jenis-jenis kekerasan dan cara mencegahnya. Pada Latihan kali ini, pilih satu contoh kekerasan dan cara mencegahnya. Ajarkan pada anak agar terhindar dari kekerasan tersebut.

Infografis 8.1

JENIS KEKERASAN PADA ANAK USIA DINI



Pengabaian/Penelantaran

Tidak memperoleh kebutuhan yang memadai termasuk makanan, pakaian, pengasuhan, kasih sayang, pendidikan dan akses kesehatan.



Kekerasan fisik

Dipukul, ditendang, didorong, ditampar, menarik telinga/bagian tubuh lain dengan kasar, dan saat tubuh anak diguncang.



Kekerasan emosional/psikologis

Ejekan, hinaan, perusakan terhadap barang milik anak, kritik yang berlebihan.



Pelecehan seksual

Meminta anak melakukan aktivitas seksual, baik kontak secara fisik maupun tidak (termasuk menampilkan pornografi).

 **Pesan teks 8.1** Silahkan menyimak video berikut. Jika sudah selesai menonton videonya, mohon tuliskan di WAG ini ... “saya sudah menonton”

 **Pesan teks 8.2** Menurut Bapak Ibu, apa yang terjadi pada anak tersebut? Apa itu bentuk kekerasan?

 **Pesan teks 8.3** Apakah ada pertanyaan terkait materi hari ini? Ataukah ada yang mau berbagi pengalaman atau tips tambahan agar anak terhindar dari kekerasan

 **Pesan teks 8.4** Silahkan memberikan jempol bila telah memahami materi hari ini.

Uraian materi sesi 8.1

Anak merupakan aset bangsa yang tak ternilai harganya. Begitu berharganya anak maka mereka harus dijaga dengan baik. Karena mereka adalah calon-calon generasi penerus yang pada masanya nanti akan menggantikan generasi sebelumnya.

Namun tanpa disadari kita terkadang merusak potensi tersebut dengan melakukan kekerasan kepada mereka. Bentuk kekerasannya pun beragam. Hal ini akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak yang kemudian akan berpengaruh juga kepada masa depan bangsa.

Jenis kekerasan pada anak usia dini

Kekerasan terhadap anak adalah tindak kekerasan secara fisik, seksual, penganiayaan emosional, atau pengabaian terhadap anak. Di Amerika Serikat, Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC) mendefinisikan penganiayaan anak sebagai setiap tindakan atau serangkaian tindakan wali atau kelalaian oleh orangtua atau pengasuh lainnya yang dihasilkan dapat membahayakan, atau berpotensi bahaya, atau memberikan ancaman yang berbahaya kepada anak.^[2] Sebagian besar terjadi kekerasan terhadap anak di rumah anak itu sendiri dengan jumlah yang lebih kecil terjadi di sekolah, di lingkungan, atau organisasi tempat anak berinteraksi. Ada empat kategori utama tindak kekerasan terhadap anak yaitu:

a. Pengabaian/Penelantaran

Penelantaran anak terjadi jika orang dewasa yang bertanggung jawab, gagal untuk menyediakan kebutuhan yang memadai untuk berbagai keperluan, termasuk fisik (kegagalan untuk menyediakan makanan yang cukup, pakaian, atau kebersihan), emosional (kegagalan untuk memberikan pengasuhan atau kasih sayang), pendidikan (kegagalan untuk mendaftarkan anak di sekolah), atau medis (kegagalan untuk mengobati anak atau membawa anak ke dokter).

b. Kekerasan fisik

Kekerasan fisik adalah agresi fisik yang diarahkan pada seorang anak oleh orang dewasa, seperti meninju, memukul, menendang, mendorong, menampar, membakar, membuat memar, menarik telinga atau rambut, menusuk, membuat tersedak, atau menguncang seorang anak.

Guncangan terhadap seorang anak dapat menyebabkan sindrom guncangan bayi yang dapat mengakibatkan tekanan intrakranial, pembengkakan otak, cedera difus aksonal, dan kekurangan oksigen yang mengarah ke pola seperti gagal tumbuh, muntah, lesu, kejang, pembengkakan atau penegangan ubun-ubun, perubahan pada pernapasan, dan pupil melebar. Transmisi racun pada anak melalui ibunya (seperti dengan sindrom alkohol janin) juga dapat dianggap penganiayaan fisik dalam beberapa wilayah yurisdiksi.

Sebagian besar negara dengan hukum kekerasan terhadap anak mempertimbangkan penderitaan dari luka fisik atau tindakan yang menempatkan anak dalam risiko yang jelas dari cedera serius atau kematian tidak sah. Di luar ini, ada cukup banyak variasi. Perbedaan antara disiplin anak dan tindak kekerasan sering kurang didefinisikan. Budaya norma tentang apa yang merupakan tindak kekerasan sangat bervariasi: kalangan profesional serta masyarakat yang lebih luas tidak setuju pada apa yang disebut merupakan perilaku kekerasan.

c. Pelecehan seksual

Pelecehan seksual terhadap anak adalah suatu bentuk penyiksaan anak yang dilakukan oleh orang yang lebih tua terhadap seorang anak untuk mendapatkan stimulasi seksual. Bentuk pelecehan seksual anak termasuk meminta atau menekan seorang anak untuk melakukan aktivitas seksual (terlepas dari hasilnya), paparan senonoh dari alat kelamin kepada anak, menampilkan pornografi kepada anak, kontak seksual yang sebenarnya terhadap anak, kontak fisik dengan alat kelamin anak, melihat alat kelamin anak tanpa kontak fisik, atau menggunakan anak untuk memproduksi pornografi anak. Pengasuh anak, atau tetangga; orang asing adalah yang melakukan pelanggar hanya sekitar 10% dari kasus pelecehan seksual anak.

d. Kekerasan emosional/psikologis

Dari semua kemungkinan bentuk pelecehan, pelecehan emosional adalah yang paling sulit untuk didefinisikan. Contoh pelecehan emosional adalah nama panggilan yang buruk, ejekan, degradasi, perusakan harta benda, penyiksaan atau perusakan terhadap hewan peliharaan, kritik yang berlebihan, tuntutan yang tidak pantas atau berlebihan, pemutusan komunikasi, pelabelan sehari-hari atau penghinaan.

Korban kekerasan emosional dapat bereaksi dengan menjauhkan diri dari pelaku, internalisasi kata-kata kasar, atau menghina kembali pelaku penghinaan. Kekerasan emosional dapat mengakibatkan gangguan kasih sayang yang abnormal atau terganggu, kecenderungan korban menyalahkan diri sendiri (menyalahkan diri sendiri) untuk pelecehan tersebut, belajar untuk tak berdaya, dan terlalu bersikap pasif.

Dalam undang-undang sudah ditegaskan bahwa diperlukan pemberatan sanksi pidana dan denda bagi pelaku kejahatan terhadap anak terutama untuk kejahatan seksual yang bertujuan memberikan efek jera, serta mendorong adanya langkah konkret untuk memulihkan kembali fisik, psikis dan sosial anak.

Cara mencegah kekerasan pada anak usia dini

Melindungi anak dari kejahatan tidak hanya menjadi tanggung jawab orangtua semata, tetapi setiap orang. Lalu, bagaimana ya caranya kita sebagai orangtua dapat turut mencegah kejahatan dan kekerasan pada anak? Yuk, simak beberapa tips yang dapat dicoba!

1. Berikan cara melindungi diri

Berikan pemahaman dan ajarkan anak untuk menolak perbuatan apa pun yang dirasa tidak pantas dengan segera berteriak ataupun lari meninggalkan tempat kejadian. Ajarkan anak mengenai keberanian untuk bersuara, mengungkapkan pendapatnya, berani melawan saat merasa terancam atau tidak menyukai perilaku seseorang. Keberanian untuk bersuara termasuk ke dalam bentuk perlawanan terhadap kejahatan, karena banyak anak yang hanya diam saat mengalami tindak kekerasan. Ingatkan anak untuk tidak mudah mempercayai orang asing dan buat anak nyaman untuk selalu menceritakan jika sesuatu terjadi pada dirinya.

2. Bangun komunikasi yang baik dengan anak

Banyak sekali contoh kasus saat anak mengalami kekerasan. Mereka menjadi tertutup dengan siapa pun,

termasuk pada orangtuanya sendiri. Untuk itu, penting bagi orangtua membiasakan komunikasi yang baik dengan anak agar anak memiliki kepercayaan pada orangtua untuk menceritakan apa pun yang terjadi pada dirinya. Bercerita adalah bekal penting bagi anak untuk belajar mengungkapkan perasaannya, dan itu harus dimulai dari keluarga. Biasakan untuk selalu bertanya kepada anak apa saja yang terjadi hari ini di sekolah atau siapa teman yang paling dekat dengannya. Tanyakan juga apabila orangtua mengamati perubahan perilaku yang aneh pada diri anak, dan dengarkan cerita mereka dengan penuh perhatian.

3. Maksimalkan peran sekolah

Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat menuntut ilmu, tetapi juga mempunyai fungsi kontrol sosial, yaitu sekolah membantu assessment atau penilaian terhadap perilaku anak. Penilaian dari wali kelas mengenai kebiasaan dan perilaku anak sangat penting untuk dijadikan pertimbangan orangtua. Sebagai orangtua kedua di sekolah, guru menjadi pengamat yang objektif mengenai tingkah laku anak dengan teman dan lingkungannya. Sekolah juga diharapkan dapat menggagas aktivitas internal yang bersifat positif untuk memfasilitasi aktivitas orangtua dan siswa atau membentuk petugas yang bertugas memantau kegiatannya selama di sekolah.

4. Membekali anak dengan ilmu bela diri

Pembekalan ilmu bela diri pada anak dapat menjadi salah satu solusi agar tidak menjadi korban kejahatan. Selain mampu mengajarkan anak mengenai kedisiplinan dan membentuk mental serta jasmani yang kuat, bela diri juga dapat digunakan untuk membela diri anak dari ancaman-ancaman yang ada. Namun penting juga untuk orangtua memberikan pengarahan dan pengertian pada anak bahwa ilmu bela diri yang mereka pelajari bukan untuk melakukan kekerasan kepada anak lainnya.

5. Berteman dengan orangtua lainnya

Cara mencegah kekerasan pada anak berikutnya adalah dengan menjadi teman para orangtua di lingkungan anak Anda berada. Lingkungan tersebut bisa di sekolah, di rumah, di tempat-tempat kursus anak, dan lainnya. Biasanya, para orangtua akan saling membantu dan memberi tahu apa yang terjadi pada anak dari temannya apabila mereka mendapatkan hal-hal yang buruk. Hal tersebut adalah bentuk empati dari setiap orangtua yang peduli anak.

6. Segera laporkan kepada pihak berwajib

Hal terakhir yang harus orangtua lakukan jika memang telah terjadi kejadian fisik, psikis, ataupun seksual adalah dengan segera melaporkannya kepada pihak berwajib. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar pihak berwajib dapat segera melakukan tindakan lebih lanjut kepada tersangka dan mengurangi angka kejadian yang sama terjadi kembali. Lalu, untuk korban kekerasan sendiri harus segera mendapatkan bantuan ahli medis serta dukungan dari keluarga dan orang terdekat.

Cara mendidik anak agar terhindar dari kekerasan fisik

Kita sudah tahu bahwa mencegah lebih baik daripada mengobati. Informasi tentang cara mencegah kekerasan fisik pada anak pun menjadi hal yang penting bagi setiap orangtua. Jadi, lakukanlah beberapa cara di bawah sebelum terlambat. Berikut ini adalah beberapa cara mencegah kekerasan fisik pada anak:

1. Mendidik diri sendiri dan anak

Cara mencegah kekerasan pada anak yang pertama adalah dengan menjadi orangtua yang terdidik. Orangtua harus terus belajar agar menjadi orangtua yang baik dan cerdas dalam mengasuh. Dengan begitu, anak pun juga akan terdidik.

Anda bisa mengikuti berbagai kelas *parenting* yang dilakukan secara offline maupun online. Memiliki komunitas *parenting* merupakan hal yang sangat baik untuk mencegah kekerasan pada anak. Anda bisa mendapatkan banyak pengetahuan dan pengalaman dari orangtua lain sehingga bisa mencegah kekerasan pada anak.

2. Mengajari anak tentang hak mereka

Anak-anak perlu diajarkan tentang hak mereka sejak dulu. Mengajari hak anak menunggu mereka dewasa adalah sesuatu yang keliru. Anak-anak harus diajarkan bahwa mereka memiliki hak untuk diperlakukan dengan baik.

Selain itu, anak juga perlu tahu bahwa mereka berhak untuk mendapatkan keamanan. Hal ini akan mendorong mereka untuk berpikir bahwa setiap tindakan kekerasan yang mereka dapatkan adalah sesuatu yang melanggar haknya dan sesuatu yang salah.

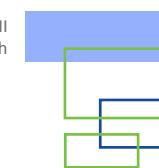
3. Memberi tahu tentang kekerasan

Anak-anak sering kali diam apabila mereka tidak tahu apa yang mereka dapatkan. Sebuah kekerasan dan sesuatu yang salah. Orangtua perlu memberi tahu dengan bijak tentang kekerasan.

Beritahulah anak tentang beberapa jenis kekerasan yang mungkin bisa menimpa mereka. Gunakanlah bahasa anak yang mudah dipahami.

4. Memberi tahu anak tanda-tanda kekerasan

Setelah anak Anda memiliki gambaran tentang kekerasan maka lengkapilah informasi tersebut dengan memberi tahu tanda-tanda kekerasan. Hal ini penting untuk semakin memastikan bahwa mereka telah mengalami kekerasan. Beritahulah tanda-tanda kekerasan untuk setiap jenis kekerasan yang ada pada penjelasan selanjutnya.



Tanda-tanda kekerasan pada anak

Kenalilah setiap tanda-tanda kekerasan yang telah terjadi pada anak. Informasi ini penting untuk Anda ketahui dan beritahukanlah hal ini kepada anak. Melalui tanda-tanda ini, Anda bisa segera melakukan visum atau pengecekan sebagai bukti dari tindakan kekerasan dan bisa memperkuat laporan Anda di ranah hukum. Berikut ini adalah beberapa tanda kekerasan pada anak:

Tanda-tanda pengabaian	Tanda-tanda kekerasan fisik
<ul style="list-style-type: none">• kurang gizi• kebersihan yang buruk• rakus atau mencuri makanan• kegagalan menambah berat badan untuk bayi• kurangnya pakaian yang pantas• tumbuh kembang yang tidak optimal• perilaku yang haus kasih sayang	<ul style="list-style-type: none">• memar• luka bakar• patah tulang• bekas gigitan• cidera kepala• cidera perut• lecet pada kulit
Tanda-tanda kekerasan emosional	Tanda-tanda pelecehan seksual
<ul style="list-style-type: none">• perubahan kepercayaan diri yang tiba-tiba• ketakutan abnormal• sering mimpi buruk• sakit kepala dan sakit perut tanpa diketahui penyebab secara medis	<ul style="list-style-type: none">• sakit perut• mengompol• infeksi saluran kemih• nyeri kelamin atau pendarahan• kesulitan dalam berjalan atau duduk• memar pada area genital, anus, atau mulut• keputihan• pendarahan• pruritus• mimpi buruk• depresi• ketakutan yang tidak wajar• penyakit menular seksual

Sesi 2. Pertolongan Pertama pada Kecelakaan Anak

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan kepada orangtua untuk terkait:

1. manfaat pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan anak (luka sayat & jatuh, terbakar, memar),
2. cara pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan anak (luka sayat & jatuh, terbakar, memar),
3. pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan anak (luka sayat & jatuh, terbakar, memar),
4. pencegahan risiko kecelakaan di lingkungan sekolah.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Video bit.ly/BukuOrtu104**

Panduan Proses untuk Pendidik PAUD:

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orangtua memahami pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) anak dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 8.2.1***
2. Pada WAG kelompok, pendidik PAUD meminta orangtua untuk berbagi pengalaman tindakan orangtua saat anak mengalami kecelakaan / cedera menggunakan ***Voice Note 8.2.2***
3. Kembali ke WAG kelas, pendidik PAUD mengirim video materi topik ini (**Video P3K pada Anak**). Berikan waktu pada orangtua untuk menyimak video menggunakan ***Voice Note 8.2.1***
4. Setelah 15 menit, tanyakan orangtua apakah ada yang ditanyakan dan tanggapi jika ada pertanyaan, menggunakan **Pesan teks 8.2.1**
5. Sampaikan ***Voice Note 8.2.4*** sebagai rangkuman materi.
6. Mintalah orangtua untuk memberikan tanda jempol jika telah memahami materi hari ini dengan **Pesan teks 8.2.2**
7. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih.

🔊 **Voice Note 8.2.1 Mengapa Perlu Mengetahui Pertolongan Pertama pada Kecelakaan Anak?**

Kecelakaan dapat terjadi kapanpun dan dimanapun. Keselamatan anak merupakan prioritas orangtua. Orangtua yang memahami bagaimana cara memberikan pertolongan pertama pada anaknya memiliki beberapa manfaat:

1. Dapat menolong jiwa.
2. Pengetahuan akan pemeliharaan luka yang benar sehingga luka dapat sembuh dengan baik dan tidak terinfeksi.
3. Siaga dalam melakukan tindakan pencegahan akan risiko bahaya.

🔊 **Voice Note 8.2.2 Apakah ada yang anaknya pernah mengalami cedera atau bahkan kecelakaan?**
Termasuk cedera seperti kepentok meja, jatuh hingga luka, dan lainnya. Pada saat itu terjadi, apa tindakan Bapak Ibu? Mari kita saling berbagi di WAG ini baik melalui chat ataupun *Voice Note*

🔊 **Voice Note 8.2.3** Berikut adalah video terkait pertolongan pertama pada kecelakaan anak. Kita luangkan waktu 15 menit ya untuk menyimak materi ini.

🔊 **Voice Note 8.2.4** Pesan Kunci : Identifikasi dan hilangkan risiko yang dapat membuat anak cedera di lingkungan rumah dan sekolah

📝 **Pesan teks 8.2.1** Dari materi yang disampaikan apakah ada yang ditanyakan / ingin didiskusikan?

📝 **Pesan teks 8.2.2** Silahkan memberikan jempol bila telah memahami materi hari ini.

Sesi 3. Keterlibatan Ayah Dalam Perlindungan Domestik Rumah Tangga

Tujuan pembelajaran:

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada orangtua untuk dapat:

1. Mengenali dan memahami mengenai peran ayah dalam kegiatan domestik rumah tangga.
2. Menyampaikan pada orangtua khususnya ayah mengenai pentingnya peran ayah dalam kegiatan domestik rumah tangga.

Metode penyajian:

1. Penyampaian informasi melalui *Voice Note* dan tulisan di *Whatsapp*
2. Diskusi kelompok melalui media *Whatsapp*

Alokasi waktu: 25 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

- ***Voice Note***
- **Pesan teks**
- **Video materi peran tokoh ayah (bit.ly/BukuOrtu105)**

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Pada WAG kelompok, Pendidik PAUD memulai sesi dengan memberikan pertanyaan pemicu, dengan menuliskan **Pesan teks 8.3.1**
2. Kembali ke WAG kelas, pendidik PAUD menjelaskan pentingnya keterlibatan ayah pada perlindungan domestik rumah dengan mengirimkan *Voice Note* menggunakan informasi pada ***Voice Note 8.3.1***
3. Pendidik PAUD mengajak orangtua menyimak video materi peran ayah dalam perlindungan domestik rumah tangga dengan sebelumnya menuliskan **Pesan teks 8.3.2**. Mintalah orangtua yang telah selesai menonton video untuk memberikan tanda jempol.
4. Setelah semua orangtua selesai menyimak video, berikan kesempatan orangtua bertanya (tulis **Pesan teks 8.3.3**). Tanggapi jika ada pertanyaan dari orangtua dengan teks maupun *Voice Note*.
5. Pendidik PAUD menyampaikan pesan kunci seperti dalam ***Voice Note 8.3.2 Pesan Kunci***.
6. Mintalah orangtua untuk memberikan tanda jempol jika telah memahami materi hari ini, dengan menuliskan **Pesan teks 8.3.4**
7. Tutup pertemuan dengan menuliskan ucapan terima kasih.

 **Pesan teks 8.3.1** Bapak Ibu, kira-kira siapa yang perlu berperan dalam melindungi anak, apa alasan nya?

 **Pesan teks 8.3.2** Mari kita luangkan waktu 15 menit untuk menyimak video materi berikut ini.

 **Pesan teks 8.3.3** Apakah ada pertanyaan?

 **Pesan teks 8.3.4** Silahkan memberikan jempol bila telah memahami materi hari ini.

 **Voice Note 8.3.1 Mengapa Perlu Memahami Keterlibatan Ayah dalam Perlindungan Domestik Rumah Tangga?**

Peran ayah sangat penting dalam tumbuh kembang anak. Ayah memegang peran kunci dalam membangun fondasi perkembangan sosial emosional pada anak. Penelitian telah menunjukkan bahwa anak yang memiliki hubungan yang dekat dengan ayah memiliki rasa percaya diri dan kemampuan sosial emosional yang baik.

 **Voice Note 8.3.2 Pesan Kunci.** Sesi ini adalah keberadaan ayah untuk hadir dalam pengasuhan dengan segala pengaruh serta dampaknya memiliki porsi yang sama besarnya dengan keberadaan ibu pada pengasuhan.

Uraian materi sesi 8.3

Konsep keterlibatan ayah

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah “identitas diri” yang dimiliki atau disandang atau melekat pada seorang ayah. Jika identitas sebagai ayah merupakan identitas yang berada paling tinggi pada hierarki identitasnya atau dalam konsep dirinya, maka akan dapat dipastikan bahwa keterlibatan seorang ayah akan sangat besar dalam pengasuhan (Habib, 2012).

Konsep diri merupakan hal yang mendasari seseorang berperilaku dan berinteraksi. Dalam proses interaksi, seseorang akan melekatkan identitas diri dan konsep dirinya untuk mencapai aktualisasi diri. Konsep diri seorang ayah rupanya tidak selalu memastikan bahwa ayah memiliki konsep diri sebagai seorang ayah. Sejatinya seorang ayah memiliki konsep diri sebagai ayah, akan tetapi beberapa penelitian menunjukkan bahwa ternyata tidak semua ayah memiliki konsep diri sebagai ayah dalam keluarga. Pada beberapa kasus, lelaki dewasa yang sudah berkeluarga tampaknya memiliki konsep diri yang berbeda-beda. Seperti disampaikan pada paragraf sebelumnya, lelaki dewasa yang sudah menikah dan memiliki konsep diri sebagai seorang ayah akan melibatkan diri dalam pengasuhan dengan lebih baik.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan pondasi dasar dari peran ayah. Semakin besar dan baik keterlibatan ayah dalam pengasuhan menjadikan perannya lebih signifikan. Dengan kata lain peran ayah dapat dilihat dari seberapa besar keterlibatan seorang ayah dalam keluarga atau lebih khususnya dalam pengasuhan.

Lebih jelasnya keterlibatan ayah dapat dilihat dari beberapa aspek. Seperti yang disampaikan oleh Pleck (2010), bahwa **konsep keterlibatan ayah dalam pengasuhan** terdiri atas lima komponen, yaitu:

- a. keterikatan ayah dalam kegiatan positif, berinteraksi dengan anak dengan cara yang lebih intensif dan dalam rangka membantu perkembangan anak,
- b. kehangatan serta tanggungjawab,
- c. kontrol, khususnya untuk pengawasan dan pengambilan keputusan,
- d. perawatan tidak langsung (*indirect care*) yang dapat dimaknai sebagai kegiatan yang dilakukan untuk anak tetapi tidak memerlukan interaksi bersama anak,

proses tanggung jawab, yang diartikan sebagai kemampuan ayah untuk melakukan pengawasan atau proses refleksi pada dirinya bahwa keempat komponen keterlibatan ayah yang diperlukan oleh anak telah berhasil dipenuhi oleh ayah.

Komponen utama keterlibatan ayah dalam pengasuhan

Dari artikel penelitian di atas, keterlibatan ayah utamanya dilihat dari tiga komponen utama dan dua komponen pendukung. Aspek atau komponen pertama yang memperlihatkan ciri dari peran dan keterlibatan ayah adalah keterikatan ayah dalam kegiatan positif. Pada kegiatan sehari-hari bagaimanakah ayah terikat dan terlibat dengan anak. Kegiatan positif ini dapat berupa kegiatan domestik dalam pengasuhan, maupun kegiatan lainnya yang membantu tumbuh kembang anak. Perlu diperjelas bahwa yang dimaksud dengan kegiatan domestik adalah kegiatan sehari-hari yang terjadi dalam pengasuhan seperti menidurkan anak, mendongeng, menyiapkan bekal ataupun bersama-sama dengan anak melakukan kegiatan rumah tangga. Hal ini penting untuk dilakukan mengingat anak juga membutuhkan contoh dan perawatan langsung dari ayah.

Komponen selanjutnya adalah kehangatan serta tanggung jawab. Secara kasat mata, semua ayah akan mengatakan bahwa mereka telah memberikan kehangatan untuk semua anggota keluarga dan juga telah berupaya maksimal dalam mewujudkan tanggung jawabnya sebagai seorang ayah. Akan tetapi, kehangatan dan tanggung jawab yang diperankan oleh seorang ayah dapat dilihat dari responnya terhadap persoalan-persoalan yang biasanya terjadi dalam keluarga. Seringnya ayah mengajak anak serta anggota keluarga untuk berbicara, mengobrol hingga melontarkan candaan serta pujiyan menjadi salah satu indikator dari kehangatan yang diberikan oleh ayah. Semakin intens interaksi antara anggota dengan keterlibatan yang sangat cair diantara anggota keluarga, maka dapat dikatakan ayah dapat memberikan kehangatan dalam keluarga

Pada aspek tanggung jawab, cukup jelas bahwa ayah berperan tidak hanya dalam mencukupi kebutuhan lahiriah semua anggota keluarga. Peran ayah rupanya juga cukup signifikan dalam memenuhi kebutuhan batiniah anggota keluarga. Hal yang cukup jarang diperhatikan oleh para ayah pada umumnya adalah memastikan pemenuhan batin para anggota keluarga. Para ayah pada umumnya akan mengatakan bahwa mereka telah bertanggung jawab ketika mereka mampu memenuhi kebutuhan materi dan lahiriah.

Aspek selanjutnya dari komponen keterlibatan peran ayah adalah aspek kontrol terkait pengawasan dan pengambilan keputusan. Seorang ayah memiliki peran dalam melakukan kontrol para anggota keluarga dalam mengambil keputusan. Ayah juga berperan melakukan pengawasan para anggota dalam berinteraksi dengan berbagai pihak. Kata pengawasan sendiri tampaknya cukup dilematis. Dalam konteks yang positif pengawasan dapat dimaknai sebagai memberikan rambu-rambu yang membantu semua anggota keluarga dalam mencapai tujuan. Pada konteks yang sebaliknya, pengawasan dapat dimaknai sebagai kondisi yang over protektif. Dengan kata lain pengawasan dapat dimaknai sebagai pembatasan bagi para anggota keluarga dalam berinteraksi.

Selanjutnya dua komponen pendukung yang mengindikasikan peran ayah dalam pengasuhan menurut hasil penelitian Pleck (2010) adalah indirect care dan proses refleksi. Selain keterlibatan langsung dalam pengasuhan, maka proses pengasuhan yang tidak langsung yang dilakukan oleh ayah juga menjadi penanda keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Proses pengasuhan tidak langsung merupakan kegiatan yang dilakukan dan ditujukan untuk anak meskipun anak tidak terlibat langsung dalam kegiatan tersebut. Seperti contohnya adalah seorang ayah yang menyiapkan tempat bermain untuk anaknya tanpa melibatkan anak dalam kegiatan tersebut.

Aspek terakhir yang cukup jarang dilakukan oleh para ayah adalah proses refleksi. Proses refleksi merupakan proses dimana ayah secara sadar menyadari keterlibatannya yang baik pada keempat aspek yang ada. Proses berpikir reflektif yang secara sadar mengevaluasi hal-hal yang telah dilakukan dalam pengasuhan akan membantu para ayah mengevaluasi peran yang mereka lakukan dalam pengasuhan..

Operasionalisasi peran ayah dalam pengasuhan

Kelima komponen yang menunjukkan peran dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan yang disampaikan oleh Pleck (2010), merupakan pengembangan dari operasionalisasi peran ayah dalam pengasuhan yang telah dikembangkan oleh Lamb, Pleck, Charnov dan Levine (dalam Pleck, 2010). Pada awalnya operasionalisasi peran ayah dalam pengasuhan terbagi menjadi tiga hal, yaitu:

1. *Paternal engagement*, dimaknai sebagai interaksi dengan anak dalam bentuk merawat atau mengasuh dan bermain juga bersenang-senang,
2. *Accessibility*, dimaknai sebagai keberadaan ayah yang dapat secara langsung dan mudah diraih oleh anak,
3. *Responsibility*, dimaknai dengan memastikan bahwa anak dirawat dan diasuh dengan sebaik-baiknya sebagaimana tersedianya semua sumber daya yang mendukung pengasuhan bagi anak.

Secara sederhana, peran dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat dilihat dari tiga aspek seperti yang dituliskan di atas yaitu interaksi ayah dalam pengasuhan, aksesibilitas, dan tanggung jawab. Ketiga hal ini merupakan indikator dari peran yang dimainkan ayah dalam pengasuhan pada sebuah keluarga. Dari kelima aspek yang dituliskan oleh Pleck yang merupakan operasionalisasi dari keterlibatan yang disampaikan oleh Lamb dkk. Aspek-aspek tersebut merupakan ciri dari kehadiran atau keterlibatan ayah dalam pengasuhan.

Lima tipe peran ayah dalam pengasuhan

Selain keterlibatan (*involvement*), ayah pun memiliki peran-peran yang spesifik dalam pengasuhan. Seperti yang disampaikan oleh Paul dan Palkovitz (dalam Habib, 2012), terdapat lima tipe peran ayah dalam pengasuhan, yaitu:

1. Berperan sebagai pengendali jarak jauh (*The remote role*). Dianggap tidak memiliki minat sedikit pun/memiliki minat yang sangat kecil sekali untuk terlibat dalam pengasuhan.
2. Berperan sebagai penyedia (*The provider role*). Peran ayah ‘tradisional’, dimana peran utamanya adalah sebagai pencari nafkah.
3. Berperan sebagai asisten atau sebagai orangtua sekunder (*The assistant or secondary parent role*), yang biasanya membantu istri dalam mengasuh.
4. Berperan sebagai pengasuh bersama (*The shared caregiver role*). Bersama-sama istri menjalankan peran pengasuhan bersama-sama.
5. Berperan sebagai pengasuh utama (*The primary caregiver role*), dengan kata lain memiliki peran sebagai pengasuh utama bagi anak.

Kesadaran akan pentingnya kehadiran ayah dalam pengasuhan yang sama besarnya dengan peran yang dilakukan ibu ternyata sudah muncul di masyarakat. Kehadiran ayah dalam pengasuhan dan pengaruh yang diberikannya juga berdampak cukup besar dalam perkembangan sosial emosional anak. Pada esensinya, kehadiran ayah bukan terletak pada sosok yang diperankan ayah dalam pengasuhan. Akan tetapi pengaruh yang diberikan dalam cara ayah membangun pengasuhan dalam keluarga, lebih memiliki peran dalam perkembangan anak.

Dengan demikian, apa yang dilakukan oleh ayah memberi dampak serta pengaruh yang besar pada proses pengasuhan itu sendiri. Ketidakhadiran ayah dalam pengasuhan seperti halnya ketidakhadiran ibu ternyata memiliki dampak bagi perkembangan anak. Misca (2014) menyatakan bahwa ayah dan ibu memiliki peran yang sama dalam membentuk perkembangan anak.

Referensi

- Fahmida U, et al. 2015. Effectiveness in improving knowledge, practices, and intakes of “key problem nutrients” of a complementary feeding intervention developed by using linear programming: Experience in Lombok, Indonesia. American Journal of Clinical Nutrition Volume 101:455-61.
- Fahmida U, Santika O, & Kolopaking R. 2011. Memberi Makan Bergizi untuk Si Kecil. Laporan Penelitian SEAMEO RECFON.
- Habib, C. 2012. The transition to fatherhood: A literature review exploring paternal involvement with identity theory. Journal of Family Studies, 18(2-3), 103-120.
- Misca, Gabriela. 2014. Mothers, Fathers, Families and Child Development. 10.1002/9781118320990.ch11.
- Patmonodewo. 2003. Pendidikan Anak Prasekolah. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Pleck, J.H. 2010. Paternal involvement: Revised conceptualization and theoretical linkages with child outcomes. In M.E. Lamb (Ed.), The role of father in child development (pp. 58-93). John Wiley and Sons Inc.
- Rusidjono. 2010. Kompetensi Pendidik PAUD Taman Kanak-Kanak. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Santrock JW. 2005. Child Development; Perkembangan Anak. Alih Bahasa Mila Rahmawati dan Anna Kuswanti. Jakarta : Erlangga.
- SEAMEO RECFON. Seri Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi *Parenting*. 2019

Sinopsis

Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Pareting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh

Satuan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran yang strategis dalam pemberian pelayanan pendidikan dan pemenuhan gizi anak usia dini melalui metode pengajaran jarak jauh di masa pandemi. Panduan ini disusun untuk membantu pendidik PAUD dalam mendampingi orang tua memberikan stimulasi psikososial dan asuhan gizi yang baik di rumah. Panduan ini mencakup materi mengenai pola pengasuhan, tumbuh kembang, bermain, gizi optimal, keamanan pangan, penanganan penyakit, dan perlindungan anak. Panduan ini dilengkapi dengan infografis, pesan teks, pesan suara, dan latihan untuk mempermudah pendidik PAUD dalam penyampaian materi secara jarak jauh.

Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Parenting dengan Metode Pengajaran Jarak Jauh

Gedung SEAMEO RECFON

Jalan Raya Utan Kayu No. 1A RT 001 RW 008

Kelurahan Utan Kayu Utara, Kecamatan Matraman

Jakarta Timur 13120

Telp: +62-21 2211 6225

Fax: +62-21 2211 6456

Website: www.seameo-refcon.org

Email: information@seameo-refcon.org

ISBN 978-623-7759-59-1



Southeast Asian Ministers of Education Organization

Regional Centre for Food and Nutrition

(SEAMEO RECFON)

2021