



Kebersihan Diri Dan Keamanan Makanan



Seri Modul Anaku Sehat dan Cerdas:

Panduan bagi Pendidik PAUD dalam
Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi *Parenting*

Penyusun:

Dr. Dwi Nastiti Iswarawanti, M.Sc
Anak Agung Sagung Indriani Oka, RD, M.Gz



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

2019

Modul 6: Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan

Tim Penyusun:

Dr. Dwi Nastiti Iswarawanti, M.Sc
Anak Agung Sagung Indriani Oka, RD, M.Gz



Seri Modul Anakku Sehat dan Cerdas:

Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi *Parenting*



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

2019

Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan/Dwi Nastiti Iswarawanti dan Anak Agung Sagung Indriani Oka.
Jakarta: SEAMEO RECFON, Kemendikbud RI, 2019.
xv, 23 hlm.; 21 x 29,7 cm

ISBN 978-623-7759-12-6 (PDF)

Tim Penyusun:

Dr. Dwi Nastiti Iswarawanti, M.Sc
Anak Agung Sagung Indriani Oka, RD, M.Gz

Mitra Bestari:

Dr. Isniyati Sulistiani, M.Pd - Direktorat Pembinaan GTK PAUD dan Dikmas Kemendikbud RI

Desain Sampul dan Tata Letak:

Riqqo Rahman

Ucapan Terima Kasih:

Izzati Hayu Andari, MPH
Aisyah Nurcita Dewi, M.Gizi
Cahaya Ayu Agustin, S.Gz

Penerbit:

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

Bekerja sama dengan:

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 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:

Kampus UI Salemba, Jl. Salemba Raya No. 6, Jakarta 10430
Telepon +62 21 31930205 – Fax. +62 21 3913933 – PO.Box 3852
Website: www.seameo-recfon.org – email: information@seameo-recfon.org

Cetakan Pertama 2019

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

Copyright ©2019

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 diantaranya asupan gizi yang kurang dan adanya penyakit infeksi. Adanya permasalahan gizi kurang yang terjadi 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 anak-anak 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. Dengan membekali pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan stimulasi psikososial dan asupan gizi yang baik bagi pendidik PAUD, diharapkan dapat menunjang pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan pada anak dengan lebih baik.

Sebagai pusat studi pangan dan gizi regional Asia Tenggara, *South East Asian Minister of Education Organization-Regional Centre for Food and Nutrition* (SEAMEO-RECFON) bekerja sama dengan SEAMEO-Centre of Early Childhood Care, Education and Parenting (CECCEP) dan SEAMEO-Tropical Medicine (TROPMED) Network menyusun **Seri Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi Parenting** sebagai pedoman bagi pendidik PAUD untuk peningkatan kompetensi pendidikan aspek kesehatan dan gizi. Modul dengan judul **Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan** berisi tentang cara menjaga kebersihan diri dan makanan yang aman. Seri modul ini adalah bagian Program “Anakku Sehat dan Cerdas” (*Early Childhood Care, Nutrition and Education*) yang merupakan fokus kegiatan 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) di Indonesia dalam rangka penguatan tumbuh kembang anak yang optimal.

Jakarta, Oktober 2019



dr. Muchtaruddin Mansyur, PhD
Direktur SEAMEO RECFON

Kata Pengantar

Pendidikan Anak Usia Dini di Indonesia merupakan jenjang pendidikan yang perkembangan pesatnya baru terasa dalam dua dekade terakhir ini. Perkembangan pesat PAUD ini tidak terlepas dari perhatian global dengan memasukkan PAUD sebagai target Milenium Development Goals (MDGs) yang diteruskan pada target Sustainable Development Goals (SDGs). Pemerintah Republik Indonesia melalui Direktur Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, (Ditjen PAUD dan Dikmas) juga terus berupaya mempercepat perkembangan PAUD di seluruh wilayah Indonesia dengan mengupayakan kebijakan-kebijakan yang mempercepat kemajuan Pendidikan Anak Usia Dini.

Problem besar yang dihadapi oleh Pemerintah Indonesia dalam memajukan PAUD ini terletak pada 2 (dua) hal utama yaitu pemerataan dan mempercepat akses PAUD untuk seluruh anak Indonesia dan meningkatkan kualitas layanan PAUD yang tersedia. Kebijakan Nasional Satu Desa Satu PAUD telah dan terus akan menjawab permasalahan akses, sementara itu masalah peningkatan kapasitas guru PAUD diatasi melalui berbagai upaya pelatihan baik yang diselenggarakan oleh pemerintah maupun *stakeholders* lainnya yang juga merupakan salah satu ikhtiar dalam meningkatkan layanan dan kualitas PAUD.

Penulisan **Seri Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD HI melalui Sesi Parenting**, merupakan salah satu upaya bersama antara SEAMEO CECCEP dan SEAMEO RECFON dalam meningkatkan kualitas layanan PAUD melalui peningkatan kapasitas guru PAUD dan juga orang tua melalui sesi-sesi parenting yang dapat diberikan oleh guru atau pendidik PAUD. Apresiasi pantas disematkan bagi seluruh tim penyusun modul yang telah bersungguh-sungguh menyelesaikan seri modul ini.

Sebagai penutup, saya berharap bahwa dengan lahirnya modul ini dapat membantu para guru PAUD dalam menambah kapasitas mereka dalam melayani anak-anak usia dini sebagai peserta didik, dan juga memberikan informasi mengenai pentingnya PAUD HI terutama pendidikan gizi bagi anak usia dini.

Terima kasih.



Dr. Dwi Priyono, M.Ed

Direktur SEAMEO CECCEP

Kata Sambutan



Kami mengapresiasi upaya SEAMEO RECFON (*Regional Centre for Food and Nutrition*) dalam menyediakan bahan ajar/modul terkait dengan kesehatan, gizi, dan pengasuhan anak usia dini sesuai dengan tugas dan fungsinya. Sejalan dengan Peraturan Presiden Nomor 60 Tahun 2013, dalam pengembangan anak usia dini dituntut untuk memperhatikan aspek kesehatan, gizi, pengasuhan, dan pendidikan. Selain itu, dalam pelaksanaannya harus dilakukan dengan melibatkan berbagai pihak yang terkait dengan keempat aspek tersebut.

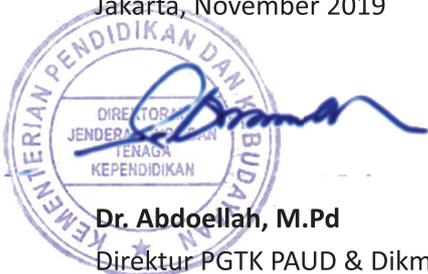
Modul ini mencakup materi tentang “Anakku Sehat dan Cerdas”, “Pola Pengasuhan”, “Memahami Tumbuh Kembang Anak”, “Bermain Anak Usia Dini”, dan “Memenuhi Gizi Anak Yang Optimal”. Modul ini membahas materi yang sangat dibutuhkan dalam pengembangan anak usia dini holistik dan integratif. Pendekatan pengembangan anak usia dini seharusnya disesuaikan dengan kebutuhan anak, dan menuntut keterlibatan pihak-pihak yang menangani keempat aspek tersebut.

Isi modul mencakup tujuan materi, indikator keberhasilan, strategi penyajian, alokasi waktu, prekondisi, panduan proses diklat, uraian materi secara komprehensif, latihan, tes soal dan kunci jawaban. Diharapkan modul ini akan memperkaya modul-modul yang ada, dan berguna bagi pendidik, praktisi, pengelola dan penyelenggara PAUD, pemerintah daerah, termasuk mahasiswa dan akademisi.

Dengan modul ini diharapkan pendidik PAUD dapat membacanya dan mempraktekkan materi kesehatan, gizi, pengasuhan, dan pendidikannya sebagaimana dituntut dalam pengembangan anak usia dini holistik dan integratif sehingga tujuan PAUD HI dapat direalisasikan.

Demi menyempurnakan modul ini dihimbau agar masyarakat luas dapat memberikan masukan yang konstruktif dan menyampaikannya ke SEAMEO RECFON. Demikian sambutan yang dapat kami sampaikan. Semoga ke depannya lebih banyak lagi modul modul, yang dapat membuka wawasan dan memperbaiki layanan pendidikan anak usia dini.

Jakarta, November 2019



Dr. Abdoellah, M.Pd
Direktur PGTK PAUD & Dikmas

Kata Sambutan

Tantangan yang dimiliki oleh Indonesia saat ini yaitu besarnya proporsi anak usia dini. Hal ini merupakan investasi milik bangsa Indonesia untuk memajukan kualitas sumber daya manusia yang unggul. Untuk mencapai peningkatan kualitas pendidikan anak usia dini, pemerintah melalui Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat (Ditjen PAUD dan Dikmas), berkomitmen untuk mencapai target *Sustainable Development Goals* (SDGs) mengenai pembangunan berkelanjutan khususnya target 4.2 yaitu perkembangan, pengasuhan, dan pendidikan anak usia dini (PAUD) yang berkualitas.

Upaya ini memerlukan kerja sama secara berkesinambungan melalui peran pendidik dalam setiap satuan PAUD dan peran keluarga untuk memberikan pendidikan, pengasuhan, perlindungan, serta kesehatan dan gizi yang optimal bagi anak usia dini. Penguatan konsep PAUD Holistik Integratif (HI) dapat dilakukan dengan melibatkan peran Direktorat Pembinaan PAUD dan penguatan sesi parenting dengan melibatkan peran Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga.

Saya memberikan apresiasi dan mengucapkan terima kasih kepada SEAMEO CECCEP, SEAMEO RECFON, beserta tim penyusun modul atas upayanya dalam penyusunan **Seri Modul Anaku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD HI melalui Sesi Parenting**. Modul ini telah mendapatkan ulasan dari Direktorat Pembinaan GTK PAUD dan Dikmas sehingga komprehensif dalam menguatkan peran pendidik PAUD. Saya berharap dengan adanya modul **Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan** ini dapat menjadi panduan bagi guru PAUD mengenai cara menjaga kebersihan diri dan makanan yang aman agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dengan metode yang interaktif. Diharapkan, modul ini dapat memberikan kontribusi pada tercapainya tumbuh kembang anak yang optimal dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul.

Terima kasih,

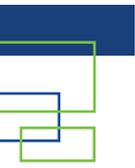


Ir. Harris Iskandar, Ph.D.

Direktur Jenderal PAUD dan Pendidikan Masyarakat
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia

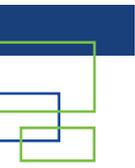


Kata Pengantar	iii
Kata Sambutan	v
Daftar Isi	vii
Silabus Seri Modul Anakku Sehat dan Cerdas: Panduan Bagi Pendidik PAUD dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi <i>Parenting</i>	ix
Modul 6. Kebersihan Diri dan Makanan	1
TOPIK 1. Cuci Tangan Pakai Sabun	2
TOPIK 2. Cemaran pada Makanan	5
Jenis Bahaya atau Cemaran Makanan	6
TOPIK 3. Memilih Makanan yang Aman	11
Tips Memilih dan Menyimpan Makanan yang Aman	12
Tips Persiapan Pengolahan Makanan	13
Topik 4. Makanan yang Aman Bagi Anak saat Terjadi Bencana	16
Evaluasi Materi	20
Kunci Jawaban	22
Referensi	23
Biodata Penulis	x



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



Modul 6. Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan

Setelah membaca dan mempelajari **Modul 6. Kebersihan diri dan Makanan** diharapkan pendidik PAUD mampu memahami dan menyampaikan kepada orang tua mengenai kebersihan diri dan makanan yang aman.

Modul 6. Kebersihan diri dan Makanan terdiri dari:

- Topik 1. Cuci Tangan Pakai Sabun
- Topik 2. Cemar pada Makanan
- Topik 3. Memilih dan Menyimpan Makanan yang Bersih dan Aman

Topik 1. Cuci Tangan Pakai Sabun

Kotak 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.

Tujuan pembelajaran:

1. Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan manfaat cuci tangan pakai sabun.
2. Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan saat penting cuci tangan pakai sabun.
3. Pendidik PAUD mampu melakukan cuci tangan pakai sabun dengan benar

Metode penyajian:

1. Ceramah
2. Praktik

Alokasi Waktu : 45 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

1. Air mengalir atau air dalam wadah
2. Sabun

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Pendidik PAUD menjelaskan pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Kemudian Pendidik PAUD menanyakan pendapat orang tua mengenai informasi yang disampaikan.
3. Pendidik PAUD menjelaskan saat-saat penting mencuci tangan dengan menggunakan informasi pada **Kotak 1.2**.
4. Pendidik PAUD menjelaskan cara cuci tangan yang benar dengan menggunakan informasi pada **Kotak 1.3**.
5. Pendidik PAUD meminta orang tua mempraktikkan cara mencuci tangan dengan benar dalam waktu 5 menit.
6. Pendidik PAUD menjelaskan manfaat dan menyimpulkan sesi ini.



Uraian Materi

Kuman adalah mikroorganisme yang sangat kecil, yang tidak dapat dilihat dengan mata telanjang. Kuman dapat berupa bakteri kuman, virus kuman, atau cacing. Kuman dapat ditemukan dimana-mana baik di udara, tanah, air, makanan mentah, tanaman, permukaan tubuh hewan, saluran cerna hewan, juga di permukaan tubuh manusia dan saluran cerna manusia. Anak yang mengkonsumsi makanan yang tercemar oleh kuman atau toksin yang dihasilkan kuman, dapat terserang diare atau keracunan makanan.

Karena itulah kebersihan diri harus dijaga. Mandi dua kali sehari dan sikat gigi sehabis makan secara teratur dapat menjaga kebersihan diri. Permukaan tubuh dan kebersihan tangan juga harus selalu dijaga agar tidak menjadi media pencemaran masuknya kuman ke dalam makanan yang sedang disiapkan atau disajikan. Manfaat perilaku mencuci tangan pakai sabun secara teratur adalah dapat menjaga kebersihan tangan dari kuman sehingga mencegah tercemarnya makanan melalui tangan penjamah makanan.

Kotak 1.2 Saat Penting Mencuci Tangan Pakai Sabun

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

Kotak 1.3 Lima (5) Langkah Mencuci Tangan Pakai Sabun yang Benar

Langkah 1. Basahi seluruh tangan dengan air mengalir

Langkah 2. Gosok sabun ke telapak punggung tangan dan sela jari

Langkah 3. Bersihkan bagian bawah kuku-kuku

Langkah 4. Bilas tangan dengan air bersih mengalir

Langkah 5. Keringkan tangan dengan handuk /tisu atau dianging-anginkan.

Kotak 1.4 Pesan Kunci Topik 1

Jadikan kebiasaan **mencuci tangan dengan sabun** menjadi kegiatan **rutin** sejak dini

Kotak 1.5 Kegiatan Bersama Anak

Belajar mencuci tangan bersama anak dengan menggunakan panduan 5 langkah mencuci tangan

Bahan:

1. Air mengalir
2. Sabun

Ikuti prosedur dibawah ini:

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

GERMAS
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

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

Topik 2. Cemaran Pada Makanan

Kotak 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.

Tujuan pembelajaran:

1. Pendidik PAUD mengetahui dan mampu menyampaikan jenis cemaran makanan
2. Pendidik PAUD mampu mengidentifikasi jenis makanan yang mungkin berbahaya di lingkungan rumah orang tua

Metode penyajian:

1. Ceramah
2. Curah pendapat

Alokasi Waktu: 45 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD perlu menyiapkan:

1. Lembar balik/*flipchart*
2. Contoh makanan atau jajanan yang tersedia di lingkungan

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Pendidik PAUD menjelaskan pada orang tua manfaat memilih makanan yang sehat dan aman
3. Kemudian Pendidik PAUD menanyakan pendapat dan pengalaman orang tua mengenai makanan yang mungkin mengandung cemaran kuman, bahan kimia dan benda fisik yang dikonsumsi anak sehari-hari.
4. Pendidik PAUD menjelaskan manfaat dan menyimpulkan sesi ini.

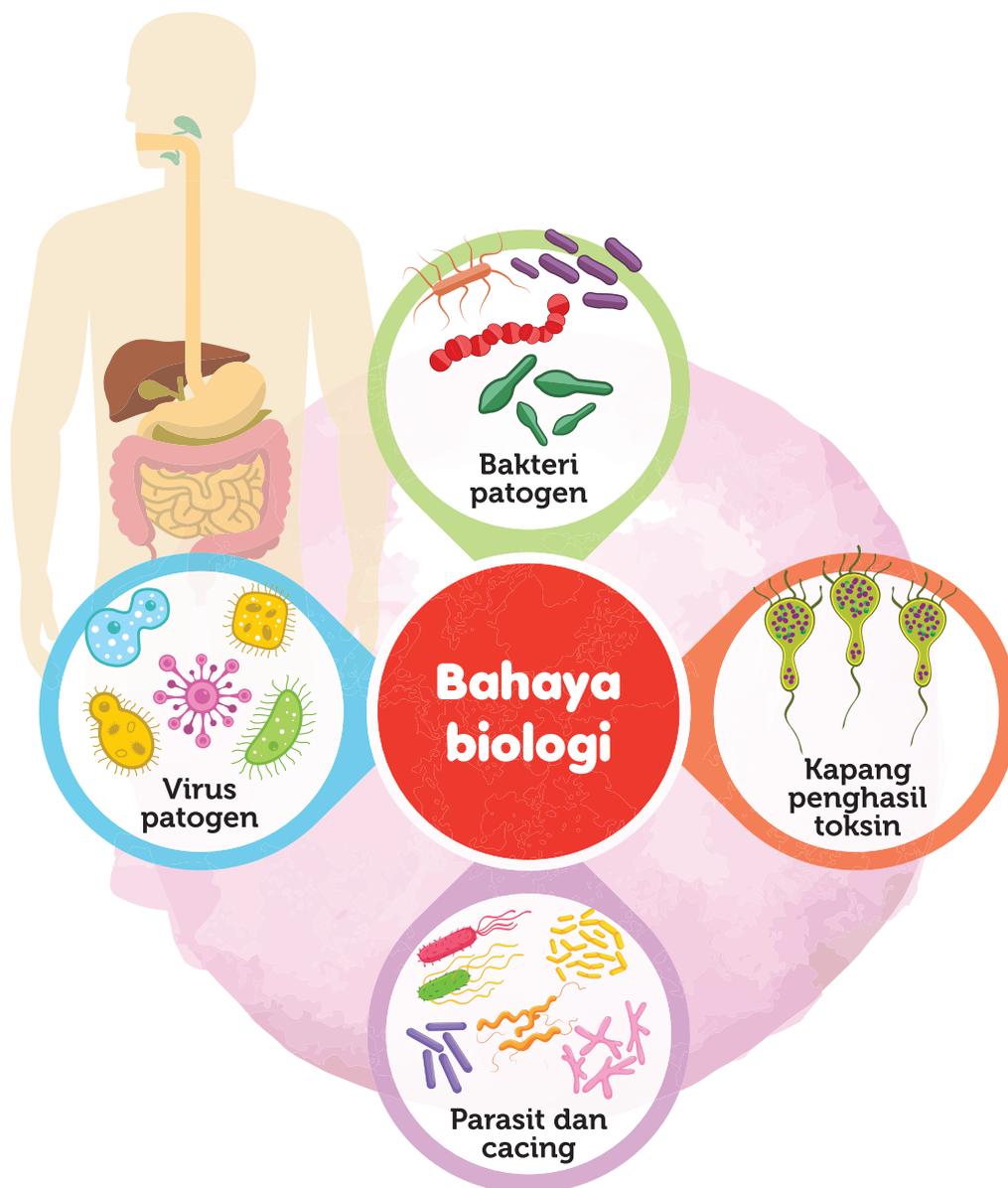
Uraian Materi

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 :

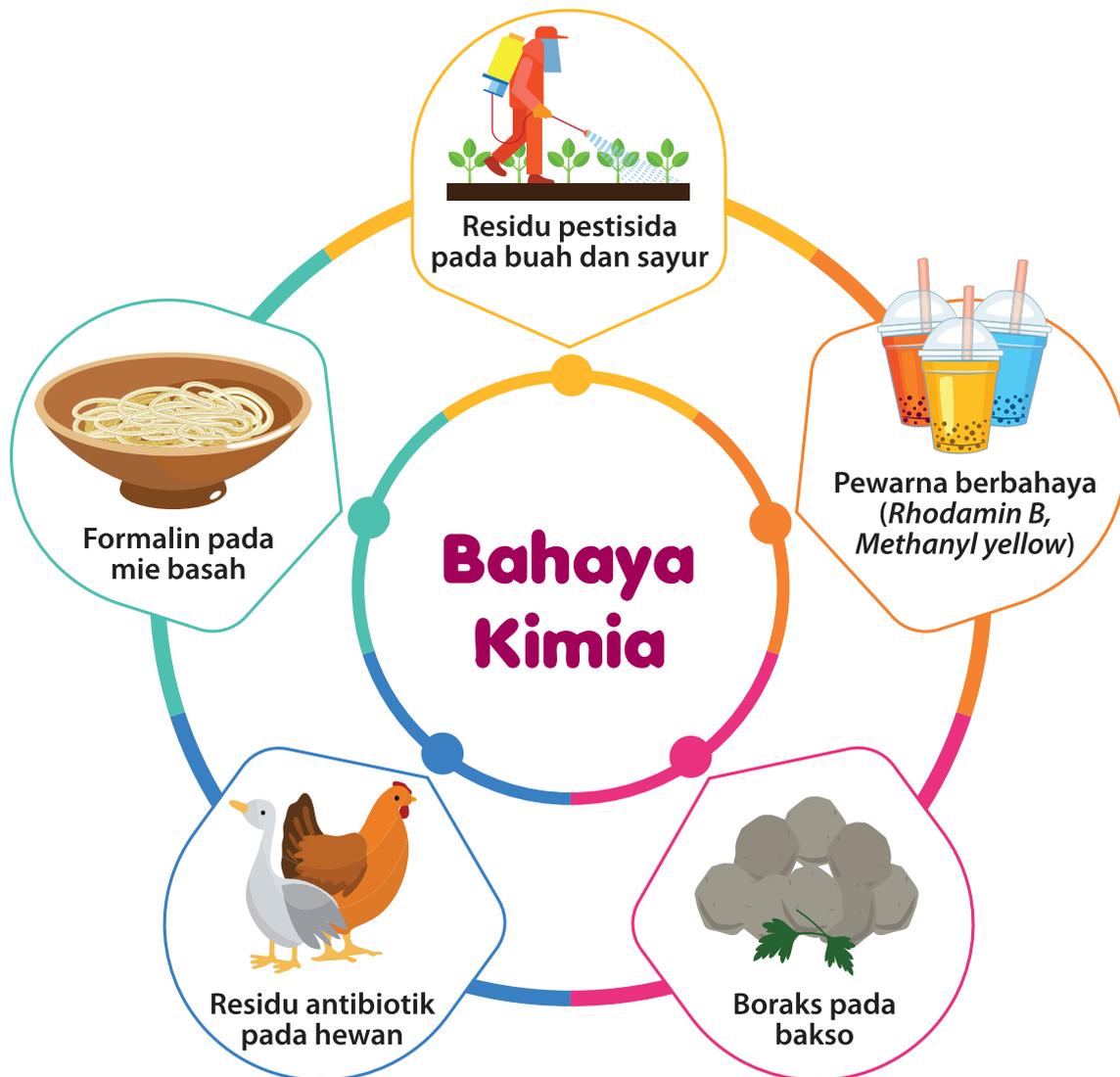
1. Bahaya atau cemaran kuman, seperti :

Bakteri tipus, virus hepatitis, parasit toksoplasma, 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.



Kotak 2.2 Pesan Kunci Topik 2

Waspada sebelum membeli!

Kenali tanda makanan atau minuman yang tercemar **fisik, biologis, dan kimia**

Kotak 2.3 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
<i>Alat</i>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 buah
• Gelas kaca	• 1 buah
• Gunting	• 1 buah
• Sendok	• 1 buah
• Lidi	• 3 lembar
• Kertas kromatografi	• 1 buah
• Pensil	
<i>Bahan</i>	
• Tinta	• 1 buah
• Ekstrak bunga rosella	• 1 buah
• Saus botol bermerk	• 1 buah
• Saus jajanan tidak bermerk	• 1 buah
• Air	• Secukupnya
• Garam	• Secukupnya

PROSEDUR PERCOBAAN:

1. Air hangat dimasukkan ke dalam 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 ditetesi tinta tersebut dimasukkan ke dalam air dengan batas garis di atas 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 berbahan 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.

Topik 3. Memilih Makanan yang Aman

Kotak 3.1 Mengapa Kita Perlu Bisa Memilih Makanan yang Aman?

Dapat memilih makanan yang bergizi merupakan salah satu poin penting, salah satu poin penting lainnya adalah mampu memilih makanan yang aman. Hal ini diperlukan mulai dari pemilihan, penyimpanan, dan pengolahan bahan makanan. Dengan 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!

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.

Metode penyajian:

1. Ceramah
2. Diskusi kelompok

Alokasi waktu: 45 menit

Prakondisi:

Untuk melaksanakan sesi ini, pendidik PAUD dapat menggunakan:

1. Poster "5 Kunci Keamanan Pangan"
2. Contoh kemasan makanan anak

Panduan proses untuk pendidik PAUD:

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Pendidik PAUD menyampaikan materi mengenai 5 kunci keamanan pangan dan tips memilih makanan yang aman.
3. Setelah penyampaian materi, pendidik PAUD membagi orang tua menjadi kelompok kecil untuk berdiskusi mengenai hal apa saja yang biasa diperhatikan oleh orang tua saat membeli makanan kemasan untuk anak.
4. Selanjutnya, menggunakan alat bantu contoh kemasan makanan, setiap kelompok berdiskusi tentang informasi yang tercantum pada kemasan.
5. Secara bergantian setiap kelompok menyampaikan hasil diskusinya.
6. Di akhir sesi diskusi, pendidik PAUD memaparkan materi "Cermat membaca label pangan".

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.



Tips persiapan pengolahan makanan:

1. Cuci tangan sebelum mengolah makanan.
2. Pisahkan bahan makanan mentah (daging/unggas dan ikan) dari bahan makanan lainnya.
3. Cuci bahan makanan dengan air bersih yang mengalir.
4. Gunakan alat masak (alat potong dan papan alas) yang berbeda setiap kali mempersiapkan bahan yang berbeda untuk menghindari kontaminasi silang.
5. Untuk mempersiapkan makanan yang berkuah, pastikan air kuah dimasak hingga mendidih (suhu >700C).
6. Gunakan lap baru untuk membersihkan meja dan perabot makan.

Cermat membaca label

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA #GGL **GERMAS** Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

LABEL MAKANAN

Apa yang perlu Anda ketahui ?

- Merek Dagang
- Nama Produk
- Daftar Bahan yang digunakan atau Komposisi
- Pesan Kesehatan
- Berat/isi
- Keterangan tentang Halal
- Informasi Nilai Gizi
- Nama dan alamat yang memproduksi
- Tanggal, bulan dan tahun kadaluarsa
- Ijin Edar

www.p2ptm.kemkes.go.id @p2ptmkemenkesRI

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA **GERMAS** Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

Cara Membaca INFORMASI NILAI GIZI

INFORMASI NILAI GIZI (Nutrition Facts)	
Takaran Saji (Serving Size)	2 bar (60 g)
Jumlah Sajian per Kemasan (Serving per Container)	2
JUMLAH PER SAJIAN (AMOUNT PER SERVING)	
Energi Total (Calories)	220 kkal
Energi dari Lemak (Calories from Fat)	20 kkal
% AKG*	
Lemak Total (Total Fat)	3 g 4%
Lemak Jenuh (Saturated Fat)	0 g 0%
Lemak Trans (Trans Fat)	0 g 0%
Kolesterol (Cholesterol)	0 g 0%
Protein	12 g 20%
Karbohidrat Total	
Total Carbohydrate	38 g 13%
Serat Pangan (Dietary Fiber)	6 g 22%
Gula (Sugar)	13 g
Natrium (Sodium)	88 mg 4%
Kalium (Potassium)	30 mg 3%
Kalsium (Calcium)	176 mg 22%
Fosfor (Phosphorus)	51 mg 9%
Magnesium	16 mg 6%
Zat Besi (Iron)	1,4 mg 6%

*Persen AKG Berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal. Kebutuhan energi Anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie diet.

Umumnya informasi nilai gizi suatu produk berdasarkan pada satu kali penyajian. Jika mengonsumsi produk tersebut lebih dari 1 kali penyajian, maka kontribusi jumlah asupan kalori dan semua nutrisi yang ada dalam produk tersebut akan lebih tinggi.

Kandungan lemak dalam satu kali penyajian

%AKG (Angka Kecukupan Gizi) memberikan informasi kontribusi produk tersebut terhadap kebutuhan sehari. Misalkan %AKG menunjukkan nilai 20%, maka kebutuhan nutrisi tersebut sudah terpenuhi 20% bila dikonsumsi sesuai takaran saji.

Kandungan gula dalam satu kali penyajian

Kandungan natrium dalam satu kali penyajian

www.p2ptm.kemkes.go.id @p2ptmkemenkesRI



Kotak 3.2 Pesan Kunci Topik 3

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

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)

Topik 4. Makanan yang Aman Bagi Anak Saat Terjadi Bencana

Kotak 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.

Tujuan pembelajaran:

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

Metode penyajian:

1. Ceramah
2. Diskusi

Alokasi waktu: 45 menit

Panduan proses untuk pendidik PAUD

1. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orang tua mengetahui cara menyiapkan makanan yang aman saat bencana. Kemudian pendidik PAUD menanyakan pendapat orang tua mengenai informasi tersebut.
2. Pendidik PAUD menjelaskan perlunya orang tua mengetahui cara menyimpan makanan yang aman saat bencana di **Kotak 4.2** Kemudian pendidik PAUD menanyakan pendapat orang tua mengenai informasi tersebut.
3. Pendidik PAUD menjelaskan manfaat dan menyimpulkan sesi ini.



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 berbahan 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 berbahan 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 terpinil, 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.



Kotak 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.
3. 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.

Kotak 4.3 Pesan Kunci Topik 4

Saat terjadi bencana, cegah diare dan masalah kesehatan dengan memilih makanan yang aman dan bersih

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

Kunci Jawaban

Evaluasi Materi:

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

Referensi

1. Cara membaca informasi nilai gizi
<http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/bagaimana-cara-membaca-informasi-nilai-gizi>
2. Health and Safety Concerns for All Disasters. 2017. Centers for Disease Control and Prevention-CDC
3. Label makanan: Apa yang perlu anda ketahui?
<http://p2ptm.depkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/10/label-makanan-apa-yang-perlu-anda-ketahui>
4. Lima Langkah cuci tangan pakai sabun
<http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/5-langkah-cuci-tangan-pakai-sabun>
5. Menguji zat warna pada saus jajanan dengan kromotografi kertas
<http://siskaalvionita.blogspot.com/2012/03/v-behaviorurldefaultvml.html>
6. SEAMEO RECFON. 2019. Buklet Kantin Sehat Sekolah. Jakarta: SEAMEO RECFON

Biodata Penulis



- Nama lengkap** : Dwi Nastiti Iswarawanti
- Gelar akademis** : Dr. Ir. Dwi Nastiti Iswarawanti, MSc
- Riwayat Pendidikan**
1. **S3** : Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia (2008-2012)
 2. **S2** : Program Studi Gizi Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia (1993-1995)
 3. **S1** : Budidaya Pertanian/Agronomi, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor (1986-1991)
- Judul buku yang ditulis dalam kurun waktu 10 tahun terakhir** :
1. **Iswarawanti DN**, Meiyetriani E, Sudibya A. Kantinku HEBAT (*Higienis, Enak, Bergizi, Aman, Terjangkau*). Booklet, Komik, Poster. SEAMEO RECFON. 2019.
 2. **Iswarawanti DN**, Ermayani E, Sudibya A. Basic Food Safety for Health Professionals. SEAMEO RECFON. 2018.
 3. **Judhiastuty F**, Iswarawanti DN, Ermayani E., Meiyetriani E, Laras I, Astuti RD, *Petunjuk Praktis Pengembangan Kantin Sehat Sekolah*. SEAMEO RECFON. 2018.
 4. **Iswarawanti DN**. *Pedoman Penerapan HACCP bagi Pangan Siap Saji*. SEAMEO RECFON-Kemenkes RI. 2013.
 5. **Iswarawanti DN**. Buku Pegangan Kader “Cara Komunikasi yang Benar tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang Tepat dan Aman”. Jakarta: SEAMEO RECFON (Regional Centre for Food Nutrition) and Universitas Indonesia, Jakarta. 2012.
 6. **Iswarawanti DN**. Buku Pegangan Pelatih “Cara Komunikasi yang Benar tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang Tepat dan Aman”. Jakarta: SEAMEO RECFON (Regional Centre for Food Nutrition) and Universitas Indonesia, Jakarta. 2012.
 7. **Iswarawanti DN**. Booklet bagi Kader “Cara Komunikasi yang Benar tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

yang Tepat dan Aman”. Jakarta: SEAMEO RECFON (Regional Centre for Food Nutrition) and Universitas Indonesia, Jakarta. 2012.

8. **Iswarawanti DN.** Buku Pegangan bagi Guru SD “Keamanan Makanan”. SEAMEO RECFON Universitas Indonesia. Jakarta. 2011.

Penelitian yang dilakukan atau dipublikasikan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir

1. 2017. *Co Principle Investigator.* Peningkatan Kapasitas dalam Penggunaan Optifood Linear Programming untuk Pembuatan Pedoman Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal (PGS-PL) dalam Pencegahan Stunting dan Anemia Pada Baduta di Kab Sambas dan Malang. Kemenkes RI.
2. 2016. *Principle investigator.* Feasibility Study of SWAN (Safe Water and Nutrition) Project : Community behaviour on healthy lifestyle and nutritional status of 6-23 month children in Karawang District. ILSI CHP-ILSI SEA.
3. 2016. *Principle investigator.* A quantitative study on process evaluation toward GAIN –Baduta Program : Integrated intervention to improve mother and children nutritional status. SEAMEO RECFON & Pusat Penelitian Kesehatan UI. Report submitted for GAIN.
4. 2016. *Principle investigator.* Evaluation of Local Food Based Schools Meal (LFBSM) Programme In NTT and Papua Provinces, Indonesia from 2012 to 2015. Report submitted for World Food Program Indonesia.
5. 2016. *Principle investigator.* *Pengembangan Model Edukasi Gizi melalui Modul Gizi dan Kesehatan untuk Sekolah Dasar di Kecamatan Ciampea, Bogor.*
6. 2015. *Principle investigator.* Level of Aflatoxin B1 contaminant and its exposure among urban community (*Tingkat Cemaran Aflatoksin B1 dan Paparannya di Masyarakat Perkotaan*).
7. 2014. *Principle investigator.* Knowledge and practices of caregivers with infant and young child feeding (IYCF) in Bekasi: Study in area where the Voluntary Health Workers had received training on communication of IYCF.
8. 2014. *Principle investigator.* Nutritional status and food intake of children 6-23 months in area where the Voluntary Health Workers had received training on communication of IYCF
9. 2014. *Co-Principle investigator.* The Behavior Change Campaign in Sidoarjo District, East Java Province : A baseline survey. GAIN Project.
10. 2012. *Principle investigator.* The Effectiveness of Training to Enhance Cadres’ Competences in Communicating

Safe Complementary Feeding to Caregivers in Bekasi municipality. SEAMEO RECFON Faculty Medicine Program Study on Nutrition Universitas Indonesia. Jakarta

- Bidang keahlian** : Food Safety and HACCP, Children Nutrition, Food and Nutrition education, Infant and Young Child Feeding, Community Health Worker Empowerment, Health Promotion in Nutrition Program, Healthy Canteen.
- Pekerjaan tetap/profesi dan jabatan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir** : 2019-sekarang : Training Manager SEAMEO RECFON
2019-sekarang : Staf Pengajar STIKES Kuningan
Jan-May 2019 : Principle Investigator SEAMEO RECFON
Jan-Dec 2018 : Expert Staff on Food Security and Food Safety
June-Dec 2017 : Training Manager SEAMEO RECFON
2009-2017 : Academic Staff SEAMEO RECFON
- Institusi/lembaga tempat bekerja** : SEAMEO RECFON (Regional Centre for Food and Nutrition) dan STIKES Kuningan
- Alamat kantor** : Salemba Raya 6, Jakarta 10430
- Nomor Telepon Kantor** : + 62 21 3913932
- Alamat e-mail** : diswarawanti@gmail.com
- Informasi lain yang ingin dicantumkan** : NIDN : 0490036703

Biodata Penulis



Nama lengkap	: Anak Agung Sagung Indriani Oka
Gelar akademis	: Anak Agung Sagung Indriani Oka, S.Gz, RD, M.Gz
Riwayat Pendidikan	:
1. S2	: Program Studi Gizi Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia (2012-2014)
2. Pendidikan Profesi	: Program Pendidikan Dietisien, Profesi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada (2009-2010)
3. S1	: Program Studi Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada (2005-2009)
Judul buku yang ditulis dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: Kumpulan rencana ajar untuk guru sekolah dasar dan menengah : edukasi gizi berbasis kebun sekolah (co-author)
Penelitian yang dilakukan atau dipublikasikan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: September 2018 – December 2019, Nutrition in Emergency : Lesson Learned from 2018 Lombok Earthquake August 2017 – December 2018, PMT Biscuit Evaluation Study.
Bidang keahlian	: Community Nutrition, Infant and Young Child Feeding, Monitoring and Evaluation, Research.
Pekerjaan tetap/profesi dan jabatan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: <ul style="list-style-type: none"> • July 2017 – Present, as Program Staff SEAMEO RECFON Universitas Indonesia • May 2015 – July 2017, as Provincial Monitoring and Evaluation Officer (DKI Jakarta) Desentralization of Monitoring and Evaluation Project Centre of Health Policy and Management Medical Faculty, Universitas Gadjah Mada • August 2014 – May 2015, as Monitoring Evaluation Accountability and Learning (MEAL) Officer BADUTA Project Save The Children International
Alamat kantor	: Jl. Salemba Raya No.6, RW.5, Kenari, Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10430
Nomor Telepon Kantor	: (021) 31930205
Alamat e-mail	: indrianioka@gmail.com

Biodata Mitra Bestari

Nama lengkap	: Isniyati Sulistiani
Gelar akademis	: DR. M.Pd
Riwayat Pendidikan	:
S3	: Penelitian Evaluasi Pendidikan, Fakultas PPS, Universitas Negeri Jakarta (2013-2016)
S2	: Penelitian Evaluasi Pendidikan, Fakultas PPS, Universitas Negeri Jakarta (2000-2004)
S1	: Administrasi/Manajemen Pendidikan, Fakultas Pendidikan, IKIP Jakarta (1992-1997)
Judul buku yang ditulis dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: 1. EVALUASI PEMBELAJARAN (untuk kalangan sendiri) 2. BERAKHLAK MULIA (untuk kalangan sendiri)
Penelitian yang dilakukan atau dipublikasikan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: Evaluasi Kebijakan Peningkatan Kompetensi melalui Diklat Berjenjang bagi Pendidik PAUD (Studi Evaluatif Kebijakan di Direktorat Pembinaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan PAUD Nonformal dan Informal, Kemendikbud)
Bidang keahlian	: Pendidikan
Pekerjaan tetap/profesi dan jabatan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: 1. PNS (Analisis Fasilitasi Peningkatan Kompetensi) 2. Asesor BAN PAUD PNF
• Kurun waktu pekerjaan/profesi	: 13 tahun
• Institusi/lembaga tempat bekerja	: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI
Alamat kantor	: Kompleks Kemendikbud, Gedung D Lt. 13
Nomor telepon kantor	: 021 57974118
Alamat e-mail	: Isniyati1307@gmail.com



Biodata Ilustrator

Nama lengkap	: Riqqo Rahman
Gelar akademis	: -
Riwayat Pendidikan dan tahun belajar	: Desain Grafis, InterStudi (1993-1994)
Alamat kantor	: Gedung Pembina Graha, Jalan DI Panjaitan No. 45 Jakarta Timur
Alamat rumah	: Komplek Griya Galaxy Blok GB 72. Jl. SMP 126 Batu Ampar Kramat Jati, Jakarta Timur
Nomor telepon genggam	: 0818 819 832
Akun facebook	: Riqqo Rahman
Alamat e-mail	: riqqo_28@yahoo.com, riqqorahman@gmail.com
Bidang keahlian	: Graphic design, motion graphic, photography
Pekerjaan tetap/profesi dan jabatan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir	: Art Director, Production Manager
• Kurun waktu pekerjaan/profesi	: 2000 - sekarang
• Institusi/lembaga tempat bekerja	: PT. Mitra Inti Tematik Plus
Karya/Pameran/Eksibisi dan Tahun Pelaksanaan (10 tahun terakhir)	: Tidak ada
Buku yang Pernah dibuat Ilustrasi dan Tahun Pelaksanaan (10 tahun terakhir)	: Modul Ceria, 2015 Modul Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar, 2016 Modul Cita, 2017 Modul Anakku Tumbuh Tinggi dan Cerdas, 2017 Modul PPPIAUD, 2019 Buklet Kantin Sehat Sekolah, 2019



Sinopsis

Menurut WHO, setiap 3 detik ada seorang anak balita yang meninggal karena diare, akibat konsumsi makanan yang tidak higienis dan juga komplikasi dengan status gizinya. Karena itu kita perlu memastikan keamanan makanan anak mulai dari pemilihan, penyimpanan, pengolahan, dan penyajian makanannya. Dengan menjaga keamanan makanan dan nilai gizinya, maka anak akan terhindar dari penyakit bawaan makanan sehingga meningkatkan status gizinya. Sumber pencemaran seperti kuman dapat menyebabkan timbulnya penyakit pada anak. Modul Kebersihan Diri dan Makanan ini disusun dengan harapan pendidik PAUD mampu memahami dan menyampaikan kepada orang tua mengenai kebersihan diri dan makanan yang aman. Modul ini berisi beberapa topik diantaranya yaitu bagaimana cara cuci tangan pakai sabun yang benar, cemaran pada makanan, serta memilih dan menyimpan makanan yang bersih dan aman. Dengan pemahaman yang baik pada kebersihan diri dan makanan, diharapkan anak dapat terhindar dari penyakit menular dan status gizi baik anak dapat tercapai.

Modul 6: Kebersihan Diri dan Keamanan Makanan

Seri Modul Anaku Sehat dan Cerdas: Panduan bagi Pendidik PAUD
dalam Penerapan Konsep PAUD-HI melalui Sesi *Parenting*

Gedung SEAMEO RECFON

Jl. Salemba Raya No.6

Jakarta 10430, Indonesia

Telepon +62 21 31930205 – Fax. +62 21 3913933

Website: www.seameo-recfon.org

email: information@seameo-recfon.org

ISBN 978-623-7759-12-6 (PDF)



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

2019