

# PETUNJUK PRAKTIS PENGASUHAN IBU-ANAK USIA DINI DI DAERAH RAWAN BENCANA ALAM



**Modul bagi Guru PAUD sebagai Pelatih  
Pendidikan Pengasuhan Ibu –  
Anak Usia Dini (PPIAUD)**



# PETUNJUK PRAKTIS PENGASUHAN IBU-ANAK USIA DINI DI DAERAH RAWAN BENCANA ALAM

---

## Tim Penyusun:

Dr. Risatianti Kolopaking, M.Psi  
Prof. Dr. Ir. Netti Herawati, M.Si  
Dr. Ir. Umi Fahmida, M.Sc  
dr. Grace Wangge, Ph.D  
Indriya Laras Pramesthi, M.Gizi  
Roselynn Aggraeni, M.Gizi  
Itra Safitri, M.Hum  
Septian Karyana, M.Si  
Cahya Ayu Agustin, S.Gz

## Modul bagi Guru PAUD sebagai Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu – Anak Usia Dini (PPIAUD)

### SEAMEO RECFON

*Southeast Asian Ministers of Education Organization  
Regional Centre for Food and Nutrition*  
Pusat Kajian Gizi Regional – Universitas Indonesia  
2019



Petunjuk Praktis Pengasuhan Ibu Anak Usia Dini di Daerah Rawan Bencana Alam: Modul bagi Guru PAUD sebagai Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD). Tim penyusun oleh Risatianti Kolopaking... [et al]. – Jakarta: SEAMEO RECFON, Kemendikbud RI, 2019. 150 hlm; 29,7 cm

**Tim Penyusun:**

Dr. Risatianti Kolopaking, M.Psi  
Prof. Dr. Ir. Netti Herawati, M.Si  
Dr. Ir. Umi Fahmida, M.Sc  
dr. Grace Wangge, Ph.D  
Indriya Laras Pramesthi, M.Gizi  
Roselyne Aggraeni, M.Gizi  
Itra Safitri, M.Hum  
Septian Karyana, M.Si  
Cahya Ayu Agustin, S.Gz

**Desain sampul dan tata letak:**

Riqqo Rahman  
Freepik

**Penerbit:**

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

**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](http://www.seameo-recfon.org) - email: [information@seameo-recfon.org](mailto:information@seameo-recfon.org)

ISBN: 978-623-91024-6-3

**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, mikrofilm, dan rekaman suara.

Gambar yang digunakan dalam buku ini diunduh dari internet dari berbagai sumber yang merupakan public domain.

## KATA PENGANTAR

Letak Indonesia secara geografis berada di wilayah *Ring of Fire* sehingga rentan terjadinya bencana alam. Kelompok rentan terdampak kondisi kedaruratan akibat bencana adalah kelompok anak usia dini terutama dalam bentuk gangguan kesehatan. Keterbatasan akses pangan dan ketidakterjaminannya keamanan pangan dengan pola perubahan diet yang berubah, dapat berdampak pada penurunan status gizi berujung pada ancaman berupa meningkatnya risiko penyakit atau kematian. Dampak keadaan psikis berupa trauma menjadi salah satu masalah lain yang paling sering terjadi pada masa kedaruratan. Jika trauma pada kelompok rentan ini tidak segera ditangani dengan baik akan berpengaruh terhadap perkembangan. Intervensi gizi dan kesehatan yang lebih komprehensif perlu segera dilakukan untuk menjaga status gizi dan kesehatan tetap optimal. Trauma healing dengan intervensi stimulasi psikososial pada anak usia dini melalui orang tua penting untuk dilakukan sekaligus untuk menjaga perkembangan anak usia dini agar tetap optimal.

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 asuhan gizi yang baik bagi anak usia dini dalam kondisi kedaruratan pasca bencana bagi para guru PAUD diharapkan dapat membantu orang tua untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal bagi anak-anak mereka.

Program “Anakku Sehat dan Cerdas” (*Early Childhood Care, Nutrition and Education*) merupakan salah satu fokus utama SEAMEO RECFON dan anak usia dini menjadi sasaran dalam program ini. Sebagai bentuk perhatian dalam aspek gizi kedaruratan, maka buku **“Petunjuk Praktis Pengasuhan Ibu – Anak Usia Dini di Daerah Rawan Bencana Alam: Modul bagi Guru PAUD sebagai Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD)”** ini disusun. Modul ini mencakup mengenai pemahaman diri dan keluarga untuk menimbulkan motivasi terhadap diri Ibu, pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, pemenuhan gizi anak secara optimal, beberapa contoh aktivitas bermain untuk menstimulasi perkembangan anak usia dini, serta tata laksana terpadu saat anak sakit. Diharapkan modul ini dapat menjadi salah satu kontribusi dalam penerapan model penerapan PAUD Holistik-Integratif (PAUD-HI) Indonesia dimana komponen gizi dan kesehatan terintegrasi di dalamnya untuk menjaga tumbuh kembang anak usia dini tetap optimal, khususnya pada daerah rawan bencana alam.

Jakarta, Desember 2019



**dr. Muchtaruddin Mansyur, Ph.D**  
Direktur SEAMEO RECFON

# DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
PENGANTAR	vi
Tujuan pelatihan:	vii
Siapa Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD)?	vii
Siapa Peserta Pelatihan?	vii
Struktur dan Petunjuk Penggunaan Modul Pelatihan	vii
Pendekatan Pengajaran	vii
Tips untuk Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD)	viii
Persiapan Pelatihan	viii
Evaluasi Pelatihan	viii
Kisi-kisi Pelatihan	1
<b>Unit 1. BUAH HATI DAN KELUARGAKU</b>	<b>7</b>
TOPIK 1. Mengenal Diri	8
TOPIK 2. Keluargaku	11
TOPIK 3. Aku dan Si Kecil	14
TOPIK 4. Harapanku	18
<b>Unit 2. MEMAHAMI PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI (0-6 TAHUN)</b>	<b>21</b>
TOPIK 5. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)	22
TOPIK 6. Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini (0-6 tahun)	24
TOPIK 7. Masa Bayi: Usia 0-1 tahun	61
TOPIK 8. Masa Batita: Usia 1-3 tahun	64
TOPIK 9. Masa Pra-sekolah: Usia 3-6 tahun	66
TOPIK 10. Potret Si Kecil	68
<b>Unit 3. MEMENUHI GIZI ANAK YANG OPTIMAL</b>	<b>69</b>
TOPIK 11. Pengantar Gizi Seimbang	70
TOPIK 12. Memasak Makanan Padat Gizi	76
TOPIK 13. Menemani Anak Makan	81
TOPIK 14. Menyusun Belanja Makanan	84
TOPIK 15. Memilih Makanan Yang Aman	86
TOPIK 16. Catatan Harian Si Kecil: Pola Makan	89
<b>Unit 4. BERMAIN BERSAMA ANAK</b>	<b>90</b>
TOPIK 17. Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain	91
TOPIK 18. Bermain Bersama Anak: Usia 0-1 tahun	94
TOPIK 19. Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun	99
TOPIK 20. Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun	104
TOPIK 21. Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa	117
<b>Unit 5. TATALAKSANA TERPADU BALITA SAKIT</b>	<b>118</b>
TOPIK 22. Mewaspadaai Penyakit Anemia Pada Anak	119
TOPIK 23. Mewaspadaai Penyakit Diare Pada Anak	121
TOPIK 24. Mewaspadaai Penyakit Pneumonia Pada Anak	125
TOPIK 25. Mewaspadaai Penyakit Infeksi Telinga Pada Anak	129
<b>Unit 6. IBU TANGGUH</b>	<b>131</b>
TOPIK 26. Lomba Memasak	132
TOPIK 27. Festival Permainan/Mendongeng Anak	133
TOPIK 28. Ikrar Ibu Tangguh.	147
Referensi	148

## ■ Kontributor

SEAMEO RECFON (*Southeast Asian Ministers of Education Organization Regional Centre for Food and Nutrition*) adalah pusat studi regional yang berfokus pada pengembangan sumber daya manusia di bidang gizi pangan dan gizi di Asia Tenggara.

SEAMEO QITEP *in Language* (*SEAMEO Regional Center for Quality Improvement of Teacher and Education Personnel in Language*) adalah pusat regional pengembangan kualitas guru dan tenaga kependidikan bidang bahasa di Asia Tenggara.

SEAMEO QITEP *in Science* (*SEAMEO Regional Center for Quality Improvement of Teacher and Education Personnel in Science*) adalah pusat regional pengembangan kualitas guru dan tenaga kependidikan bidang sains di Asia Tenggara.

HIMPAUDI (Himpunan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Anak Usia Dini) Indonesia adalah sebuah organisasi profesi independen yang menghimpun unsur pendidik dan tenaga kependidikan anak usia dini.

### **Tim Penyusun**

Dr. Risatianti Kolopaking, M.Psi  
Prof. Dr. Ir. Netti Herawati, M.Si  
Dr. Ir. Umi Fahmida, M.Sc  
dr. Grace Wangge, Ph.D  
Indriya Laras Pramesthi, M.Gizi  
Roselyne Aggraeni, M.Gizi  
Itra Safitri, M.Hum  
Septian Karyana, M.Si  
Cahaya Ayu Agustin, S.Gz

## PENGANTAR

Lokasi geografis Indonesia yang terletak di daerah *Ring of Fire* membuat banyak wilayah di Indonesia menjadi wilayah rawan bencana, terutama gempa bumi dan tsunami. Selain itu, dua musim yang dimiliki Indonesia, yaitu musim kering dan hujan juga berpotensi menyebabkan kekeringan dan banjir. Untuk itu, masyarakat Indonesia diharapkan memiliki kesiapan menghadapi bencana yang lebih baik dari negara lain. Situasi kedaruratan akibat bencana pada umumnya memberikan ancaman terhadap kehidupan dan kesehatan masyarakat. Selain ancaman terhadap keselamatan dan kesehatan fisik-mental, bencana dapat pula membawa ancaman terganggunya akses masyarakat terhadap sarana dan prasarana umum.

Konsentrasi pemulihan atau rehabilitasi bencana banyak diprioritaskan pada aspek fisik dan keamanan. Bahkan dalam bidang kesehatan, upaya pemulihan juga berkonsentrasi pada pembangunan sarana-prasarana kesehatan dan pelayanan medis, tetapi kerap luput memperhatikan aspek gizi dan keamanan pangan. Hal ini dapat membawa dampak lebih lanjut pasca bencana terhadap menurunnya status gizi dan perubahan pola diet masyarakat. Dampak jangka panjang ancaman ini berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya penyakit ataupun kematian pada masyarakat dari seluruh lapisan umur di area tersebut.

Untuk mencegah hal tersebut, hal yang mendesak untuk dilakukan pasca bencana adalah memastikan adanya kecukupan pasokan dan asupan makanan yang bergizi. Tidak saja pada kebutuhan energi dan protein, tetapi juga kebutuhan zat gizi mikro dan kebutuhan zat gizi yang spesifik juga harus terpenuhi untuk mencegah terjadinya kebutaan, kecacatan, maupun kematian (WHO, 2000). Perhatian lebih perlu diberikan pada kelompok masyarakat yang rentan mengalami gangguan kesehatan seperti ibu hamil, anak balita, serta lansia karena pada kelompok usia ini rentan terjadinya penurunan status gizi dan kesehatan pada keadaan darurat. Intervensi terhadap keadaan status gizi yang lebih komprehensif dan mendalam pada kelompok rentan perlu dilakukan secepatnya dan tidak lebih dari jangka waktu 3-6 bulan setelah bencana terjadi (UNHCR, 2015). Selain itu, stimulasi psikososial pada anak balita melalui orang tua penting untuk dilakukan sebagai *trauma healing* sekaligus untuk menjaga perkembangan anak usia dini agar tetap optimal. *Trauma healing* dalam istilah psikologi dapat diartikan sebagai proses pemulihan seseorang yang mengalami depresi atau syok akibat mengalami suatu kejadian traumatis. Saat ini kegiatan *trauma healing* di daerah bekas bencana dilakukan secara sporadis dan hanya berlangsung selama beberapa bulan. Padahal, setiap anak yang mengalami *post traumatic stress disorder* (PTSD) atau serangan panik yang dipicu oleh trauma pengalaman masa lalu mempunyai tingkat pemulihan yang berbeda-beda. PTSD sendiri pun biasanya muncul 6 (enam) bulan setelah bencana itu berlangsung. Oleh karena itu, *trauma healing* memerlukan proses yang tidak sebentar. *Trauma healing* yang sudah banyak dilakukan adalah dengan pendekatan psikologi sosial.

Sebagai bagian dari komponen penting dalam pelaksanaan pendidikan anak usia dini, guru dan tenaga kependidikan anak usia dini perlu mendapatkan masukan tentang topik gizi dan kesehatan, *trauma healing*, dan aspek psikososial pada anak, metode pembelajaran yang menarik dan motivasi menjadi pendidik yang berkualitas. Untuk mendukung hal ini, guru dan tenaga pendidik anak usia dini memerlukan buku yang dapat digunakan sebagai pegangan untuk memberikan pendidikan pengasuhan anak usia dini.

## Tujuan pelatihan:

Guru PAUD diharapkan dapat melakukan pendidikan pengasuhan bagi ibu anak usia dini (PPIAUD) untuk:

- a. Meningkatkan kemampuan ibu dalam mengelola diri dalam menjalankan tugas rumah tangga sehari-hari dan pengasuhan anak usia dini di daerah rawan bencana alam.
- b. Meningkatkan keterampilan ibu dalam memberikan makanan pada anak usia dini dan menyediakan makanan bergizi di daerah rawan bencana alam agar anak tumbuh sehat dan bergizi seimbang.
- c. Meningkatkan keterampilan ibu dalam mengasuh anak usia dini di daerah rawan bencana alam melalui kegiatan bermain agar 6 aspek perkembangan yang meliputi moral dan agama, fisik – motorik kasar dan halus, bahasa, kognitif, seni, dan sosial-emosional anak optimal.

## Siapa Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD)?

Pelatih PPIAUD adalah para guru PAUD yang memiliki latar belakang pendidikan minimal SMA dan telah mengajar kelas PAUD selama minimal satu tahun.

## Siapa Peserta Pelatihan?

Peserta pelatihan adalah para orang tua, khususnya ibu atau pengasuh yang memiliki anak usia dini berusia 0 hingga 6 tahun.

## Struktur dan Petunjuk Penggunaan Modul Pelatihan

Modul ini dikembangkan untuk para guru PAUD agar dapat menjadi pelatih PPIAUD bagi para orangtua, khususnya ibu/pengasuh anak usia dini.

- Modul PPIAUD terdiri dari 6 unit yaitu:
  - Unit 1: Buah Hati dan Keluargaku
  - Unit 2: Memahami Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini
  - Unit 3: Memenuhi Gizi Anak yang Optimal
  - Unit 4 :Bermain Bersama Anak
  - Unit 5: Tatalaksana Terpadu Balita Sakit
  - Unit 6: Ibu Tangguh
- Setiap unit terdiri dari beberapa topik. Setiap topik berisi tujuan dan tahapan aktivitas yang dapat dilakukan oleh peserta dengan pendampingan dari guru PAUD.
- Pelatihan untuk Pelatih dengan menggunakan modul ini dapat dilaksanakan selama 5 hari.
- Untuk implementasi, topik-topik dari modul ini dapat disampaikan pada sesi *parenting* dimana setiap sesi dapat disampaikan 1 – 2 topik dengan durasi masing-masing sekitar 30 – 40 menit.

## Pendekatan Pengajaran

Modul ini menggunakan beberapa pendekatan pengajaran yang dapat digunakan pelatih dalam menyampaikan informasi pada peserta:

- **Presentasi** diberikan oleh pelatih untuk memberikan informasi mengenai pengetahuan dan prinsip-prinsip dasar dalam pengasuhan.
- **Studi kasus** berisi penjelasan tentang pengalaman-pengalaman nyata yang dapat digunakan sebagai bahan diskusi dalam diskusi kelompok.
- **Diskusi kelompok kecil** merupakan aktivitas yang dilakukan oleh peserta untuk berbagi pengalaman dan ide-ide penyelesaian masalah yang kemudian dipresentasikan pada

- kelompok yang lebih besar untuk didiskusikan bersama.
- **Bermain peran** merupakan kegiatan yang dilakukan oleh peserta untuk berperan dalam satu skenario pendidikan atau pengasuhan yang bertujuan untuk menstimulasi proses belajar.
- **Praktik** merupakan kegiatan uji coba langsung yang dilakukan oleh peserta, misal praktik belajar memasak menu lokal padat gizi.

### Tips untuk Pelatih Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD)

- Membuat aturan sederhana diawal pelatihan yang perlu dipatuhi oleh peserta agar dapat saling bekerjasama, misalnya menentukan jam kedatangan dan absensi kehadiran.
- Menciptakan situasi belajar yang akrab dan menyenangkan sehingga semua peserta merasa terlibat dalam proses belajar, misalnya:
  - Memanggil peserta dengan nama anaknya: *"bagaimana Mama Dina..."*,
  - Memberikan kegiatan *ice breaking* singkat untuk mencairkan suasana
  - Menstimulasi peserta untuk bertanya agar menciptakan proses belajar yang "hidup", misalnya:
    - o Menanyakan dengan pertanyaan terbuka: *"coba ceritakan...."*,
    - o Mendorong peserta saling memberi pendapat satu sama lain,
    - o Menggali pendapat peserta: *"coba jelaskan lebih lanjut.."*,
    - o Memberikan komentar positif dari setiap pendapat yang disampaikan peserta,
    - o Memberikan koreksi terhadap pendapat yang kurang tepat dengan positif: *"pendapat ibu ada benarnya, tetapi ada pendapat lain yang menyebutkan....."*,
- Mendorong peserta yang pendiam untuk bicara, beri pujian bila mereka memberikan pendapat untuk membangkitkan rasa percaya diri.
- Mendiskusikan dan menjelaskan ulang informasi-informasi penting sehingga para peserta dapat memahami inti informasi yang disampaikan.
- Perhatikan waktu agar pelatihan dapat berjalan sesuai dengan waktu yang direncanakan.

### Persiapan Pelatihan

Sebelum memulai, pelatih diharapkan membaca kembali materi pelatihan dan menyiapkan materi yang diperlukan. Pelajari latar belakang peserta sehingga pelatih mampu memberikan contoh-contoh yang sesuai dengan latar belakang pengalaman peserta.

### Evaluasi Pelatihan

- Lakukan evaluasi sesudah pelatihan dengan menanyakan masukan dan saran selama mengikuti pelatihan.
- Berikan penghargaan, misalnya memberikan sertifikat bagi peserta yang mengikuti kegiatan hingga selesai.

## Kisi-kisi Pelatihan

### UNIT 1: BUAH HATI DAN KELUARGAKU

**Tujuan umum:** Menggali potensi diri untuk mengelola diri paska bencana dan menghadapi stres dalam kehidupan rumah tangga sehari-hari (pendekatan stimulasi/terapi)

Topik ke	Judul Topik	Materi yang Digunakan	Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD	Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)
1	Mengenal diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>Karton manila / Kertas <i>Flipchart</i></li> <li>Alat ukur psikologis: evaluasi diri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ibu mengisi lembar evaluasi diri.</li> <li>Ibu berbagi pengalaman saat menghadapi bencana alam dalam kelompok kecil.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan dan merangkumkan.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali kelebihan dan kelemahan diri sendiri.</li> <li>Ibu mampu mengenal dan memahami perasaan yang dialami saat menghadapi bencana alam.</li> </ol>
2	Keluargaku	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alat ukur psikologis: dukungan sosial paska bencana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ibu mengisi lembar evaluasi keluarga.</li> <li>Ibu berbagi pengalaman saat menghadapi bencana bersama keluarga dalam kelompok kecil.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan, dan merangkumkan.</li> </ul> <p>Persiapan Sesi Topik 3: Ibu diminta untuk mengamati kegiatan sehari-hari bersama si kecil di rumah &amp; membuat jurnal kegiatan.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali perannya dalam keluarga.</li> <li>Ibu mampu mengenali dukungan dan hambatan dalam keluarga pasca bencana.</li> </ol>
3	Aku dan si kecil	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alat ukur psikologis: evaluasi kelekatan ibu-anak.</li> <li>Karton Manila / Kertas <i>Flipchart</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ibu mengisi lembar evaluasi kelekatan ibu.</li> <li>Ibu berbagi pengalaman saat menghadapi bencana bersama anak dalam kelompok kecil.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan, dan merangkumkan.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali dan mengevaluasi pola kedekatan dengan anaknya.</li> <li>Ibu mampu mengenali dukungan dan hambatan dalam pengasuhan anak usia dini pasca bencana.</li> </ol>
4	Harapanku	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alat ukur psikologis; efikasi diri (Harapanku)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ibu melengkapi lembar evaluasi efikasi diri (Harapanku) dan menyampaikan dalam kelompok kecil</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan dan merangkumkan.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu memahami interaksi diri dan lingkungan, serta menyusun tujuan dan arti kehidupan.</li> <li>Ibu mampu menarik benang merah dari pelatihan ini terkait pentingnya stimulasi perkembangan dan gizi yang optimal.</li> </ol>

## UNIT 2: MEMAHAMI PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI (0-6 TAHUN)

**Tujuan umum:** Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-6 tahun serta deteksi dini masalah pertumbuhan dan perkembangan.

Topik ke	Judul Topik	Materi yang Digunakan	Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD	Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)
5	Konsep 1000 hari pertama kehidupan (HPK)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poster perkembangan anak dalam konteks 1000 HPK.</li> <li>Poster tips untuk ibu dalam mengoptimalkan masa 1000 HPK.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampian materi dari poster perkembangan anak dalam konteks 1000 HPK.</li> <li>Penyampaian tips untuk ibu dalam mengoptimalkan masa 1000 HPK</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu memahami perkembangan anak dalam konteks 1000 HPK.</li> <li>Ibu mampu memahami hal-hal yang diperlukan dalam mengoptimalkan masa 1000 HPK.</li> </ol>
6	Konsep Tahapan perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini (0-6 tahun)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tabel Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 6 Tahun berdasarkan Permendikbud 137 tahun 2014.</li> <li>Grafik pertumbuhan WHO (TB,U, BB/U atau IMT/U) untuk usia 0-2, 2-5, dan 5-19 tahun.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampian materi perkembangan adalah integrasi 6 aspek perkembangan anak dengan tahap per-kelompok usia dengan mengamati isi Tabel Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 6 tahun.</li> <li>Penyampaian cara pengukuran Bb dan Tb dan interpretasi status gizi menggunakan grafik pertumbuhan WHO.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu memahami bahwa setiap tahap usia memiliki tahap perkembangan yang kontinum dan stimulasi perlu dilakukan bertahap dan terintegrasi 6 aspek perkembangan.</li> <li>Ibu memahami penggunaan grafik pertumbuhan WHO.</li> </ol>
7	Tahap Perkembangan Bayi: 0-1 tahun	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tabel pertumbuhan dan perkembangan usia 0-1 tahun (dari Topik-6).</li> <li>Grafik pertumbuhan (dari Topik-6).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diskusi kelompok: membahas kasus perkembangan anak usia 0-1 tahun.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan, dan merangkum.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.</li> <li>Ibu mampu menstimulasi dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.</li> </ol>
8	Tahap Perkembangan Batita: 1-3 tahun	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tabel pertumbuhan dan perkembangan usia 1-3 tahun (dari Topik-6).</li> <li>Grafik pertumbuhan (dari Topik-6).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diskusi kelompok: membahas kasus perkembangan anak usia 1 – 3 tahun.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan, dan merangkum.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.</li> <li>Ibu mampu menstimulasi dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.</li> </ol>

9	Tahap Perkembangan Prasekolah: 3-6 tahun	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tabel pertumbuhan dan perkembangan usia 3 – 6 tahun(dari Topik-6).</li> <li>Grafik pertumbuhan (dari Topik-6).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diskusi kelompok: membahas kasus perkembangan anak 3 – 6 tahun.</li> <li>Pendamping mengobservasi, mendengarkan, dan merangkum.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.</li> <li>Ibu mampu menstimulasi dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.</li> </ol>
10	Potret Si Kecil	Dokumentasi pribadi, gambar-gambar menarik, coretan-coretan anak, dll.	Menyusun buku rangkaian perkembangan si kecil dapat berupa gambar atau tulisan	Ibu mampu menerapkan pengetahuan yang didapat untuk memahami pertumbuhan dan perkembangan anaknya.
<b>UNIT 3: MEMENUHI GIZI ANAK YANG OPTIMAL</b>				
<b>Tujuan umum:</b> Mampu memilih, mengolah, menyiapkan, dan memberikan makan yang aman dan bergizi seimbang agar anak tumbuh sehat dan memiliki status gizi baik.				
<b>Topik ke</b>	<b>Judul Topik</b>	<b>Materi yang Digunakan</b>	<b>Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD</b>	<b>Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)</b>
11	Pengantar gizi seimbang	Gambar tumpeng gizi seimbang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian materi gizi dan pedoman gizi seimbang</li> </ul>	Ibu memahami mengenai konsep dasar gizi dan panduan gizi seimbang
12	Memasak makanan padat gizi	Bahan makanan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diskusi contoh-contoh resep makanan padat gizi</li> <li>Praktik memasak dengan pendekatan science; melibatkan ibu dan anak (untuk anak usia &gt;3 thn).</li> </ul>	Ibu mampu membuat makanan padat gizi, misal sumber protein (abon) dan sayuran (capcay).
13	Menemani anak makan.	Tips memberikan responsive feeding.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian materi konsep responsive feeding.</li> <li>Role play.</li> </ul>	Ibu mengetahui dan mampu menyiiasi, bila: <ol style="list-style-type: none"> <li>Anak menolak makan</li> <li>Anak memilih dan hanya mengonsumsi jenis makanan tertentu saja</li> <li>Anak hanya mau jajan saja</li> <li>Anak mengemut atau melepeh makanan</li> <li>Anak sedang sakit</li> </ol> Ibu mampu menciptakan situasi makan yang menyenangkan.
14	Menyusun belanja makanan.	Tips belanja makanan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian tips menyusun belanja makanan.</li> <li>Menyusun belanja makan keluarga.</li> </ul>	Ibu mampu memilih makanan bergizi sesuai dengan anggaran yang ada.
15	Memilih makanan yang aman.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tips memilih makan yang aman.</li> <li>Tips membaca label makanan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian tips memilih makanan aman.</li> <li>Membaca label makanan.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu mampu memilih makan yang aman.</li> <li>Ibu mampu membaca label makanan kemasan.</li> </ol>

16	Catatan Harian Si Kecil: pola makan	Tabel catatan harian makan anak (mingguan).	Mengevaluasi proses interaksi ibu-anak dalam mendampingi makan dan memilih makanan.	Ibu mampu menerapkan pengetahuan yang didapat untuk memahami perilaku makan anak dan memilih makanan yang tepat.
<b>UNIT 4: BERMAIN BERSAMA ANAK</b>				
<b>Tujuan umum:</b> Meningkatkan kemampuan ibu untuk mampu melakukan kegiatan bermain bersama anak untuk merangsang 6 aspek perkembangan usia dini yang meliputi: (1) nilai agama dan moral (mengenal keagungan Tuhan); (2) Fisik motorik (motorik kasar, motorik halus, kesehatan dan perilaku keselamatan); (3) Kognitif (mengingat dan menghafal) (4) Bahasa (memahami, mengungkapkan dan membaca); (5) Sosial-emosional (merasa dan menyayangi) ; (6) Seni (menyanyi, menari, menggambar dan mencipta).				
<b>Topik ke</b>	<b>Judul Topik</b>	<b>Materi yang Digunakan</b>	<b>Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD</b>	<b>Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)</b>
17	Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain	<ul style="list-style-type: none"> <li>Karton Manila / Kertas Flipchart.</li> <li>Kertas tempel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian mengenai 10 prinsip pembelajaran pendidikan anak usia dini.</li> <li>Penyampaian mengenai prinsip bermain bersama anak usia dini.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu memahami prinsip pembelajaran PAUD.</li> <li>Ibu memahami prinsip bermain</li> <li>Ibu dapat menggunakan lingkungan di sekitar anak sebagai sumber belajar.</li> <li>Ibu dapat membuat 3 jenis aktivitas bermain yang melibatkan 6 aspek perkembangan anak.</li> <li>Ibu mempraktikkan gerak dan lagu yang menstimulasi beberapa perkembangan anak.</li> </ol>
18	Bermain bersama anak: Usia 0-1 tahun		<ul style="list-style-type: none"> <li>Penjelasan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 0-1 tahun yang dapat merangsang 6 aspek perkembangannya.</li> <li>Praktik bermain bersama anak.</li> </ul>	Ibu mampu memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 0-1 tahun.
19	Bermain bersama anak: Usia 1-3 tahun		<ul style="list-style-type: none"> <li>Penjelasan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 1-3 tahun yang dapat merangsang 6 aspek perkembangannya</li> <li>Praktik bermain bersama anak.</li> </ul>	Ibu mampu memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 1-3 tahun.
20	Bermain bersama anak: Usia 3-6 tahun		<ul style="list-style-type: none"> <li>Penjelasan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 3-6 tahun yang dapat merangsang 6 aspek perkembangannya</li> <li>Praktik bermain bersama anak.</li> </ul>	Ibu mampu memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 3-6 tahun.

21	Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan tawa	Dokumentasi pribadi, gambar-gambar menarik, coretan-coretan anak, dll.	Mengumpulkan foto, gambar, karya-karya anak, atau karya-karya ibu saat kegiatan bermain bersama anak.	Ibu mampu mengevaluasi kegiatan bermain bersama anak dan mengamati reaksi anak.
<b>UNIT 5: TATALAKSANA TERPADU BALITA SAKIT</b>				
<b>Tujuan Umum:</b> Mampu melakukan deteksi dini, tatalaksana sederhana dan melakukan rujukan pada anak yang menderita sakit kepada petugas kesehatan.				
<b>Topik ke</b>	<b>Judul Topik</b>	<b>Materi yang Digunakan</b>	<b>Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD</b>	<b>Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)</b>
22	Mewaspadaai penyakit anemia pada anak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materi Bagan MTBS 2017.</li> </ul>	<p>Penyampaian mengenai penyebab dan cara deteksi dini anemia pada anak.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian mengenai penyebab penyakit diare pada anak.</li> <li>Penyampaian tanda-tanda dehidrasi pada anak.</li> <li>Penyampaian mengenai penanganan pertama penyakit diare.</li> <li>Penyampaian dan praktik cara pembuatan oralit.</li> </ul>	Ibu dapat mengenali gejala anemia dan melaporkannya kepada petugas kesehatan.
23	Mewaspadaai penyakit diare pada anak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materi Bagan MTBS 2017.</li> <li>Gula, Garam, Air untuk membuat oralit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penyampaian mengenai penyebab penyakit diare pada anak.</li> <li>Penyampaian tanda-tanda dehidrasi pada anak.</li> <li>Penyampaian mengenai penanganan pertama penyakit diare.</li> <li>Penyampaian dan praktik cara pembuatan oralit.</li> </ul>	Ibu dapat mengenali penyakit diare, terutama diare dengan dehidrasi, serta mampu membuat oralit sebagai pertolongan pertama pada anak.
24	Mewaspadaai penyakit pneumonia pada anak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materi Bagan MTBS 2017.</li> <li>Alat peraga: jam tangan yang berjarum, thermometer.</li> <li>Video gejala batuk.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penjelasan mengenai gejala batuk, demam dan penyakit pneumonia serta infeksi lainnya pada anak.</li> <li>Pengenalan tanda-tanda batuk pada pneumonia dan bukan pneumonia.</li> <li>Penjelasan dan praktik cara identifikasi demam dengan meraba dan mengukur suhu tubuh anak dengan thermometer.</li> <li>Penjelasan pereda demam, pelega tenggorokan dan pereda batuk yang aman untuk balita dengan klasifikasi batuk bukan pneumonia.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ibu dapat mengenali penyakit pneumonia dan memberikan pereda batuk yang aman bagi anak batuk tanpa pneumonia.</li> <li>Ibu dapat dengan tepat waktu membawa anak ke layanan kesehatan.</li> </ol>
25	Mewaspadaai penyakit infeksi telinga pada anak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materi Bagan MTBS 2017.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penjelasan mengenai bagaimana ibu perlu mewaspadaai penyakit infeksi telinga yang dapat terjadi pada anak.</li> <li>Penjelasan mengenai langkah yang dapat dilakukan ibu di rumah dalam mengatasi infeksi telinga.</li> </ul>	Ibu dapat mengenali penyakit infeksi telinga dan memberikan pertolongan yang sederhana dan aman bagi anak.

UNIT 6: IBU TANGGUH				
Tujuan Umum: Meningkatkan kemampuan ibu agar dapat menerapkan pengetahuan yang didapat dalam bentuk mengelola kegiatan bersama dengan melibatkan masyarakat di wilayah tempat tinggal.				
Topik ke	Judul Topik	Materi yang Digunakan	Kegiatan yang dilakukan oleh ibu, dengan dibimbing oleh pendidik PAUD	Keterampilan yang diharapkan dimiliki oleh ibu, setelah dibimbing oleh pendidik PAUD (Tujuan khusus)
26	Lomba memasak.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat menu bergizi.</li> <li>• Lomba memasak.</li> </ul>	Pendidik PAUD mampu membimbing ibu agar dapat mengolah pangan lokal padat gizi sebagai menu dengan kandungan gizi yang lengkap (mengandung karbohidrat, protein hewani, sayur).
27	Festival permainan dan mendongeng anak.		Lomba membuat permainan atau mendongeng anak.	Pendidik PAUD mampu membimbing ibu agar dapat menyampaikan informasi terkait alat-alat permainan edukatif yang merangsang perkembangan bahasa anak.
28	Ikran ibu tangguh.	Gambar-gambar kegiatan selama mengikuti pelatihan.	Membuat yel-yel.	Pendidik PAUD mampu membimbing ibu untuk dapat mengoptimalkan pengasuhan dan gizi anak.



# UNIT 1. BUAH HATI DAN KELUARGAKU



## **Tujuan Unit 1:**

Menggali potensi diri untuk mengelola diri paska bencana dan menghadapi stres dalam kehidupan rumah tangga sehari-hari.

## **Unit 1. Buah Hati dan Keluarku terdiri dari:**

- Topik-1. Mengenal diri
- Topik-2. Keluargaku
- Topik-3. Aku dan si kecil
- Topik-4. Harapanku

## TOPIK 1. Mengenal Diri

**Waktu:** 40 menit

### **Tujuan Topik 1:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Mengenal kelebihan dan kelemahan diri sendiri.
2. Mengenal dan memahami kondisi yang dialami saat dan sesudah menghadapi bencana alam.

**Alat:** Kertas *Flipchart*, Lembar Evaluasi Diri (**Lampiran 1.1**).

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan Pengasuhan Ibu Anak Usia Dini Di Daerah Rawan Bencana Alam. Gunakan informasi pada **Kotak 1.1**. Menanyakan pendapat peserta mengenai arti dari tujuan tersebut.
2. Membentuk 4 empat kelompok kecil yang terdiri dari maksimal 5 peserta per kelompok, pelatih meminta peserta bergilir menyebut angka 1,2,3,4 dan mengulang kembali 1,2,3,4 pada giliran berikutnya sehingga terbentuk empat kelompok berdasarkan nomor yang disebut. Meminta peserta memperkenalkan diri dengan anggota kelompoknya dan menyebutkan harapan ikut pelatihan. Beri waktu 2 menit. Lalu pelatih menyimpulkan dan menuliskan harapan-harapan setiap kelompok pada kertas *Flipchart*. Jelaskan bahwa peserta akan bekerja dalam kelompok yang sama pada seluruh kegiatan pelatihan.
3. Membuat kesepakatan dengan peserta pelatihan (kontrak sosial): tepat waktu, mendengarkan peserta lain, aktif sumbang pendapat, dan menjaga kerahasiaan.
4. Menjelaskan tujuan dari Unit 1 dan kegiatan Topik 1. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
5. Meminta peserta menuliskan 3 kelebihan dan 3 kelemahan diri menggunakan Lembar Evaluasi Diri (**Lampiran 1.1**). Beri waktu 5 menit, pelatih meminta peserta untuk mendiskusikan dengan teman kelompok:
  - a. Apakah mudah menemukan kelebihan diri? Kenapa?
  - b. Apakah mudah menemukan kelemahan diri? Kenapa?
  - c. Apa manfaat kita mengenali kelemahan dan kelebihan diri?
  - d. Bila ada peserta yang tidak mau berbagi cerita, tidak perlu dipaksa. Biarkan ia mengamati peserta lain.
6. Menyimpulkan hasil evaluasi diri dan menjelaskan manfaat mengevaluasi kelemahan dan kelebihan diri yaitu agar kita dapat menghargai diri kita. Apabila kita merasa berharga, maka kita akan bersemangat menghadapi tantangan tugas sehari-hari sebagai ibu rumah tangga maupun permasalahan kehidupan.
7. Mengarahkan pada tugas berikutnya yaitu meminta peserta berbagi pengalaman saat menghadapi bencana alam. Diskusikan dengan kelompok:
  - a. Apakah ada keluhan yang dirasakan setelah kejadian bencana alam, misal gempa? (gunakan istilah lokal untuk menunjukkan bencana alam).
  - b. Bagaimana reaksi tubuh saat ada bencana alam susulan?

- c. Apa tindakan yang dilakukan oleh peserta untuk menghadapi keluhan-keluhan yang dirasakan?
  - d. Menuliskan 3 reaksi tubuh yang dirasakan saat mengingat kejadian bencana alam pada kotak kosong dibawah Lembar Evaluasi Diri (**Lampiran 1.1**). Bila tidak ada, kosongkan.
8. Pelatih menyimpulkan hasil diskusi dan menjelaskan bagaimana mengenali reaksi tubuh akibat pengalaman dalam menghadapi bencana serta cara-cara untuk mengatasinya. Lihat **Kotak 1.2**.
  9. Pelatih mengumpulkan dan menyimpan Lembar Evaluasi Diri (**Lampiran 1.1**) yang telah dikerjakan oleh peserta. Lembar evaluasi tersebut akan diberikan diakhir pelatihan.

### Kotak 1.1

Pelatihan Pendidikan Pengasuhan Ibu-Anak Usia Dini (PPIAUD) merupakan kegiatan pendidikan pengasuhan ibu-anak usia dini yang bertujuan membantu ibu agar dapat:

- (i) Menghadapi tuntutan tugas sehari-hari dalam menjalani kegiatan rumah tangga, misal mengurus anak dan keluarga, mengatur keuangan keluarga, dsb.
- (ii) Menyesuaikan diri setelah bencana dalam proses pengasuhan dan pemenuhan gizi optimal pada anak, misal mengatur pola makan bergizi, mengajak anak bermain, dsb.

### Kotak 1.2

Dampak psikologi akibat pengalaman menghadapi bencana alam dapat muncul berupa keluhan fisik seperti: sesak nafas, dada berdebar, waspada berlebihan, mimpi buruk, sulit berkonsentrasi.

Keluhan dapat muncul ketika mendengar atau melihat hal-hal yang berkaitan dengan pengalaman menghadapi gempa seperti mendengar suara keras, melihat benda bergerak, mencium bau, merasakan benda bergetar.

#### **TIPS menangani dampak psikologis:**

1. Menyadari keluhan-keluhan yang dirasakan sebagai reaksi tubuh kita. Memahami bahwa tubuh kita bereaksi terhadap rasa takut sebagai reaksi melindungi dan mempertahankan diri.
2. Menenangkan diri saat keluhan muncul misalnya duduk tenang dan menarik nafas dalam-dalam. Dengan menenangkan diri, kita akan membantu tubuh menyesuaikan diri dan perlahan-lahan kembali pada kondisi normal.
3. Mengenali hal-hal apa yang memicu munculnya keluhan-keluhan yang dirasakan. Hadapi kondisi yang memicu ingatan akan bencana, kenali reaksi tubuh kita akan ingatan tersebut. Apabila reaksi dirasakan mengganggu, alihkan perhatian pada kegiatan yang menyenangkan.
4. Bersyukur terhadap Allah atas karunia alam yang diberikan. Tekadkan diri untuk memelihara dan menjaganya. Saat bencana alam datang, kita akan memperbaiki dan membangun kembali lingkunganyang kita cintai.



## TOPIK 2. Keluargaku

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 2:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

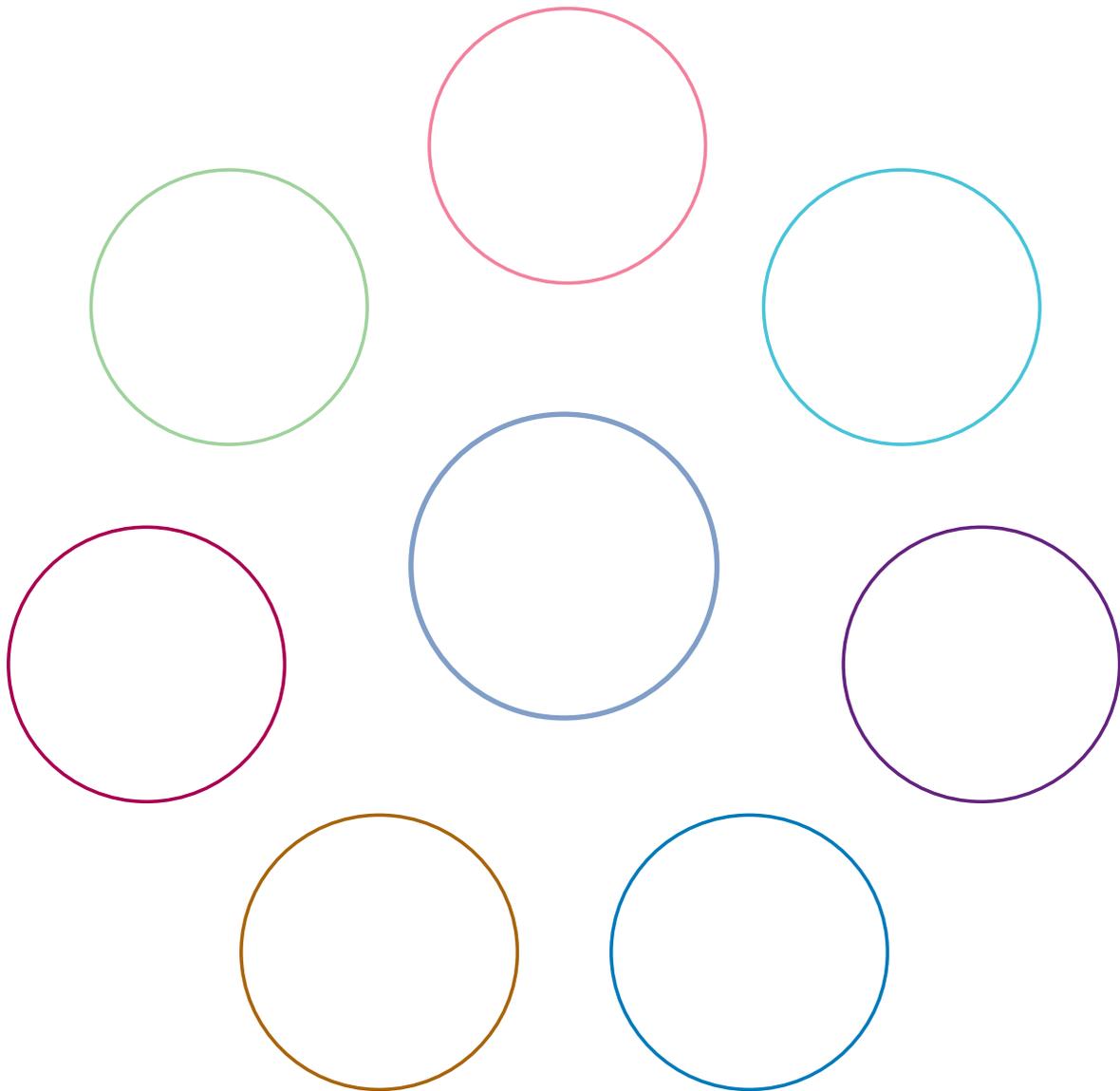
1. Mengenalinya perannya dalam keluarga.
2. Mengenalinya dukungan dan hambatan dalam keluarga pasca bencana.

**Alat:** Lembar Evaluasi Keluarga (**Lampiran 2.1**).

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Memberikan Lembar Evaluasi Keluarga (**Lampiran 2.1**), minta peserta menuliskan nama dirinya dilingkaran tengah dan menuliskan nama 6 orang terpenting dalam hidupnya di 6 lingkaran sekelilingnya. Tanyakan pertanyaan berikut:
  - a. Siapa yang paling menyayangi Anda? Tarik tanda panah ke arah lingkaran tengah.
  - b. Siapa yang paling Anda sayangi? Tarik tanda panah ke arah lingkaran tersebut.
  - c. Apakah Anda merasa berharga di mata mereka?
  - d. Siapa saja yang membantu Anda bila memerlukan bantuan dalam kehidupan sehari-hari?
  - e. Siapa saja yang membantu Anda saat bencana? Lingkaran nama dapat ditambahkan bila lebih dari enam.
  - f. Pada kotak kosong tuliskan nama-nama yang memiliki garis panah dua arah. Pelatih menyebutkan merekalah orang-orang yang saling menyayangi.
3. Pelatih menjelaskan peran keluarga, tetangga dan orang-orang terdekat dalam kehidupan dalam menghadapi masalah sehari-hari dan saat bencana. Gunakan penjelasan pada **Kotak 2.1**.

## Lampiran 2.1. Lembar Evaluasi Keluarga



**Catatan:**

Tuliskan nama orang yang memiliki dua arah panah.

---

---

---

---

---

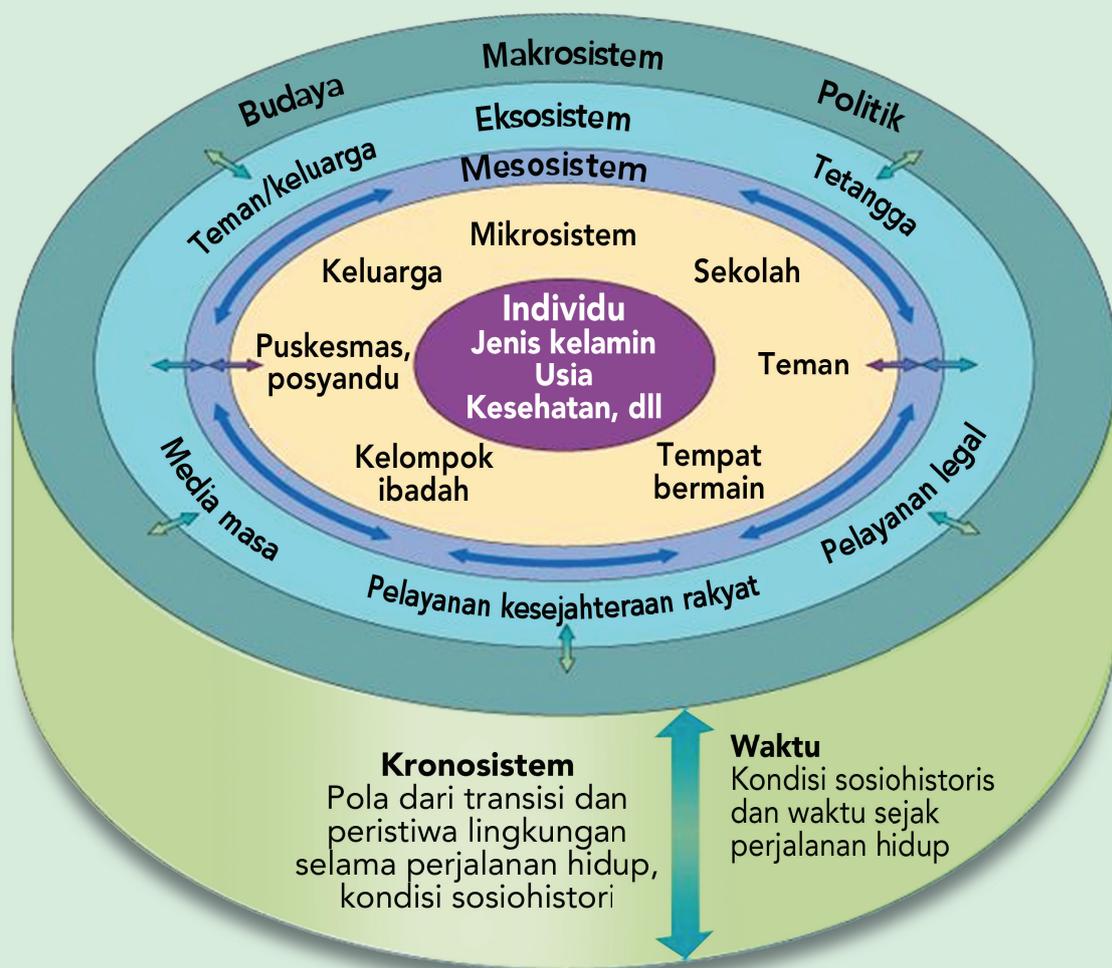
---

---

## Kotak 2.1

Berdasarkan “Teori Ekologi Perkembangan Anak” disebutkan bahwa perkembangan seorang anak dipengaruhi oleh 5 sistem lingkungan, dimulai dari interaksi interpersonal sampai kepengaruh budaya yang lebih luas. Sistem-sistem tersebut antara lain:

1. Mikrosistem, seperti keluarga, sekolah, teman sebaya di tempat bermain dan kelompok ibadah, pusat kesehatan (puskesmas, posyandu).
2. Mesosistem, seperti interaksi antar faktor-faktor dalam mikrosistem.
3. Eksosistem, seperti teman/keluarga, tetangga, pelayanan legal, pelayanan kesejahteraan rakyat, media massa.
4. Makrosistem, seperti budaya dan politik.
5. Kronosistem adalah pola dari transisi dan peristiwa lingkungan selama perjalanan hidup; kondisi sosiohistori.



Sumber: (Santrock, 2005)

## TOPIK 3. Aku dan Si Kecil

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 3:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

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

**Alat:** Lembar Evaluasi Pola Pengasuhan Anak (**Lampiran 3.1**), Karton Manila/ Kertas *Flipchart*

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Berikan Lembar Evaluasi Pola Pengasuhan Anak (**Lampiran 3.1**), lalu meminta peserta mengisi lembar evaluasi ini. Bantu untuk menilai (contoh penilaian pada **Lampiran 3.2**).
3. Jelaskan jenis pola pengasuhan dan cara komunikasi pengasuhan yang positif gunakan **Kotak 3.1**.
4. Menggunakan hasil evaluasi:
  - 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?
5. Pembimbing merangkumkan kembali peran ibu dalam pengasuhan anaknya, menggunakan **Kotak 3.1**.

### Lampiran 3.1. Lembar Evaluasi Pola Pengasuhan Anak

- Cobalah renungkan pernyataan di bawah ini, 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.
- Pindahkan angka penilaian pada kotak yang tersedia.
- Jumlahkan kolom A, B, C, D sesuai dengan angka pada kotak. Nilai yang terbesar menunjukkan gaya pengasuhan yang paling dominan.

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 keadaanya, 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				
<b>TOTAL</b>									
						<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

### Lampiran 3.2. Contoh Pengisian Evaluasi Pola Pengasuhan Anak

- Cobalah renungkan pernyataan di bawah ini, 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.
- Pindahkan angka penilaian pada kotak yang tersedia.
- Jumlahkan kolom A, B, C, D sesuai dengan angka pada kotak. Nilai yang terbesar menunjukkan gaya pengasuhan yang paling dominan.  
A = Memahami | B = Mengatur | C = Memanjakan | D = Membiarkan

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		3		
2	Saya memahami reaksi anak.	1	2	3	4	2			
3	Saya akan memenuhi apa saja keinginan anak.	1	2	3	4			4	
4	Anak saya sulit menyesuaikan diri dalam situasi baru.	1	2	3	4				3
5	Saya akan menanyakan alasannya terlebih dahulu bila si kecil berbuat kesalahan.	1	2	3	4	3			
6	Bila saya menanyakan pendapat atau keadaanya, anak sering menjawab "tidak tahu".	1	2	3	4		4		
7	Anak saya sulit dikendalikan bila ingin sesuatu.	1	2	3	4			3	
8	Saya bergantung pada pengasuh dalam merawat dan mengawasi anak.	1	2	3	4				3
9	Saya membebaskan anak bertingkah laku sekehendak keinginannya.	1	2	3	4			4	
10	Saya sulit memahami keinginan anak.	1	2	3	4		3		
11	Saya mengawasi dan mengatur jadual harian anak (makan, tidur, belajar).	1	2	3	4	2			
12	Anak saya suka berbohong.	1	2	3	4		3		
13	Saya tidak punya cukup waktu untuk memantau kegiatan anak sehari-hari.	1	2	3	4				3
14	Saya merasa mudah mengatur jadual anak saya.	1	2	3	4	2			
15	Saya akan membiarkan anak melakukan apa yang ia mau daripada ia menangis terus.	1	2	3	4			4	
16	Anak saya lebih senang memilih kegiatannya sendiri daripada saya temani.	1	2	3	4				2
<b>TOTAL</b>						9	13	15	11
						<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

## Kotak 3.1

### **Pengasuhan yang positif**

Pengasuhan positif adalah cara ibu memahami dan memperlakukan anak sesuai dengan tahapan usianya dan kemampuannya agar anak dapat berkembang secara optimal baik fisik, kecerdasan, dan emosinya.

#### **5 cara komunikasi 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, atau memberikan kata-kata penyejuk dan penyemangat bukan kata-kata menghukum.
- **Menyentuh:** memberikan sentuhan sayang, misalnya membelai atau memeluk.
- **Melakukan:** menemani anak untuk melakukan kegiatan bersama melalui kegiatan bermain.

## TOPIK 4. Harapanku

**Waktu:** 30 menit

**Tujuan Topik 4:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memahami interaksi diri dan lingkungan, serta menyusun tujuan dan arti kehidupan.

**Alat:** Lembar Evaluasi Harapanku

**Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan memberikan penjelasan aktivitas 4.
2. Berikan Lembar Evaluasi Harapanku (**Lampiran 4.1**), minta peserta mengisi kotak-kota yang tersedia; dorong peserta untuk menuliskan dan mengungkapkan seperti apa yang dirasakan; bagi yang malu atau bingung, biarkan ia mengamati dulu teman lainnya;
  - a. Apa tujuan hidupku?
  - b. Apa harapanku?
  - c. Kata-kata mutiara kehidupanku
3. Jelaskan pentingnya memiliki tujuan dan harapan hidup terhadap kesehatan jiwa ibu. Kesehatan jiwa ibu akan memengaruhi perkembangan anak dan kehidupan keluarga. Gunakan Diagram **Kotak 4.1**.
4. Pembimbing merangkumkan dengan meminta peserta membacakan lembar evaluasi yang sudah dibuat (membaca bersama-sama)
5. Menyampaikan "pesan kunci" dalam pelatihan ini dengan merujuk pada harapan yang telah disampaikan ibu (**Kotak 4.2**)

#### Lampiran 4.1. Lembar Evaluasi Harapanku

Tuliskan harapan Anda lima tahun kedepan.

**Tujuan hidupku:**

---

---

---

---

**Harapan pada keluargaku:**

---

---

---

---

**Harapan pada anakku:**

---

---

---

---

**Harapan pada diriku:**

---

---

---

---

**Kata mutirara kehidupanku:**

---

---

---

---

### Kotak 4.1

Pentingnya memiliki tujuan dan harapan hidup terhadap kesehatan jiwa ibu. Kesehatan jiwa ibu 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

### Kotak 4.2

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

Untuk mengoptimalkan perkembangan anak, Ibu perlu memahami 6 aspek perkembangan anak pada setiap tahap usianya sehingga dapat mendampingi tumbuh kembang anak secara baik.

Agar anak dapat mencapai perkembangannya secara optimal, anak perlu didukung dengan asupan makanan yang bergizi dan kesehatan yang baik dalam kondisi normal maupun kondisi paska bencana, sehingga stimulasi perkembangan yang diberikan pada anak dapat diterima baik.

Melalui kegiatan ini, mari bersama-sama belajar mengenai tumbuh kembang anak, serta bagaimana memberikan stimulasi perkembangan dan asupan makanan yang bergizi kepada anak agar anak bisa tumbuh sehat dan cerdas seperti harapan Ibu.



## **UNIT 2. MEMAHAMI PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI (0-6 TAHUN)**

### **Tujuan Unit 2:**

Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-6 tahun, serta deteksi dini masalah pertumbuhan dan perkembangan.

### **Unit 2. Memahami pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini (0-6 tahun) terdiri dari:**

- Topik-5. Konsep 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)
- Topik-6. Konsep tahapan perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini (0-6 tahun)
- Topik-7. Tahap perkembangan bayi 0-1 tahun
- Topik-8. Tahap perkembangan batita 1-3 tahun
- Topik-9. Tahap perkembangan batita 3-6 tahun
- Topik-10. Potret si kecil

## TOPIK 5. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

**Waktu:** 30 menit

### Tujuan Topik 5:

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memahami masa emas perkembangan anak pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).
2. Memahami hal-hal yang diperlukan dalam mengoptimalkan masa 1000 HPK.

**Alat:** Kertas *Flipchart*, Poster perkembangan 1.000 HPK, Poster Akibat Anemia pada ibu Hamil.

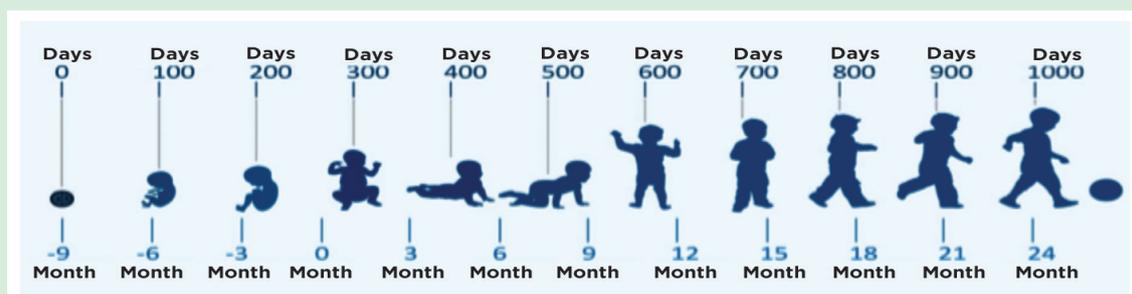
### Kegiatan:

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 5. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Pelatih memberikan penjelasan tentang 1.000 HPK sebagai masa emas perkembangan anak (lihat **Kotak 5.1**).
3. Memberikan TIPS merawat pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa 1.000 HPK (lihat **Kotak 5.1**). Tanyakan pada peserta apakah para ibu sudah melakukannya? Pelatih perlu memerhatikan apakah peserta paham pengertian Tablet Tambah Darah; ASI (Air Susu Ibu) Eksklusif; dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI).
4. Mendiskusikan masalah anemia dan tablet tambah darah, antara lain:
  - a. Menanyakan apakah ibu rajin meminum tablet tambah darah saat kehamilan? Jika ya, apa yang dilakukan? Jika tidak, apa kesulitannya? Mengapa kita perlu meminum tablet tambah darah? Jelaskan apa itu Anemia menggunakan penjelasan pada **Kotak 5.2**.
  - b. Menanyakan apa akibat bila ibu mengalami anemia saat kehamilan. Tuliskan jawaban-jawaban peserta.
5. Menyimpulkan hasil diskusi menggunakan penjelasan pada **Kotak 5.1**.
6. Menutup pertemuan dengan mengajukan pertanyaan:
  - a. Apa yang dimaksud dengan 1.000 Hari Pertama Kehidupan?
  - b. Apa itu ASI Eksklusif?
  - c. Apa itu Anemia? Sebutkan dua akibat bila ibu hamil mengalami Anemia. Peserta bertepuk tangan karena mampu menjawab dengan benar.

### Kotak 5.1

#### 1.000 Hari Pertama Kehidupan dimulai dari:

- Saat pembuahan, 3 bulan kehamilan, 6 bulan kehamilan, dan 9 bulan masa kelahiran;
- Saat kelahiran dalam tahap perkembangan anak berusia 2 tahun.



**TIPS untuk Ibu:**

- Memeriksa kehamilan setiap bulan ke bidan.
- Minum table tambah darah (TTD) untuk mencegah dan mengatasi anemia.
- Menyusui bayi dengan ASI eksklusif selama 6 bulan.
- Memeriksa pertumbuhan bayi setiap bulan di posyandu.
- Memberi Makanan Pendamping ASI hingga usia 2 tahun.

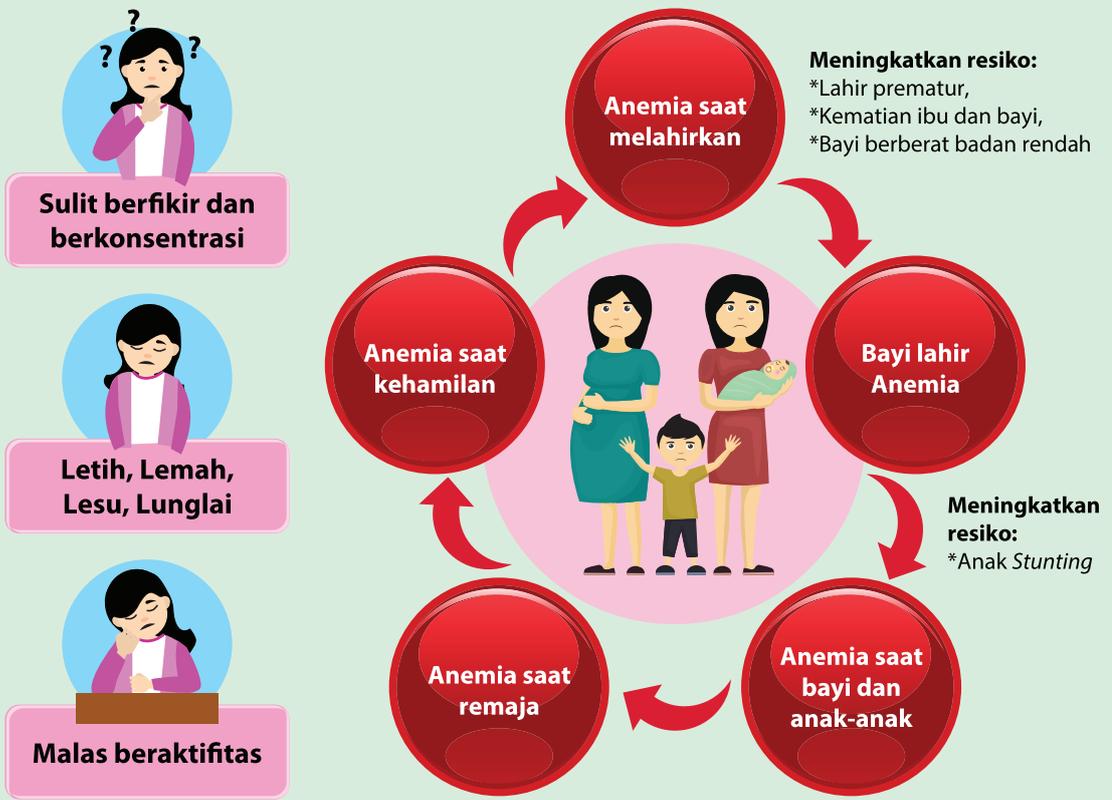
**Kotak 5.2**

**Akibat Anemia pada Ibu Hamil**

**Anemia** terjadi jika kadar Hemoglobin kurang dari 12.0 gram/dL.

**Kondisi Ibu**

**Siklus Pengaruh**



WHO. (2017). Nutritional Anaemias; Tools for effective prevention and control. Geneva, World Health Organization.

## TOPIK 6. Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini (0-6 tahun)

**Waktu:** 40 menit

### **Tujuan Topik 6:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Ibu memahami bahwa setiap tahap usia memiliki tahap perkembangan yang kontinum dan stimulasi perlu dilakukan bertahap dan terintegrasi 6 aspek perkembangan (Kegiatan 1).
1. Ibu memahami penggunaan grafik pertumbuhan WHO (Kegiatan 2).

**Alat:** Kertas *flipchart*, Tabel Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 6 Tahun berdasarkan Permendikbud 137 tahun 2014, Grafik Pertumbuhan WHO.

### **Kegiatan-1 (Tahap PERKEMBANGAN Anak Usia Dini):**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 6. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Memberi pemahaman tentang konsep perkembangan anak usia dini menggunakan

#### **Lampiran 6.1:**

- a. Mengamati Tabel Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 6 Tahun berdasarkan Permendikbud 137 tahun 2014 mengenai 6 aspek perkembangan.
- b. Memberi pemahaman bahwa setiap tahap usia memiliki tahap perkembangannya masing-masing.
- c. Memberi pemahaman bahwa terdapat kontinum (bertahap dan tersambung) perkembangan antar tahap perkembangan.
- d. Memberi pemahaman bahwa stimulasi harus bertahap dan terintegrasi 6 aspek perkembangan.
- e. Memberi kesempatan peserta untuk berdiskusi dengan menanyakan:
  - Apakah terdapat perbedaan setiap kelompok usia?
  - Bagaimana jika anak distimulasi bukan pada tahap perkembangan usianya?
  - Bagaimana jika anak hanya distimulasi sebagian dari 6 aspek perkembangan?
- f. Merangkumkan hasil diskusi tentang perkembangan anak usia dini menggunakan penjelasan pada **Kotak 6.1**.

### Kotak 6.1

Sejak lahir anak berkembang dalam enam (6) aspek perkembangannya. Perkembangan tersebut bertahap dan saling tersambung. 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 ketrampilan. Stimulasi yang tidak sesuai tahap perkembangan tidak akan efektif dan dapat menyakiti fisik dan melukai perasaannya.

Lampiran 6.1 Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 6 Tahun (Permendikbud No. 137 Tahun 2014)

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 0-1 tahun			
	3 bulan	3 – 6 bulan	6 – 9 bulan	9 – 12 bulan
I. Nilai Agama dan Moral	Mendengar berbagai doa, lagu religi, dan ucapan baik sesuai dengan agamanya	Melihat dan mendengar berbagai ciptaan Tuhan (mahluk hidup)	1. Mengamati berbagai ciptaan Tuhan 2. Mendengarkan berbagai do'a, lagu religi, ucapan baik serta sebutan nama Tuhan	Mengamati kegiatan ibadah di sekitarnya
II. Fisik motorik				
A. Motorik Kasar	1. Berusaha mengangkat kepala saat ditelungkupkan 2. Menoleh ke kanan dan ke kiri 3. Berguling (miring) ke kanan dan ke kiri	1. Tengkurap dengan dada diangkat dan kedua tangan menopang 2. Duduk dengan bantuan 3. Mengangkat kedua kaki saat terlentang 4. Kepala tegak ketika duduk dengan bantuan	1. Tengkurap bolakbalik tanpa bantuan 2. Mengambil benda yang terjangkau 3. Memukul- mukulkan, melempar, atau menjatuhkan benda yang dipegang 4. Merangkak ke segala arah 5. Duduk tanpa bantuan	1. Berjalan dengan berpegangan 2. Bertepuk tangan
B. Motorik Halus	1. Memiliki refleks mengggang jari ketika telapak tangannya disentuh 2. Memainkan jari tangan dan kaki 3. Memasukkan jari ke dalam mulut	1. Memegang benda dengan lima jari 2. Memainkan benda dengan tangan 3. Meraih benda di depannya	6. Berdiri berpegangan 1. Memegang benda dengan ibu jari dan jari telunjuk (menjempuit) 2. Meremas 3. Memindahkan benda dari satu tangan ke tangan yang lain	1. Memasukkan benda ke mulut 2. Menggaruk kepala 3. Memegang benda kecil atau tipis (misal: potongan buah atau biskuit) 4. Memindahkan benda dari satu tangan ke tangan yang lain
C. Kesehatan dan Perilaku Keselamatan	1. Berat badan sesuai tingkat usia 2. Tinggi badan sesuai tingkat usia	1. Berat badan sesuai tingkat usia 2. Tinggi badan sesuai tingkat usia	1. Berat badan sesuai tingkat usia 2. Tinggi badan sesuai tingkat usia	1. Menjerit saat merasa tidak aman 2. Berat badan sesuai tingkat usia

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 0-1 tahun			
	3 bulan	3 – 6 bulan	6 – 9 bulan	9 – 12 bulan
	3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan 4. Lingkar kepala sesuai tingkat usia 5. Telah diimunisasi sesuai jadwal	3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan 4. Lingkar kepala sesuai tingkat usia 5. Telah diimunisasi sesuai jadwal 6. Bermain air ketika mandi 7. Merespon ketika lapar (misal, menangis, mencari puting susu ibu) 8. Menangis ketika mendengar suara keras	3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan 4. Lingkar kepala sesuai tingkat usia 5. Telah diimunisasi sesuai jadwal 6. Menunjuk makanan yang diinginkan 7. Mencari pengasuh atau orang tua	3. Tinggi badan sesuai tingkat usia 4. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan 5. Lingkar kepala sesuai tingkat usia 6. Telah diimunisasi sesuai jadwal 7. Menjerit saat merasa tidak aman
<b>III. Kognitif</b>				
A. Mengenali lingkungan di sekitarnya	1. Mengenali wajah orang terdekat (ibu/ayah) 2. Mengenali suara orang terdekat (ibu/ayah)	1. Memperhatikan benda yang ada di hadapannya 2. Mendengarkan suara-suara di sekitarnya ingin tahu lebih dalam dengan benda yang dipegangnya (misal: cara membongkar, membanting, dll)	Mengamati berbagai benda yang bergerak	Memahami perintah sederhana
B. Menunjukkan reaksi atas rangsangan	Memperhatikan benda bergerak atau suara/mainan yang menggantung di atas tempat tidur	Mengulurkan kedua tangan untuk meminta (misal: digendong, dipangku, dipeluk)	1. Mengamati benda yang dipegang kemudian dijatuhkan 2. Menjatuhkan benda yang dipegang secara berulang 3. Berpaling ke arah sumber suara	1. Memberi reaksi menoleh saat namanya dipanggil 2. Mencoba mencari benda yang disembunyikan 3. Mencoba membuka/menutup gelas/cangkir
<b>IV. Bahasa</b> Mengeluarkan suara	1. Menangis 2. Berteriak	1. Memperhatikan/mendengarkan ucapan orang	1. Mulai menirukan kata yang terdiri dari dua suku kata	1. Menyatakan penolakan dengan menggeleng

Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 0-1 tahun				
Lingkup Perkembangan	3 bulan	3 – 6 bulan	6 – 9 bulan	9 – 12 bulan
<p>untuk menyatakan keinginan atau sebagai reaksi atas stimulan</p> <p>V. Sosial emosional</p>	<p>3. Bergumam</p> <p>4. Berhenti menangis setelah keinginannya terpenuhi (misal: setelah digendong atau diberi susu)</p> <p>1. Menatap dan tersenyum</p> <p>2. Menangis untuk mengekspresikan ketidaknyamanan (misal, BAK, BAB, lingkungan panas)</p>	<p>2. Meraban atau berceloteh (babbling); seperti ba ba ba)</p> <p>3. Tertawa kepada orang yang mengajak berkomunikasi</p> <p>1. Merespon dengan gerakan tangan dan kaki</p> <p>2. Menangis apabila tidak mendapatkan yang diinginkan</p> <p>3. Merespon dengan menangis/menggerakkan tubuh pada orang yang belum dikenal</p>	<p>2. Merespon permainan "cilukba"</p> <p>Menempelkan kepala bila merasa nyaman dalam pelukan (gendongan) atau meronta kalau merasa tidak nyaman</p>	<p>atau menangis</p> <p>2. Menunjuk benda yang diinginkan</p> <p>1. Menyatakan keinginan dengan berbagai gerakan tubuh dan ungkapan kata-kata sederhana</p> <p>2. Meniru cara menyatakan perasaan (misal, cara memeluk, mencium)</p>
VI. Seni	Menoleh pada berbagai suara musik atau bunyi-bunyian dengan irama teratur	<p>1. Mendengarkan berbagai jenis musik atau bunyi-bunyian dengan irama yang teratur</p> <p>2. Menjatuhkan benda untuk didengar suaranya</p>	<p>1. Melakukan tepuk tangan sederhana dengan irama tertentu</p> <p>2. Tertarik dengan mainan yang mengeluarkan bunyi</p>	<p>1. Menggerakkan tubuh ketika mendengarkan musik</p> <p>2. Memainkan alat permainan yang mengeluarkan bunyi</p>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 1-3 tahun		
	12 - 18 bulan	18 – 24 bulan	24 – 36 bulan
I. Nilai Agama dan Moral	Tertarik pada kegiatan ibadah (meniru gerakan ibadah, meniru bacaan do'a)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menirukan gerakan ibadah dan doa</li> <li>2. Mulai menunjukkan sikap-sikap baik (seperti yang diajarkan agama) terhadap orang yang sedang beribadah</li> <li>3. Mengucapkan salam dan kata-kata baik, seperti maaf, terima kasih pada situasi yang sesuai</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mulai meniru gerakan berdoa/sembahyang sesuai dengan agamanya</li> <li>2. Mulai memahami kapan mengucapkan salam, terima kasih, maaf, dsb</li> </ol>
II. Fisik motorik			
A. Motorik Kasar	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berjalan beberapa langkah tanpa bantuan</li> <li>2. Naik turun tangga atau tempat yang lebih tinggi dengan merangkak</li> <li>3. Dapat bangkit dari posisi duduk</li> <li>4. Melakukan gerak menendang bola</li> <li>5. Berguling ke segala arah</li> <li>6. Berjalan beberapa langkah tanpa bantuan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berjalan sendiri tanpa jatuh</li> <li>2. Melompat di tempat</li> <li>3. Naik turun tangga atau tempat yang lebih tinggi dengan bantuan</li> <li>4. Berjalan mundur beberapa langkah</li> <li>5. Menarik dan mendorong benda yang ringan (kursi kecil)</li> <li>6. Melempar bola ke depan tanpa kehilangan keseimbangan</li> <li>7. Menendang bola ke arah depan</li> <li>8. Berdiri dengan satu kaki selama satu atau dua detik</li> <li>9. Berjongkok</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berjalan sambil berjinjit</li> <li>2. Melompat ke depan dan ke belakang dengan dua kaki</li> <li>3. Melempar dan menangkap bola</li> <li>4. Menari mengikuti irama</li> <li>5. Naik-turun tangga atau tempat yang lebih tinggi/rendah dengan berpegangan</li> </ol>
B. Motorik Halus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuat coretan bebas</li> <li>2. Menumpuk tiga kubus ke atas</li> <li>3. Memegang gelas dengan dua tangan</li> <li>4. Memasukkan benda-benda ke dalam wadah</li> <li>5. Menumpahkan benda-benda dari wadah</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuat garis vertikal atau horisontal</li> <li>2. Membalik halaman buku walaupun belum sempurna</li> <li>3. Menyobek kertas</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meremas kertas atau kain dengan menggerakkan lima jari</li> <li>2. Melipat kain/kertas meskipun belum rapi/lurus</li> <li>3. Menggantung kertas tanpa pola</li> <li>4. Koordinasi jari tangan cukup baik untuk memegang benda pipih seperti sikat gigi, sendok</li> </ol>
C. Kesehatan dan Perilaku Keselamatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai standar usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai standar usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai standar usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai standar usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai tingkat usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai tingkat usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar</li> </ol>

Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 1-3 tahun			
Lingkup Perkembangan	12 - 18 bulan	18 – 24 bulan	24 – 36 bulan
	<p>tinggi badan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lingkar kepala sesuai standar pada usia</li> <li>Mencuci tangan dengan bantuan</li> <li>Merespon larangan orangtua namun masih memerlukan pengawasan dan bantuan</li> </ol>	<p>tinggi badan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lingkar kepala sesuai standar pada usia</li> <li>Mencuci tangan sendiri</li> <li>Makan dengan sendok walau belum rapi</li> <li>Menggosok gigi dengan bantuan</li> <li>Memegang tangan orang dewasa ketika di tempat umum</li> <li>Mengenal beberapa penanda rasa sakit (misal: menunjukkan rasa sakit pada bagian badan tertentu)</li> </ol>	<p>tinggi badan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lingkar kepala sesuai tingkat usia</li> <li>Mencuci, membilas, dan mengelap ketika cuci tangan tanpa bantuan</li> <li>Memberitahu orang dewasa bila sakit</li> <li>Mencuci atau mengganti alat makan bila jatuh</li> </ol>
<b>III. Kognitif</b>			
A. Belajar dan Pemecahan Masalah	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyebut beberapa nama benda, jenis makanan</li> <li>Menanyakan nama benda yang belum dikenal</li> <li>Mengenal beberapa warna dasar (merah, biru, kuning, hijau)</li> <li>Menyebut nama sendiri dan orang-orang yang dikenal</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mempergunakan alat permainan dengan cara memainkannya tidak beraturan, seperti balok dipukul-pukul</li> <li>Memahami gambar wajah orang</li> <li>Memahami milik diri sendiri dan orang lain seperti: milik saya, milik kamu</li> <li>Menyebutkan berbagai nama makanan dan rasanya (misal, garam-asin, gula-manis)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melihat dan menyentuh benda yang ditunjukkan oleh orang lain</li> <li>Meniru cara pemecahan orang dewasa atau teman</li> <li>Konsentrasi dalam mengerjakan sesuatu tanpa bantuan orangtua</li> <li>Mengeksplorasi sebab dan akibat</li> <li>Mengikuti kebiasaan sehari-hari (mandi, makan, pergi ke sekolah)</li> </ol>
B. Berpikir Logis	<ol style="list-style-type: none"> <li>Membedakan ukuran benda (besarkecil)</li> <li>Membedakan penampilan yang rapi atau tidak</li> <li>Merangkai puzzle sederhana</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyusun balok dari besar ke kecil atau sebaliknya</li> <li>Mengetahui akibat dari suatu perlakuannya (misal: menarik taplak meja akan menjatuhkan barang-barang di atasnya)</li> <li>Merangkai puzzle</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyebut bagian-bagian suatu gambar seperti gambar wajah orang, mobil, binatang, dsb</li> <li>Mengenal bagian-bagian tubuh (lima bagian)</li> <li>Memahami konsep ukuran (besarkecil, panjang-pendek)</li> <li>Mengenal tiga macam bentuk . ◻ ◻ ◻</li> <li>Mulai mengenal pola</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 1-3 tahun		
	12 - 18 bulan	18 – 24 bulan	24 – 36 bulan
C. Berpikir Simbolik	Menyebutkan bilangan tanpa menggunakan jari dari 1 -10 tetapi masih suka ada yang terlewat	Menyebutkan angka satu sampai lima dengan menggunakan jari	<p>6. Memahami simbol angka dan maknanya</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meniru perilaku orang lain dalam menggunakan barang</li> <li>2. Memberikan nama atas karya yang dibuat</li> <li>3. Melakukan aktivitas seperti kondisi nyata (misal: memegang gagang telpon)</li> </ol>
<b>IV. Bahasa</b>			
A. Memahami Bahasa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjuk bagian tubuh yang ditanyakan</li> <li>2. Memahami tema cerita yang didengar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menaruh perhatian pada gambar-gambar dalam buku</li> <li>2. Memahami kata-kata sederhana dari ucapan yang didengar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memainkan kata/suara yang didengar dan diucapkan berulang-ulang</li> <li>2. Hafal beberapa lagu anak sederhana</li> <li>3. Memahami cerita/dongeng sederhana</li> <li>4. Memahami perintah sederhana seperti letakkan mainan di atas meja, ambil mainan dari dalam kotak</li> </ol>
B. Mengungkapkan Bahasa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Merespons pertanyaan dengan jawaban "Ya atau Tidak"</li> <li>2. Mengucapkan kalimat yang terdiri dari dua kata</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab pertanyaan dengan kalimat pendek</li> <li>2. Menyanyikan lagu sederhana</li> <li>3. Menyatakan keinginan dengan kalimat pendek</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunakan kata tanya dengan tepat (apa, siapa, bagaimana, mengapa, dimana).</li> <li>2. Menggunakan 3 atau 4 kata untuk memenuhi kebutuhannya (misal, mau minum air putih)</li> </ol>
<b>V. Sosial-emosional</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjukkan reaksi marah apabila merasa terganggu, seperti permainannya diambil</li> <li>2. Menunjukkan reaksi yang berbeda terhadap orang yang baru dikenal</li> <li>3. Bermain bersama teman tetapi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengekspresikan berbagai reaksi emosi (senang, marah, takut, kecewa)</li> <li>2. Menunjukkan reaksi menerima atau menolak kehadiran orang lain</li> <li>3. Bermain bersama teman dengan</li> </ol>	

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 1-3 tahun		
	12 - 18 bulan	18 – 24 bulan	24 – 36 bulan
A. Kesadaran Diri	<p>sibuk dengan mainannya sendiri</p> <p>4. Memperhatikan/mengamati temantemannya yang beraktivitas</p>	<p>mainan yang sama</p> <p>4. Meniru perilaku orang dewasa yang pernah dilihatnya</p> <p>5. Makan dan minum sendiri</p>	<p>1. Memberi salam setiap mau pergi</p> <p>2. Memberi rekasi percaya pada orang dewasa</p> <p>3. Menyatakan perasaan terhadap anak lain</p> <p>4. Berbagi peran dalam suatu permainan (misal: menjadi dokter,perawat, pasien)</p>
B. Tanggungjawab Diri dan Orang lain			<p>1. Mulai bisa mengungkapkan ketika ingin buang air kecil dan buang air besar</p> <p>2. Mulai memahami hak orang lain (harus antri, menunggu giliran.</p> <p>3. Mulai menunjukkan sikap berbagi,membantu, bekerja bersama.</p>
C. Perilaku Prososial			<p>1. Bermain secara kooperatif dalam kelompok</p> <p>2. Peduli dengan orang lain (tersenyum, menanggapi bicara)</p> <p>3. Membagi pengalaman yang benar dan salah pada orang lain</p> <p>4. Bermain bersama berdasarkan aturan tertentu</p>
<b>VI. Seni</b>			
A. Mampu membedakan antara bunyi dan suara	<p>1. Bisa menyanyikan lagu hanya kata terakhir (misalnya, "burung kakak....." anak hanya menyebutkan kata "tua")</p>	<p>1. Anak mengenali musik dari program audiovisual yang disukai (radio, TV, komputer, laptop)</p> <p>2. Mendengar sesuatu dalam waktu</p>	<p>Memperhatikan dan mengenali suara yang berrnyani atau berbicara</p>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 1-3 tahun		
	12 - 18 bulan	18 – 24 bulan	24 – 36 bulan
	2. Merespon berbagai macam suara orang terdekat, musik, atau lagu dengan menggoyangkan badan 3. Mengetahui suara binatang 4. Paham adanya perbedaan suara/ bahasa orang di sekitarnya (terutama ibu dan orang terdekatnya)	yang lama 3. Secara berulang bermain dengan alat permainan yang mengeluarkan suara 4. Anak tertawa saat mendengar humor yang lucu	
B. Tertarik dengan musik, lagu, atau nada bicara tertentu	Menirikan bunyi, suara, atau musik dengan irama yang teratur	1. Bertepuk tangan dan bergerak mengikuti irama dan birama 2. Bergumam lagu dengan 4 bait (misalnya, lagu balonku, bintang kecil, burung kakak tua) 3. Meniru suara binatang 4. Menunjukkan suatu reaksi kalau dilarang atau diperintah	1. Menyanyi sampai tuntas dengan irama yang benar (nyanyian pendek atau 4 bait) 2. Menyanyikan lebih dari 3 lagu dengan irama yang benar sampai tuntas (nyanyian pendek atau 4 bait) 3. Bersama teman-teman menyanyikan lagu 4. Beryanyi mengikuti irama dengan bertepuk tangan atau menghentakkan kaki 5. Meniru gerakan berbagai binatang 6. Paham bila orang terdekatnya (ibu) menegur 7. Mencontoh gerakan orang lain 8. Bertepuk tangan sesuai irama
C. Tertarik dengan karya seni dan mencoba membuat suatu gerakan yang menimbulkan bunyi	1. Mencoret-coret 2. Mengusap dengan tangan pada kertas/kain dengan menggunakan berbagai media (misal, media bubuk aci berwarna, cat air)	1. Menggambar dari beberapa garis 2. Membentuk suatu karya sederhana (berbentuk bulat atau lonjong) dari plastisin 3. Menyusun 4-6 balok membentuk suatu model 4. Bertepuk tangan dengan pola sederhana	1. Menggambar benda-benda lebih spesifik 2. Mengamati dan membedakan benda di sekitarnya yang di dalam rumah

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
I. Nilai Agama dan Moral	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengetahui perilaku yang berlawanan meskipun belum selalu dilakukan seperti pemahaman perilaku baik-buruk, benar-salah, sopan-tidak sopan</li> <li>Mengetahui arti kasih dan sayang kepada ciptaan Tuhan</li> <li>Mulai meniru doa pendek sesuai dengan agamanya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengetahui agama yang dianutnya</li> <li>Meniru gerakan beribadah dengan urutan yang benar</li> <li>Mengucapkan doa sebelum dan/atau sesudah melakukan sesuatu</li> <li>Mengetahui perilaku baik/sopan dan buruk</li> <li>Membiasakan diri berperilaku baik</li> <li>Mengucapkan salam dan membalas salam</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengenal agama yang dianut</li> <li>Mengerjakan ibadah</li> <li>Berperilaku jujur, penolong, sopan, hormat, sportif, dsb</li> <li>Menjaga kebersihan diri dan lingkungan</li> <li>Mengetahui hari besar agama</li> <li>Menghormati (toleransi) agama orang lain</li> </ol>
II. Fisik motorik			
A. Motorik Kasar	<p>Berlari sambil membawa sesuatu yang ringan (bola)</p> <p>Naik-turun tangga atau tempat yang lebih tinggi dengan kaki bergantian</p> <p>Meniti di atas papan yang cukup lebar</p> <p>Melompat turun dari ketinggian kurang lebih 20 cm (di bawah tinggi lutut anak)</p> <p>Meniru gerakan senam sederhana seperti menirukan gerakan pohon, kelinci melompat) Berdiri dengan satu kaki</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb</li> <li>Melakukan gerakan menggantung (bergelayut)</li> <li>Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi</li> <li>Melempar sesuatu secara terarah</li> <li>Menangkap sesuatu secara tepat</li> <li>Melakukan gerakan antisipasi</li> <li>Menendang sesuatu secara terarah</li> <li>Memanfaatkan alat permainan di luar kelas</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan</li> <li>Melakukan koordinasi gerakan mata-kakitangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam</li> <li>Melakukan permainan fisik dengan aturan</li> <li>Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri</li> <li>Melakukan kegiatan kebersihan diri</li> </ol>
B. Motorik Halus	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menuang air, pasir, atau biji-bijian ke dalam tempat penampung (mangkuk, ember)</li> <li>Memasukkan benda kecil ke dalam botol (potongan lidi, kerikil, biji-bijian)</li> <li>Meronce benda yang cukup besar</li> <li>Menggunting kertas mengikuti pola garis lurus</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Membuat garis vertikal, horizontal, lengkung kiri/kanan, miring kiri/kanan, dan lingkaran</li> <li>Menjiplak bentuk</li> <li>Mengkoordinasikan mata dan tangan untuk melakukan gerakan yang rumit</li> <li>Melakukan gerakan manipulatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menggambar sesuai gagasannya</li> <li>Meniru bentuk</li> <li>Melakukan eksplorasi dengan berbagai media dan kegiatan</li> <li>Menggunakan alat tulis dan alat makan dengan benar</li> <li>Menggunting sesuai dengan pola</li> <li>Menempel gambar dengan tepat</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
		<p>untuk menghasilkan suatu bentuk dengan menggunakan berbagai media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Mengekspresikan diri dengan berkarya seni menggunakan berbagai media</li> <li>6. Mengontrol gerakan tangan yang menggunakan otot halus (menjumpt, menggelus, mencolek, mengepal, memelintir, memilin, memeras)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Mengekspresikan diri melalui gerakan menggambar secara rinci</li> </ol>
C. Kesehatan dan Perilaku Keselamatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai Tingkat usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai Tingkat usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan</li> <li>4. Lingkar kepala sesuai Tingkat usia</li> <li>5. Membersihkan kotoran (ingus)</li> <li>6. Menggosok gigi</li> <li>7. Memahami arti warna lampu lalu lintas</li> <li>8. Mengelap tangan dan muka sendiri</li> <li>9. Memahami kalau berjalan di sebelah kiri</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai tingkat usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai tingkat usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan</li> <li>4. Lingkar kepala sesuai tingkat usia</li> <li>5. Menutup hidung dan mulut (misal, ketika batuk dan bersin)</li> <li>6. Membersihkan, dan membereskan tempat bermain</li> <li>7. Mengetahui situasi yang membahayakan diri</li> <li>8. Memahami tata cara menyebrang</li> <li>9. Mengenal kebiasaan buruk bagi kesehatan (rokok, minuman keras)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berat badan sesuai tingkat usia</li> <li>2. Tinggi badan sesuai standar usia</li> <li>3. Berat badan sesuai dengan standar tinggi badan</li> <li>4. Lingkar kepala sesuai tingkat usia</li> <li>5. Menutup hidung dan mulut (misal, ketika batuk dan bersin)</li> <li>6. Membersihkan, dan membereskan tempat bermain</li> <li>7. Mengetahui situasi yang membahayakan diri</li> <li>8. Memahami tata cara menyebrang</li> <li>9. Mengenal kebiasaan buruk bagi kesehatan (rokok, minuman keras)</li> </ol>
III. Kognitif			
A. Belajar dan Pemecahan Masalah	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Paham bila ada bagian yang hilang dari suatu pola gambar seperti pada gambar wajah orang matanya tidak ada, mobil bannya copot, dsb</li> <li>2. Menyebutkan berbagai nama makanan dan rasanya (garam, gula atau cabai)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenal benda berdasarkan fungsi (pisau untuk memotong, pensil untuk menulis)</li> <li>2. Menggunakan benda-benda sebagai permainan simbolik (kursi sebagai mobil)</li> <li>3. Mengenal konsep sederhana dalam</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjukkan aktivitas yang bersifat eksploratif dan menyelidik (seperti: apa yang terjadi ketika air ditumpahkan)</li> <li>2. Memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari dengan cara yang fleksibel dan</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Menyebutkan berbagai macam kegunaan dari benda</li> <li>4. Memahami persamaan antara dua benda</li> <li>5. Memahami perbedaan antara dua hal dari jenis yang sama seperti membedakan antara buah rambutan dan pisang; perbedaan antara ayam dan kucing</li> <li>6. Bereksperimen dengan bahan menggunakan cara baru</li> <li>7. Mengerjakan tugas sampai selesai</li> <li>8. Menjawab apa yang akan terjadi selanjutnya dari berbagai kemungkinan</li> <li>9. Menyebutkan bilangan angka 1-10</li> <li>10. Mengenal beberapa huruf atau abjad tertentu dari A-z yang pernah dilihatnya</li> </ol>	<p>kehidupan sehari-hari (gerimis, hujan, gelap, terang, temaram, dsb)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Mengetahui konsep banyak dan sedikit</li> <li>5. Mengkreasikan sesuatu sesuai dengan idenya sendiri yang terkait dengan berbagai pemecahan masalah</li> <li>6. Mengamati benda dan gejala dengan rasa ingin tahu</li> <li>7. Mengenal pola kegiatan dan menyadari pentingnya waktu</li> <li>8. Memahami posisi/keudukan dalam keluarga, ruang, lingkungan sosial (misal: sebagai peserta didik/anak/teman)</li> </ol>	<p>diterima sosial</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Menerapkan pengetahuan atau pengalaman dalam konteks yang baru</li> <li>4. Menunjukkan sikap kreatif dalam menyelesaikan masalah (ide, gagasan di luar kebiasaan)</li> </ol>
B. Berpikir Logis	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menempatkan benda dalam urutan ukuran (paling kecil-paling besar)</li> <li>2. Mulai mengikuti pola tepuk tangan</li> <li>3. Mengenal konsep banyak dan sedikit</li> <li>4. Mengenal alasan mengapa ada sesuatu yang tidak masuk dalam kelompok tertentu</li> <li>5. Menjelaskan model/karya yang dibuatnya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengklasifikasikan benda berdasarkan fungsi, bentuk atau warna atau ukuran</li> <li>2. Mengenal gejala sebab-akibat yang terkait dengan dirinya</li> <li>3. Mengklasifikasikan benda ke dalam kelompok yang sama atau kelompok yang sejenis atau kelompok yang berpasangan dengan 2 variasi</li> <li>4. Mengenal pola (misal, AB-AB dan ABC-ABC) dan mengulanginya</li> <li>5. Mengurutkan benda berdasarkan 5 seri ukuran atau warna</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenal perbedaan berdasarkan ukuran: "lebih dari"; "kurang dari"; dan "paling/ter"</li> <li>2. Menunjukkan inisiatif dalam memilih tema permainan (seperti: "ayo kita bermain pura-pura seperti burung")</li> <li>3. Menyusun perencanaan kegiatan yang akan dilakukan</li> <li>4. Mengenal sebab-akibat tentang lingkungannya (angin bertiup menyebabkan daun bergerak, air dapat menyebabkan sesuatu menjadi basah)</li> <li>5. Mengklasifikasikan benda</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
			<p>berdasarkan warna, bentuk, dan ukuran (3 variasi)</p> <p>6. Mengklasifikasikan benda yang lebih banyak ke dalam kelompok yang sama atau kelompok yang sejenis, atau kelompok berpasangan yang lebih dari 2 variasi</p> <p>7. Mengenal pola ABCD-ABCD 8. Mengurutkan benda berdasarkan ukuran dari paling kecil ke paling besar atau sebaliknya</p>
C. Berpikir Simbolik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyebutkan peran dan tugasnya (misal, koki tugasnya memasak)</li> <li>2. Menggambar atau membentuk sesuatu konstruksi yang mendeskripsikan sesuatu yang spesifik</li> <li>3. Melakukan aktivitas bersama teman dengan terencana (bermain berkelompok dengan memainkan peran tertentu seperti yang telah direncanakan)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membilang banyak benda satu sampai sepuluh</li> <li>2. Mengenal konsep bilangan</li> <li>3. Mengenal lambang bilangan</li> <li>4. Mengenal lambang huruf</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyebutkan lambang bilangan 1-10</li> <li>2. Menggunakan lambang bilangan untuk menghitung</li> <li>3. Mencocokkan bilangan dengan lambang bilangan</li> <li>4. Mengenal berbagai macam lambang huruf vokal dan konsonan</li> <li>5. Merepresentasikan berbagai macam benda dalam bentuk gambar atau tulisan (ada benda pensil yang diikuti tulisan dan gambar pensil)</li> </ol>
<b>IV. Bahasa</b>			
A. Memahami Bahasa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pura-pura membaca cerita bergambar dalam buku dengan kata-kata sendiri</li> <li>2. Mulai memahami dua perintah yang diberikan bersamaan contoh: ambil mainan di atas meja lalu berikan kepada ibu pengasuh atau pendidik</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyimak perkataan orang lain (bahasa ibu atau bahasa lainnya)</li> <li>2. Mengerti dua perintah yang diberikan bersamaan</li> <li>3. Memahami cerita yang dibacakan</li> <li>4. Mengenal perbendaharaan kata mengenai kata sifat (nakal, pelit,</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengerti beberapa perintah secara bersamaan</li> <li>2. Mengulang kalimat yang lebih kompleks</li> <li>3. Memahami aturan dalam suatu permainan</li> <li>4. Senang dan menghargai bacaan</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
B. Mengungkapkan Bahasa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mulai menyatakan keinginan dengan mengucapkan kalimat sederhana (6 kata)</li> <li>2. Mulai menceritakan pengalaman yang dialami dengan cerita sederhana</li> </ol>	<p>baik hati, berani, baik, jelek, dsb)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Mendengar dan membedakan bunyi-bunyian dalam Bahasa Indonesia (contoh, bunyi dan ucapan harus sama)</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengulang kalimat sederhana</li> <li>2. Bertanya dengan kalimat yang benar</li> <li>3. Menjawab pertanyaan sesuai pertanyaan</li> <li>4. Mengungkapkan perasaan dengan kata sifat (baik, senang, nakal, pelit, baik hati, berani, baik, jelek, dsb)</li> <li>5. Menyebutkan kata-kata yang dikenal</li> <li>6. Mengutarakan pendapat kepada orang lain</li> <li>7. Menyatakan alasan terhadap sesuatu yang diinginkan atau ketidaksetujuan</li> <li>8. Menceritakan kembali cerita/dongeng yang pernah didengar</li> <li>9. Memperkaya perbendaharaan kata</li> <li>10. Berpartisipasi dalam percakapan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab pertanyaan yang lebih kompleks</li> <li>2. Menyebutkan kelompok gambar yang memiliki bunyi yang sama</li> <li>3. Berkomunikasi secara lisan, memiliki perbendaharaan kata, serta mengenal simbol-simbol untuk persiapan membaca, menulis dan berhitung</li> <li>4. Menyusun kalimat sederhana dalam struktur lengkap (pokok kalimat-predikat-keterangan)</li> <li>5. Memiliki lebih banyak kata-kata untuk mengekspresikan ide pada orang lain</li> <li>6. Melanjutkan sebagian cerita/dongeng yang telah diperdengarkan</li> <li>7. Menunjukkan pemahaman konsep-konsep dalam buku cerita</li> </ol>
C. Keaksaraan		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenal simbol-simbol</li> <li>2. Mengenal suara-suara hewan/benda yang ada di sekitarnya</li> <li>3. Membuat coretan yang bermakna</li> <li>4. Meniru (menuliskan dan mengucapkan) huruf A-Z</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyebutkan simbol-simbol huruf yang dikenal</li> <li>2. Mengenal suara huruf awal dari nama benda-benda yang ada di sekitarnya</li> <li>3. Menyebutkan kelompok gambar yang memiliki bunyi/huruf awal yang sama.</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
<b>V. Sosialemosional</b>			<ol style="list-style-type: none"> <li>Memahami hubungan antara bunyi dan bentuk huruf</li> <li>Membaca nama sendiri</li> <li>Menuliskan nama sendiri</li> <li>Memahami arti kata dalam cerita</li> </ol>
<b>A. Kesadaran Diri</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengikuti aktivitas dalam suatu kegiatan besar (misal: piknik)</li> <li>Meniru apa yang dilakukan orang dewasa</li> <li>Bereaksi terhadap hal-hal yang tidak benar (marah bila diganggu)</li> <li>Mengatakan perasaan secara verbal</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menunjukkan sikap mandiri dalam memilih kegiatan</li> <li>Mengendalikan perasaan</li> <li>Menunjukkan rasa percaya diri</li> <li>Memahami peraturan dan disiplin</li> <li>Memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah)</li> <li>Bangga terhadap hasil karya sendiri</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Memperlihatkan kemampuan diri untuk menyesuaikan dengan situasi</li> <li>Memperlihatkan kehati-hatian kepada orang yang belum dikenal (menumbuhkan kepercayaan pada orang dewasa yang tepat)</li> <li>Mengenal perasaan sendiri dan mengelolanya secara wajar (mengendalikan diri secara wajar)</li> </ol>
<b>B. Tanggungjawab Diri dan Orang lain</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mulai bisa melakukan buang air kecil tanpa bantuan.</li> <li>Bersabar menunggu giliran.</li> <li>Mulai menunjukkan sikap toleran sehingga dapat bekerja dalam kelompok.</li> <li>Mulai menghargai orang lain.</li> <li>Mulai menunjukkan ekspresi menyesal ketika melakukan kesalahan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menjaga diri sendiri dari lingkungannya</li> <li>Menghargai keunggulan orang lain</li> <li>Mau berbagi, menolong, dan membantu teman</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Tahu akan hak nya</li> <li>Mentaati aturan kelas (kegiatan, aturan)</li> <li>Mengatur diri sendiri</li> <li>Bertanggung jawab atas perilakunya untuk kebaikan diri sendiri</li> </ol>
<b>C. Perilaku Prosocial</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Membangun kerjasama</li> <li>Memahami adanya perbedaan perasaan (teman takut, saya tidak)</li> <li>Meminjam dan meminjamkan mainan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menunjukkan antusiasme dalam melakukan permainan kompetitif secara positif</li> <li>Menaati aturan yang berlaku dalam suatu permainan</li> <li>Menghargai orang lain</li> <li>Menunjukkan rasa empati</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Bermain dengan teman sebaya</li> <li>Mengetahui perasaan temannya dan merespon secara wajar</li> <li>Berbagi dengan orang lain</li> <li>Menghargai hak/pendapat/karya orang lain</li> <li>Menggunakan cara yang diterima secara sosial dalam menyelesaikan</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
			<p>masalah (menggunakan pikiran untuk menyelesaikan masalah)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Bersikap kooperatif dengan teman</li> <li>Menunjukkan sikap toleran</li> <li>Mengekspresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada (senang-sedih-antusias dsb)</li> <li>Mengenal tata krama dan sopan santun sesuai dengan nilai sosial budaya setempat</li> </ol>
<b>VI. Seni</b>			
A. Mampu membedakan antara bunyi dan suara (Anak mampu menikmati berbagai alunan lagu atau suara)	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengenali berbagai macam suara dari kendaraan</li> <li>Meminta untuk diperdengarkan lagu favorit secara berulang</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Senang mendengarkan berbagai macam musik atau lagu kesukaannya</li> <li>Memainkan alat musik/instrumen/ benda yang dapat membentuk irama yang teratur</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Anak bersenandung atau bernyanyi sambil mengerjakan sesuatu</li> <li>Memainkan alat musik/instrumen/ benda bersama teman</li> </ol>
B. Tertarik dengan kegiatan musik, gerakan orang, hewan maupun tumbuhan	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mendengarkan atau menyanyikan lagu</li> <li>Menggerakkan tubuh sesuai irama</li> <li>Bertepuk tangan sesuai irama musik</li> <li>Meniru aktivitas orang baik secara langsung maupun melalui media. (misal, cara minum/cara bicara/ perilaku seperti ibu)</li> <li>Bertepuk tangan dengan pola yang berirama (misalnya bertepuk tangan sambil mengikuti irama nyanyian)</li> </ol>		
C. Tertarik dengan kegiatan atau karya seni	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menggambar dengan menggunakan beragam media (cat air, spidol, alat menggambar) dan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Memilih jenis lagu yang disukai</li> <li>Bernyanyi sendiri</li> <li>Menggunakan imajinasi untuk</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyanyikan lagu dengan sikap yang benar</li> <li>Menggunakan berbagai macam</li> </ol>

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak 3-6 tahun		
	3 – 4 tahun	4 – 5 tahun	5 – 6 tahun
	<p>cara (seperti finger painting, cat air, dll)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Membentuk sesuatu dengan plastisin</li> <li>3. Mengamati dan membedakan benda di sekitarnya yang di luar rumah</li> </ol>	<p>mencerminkan perasaan dalam sebuah peran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Membedakan peran fantasi dan kenyataan</li> <li>5. Menggunakan dialog, perilaku, dan berbagai materi dalam menceritakan suatu cerita</li> <li>6. Mengekspresikan gerakan dengan irama yang bervariasi</li> <li>7. Menggambar objek di sekitarnya</li> <li>8. Membentuk berdasarkan objek yang dilihatnya (mis. dengan plastisin, tanah liat)</li> <li>9. Mendeskripsikan sesuatu (seperti binatang) dengan ekspresif yang berirama (contoh, anak menceritakan gajah dengan gerak dan mimik tertentu)</li> <li>10. Mengkombinasikan berbagai warna ketika menggambar atau mewarnai</li> </ol>	<p>alat musik tradisional maupun alat musik lain untuk menirukan suatu irama atau lagu tertentu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Bermain drama sederhana</li> <li>4. Menggambar berbagai macam bentuk yang beragam</li> <li>5. Melukis dengan berbagai cara dan objek</li> <li>6. Membuat karya seperti bentuk sesungguhnya dengan berbagai bahan (kertas, plastisin, balok, dll)</li> </ol>

## Kegiatan-2 (PERTUMBUHAN Anak Usia Dini):

1. Penyampaian indikator pertumbuhan bagi anak usia dini, yaitu berat badan dan panjang badan/tinggi badan menggunakan **Lampiran 6.2** sampai **Lampiran 6.19**. Jelaskan:
  - a. Perbedaan indikator pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan. Minta peserta membedakan tabel pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan. Minta peserta menunjukkan tabel pertumbuhan laki-laki sebutkan nomor halaman secara bersama-sama. Perhatikan bahwa setiap peserta memahaminya. Lakukan hal yang sama untuk tabel pertumbuhan perempuan.
  - b. Perbedaan indikator pertumbuhan anak usia 0-2 tahun (**Lampiran 6.2** sampai **Lampiran 6.7**), 2-5 tahun (**Lampiran 6.8** sampai **Lampiran 6.13**) dan 5-19 tahun (**Lampiran 6.14** sampai **Lampiran 6.19**). Minta peserta menunjukkan tabel pertumbuhan yang dimaksud dengan menyebutkan nomor halaman secara bersama-sama.
  - c. Perbedaan Indikator pertumbuhan meliputi:
    - pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 0-2 tahun dan 2-5 tahun.
    - pertumbuhan Indeks Massa Tubuh menurut Usia (IMT/U) pada usia 5-19 tahun.
    - pertumbuhan Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) pada usia 0-2 tahun, 2-5 tahun dan 5-19 tahun.
    - Minta peserta menunjukkan tabel pertumbuhan yang dimaksud dengan menyebutkan nomor halaman secara bersama-sama.
2. Penjelasan penentuan status gizi (*stunting*/pendek dan gizi kurang/lebih) berdasarkan grafik pertumbuhan tinggi badan menurut usia dan berat badan menurut usia (**Kotak 6.2**).

### Kotak 6.2

Untuk memantau kesehatan dan pertumbuhan anak, kita perlu melakukan penimbangan Berat Badan dan pengukuran Tinggi Badan secara rutin 1x per bulan. Kegiatan pemantauan pertumbuhan ini dapat dilakukan di layanan kesehatan, seperti Puskesmas/ Posyandu atau layanan PAUD.

Dalam mengevaluasi hasil pengukuran BB dan TB, perlu dibandingkan menurut usia anak dan jenis kelaminnya. Hal ini karena laju pertumbuhan anak sangat signifikan antar usianya dan berbeda kecepatan pertumbuhannya antara laki-laki dan perempuan.

#### **Cara interpretasi hasil pengukuran BB dan TB dengan Grafik Pertumbuhan:**

Anak dikatakan memiliki pertumbuhan yang baik bila hasil pertemuan BB atau TB atau IMT/BMI\* (Indeks Massa Tubuh atau Body Mass Index) dengan usianya berada di antara rentang garis berwarna hijau, tidak berada diatas atau dibawah garis berwarna merah maupun hitam.

#### **Catatan:**

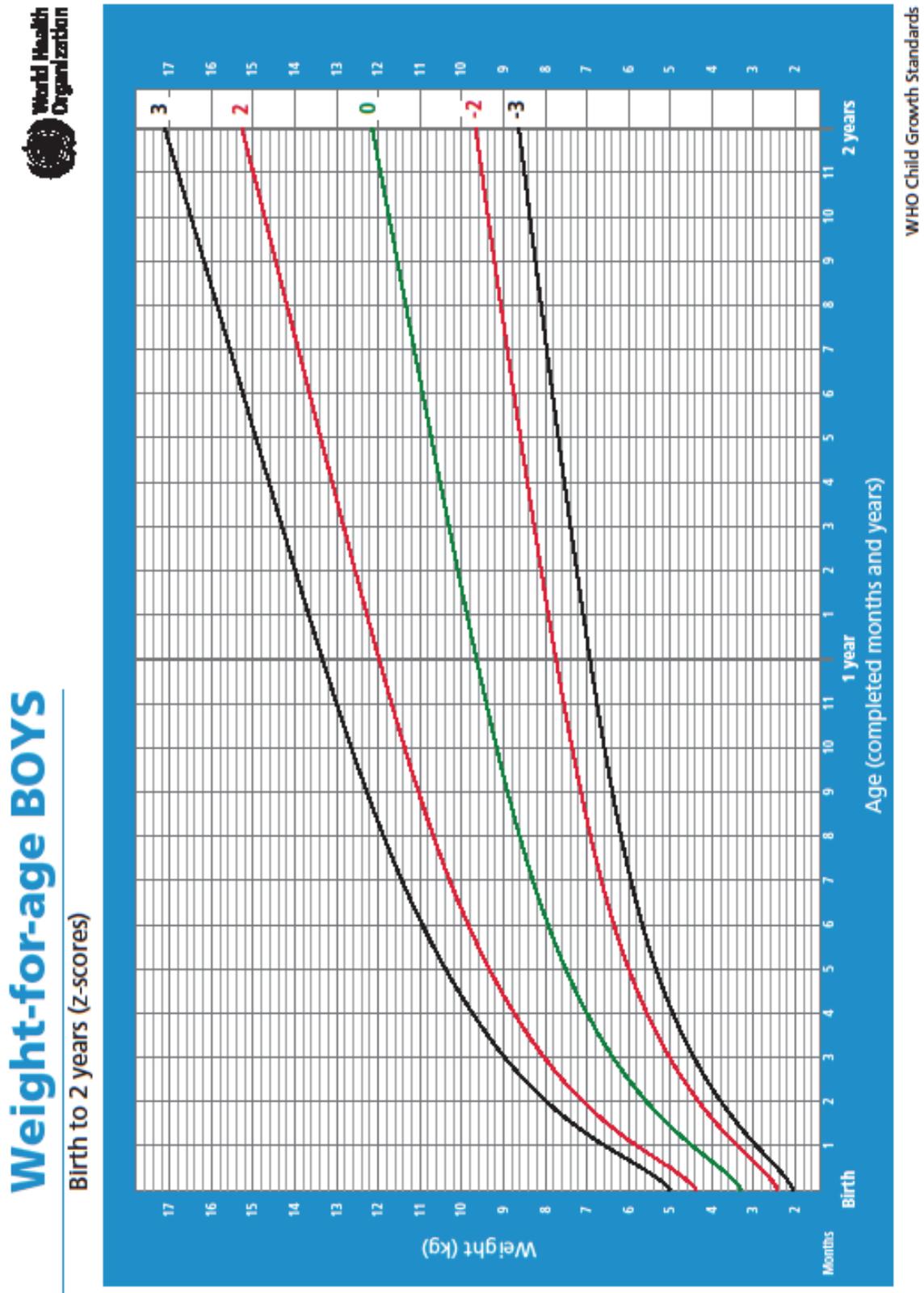
\*IMT/BMI (Indeks Massa Tubuh atau Body Mass Index) dihitung dengan rumus:

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

### Lampiran 6.2 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

Catatan:

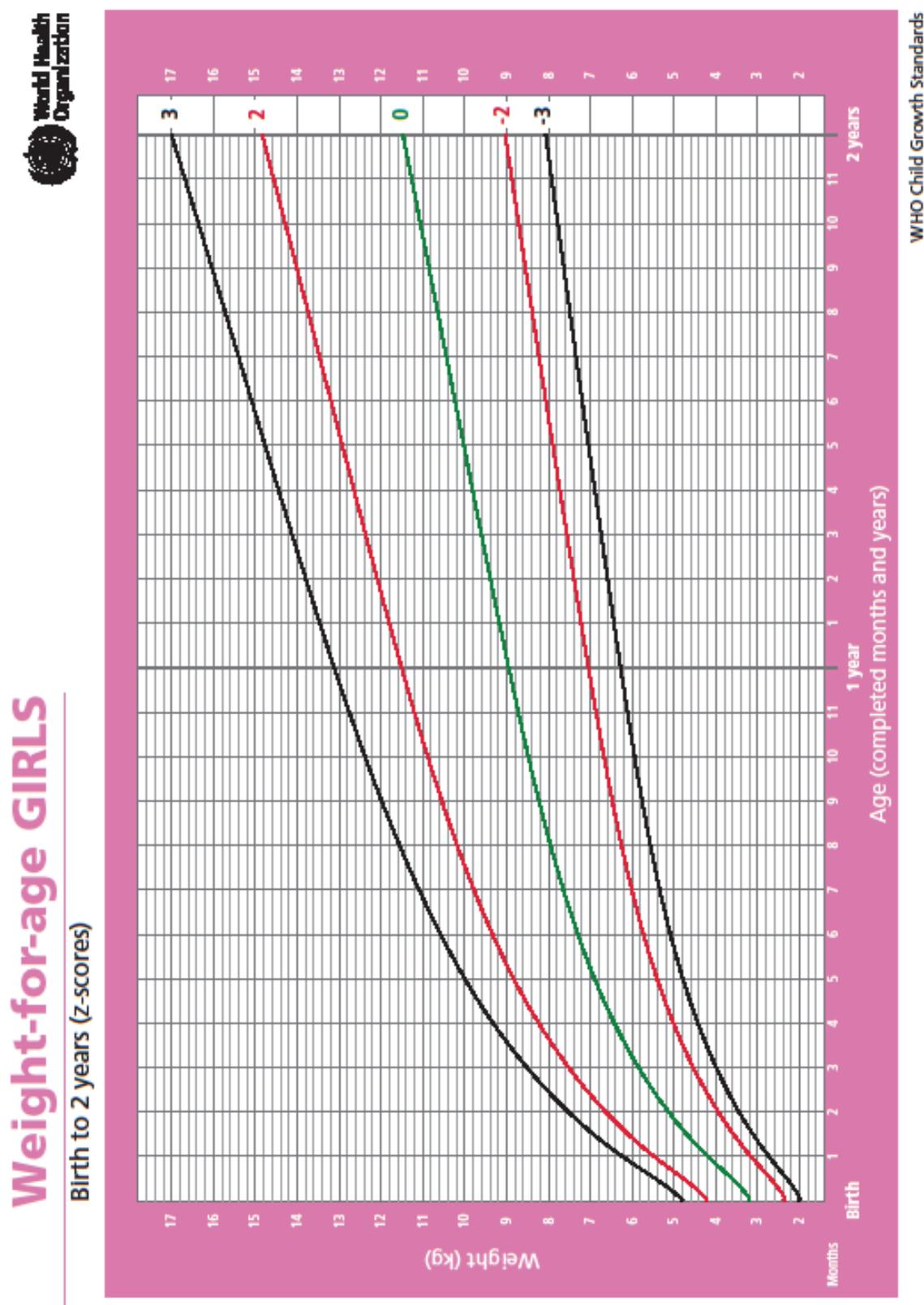
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.3 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

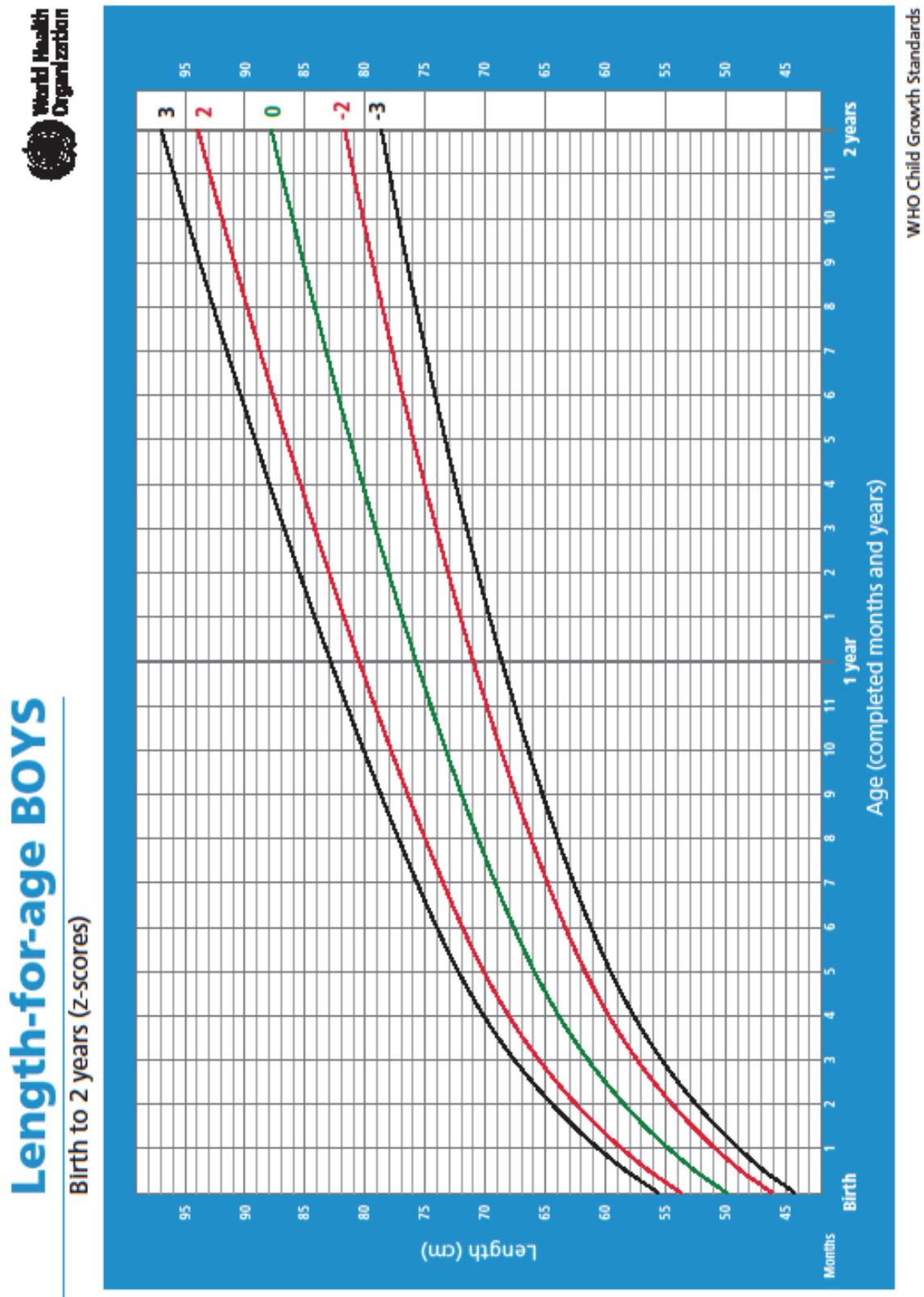
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



## Lampiran 6.4 Grafik pertumbuhan Panjang Badan menurut Usia (PB/U) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

Catatan:

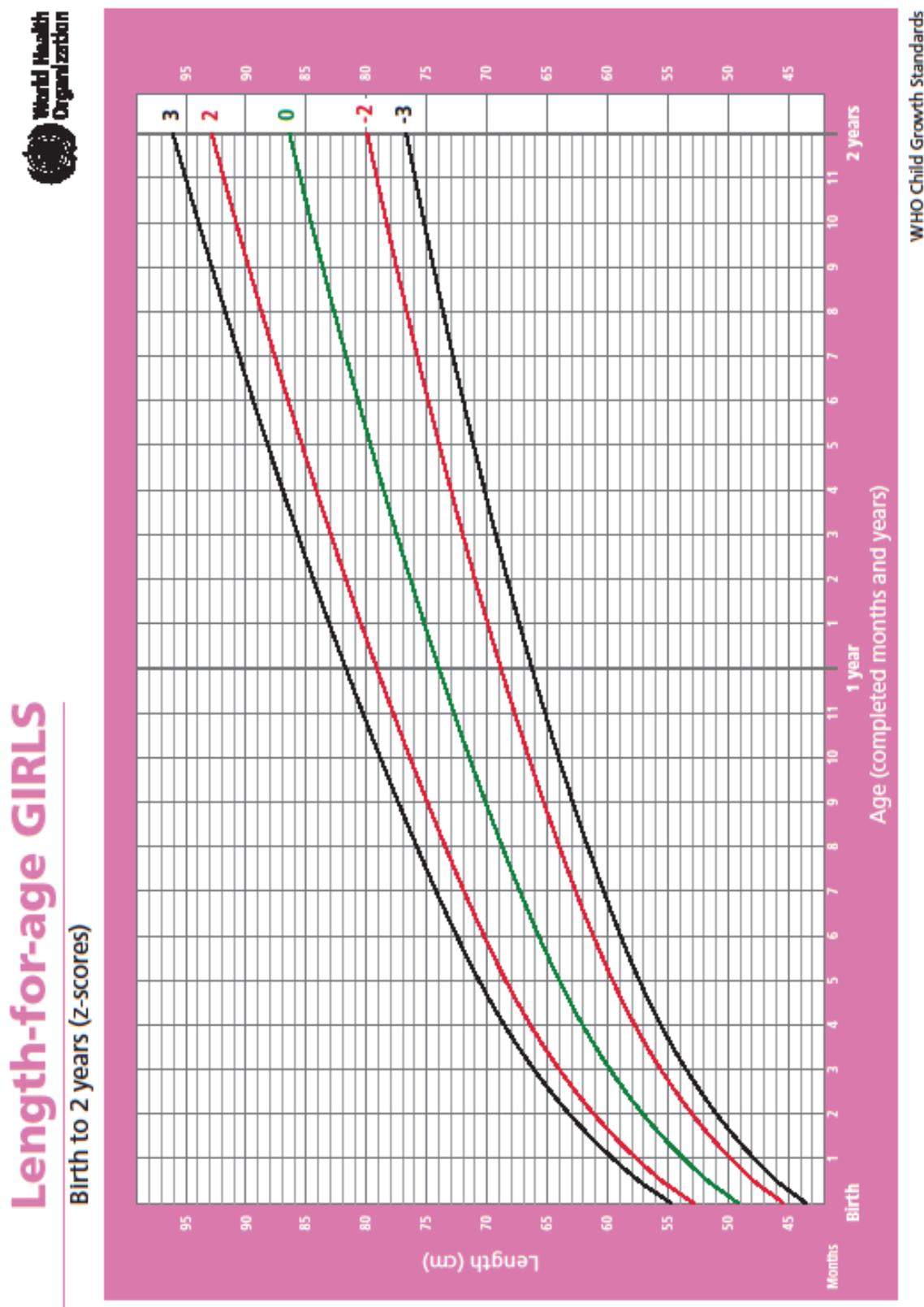
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah PANJANG BADAN (cm).



**Lampiran 6.5 Grafik pertumbuhan Panjang Badan menurut Usia (PB/U) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

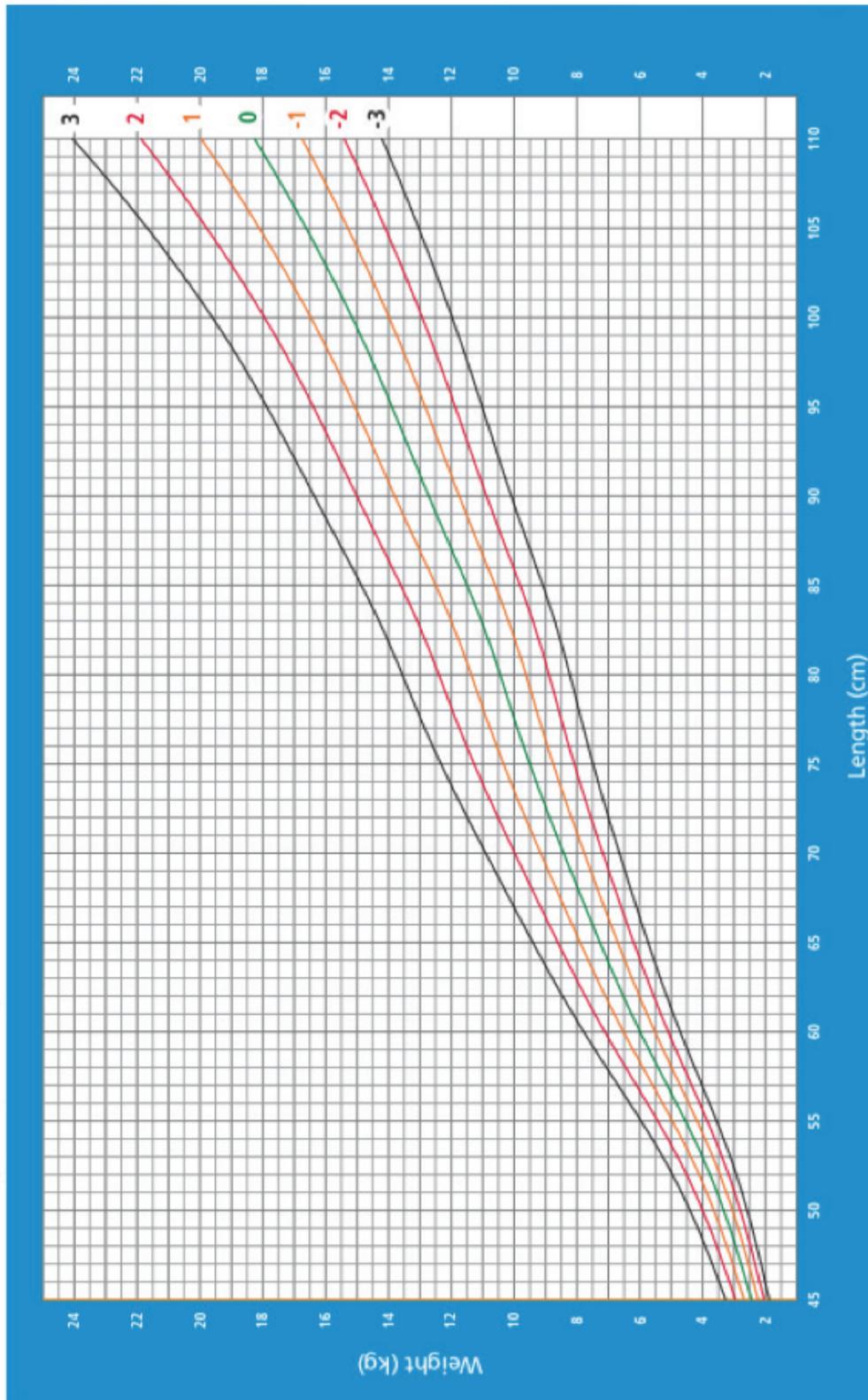
Catatan:

Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah PANJANG BADAN (cm).



# Weight-for-length BOYS

Birth to 2 years (z-scores)



WHO Child Growth Standards

Lampiran 6.6 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

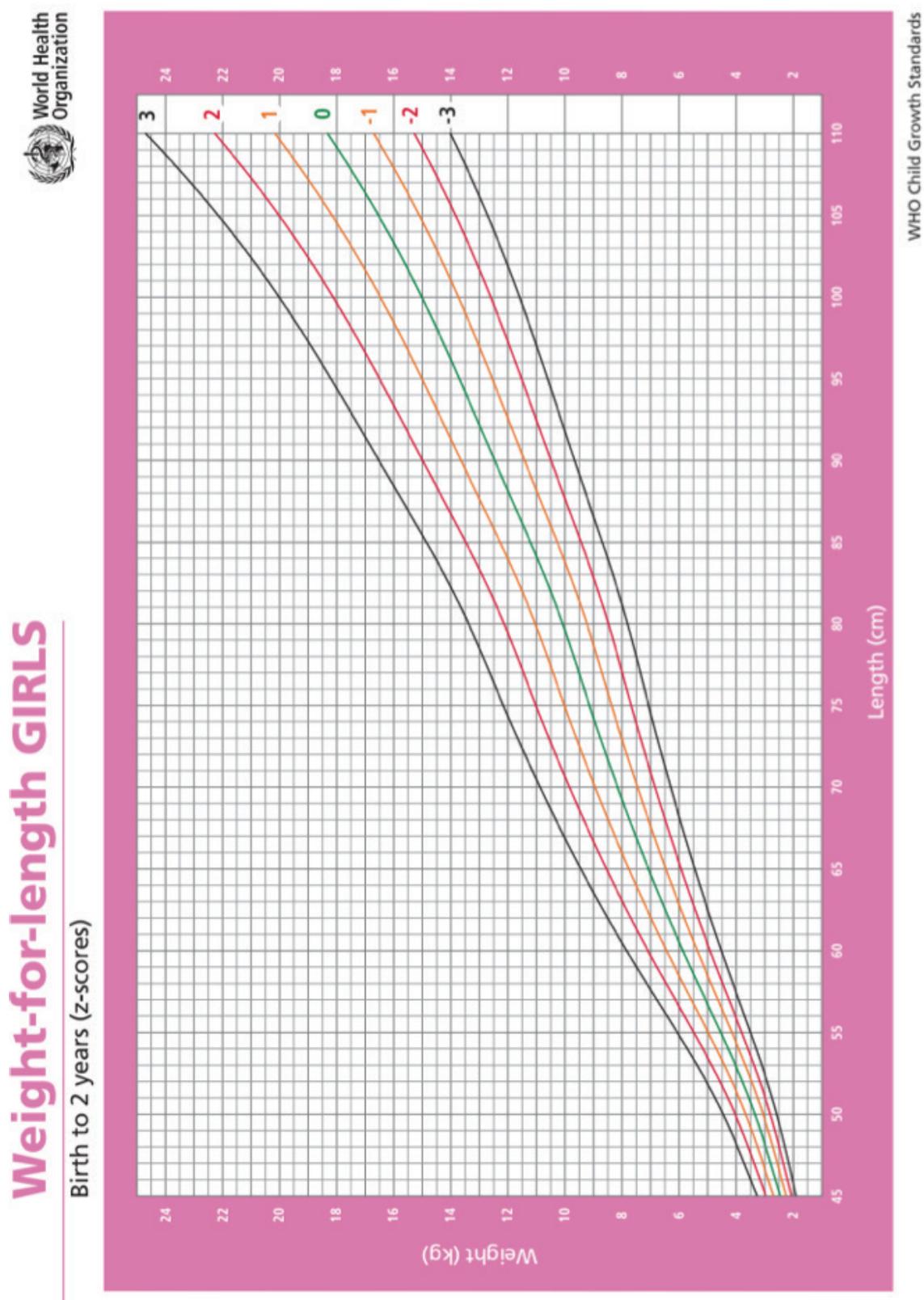
Catatan:

Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah PANJANG BADAN (cm).

## Lampiran 6.7 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) pada anak usia 0-2 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.

Catatan:

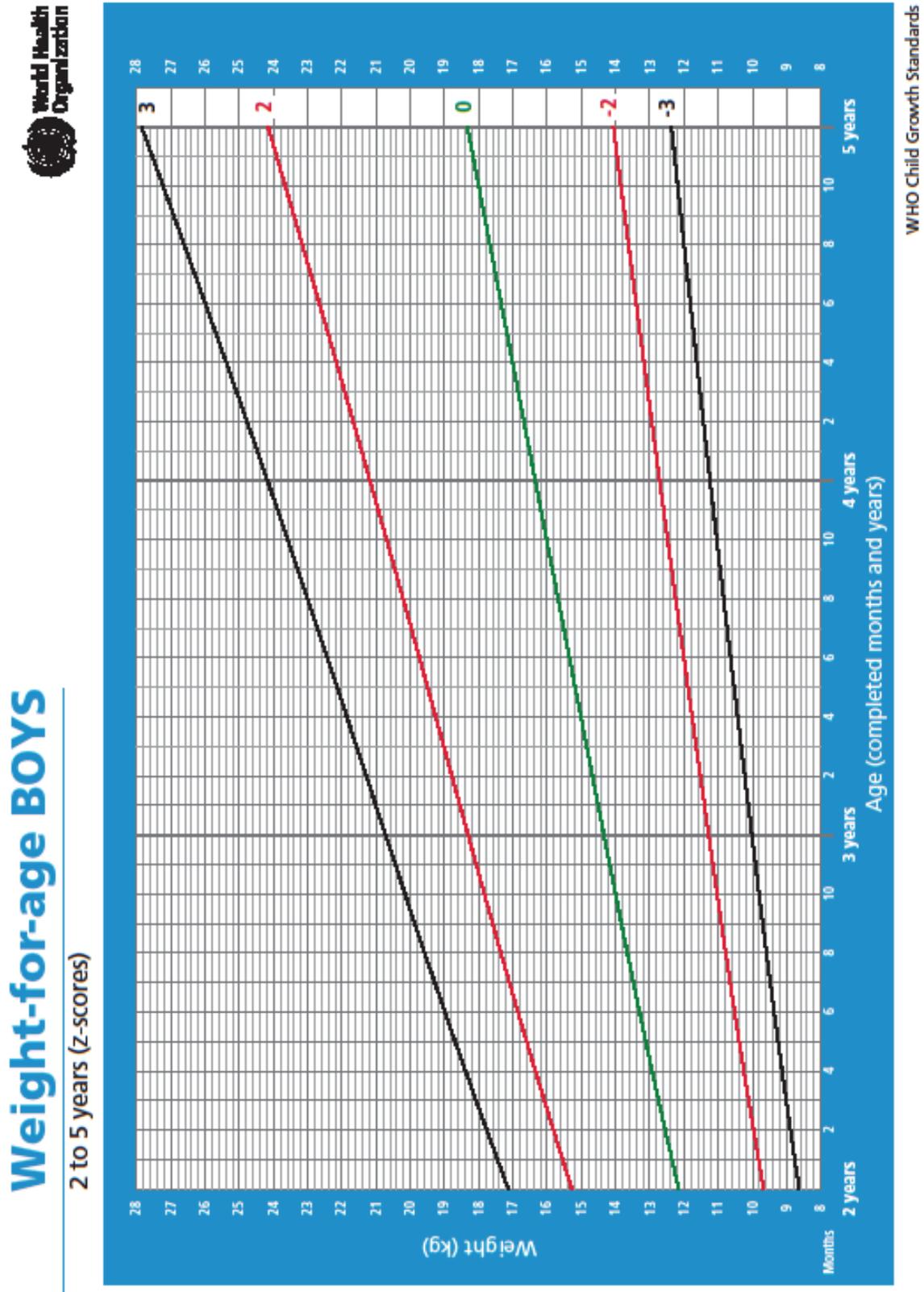
Pada grafik, garis mendatar adalah PANJANG BADAN (cm) dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



### Lampiran 6.8 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

Catatan:

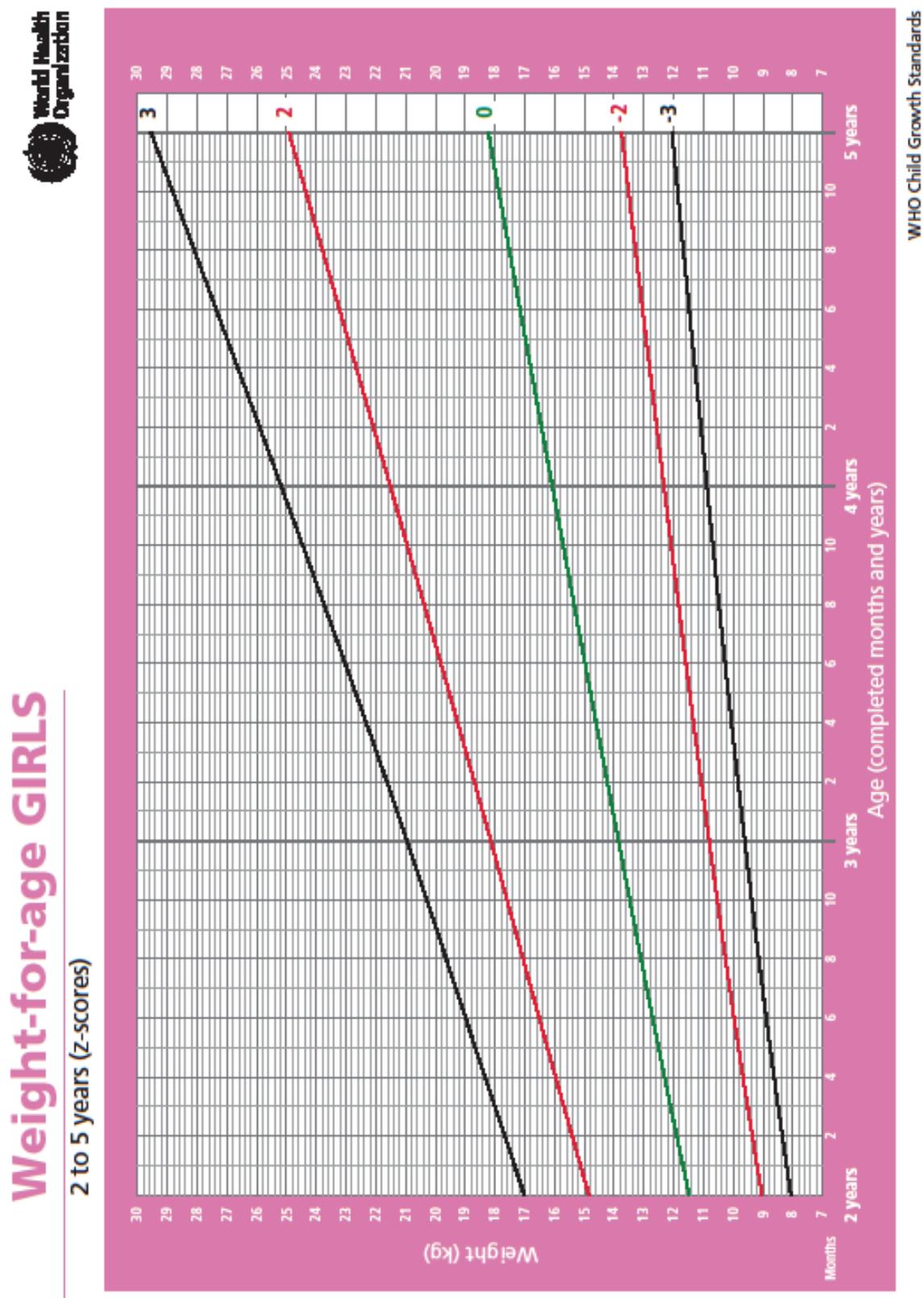
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.9 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

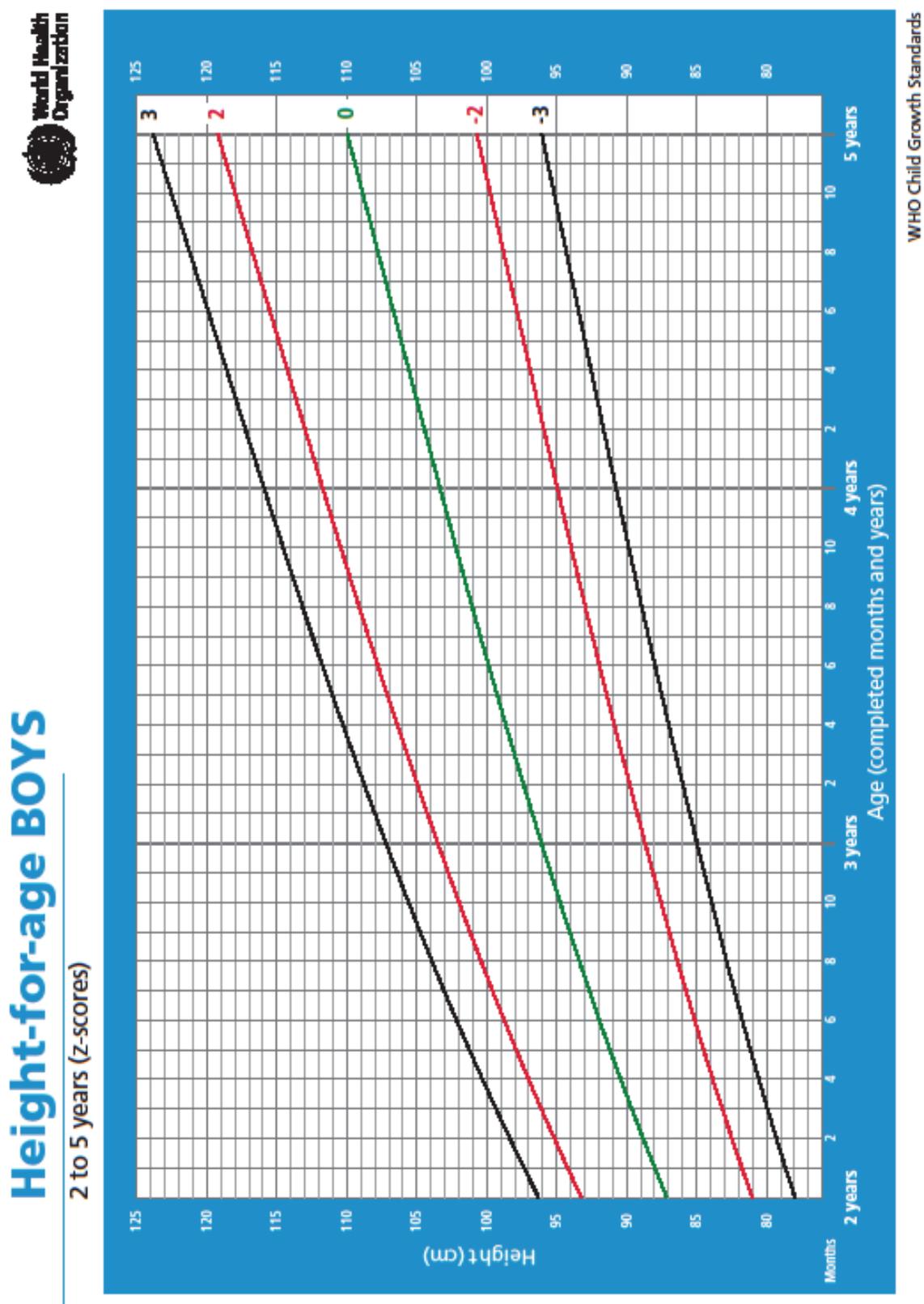
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



### Lampiran 6.10 Grafik pertumbuhan Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

Catatan:

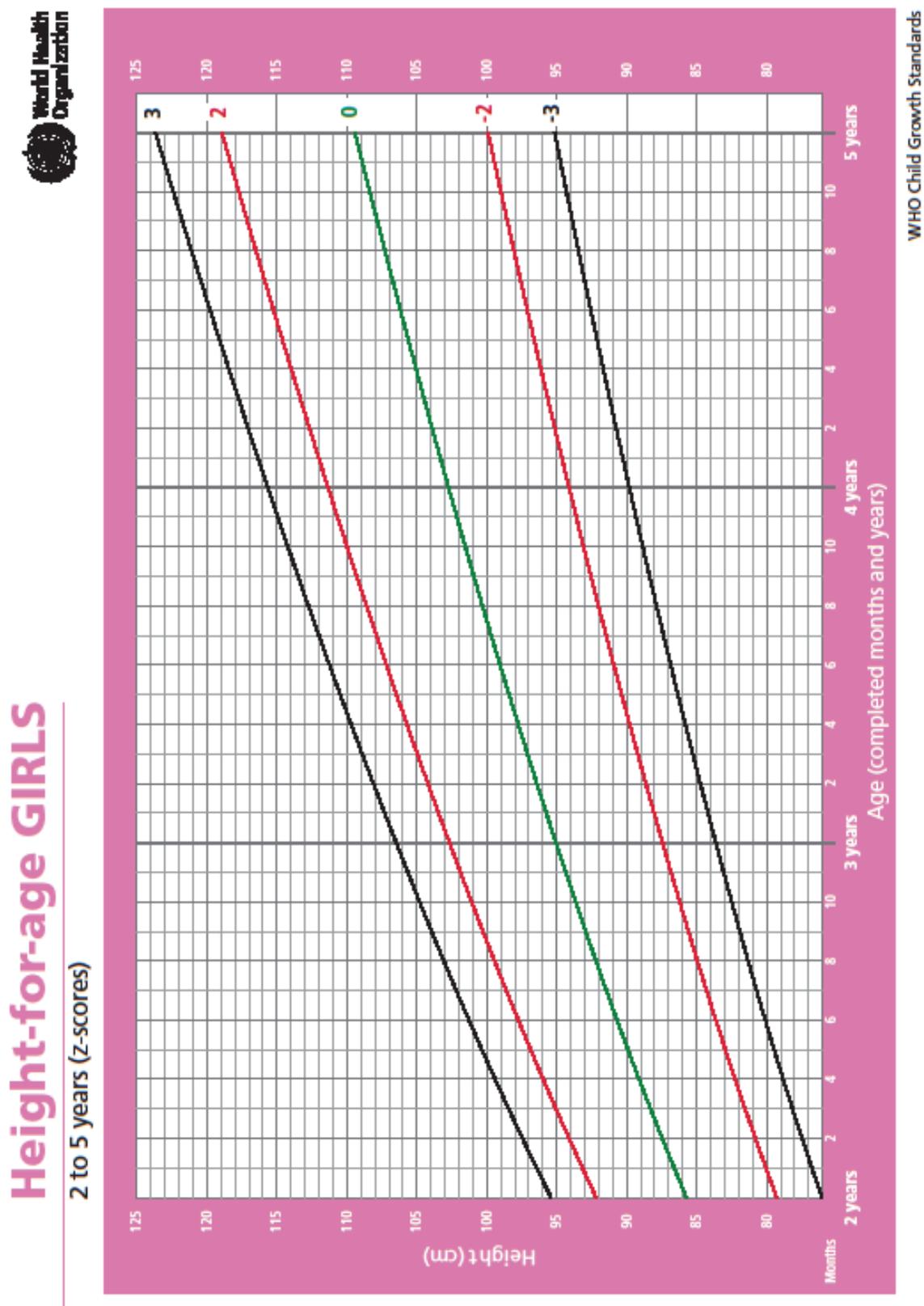
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah TINGGI BADAN (cm).



**Lampiran 6.11 Grafik pertumbuhan Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

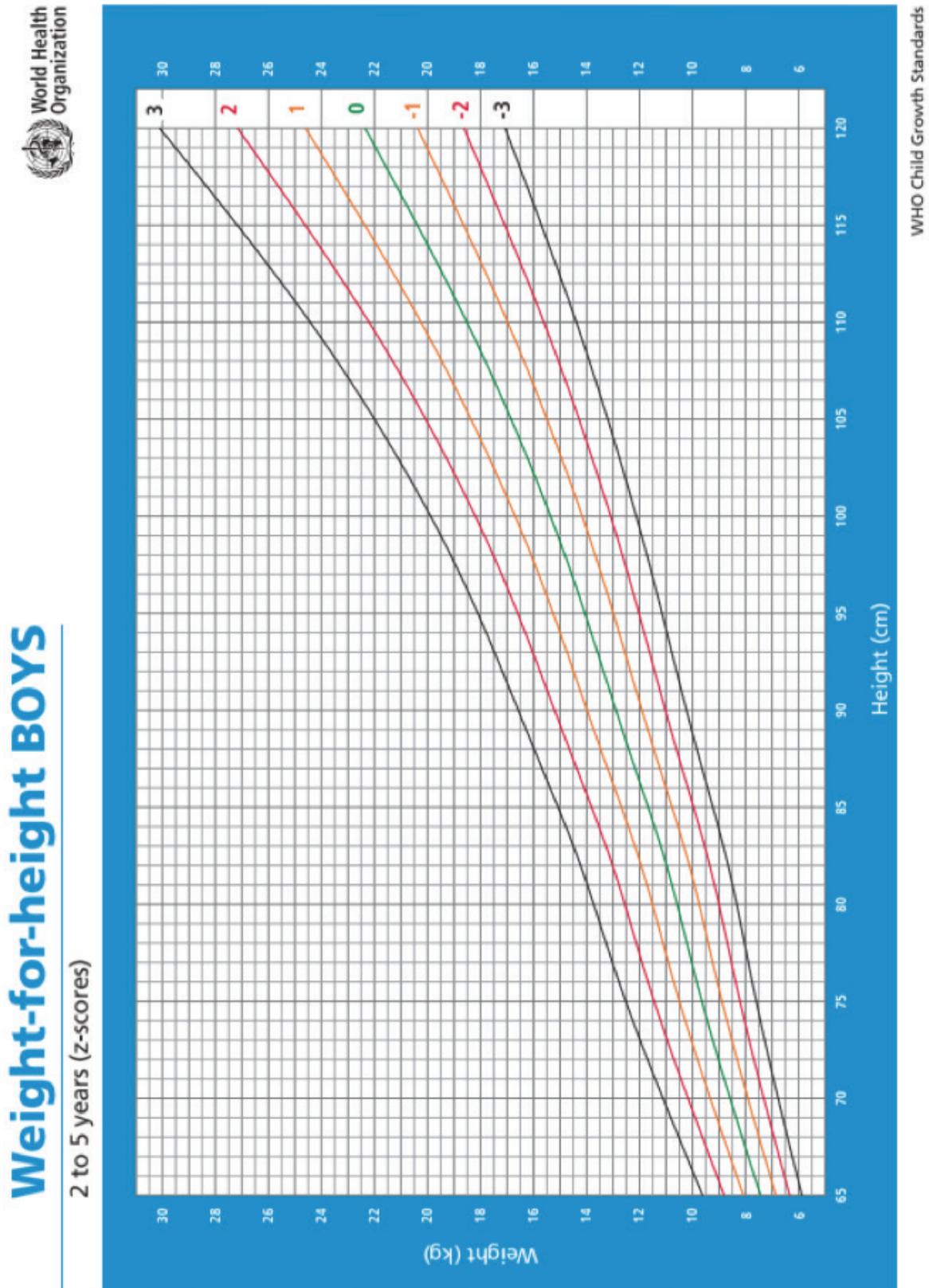
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah TINGGI BADAN (cm).



## Lampiran 6.12 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.

Catatan:

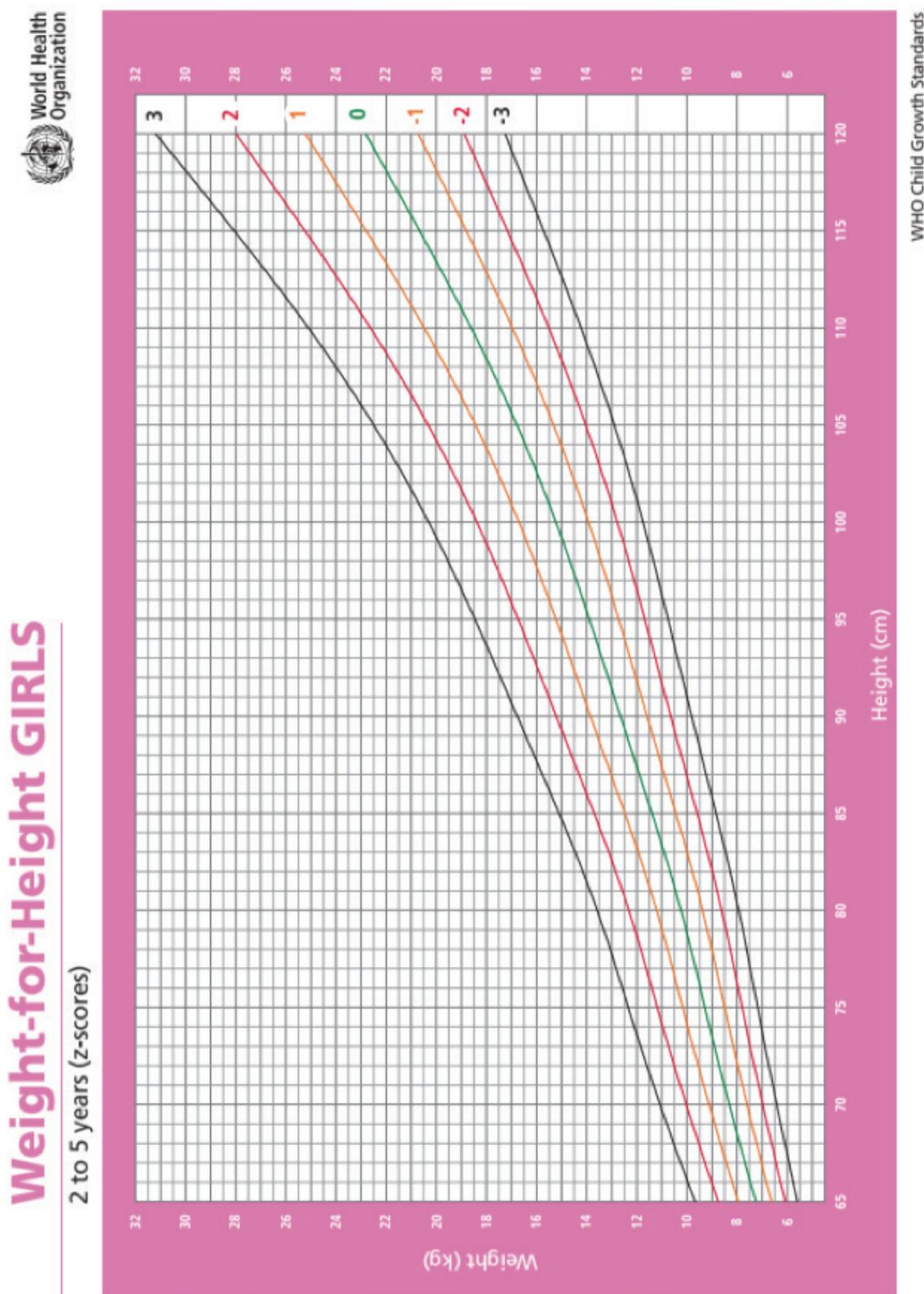
Pada grafik, garis mendatar adalah TINGGI BADAN (cm) dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.13 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) pada anak usia 2-5 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

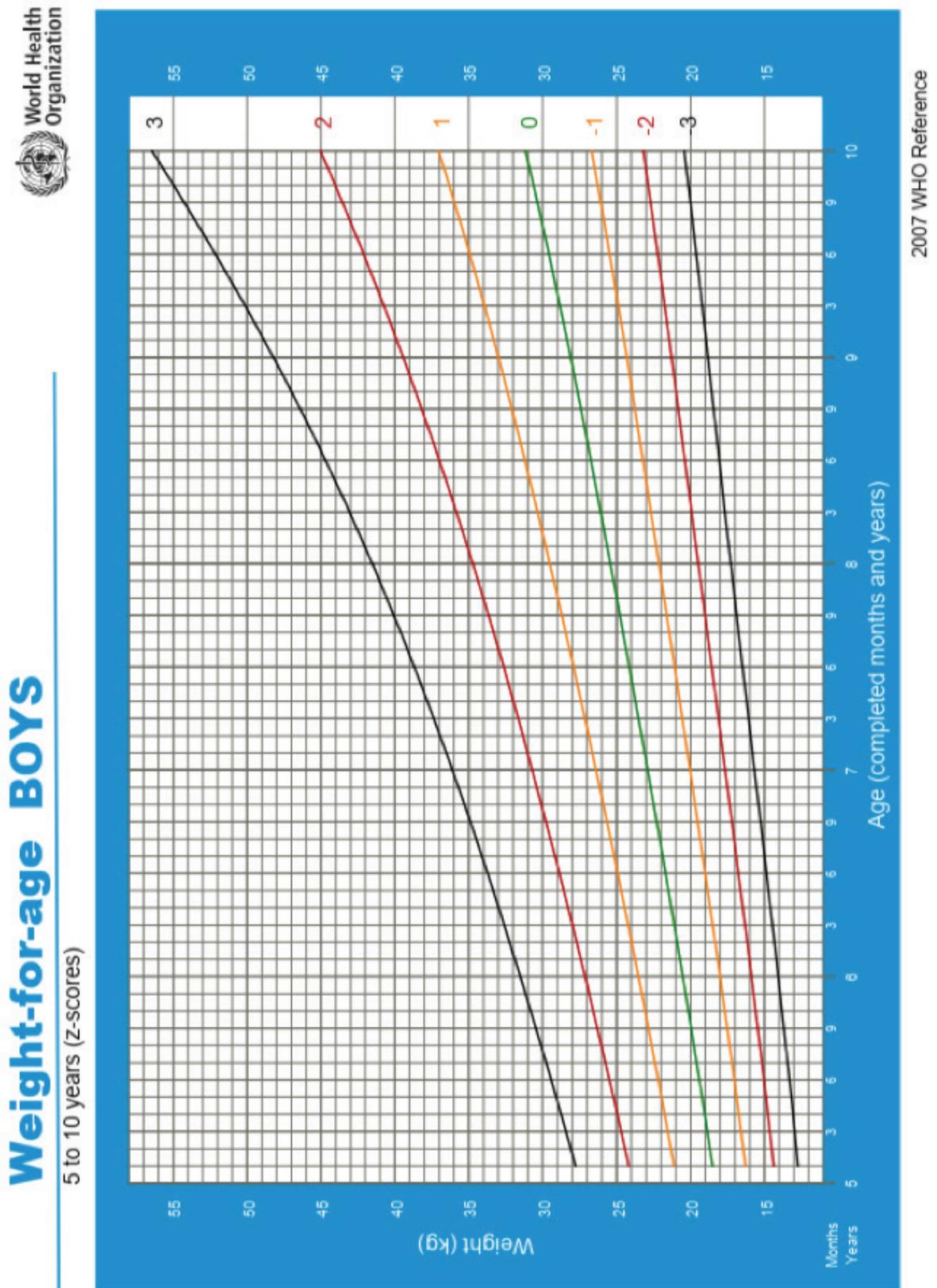
Pada grafik, garis mendatar adalah TINGGI BADAN (cm) dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.14 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 5-10 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.**

Catatan:

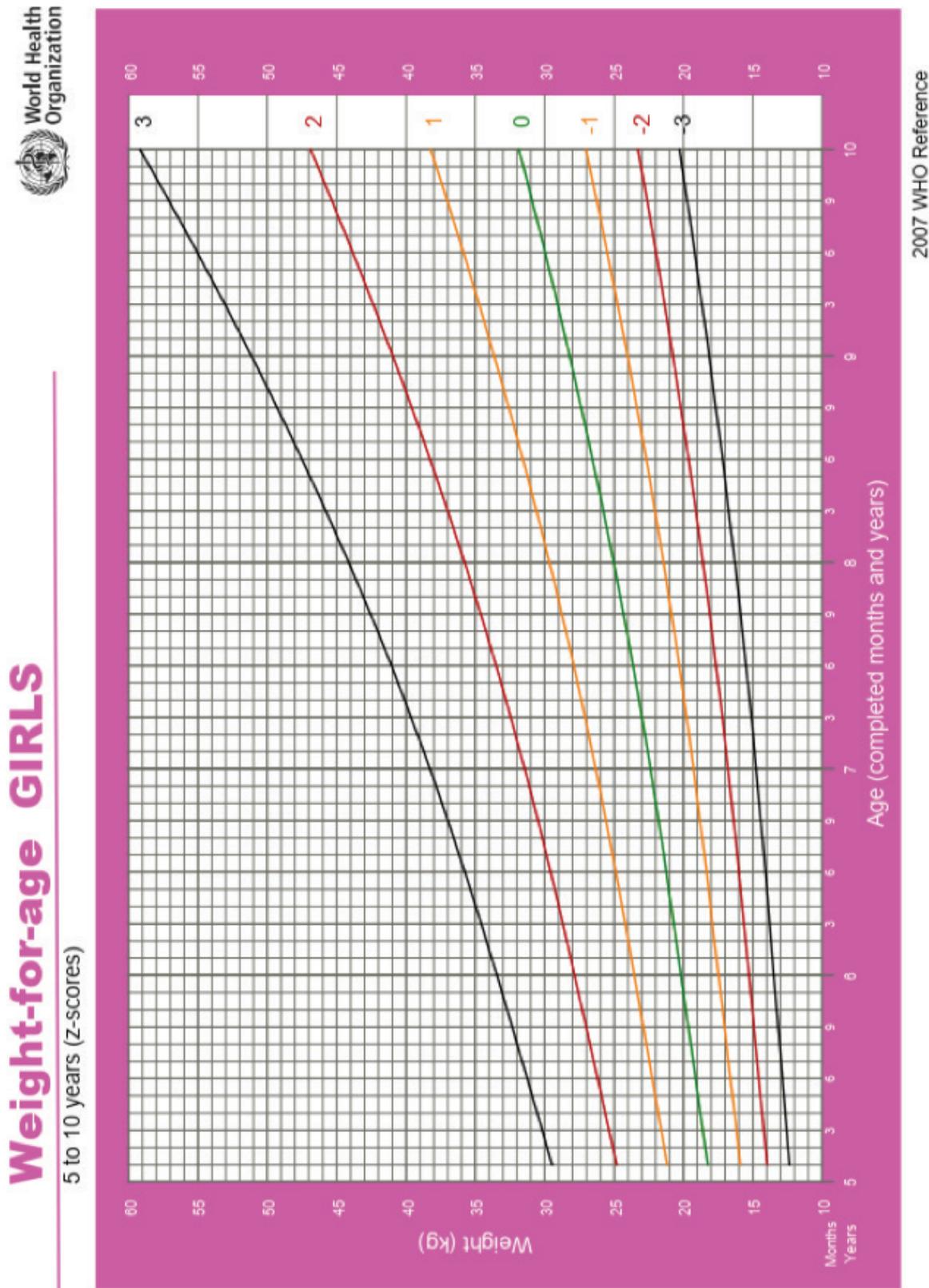
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.15 Grafik pertumbuhan Berat Badan menurut Usia (BB/U) pada anak usia 5-10 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

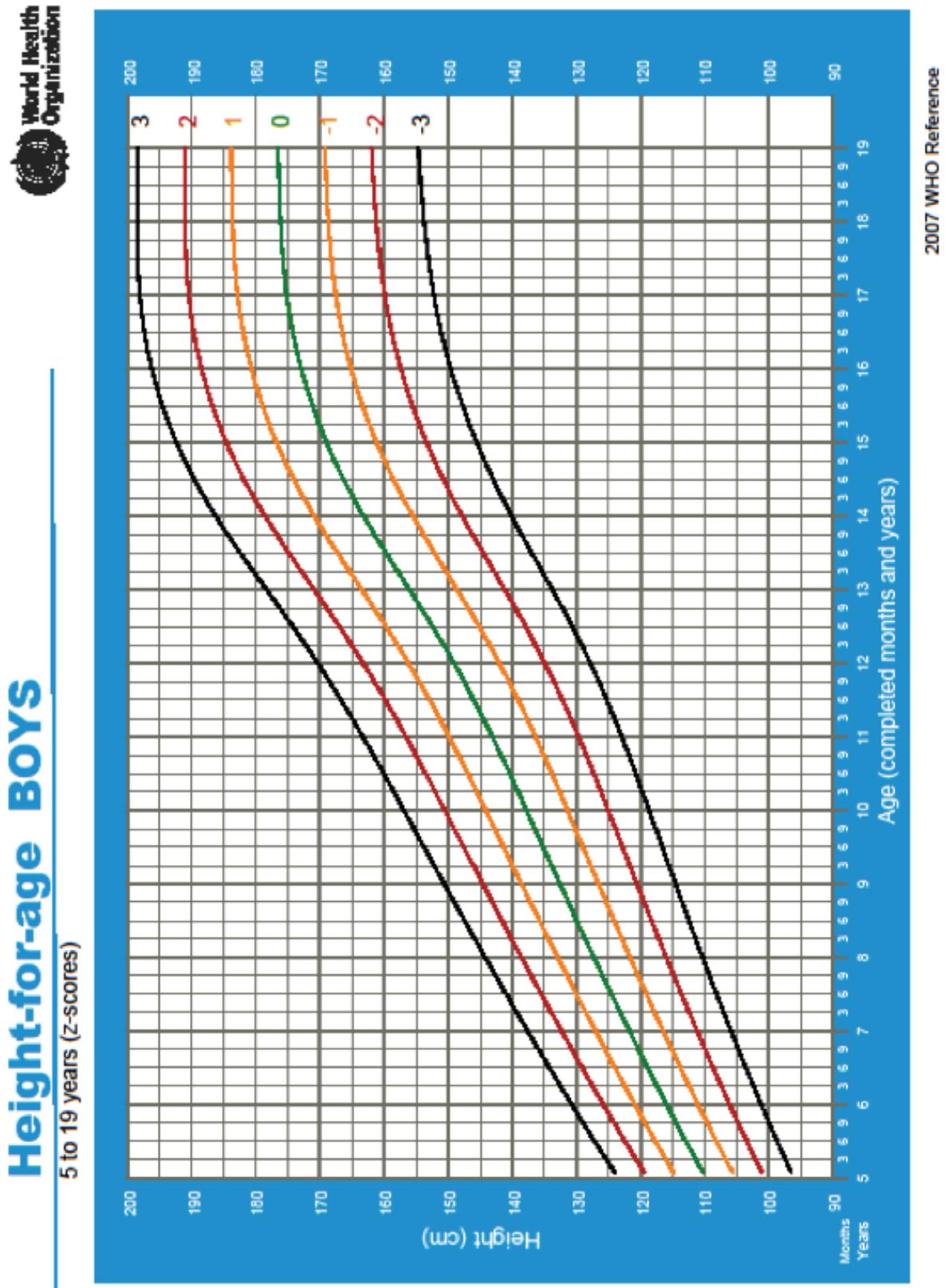
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah BERAT BADAN (kg).



**Lampiran 6.16 Grafik pertumbuhan Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) pada anak usia 5-19 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.**

Catatan:

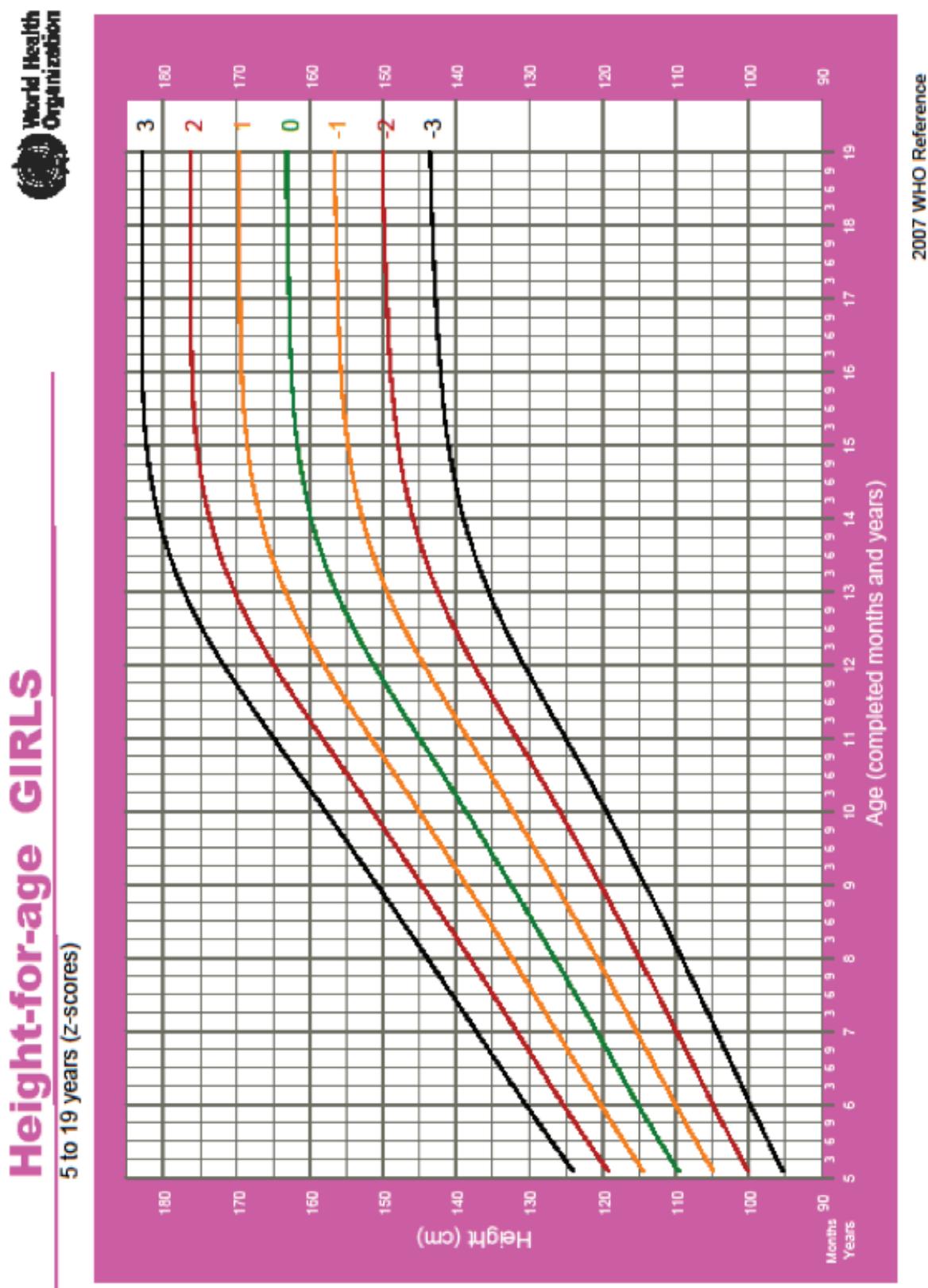
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah TINGGI BADAN (cm).



**Lampiran 6.17 Grafik pertumbuhan Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) pada anak usia 5-19 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

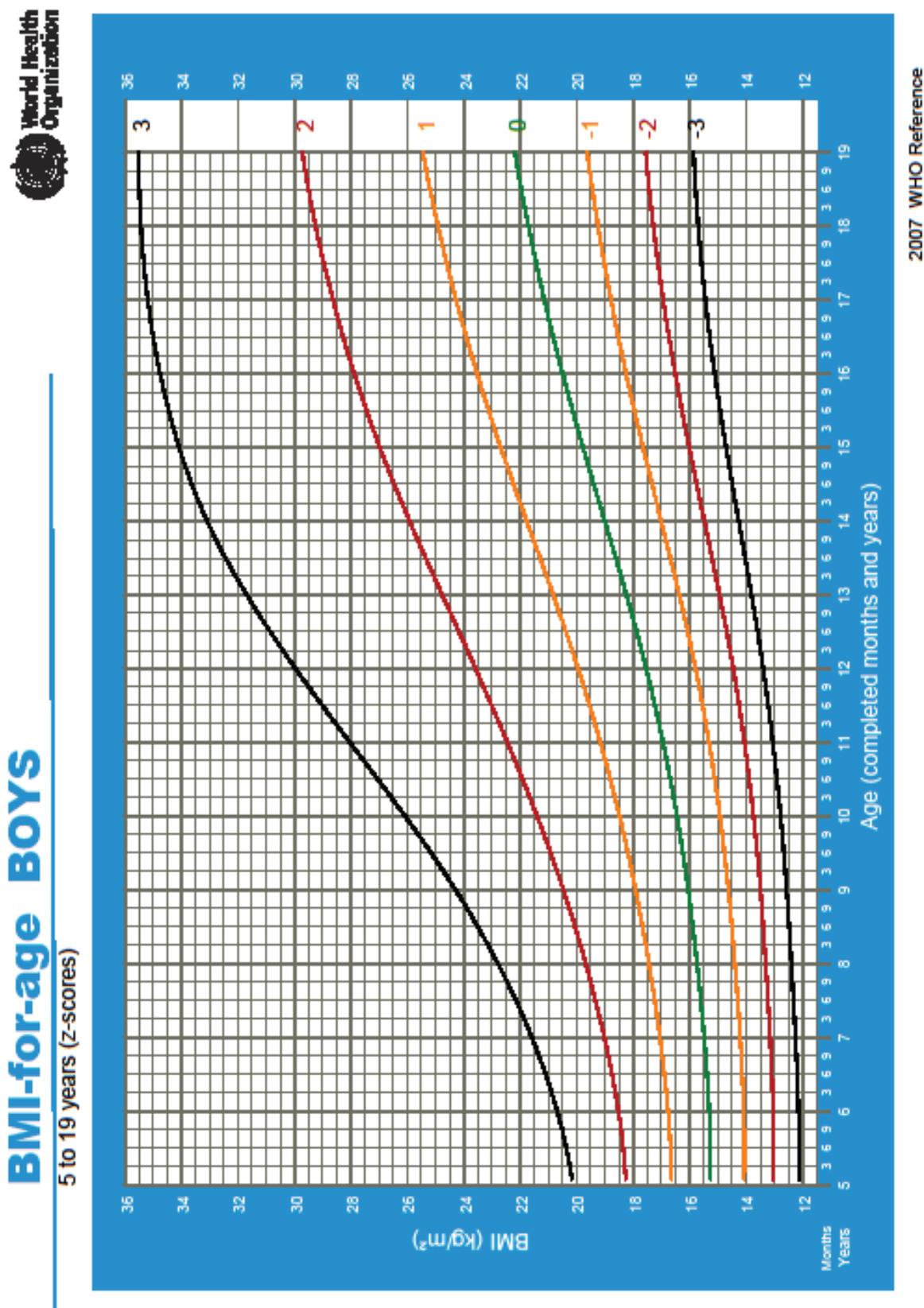
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah TINGGI BADAN (cm).



**Lampiran 6.18 Grafik pertumbuhan Indeks Massa Tubuh menurut Usia (IMT/U) pada anak usia 5-19 tahun dengan jenis kelamin Laki-laki.**

Catatan:

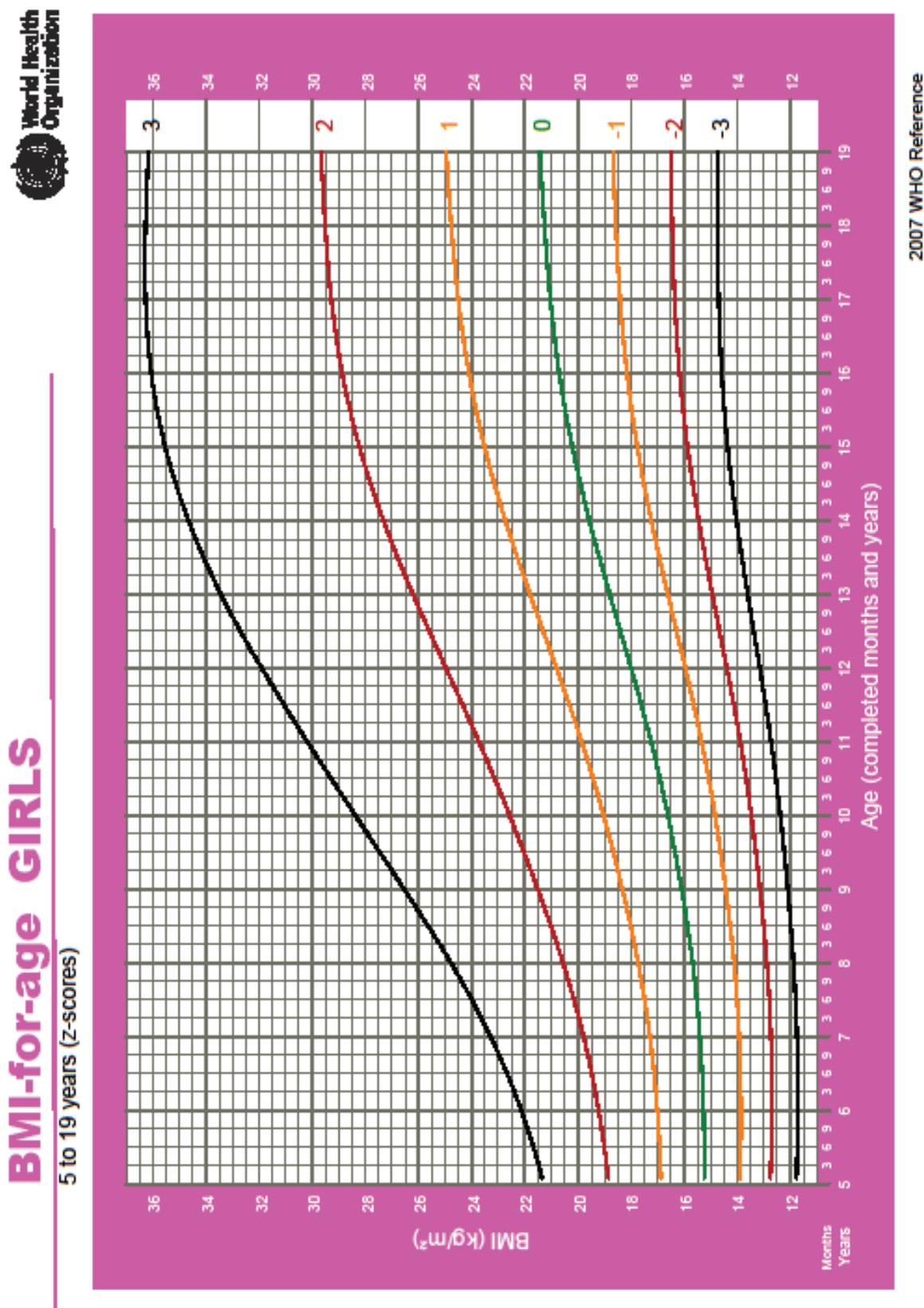
Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah INDEKS MASSA TUBUH (kg/m<sup>2</sup>).



**Lampiran 6.19 Grafik pertumbuhan Indeks Massa Tubuh menurut Usia (IMT/U) pada anak usia 5-19 tahun dengan jenis kelamin Perempuan.**

Catatan:

Pada grafik, garis mendatar adalah USIA dan garis tegak lurus adalah INDEKS MASSA TUBUH (kg/m<sup>2</sup>).



## TOPIK 7. Masa Bayi: Usia 0-1 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 7:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memahami tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-1 tahun.
2. Mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.
3. Memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.

**Alat:** Kertas *Flipchart*, Grafik Pertumbuhan Anak, Tabel tahap perkembangan anak usia 0-1 tahun.

### **Kegiatan:**

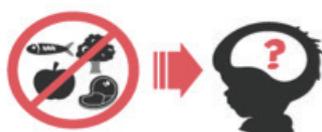
1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 7. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Menjelaskan tahap perkembangan anak 0-1 tahun menggunakan penjelasan pada **Lampiran 7.1** untuk 6 aspek perkembangan anak usia 0-1 tahun (3-12 bulan).
3. Menjelaskan tentang pertumbuhan anak usia 0-1 tahun dengan menggunakan grafik pertumbuhan WHO untuk Berat Badan menurut Usia (BB/U), Panjang Badan menurut Usia (PB/U), dan Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) bagi anak usia 0-2 tahun pada **Lampiran 6.2** sampai **Lampiran 6.19** dengan menggunakan penjelasan pada **Kotak 6.2**.
4. Menggunakan **Kotak 7.1** sampaikan permasalahan anak stunting atau berperawakan pendek di Indonesia. Memberi kesempatan peserta untuk berdiskusi dengan menanyakan:
  - a. Bagaimana pertumbuhan Caca: berat badan dan tinggi badan, perkembangan motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan sosial emotional?
  - b. Bagaimana pertumbuhan dan perkembangan Caca menggunakan tabel tahap perkembangan anak pada **Lampiran 7.1** dan grafik pertumbuhan bagi anak usia 0-2 tahun pada **Lampiran 6.2** sampai **Lampiran 6.7**?
  - c. Mengarahkan peserta untuk menilai pertumbuhan dan perkembangan Caca pada kotak penilaian.
5. Merangkumkan hasil diskusi: Caca berperawakan pendek, pertumbuhan tingginya berada dibawah usianya; kondisi pendek karena kurang asupan, tidak minum ASI, sering diare, dan batuk. Caca mengalami keterlambatan perkembangan kasar, halus, bicara dan sosialisasinya. Caca harus segera dirujuk pada ahli agar berkembang dengan optimal. Ingat: keterlambatan perkembangan tidak akan berkembang dengan sendirinya sesuai tambahnya umur, namun harus mendapatkan tindakan yang tepat.

## Kotak 7.1

# MENUJU MASYARAKAT SADAR STUNTING

### FAKTA STUNTING

Stunting terjadi akibat kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama. Hal ini menyebabkan otak dan tubuh balita tumbuh tidak sempurna.



Anak yang mengalami stunting ketika dewasa berpeluang terjangkit penyakit kronis, serta berisiko mengalami penurunan produktivitas pada usia produktif.

## 162 JUTA

balita di seluruh dunia terkena stunting.



Sebanyak 56% anak pendek hidup di Asia dan 36% di Afrika.

### PERSENTASE BAYI STUNTING DI INDONESIA

**2007**

Persentase status gizi balita pendek di Indonesia Tahun 2007 adalah 36,8%.

**2010**

Pada tahun 2010 persentase sempat mengalami penurunan yang tidak signifikan yaitu sebesar 35,6%.

**2013**

Lalu pada tahun 2013 Persentase status gizi balita pendek di Indonesia kembali naik sebesar 37,2%.

**2015**

Menurut hasil PSG 2015, sebesar 29% balita Indonesia termasuk kategori pendek.

### PENCEGAHAN



Berikan ASI eksklusif untuk bayi selama 6 bulan pertama. Pemberian ASI juga dapat dilanjutkan sampai anak berusia 2 tahun.



Asupan gizi seimbang selama 1.000 hari pertama kehidupan anak menjadi kunci penting untuk menghindari gejala stunting.



#SadarStunting juga perlu diiringi dengan menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat. Seperti menjaga kebersihan rumah dan membiasakan anak berolahraga.

### PROVINSI DENGAN PERSENTASE STUNTING TERBESAR DI INDONESIA

## 127 JUTA

Jika tak ada upaya penanganan, tren balita pendek di Indonesia diproyeksikan menjadi 127 juta pada 2025.

**NUSA TENGGARA TIMUR**  
41,2%

**KALIMANTAN SELATAN**  
37,2%

**GORONTALO**  
36,5%

**SULAWESI TENGAH**  
35,3%

**SULAWESI BARAT**  
36,5%



Sumber : INFODATIN "Situasi Balita Pendek"  
Olah Data : Irsan Suwanto, Gary Jatikusumo  
Desain Grafis : Gary Jatikusumo, Oky Harmoko

**Beritagar.id**  
Merawat Indonesia

### Lampiran 7.1 Studi Kasus: Catatan pertumbuhan dan perkembangan anak usia di bawah 2 tahun.

Diskusikan dalam kelompok bagaimana pertumbuhan dan perkembangan Caca berdasarkan informasi dalam tabel di bawah ini.

1. Lingkari penilaian dari setiap indikator
2. Tuliskan kesimpulan keseluruhan dari profil indikator pertumbuhan dan perkembangan Caca di dalam kolom 'Kesimpulan'
3. 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 menggenggap	Normal - Kurang
Bahasa	Dapat mengucapkan "mimi.."	Normal - Kurang
Sosial emosi	Cepat menangis	Normal - Kurang
Kesimpulan		
Tindakan		

*\*Lingkari Jawaban yang sesuai*

## TOPIK 8. Masa Batita: Usia 1-3 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 8:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memahami tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 1-3 tahun.
2. Mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.
3. Memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal.

**Alat:** Kertas *Flipchart*; Tabel Tahap perkembangan anak usia 1-3 tahun, Grafik pertumbuhan WHO, Lampiran alat ukur deteksi dini autistik.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 8. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Menjelaskan tentang tahap perkembangan anak usia 1-3 tahun dengan penjelasan pada **Lampiran 6.1** dan pertumbuhan anak usia 1-3 tahun dengan menggunakan grafik pertumbuhan WHO untuk Berat Badan menurut Usia (BB/U), Panjang Badan menurut Usia (PB/U), dan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) bagi anak usia 0-2 tahun pada **Lampiran 6.2** sampai **Lampiran 6.7** dan grafik pertumbuhan WHO untuk Berat Badan menurut Usia (BB/U), Tinggi Badan menurut Usia (TB/U), dan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) bagi anak usia 2-5 tahun pada **Lampiran 6.8** sampai **Lampiran 6.13**.
3. Menggunakan catatan perkembangan (**Lampiran 8.1**) untuk mengenal masalah pertumbuhan dan perkembangan anak dengan masalah autistik. Memberi kesempatan peserta untuk berdiskusi dengan menanyakan:
  - a. Bagaimana perilaku Didi? Menanyakan pada peserta apakah pernah menghadapi anak seperti Didi?
  - b. Mengarahkan peserta untuk menilai reaksi emosi Didi? Apakah hal ini normal?
  - c. Apa yang perlu dilakukan untuk menanganinya?
4. Merangkumkan hasil diskusi: Didi mengalami masalah autistik; Didi dikeluhkan oleh orang tua mengalami keterlambatan bicara, tidak menengok bila dipanggil nama dan menunjukkan perilaku berulang-ulang. Untuk itu Didi perlu dipahami, bukan dimarahi, agar ia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Segera dirujuk ke ahli, bila keluarga kesulitan untuk mengangani Didi.

**Lampiran 8.1 Studi kasus: Catatan perkembangan terkait Deteksi Dini Autis untuk anak di atas 2 tahun.**

1. Diskusikan dalam kelompok bagaimana perkembangan Didi berdasarkan catatan perkembangan Didi, yaitu usia 2 tahun 5 bulan terlihat lambat berbicara, tidak berespon jika dipanggil namanya, dan melakukan perilaku berulang-ulang.
2. Gunakan tabel pengamatan di bawah ini untuk melakukan deteksi dini Autis pada anak dengan usia di atas 2 tahun.

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?		

Bila jawaban dari pengamatan dan pertanyaan lebih banyak "Tidak", maka perlu hati-hati dan memerlukan deteksi Autis lebih lanjut.

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

## TOPIK 9. Masa Pra-sekolah: Usia 3-6 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 9:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memahami tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 3-6 tahun.
2. Mengenali ciri anak dengan masalah perkembangan.
3. Memahami cara merangsang dan mengevaluasi perkembangan anak yang optimal

**Alat:** Kertas *Flipchart*, Poster Pertumbuhan Anak, Tabel perkembangan anak usia 3-6 tahun, Grafik pertumbuhan WHO, Lampiran deteksi dini gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 9. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Menjelaskan tahap perkembangan anak usia 3-6 tahun menggunakan penjelasan pada **Lampiran 6.1** dan pertumbuhan tinggi dan berat anak usia 3-6 tahun dengan menggunakan grafik pertumbuhan WHO untuk Berat Badan menurut Usia (BB/U), Tinggi Badan menurut Usia (TB/U), dan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) bagi anak usia 2-5 tahun pada **Lampiran 6.8** sampai **Lampiran 6.13** serta grafik pertumbuhan WHO untuk Berat Badan menurut Usia (BB/U), Tinggi Badan menurut Usia (TB/U), dan Indeks Masa Tubuh menurut Usia (IMT/U) bagi anak usia 5-19 tahun pada **Lampiran 6.14** sampai **Lampiran 6.19**.
3. Menggunakan **Lampiran 9.1** untuk mengenal gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas pada anak. Memberi kesempatan peserta untuk berdiskusi dengan menanyakan:
  - a. Bagaimana perilaku Koko di kelas? Menanyakan pada peserta apakah pernah menghadapi anak seperti Koko? Apa yang dilakukan bila menghadapi anak seperti Koko?
  - b. Mengarahkan peserta untuk menilai perilaku Koko? Apakah hal ini normal?
4. Merangkumkan hasil diskusi: Koko mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas; Koko sulit berkonsentrasi dan duduk diam menyelesaikan tugas. Koko terlihat sebagai anak yang tidak bisa diatur dan semaunya sendiri. Untuk itu Koko perlu dipahami, bukan dimarahi atau dicap sebagai anak nakal, agar ia mampu belajar mengendalikan perilakunya. Segera dirujuk ke ahli, bila keluarga kesulitan untuk mengangani Koko.

**Lampiran 9.1 Studi kasus: Catatan Perkembangan terkait Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) untuk anak di atas 3 tahun.**

1. Diskusikan dalam kelompok bagaimana perkembangan Koko berdasarkan catatan perkembangan Koko, yaitu 5 tahun 2 bulan: sulit berkonsentrasi dan tidak mau duduk tenang di kelas.
2. Gunakan tabel pengamatan di bawah ini untuk melakukan deteksi Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) untuk anak di atas 3 tahun.

Pengamatan Perilaku Anak		Tidak pernah	Jarang	Sering	Selalu
		0	1	2	3
1.	Tidak kenal lelah, atau aktivitas yang berlebihan				
2.	Mudah menjadi gembira, <i>impulsive</i>				
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 <i>eksplosif</i> dan tak terduga				
	<b>Jumlah</b>				
	<b>Total</b>				

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

**Catatan interpretasi:**

Semakin besar nilai dari total skor, maka semakin tinggi kemungkinan adanya Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH) pada anak.

Bila ibu 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, berikan sentuhan sayang (usap atau peluk), ataupun bentuk pendekatan individual lainnya.

## TOPIK 10. Potret Si Kecil

**Waktu:** 30 menit

**Tujuan Topik 10:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat menerapkan pengetahuan yang didapat untuk memahami pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Hal ini merupakan upaya mewujudkan perhatian Ibu kepada anak.

**Alat:** Bebas

**Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 2 dan kegiatan topik 10. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Meminta peserta mengumpulkan hasil karyanya dan memajang hasil karyanya didepan kelas, seperti menunjukan hasil karya anak atau foto anak dengan kegiatannya atau saat bersama keluarga.
3. Memberi kesempatan peserta menjelaskan hasil karyanya dan peserta lain bertanya.
4. Pelatih menutup kegiatan dengan membuat slogan kelas misalnya: Siapa kita? Ibu Tangguh Sayang Anak dan Keluarga.

# UNIT 3. MEMENUHI GIZI ANAK YANG OPTIMAL



## **Tujuan umum:**

Mampu memilih, mengolah, menyiapkan, dan memberikan makan yang aman dan bergizi seimbang agar anak tumbuh sehat dan memiliki status gizi yang baik.

## **Unit 3. Memenuhi Gizi Anak yang Optimal terdiri dari:**

- Topik-11. Pengantar gizi seimbang
- Topik-12. Memasak makanan padat gizi
- Topik-13. Menemani anak makan
- Topik-14. Menyusun belanja makanan
- Topik-15. Memilih makanan yang aman

## TOPIK 11. Pengantar Gizi Seimbang

**Waktu:** 30 menit

### Tujuan Topik 11:

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memahami dan menerapkan pengetahuan terkait gizi seimbang.

Berikut ini adalah kelompok makanan dan fungsinya untuk tubuh.

KELOMPOK MAKANAN	ZAT GIZI UTAMA	FUNGSI
	Karbohidrat	Sumber tenaga bagi tubuh.
Gambar 3.1		
	Protein hewani dan nabati Mineral: zat besi, seng, kalsium, dll	Zat pembangun bagi tubuh. Kekurangan protein dan mineral membuat anak pendek dan kurang berat badan, juga terhambat perkembangan kecerdasannya.
Gambar 3.2		
	Vitamin: Vitamin A, B, C, D, E, K	Zat pengatur bagi tubuh. Kekurangan vitamin dapat menyebabkan penyakit/cacat seperti: rabun senja, sariawan, daya tahan tubuh rendah, dll.
Gambar 3.3		

## Lampiran 11.1 Pedoman Makan: Tumpeng Gizi Seimbang



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

## Mengapa perlu makan makanan yang beragam?



### Fakta.

Hasil studi menunjukkan anak usia dua tahun rentan kekurangan asupan zat gizi 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

*Fahmida U, Kolopaking R, Santika O, Sriani S, Umar J, Htet MK, Ferguson E  
American Journal of Clinical Nutrition 2015; 101:455-61*

### PESAN KUNCI

**Sediakan makanan padat gizi yang beragam  
untuk anak setiap kali makan**

Ada 8 kiat memberi si kecil makanan bergizi:

<b>Kiat memberi makan si kecil</b>	
1	Frekuensi makan anak: <ul style="list-style-type: none"><li>• Makan utama 3x sehari</li><li>• Makan selingan minimal 2-3x sehari</li></ul>
2	Berilah makanan yang beragam setiap kali anak makan. Beragam = minimum 4 dari 7 kelompok pangan berikut ini: <ol style="list-style-type: none"><li>1) Nasi, umbi-umbian, biji-bijian</li><li>2) Polong dan kacang-kacangan</li><li>3) Susu dan olahan susu</li><li>4) Daging (daging merah, daging unggas, ikan, hati, seafood)</li><li>5) Telur</li><li>6) Sayur atau buah kaya vitamin A (berwarna merah/oranye)</li><li>7) Sayur atau buah lainnya</li></ol>
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, 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 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

## Pesan "Pedoman Pola Makan 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, pentol, dll) 1 centong sayur/hari (boleh lebih)
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)

Sumber: (Fahmida, Santika, & Kolopaking, Memberi Makan Bergizi untuk Si Kecil, 2011)

## 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 3x/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)

Sumber: (Fahmida, Pramesthi, & Kusuma, Pengembangan Panduan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal (PGS-PL) untuk Balita dan Ibu Hamil pada 10 Kabupaten Prioritas Stunting dalam Rangka Mendukung Program Padat Karya, 2018)

**Catatan:**

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)

*Sumber: (Kementerian Kesehatan RI, 2014)*

## TOPIK 12. Memasak Makanan Padat Gizi

**Waktu:** 60 menit

**Tujuan:** membuat resep yang padat gizi

### Kegiatan-1: Yuk membuat abon hati dan ikan!

#### Mengapa abon hati dan ikan?

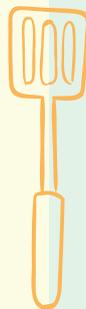
Hati (ayam/sapi) kaya akan zat besi yang penting untuk mencegah anak kurang darah (anemia). Anak yang anemia biasanya kurang aktif/lemah serta kurang kecerdasannya dibandingkan anak yang normal.

Ikan kaya akan zat seng yang penting untuk pertumbuhan tinggi badan anak serta daya tahan tubuhnya terhadap penyakit. Keramba (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.

#### RESEP ABON HATI

**Bahan:**  
3 pasang hati ayam,  
2 sdm minyak goreng



#### Bumbu yang dihaluskan:

2-3 siung bawang putih  
¼ 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 ( $\pm$  ½ 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+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 ( ¼ kg) ikan teri yang tidak asin  
Penyedap / kaldu bubuk ½ sachtet (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

## Kegiatan-2: Yuk membuat CAPCAY!

### 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.



### 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:

- ½ sdm irisan daun bawang
- 1-2 siung bawang putih
- 3 siung bawang merah
- ½ 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



### YUK MEMBUAT VARIASI CAPCAY!

**Praktik:** 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 bawah ini.

**Resep CAPCAY Ibu .....**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Kegiatan-3: Yuk membuat jajan di rumah!

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.

Keramba (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 teksturnya cukup mudah dikonsumsi anak. Snack ini juga baik untuk memberikan anak variasi jajanan yang tidak banyak mengandung gula.



#### RESEP KUKIS 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)
- ¼ 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 (± ¼ kg)
- 3 sdm tepung tapioka



#### Bumbu yang dihaluskan:

- 2 siung bawang putih
- 4 siung bawang merah
- 7 butir lada



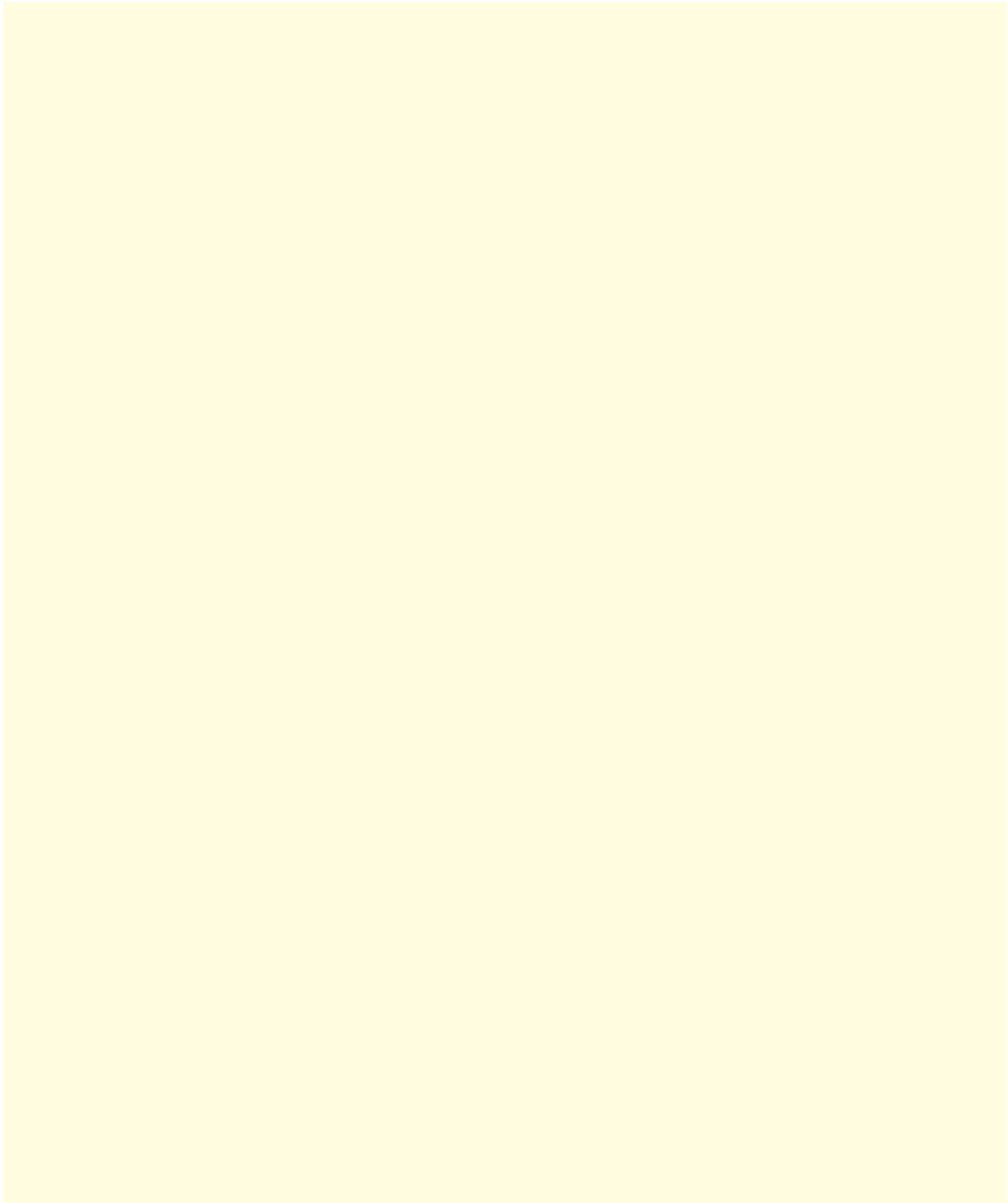
#### Cara membuat:

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

## YUK MEMBUAT VARIASI JAJAN DI RUMAH!

**Praktik:** 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 keramba
- Tahu, tempe atau lauk nabati lain (kacang hijau, dll)
- Ikan, telur atau lakuk hewani lain
- Buah-buahan



## TOPIK 13. Menemani Anak Makan

**Waktu:** 60 menit

**Tujuan Topik 13:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta 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.

**Alat:** Bebas

**Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan kegiatan Topik 13.
2. Peserta dibagi ke dalam 6 kelompok dan setiap kelompok dibagi 1 kartu topik diskusi yang berisi permasalahan-permasalahan anak makan, antara lain:
  - 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?
3. Setelah setiap kelompok mendapat satu kartu topik, beri waktu 10-15 menit untuk berdiskusi mengenai cara atau tips yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang disebutkan dalam kartu.
4. Minta setiap kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusinya melalui penampilan drama.
5. Setelah selesai setiap satu penampilan drama, bahaslah dengan merujuk pada kotak-kotak tips di bawah ini.

### **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.

### **BAGAIMANA JIKA 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 1hari):
  - Berikan larutan oralit (atau 1 sdt gula + ¼ sdt garam + 1 gelas air), ½ gelas setiap kali anakmencret
  - 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 orangtua 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.

## TOPIK 14. Menyusun Belanja Makanan

**Waktu:** 30 menit

**Tujuan Topik 14:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memilih makanan yang enak dan bergizi dengan anggaran yang ada.

**Alat:** Bebas

**Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan kegiatan Topik 14.
2. Peserta dibagi ke dalam 6 kelompok dan setiap kelompok diberi waktu 10 menit untuk berdiskusi mengenai apa saja yang sering mereka lakukan dalam mengatur keuangan keluarga untuk belanja makanan.
3. Setiap kelompok menyampaikan hasil diskusinya.
4. Diskusi bersama-sama dengan merujuk pada kotak "Tips mengatur anggaran belanja untuk menyediakan makanan bergizi bagi keluarga"

### **BAGAIMANA MENGATUR BELANJA UNTUK MAKAN KELUARGA?**

**Tips mengatur anggaran belanja untuk menyediakan makanan bergizi bagi keluarga:**

1. Belilah makanan yang sedang musim karena harganya lebih murah, misalnya:
  - Jika ikan sedang mahal (bulan purnama) 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 yang sedang musim (karena harga lebih murah) atau Ibu bisa menanam di pekarangan (pepaya, mangga, ...)
4. Untuk jajan/snack, pilihlah buah, telur puyuh, tahu/tempe atau biskuit dengan vitamin mineral. Ibu juga bisa membuat jajan sendiri dari bahan-bahan yang ada, misalnya: agar-agar, pisang rebus/goreng, ubi rebus/goreng, sale pisang, jus tomat (terong aceh), kue kering keramba, pentol ikan, bakwan sayur, dll. Jangan memilih kerupuk atau 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 Ibu!
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 1-2x/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

## TOPIK 15. Memilih Makanan Yang Aman

**Waktu:** 30 menit

### Tujuan Topik 15:

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat mengenali dan memilih makanan yang aman agar mencegah anak sakit karena makanan, seperti diare dan keracunan makanan.

**Alat:** 5 poster kunci keamanan pangan

### Kegiatan:

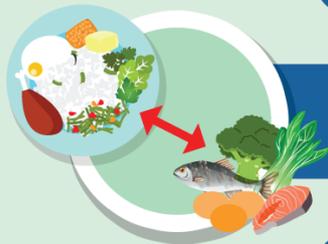
1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan kegiatan Topik 15.
2. Pelatih PPIAUD menyampaikan materi mengenai "Tips 5 kunci keamanan pangan dan memilih makanan yang aman" (Kotak 3.1)
3. Peserta diberi kesempatan untuk bertanya.

### Kotak 15.1

# 5 Kunci Keamanan Pangan:

1

Jagalah Kebersihan



Pisahkan pangan mentah dari pangan matang

2

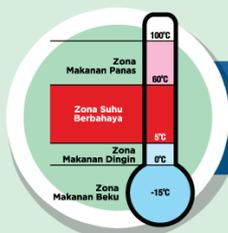
3

Masaklah dengan benar



Jagalah makanan pada suhu aman

4



5

Gunakan air dan bahan baku yang aman



**Menyiapkan makanan yang aman dan bergizi dimulai dari pemilihan, penyimpanan, dan pengolahan bahan makanan, serta menjaga kebersihan.**

## **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.



## PERSIAPAN PENGOLAHAN MAKANAN

1. Cuci tangan sebelum mengolah makanan.
2. Pisahkan bahan makanan mentah (daging ternak, unggas dan ikan) dari bahan makanan lain.
3. Cuci bahan makanan dengan air bersih yang mengalir.
4. Gunakan alat masak (alat potong dan papan alas) yang berbeda setiap kali mempersiapkan bahan beda.
5. Untuk mempersiapkan makanan yang berkuah, pastikan air kuah dimasak hingga mendidih (suhu  $>70^{\circ}\text{C}$ ).
6. Gunakan lap yang baru untuk membersihkan meja dan perabotan makan.

## TOPIK 16. Catatan harian si kecil: pola makan

**Waktu:** 30 menit

### Tujuan Topik 16:

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk memantau pola makan anak agar mendapat asupan gizi yang optimal

**Praktik:** Ajak Ibu untuk mencatat apa yang anak Ibu makan selama 1 minggu dalam table di bawah ini.

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
<b>Sarapan</b>							
<b>Abon</b>							
<b>Selingan</b>							
<b>Makan siang</b>							
<b>Abon</b>							
<b>Selingan</b>							
<b>Makan malam</b>							
<b>Abon</b>							
<b>Selingan</b>							

# UNIT 4. BERMAIN BERSAMA ANAK



## **Tujuan Unit 4:**

Meningkatkan kemampuan ibu untuk mampu melakukan kegiatan bermain bersama anak untuk merangsang 6 aspek perkembangan usia dini yang meliputi: (1) nilai agama dan moral (mengetahui keagungan Tuhan); (2) Fisik motorik (motorik kasar, motorik halus, kesehatan dan perilaku keselamatan); (3) Kognitif (mengingat dan menghafal) (4) Bahasa (memahami, mengungkapkan dan membaca); (5) Sosial-emosional (merasa dan menyayangi); (6) Seni (menyanyi, menari, menggambar dan mencipta).

## **Unit 4. Bermain Bersama Anak terdiri dari:**

- Topik-17. Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain
- Topik-18. Bermain bersama anak: Usia 0-1 tahun
- Topik-19. Bermain bersama anak: Usia 1-3 tahun
- Topik-20. Bermain bersama anak: Usia 3-6 tahun
- Topik-21. Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa

## TOPIK 17. Pengantar: Prinsip Pendidikan Anak Usia Dini dan Prinsip Bermain

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 17:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memahami prinsip pembelajaran PAUD.
2. Memahami prinsip bermain Ibu dapat menggunakan lingkungan di sekitar anak sebagai sumber belajar.
3. Dapat membuat 3 jenis aktivitas bermain yang melibatkan 6 aspek perkembangan anak.
4. mempraktikkan gerak dan lagu yang menstimulasi beberapa perkembangan anak.

### **Alat:**

1. Karton Manila / Kertas *Flipchart*.
2. Kertas tempel.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 4 dan kegiatan topik 17. Memberi kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Menyampaikan mengenai 10 prinsip pembelajaran pendidikan anak usia dini menggunakan **Kotak 17.1**.
3. Menyampaikan mengenai Prinsip bermain bersama anak usia dini menggunakan **Kotak 17.2**.
4. Meminta ibu memberikan contoh-contoh permainan yang dapat dilakukan bersama anak dan menuliskannya pada selembar kertas. Lalu menempelkannya di dinding kelas.
5. Diskusikan contoh-contoh permainan yang bisa dilakukan bersama anak yang telah dibuat oleh peserta.
6. Meminta ibu untuk memilih satu permainan yang disenangi oleh anak. Menggunakan **Lampiran 17.1**, peserta menuliskan kegiatan yang dilakukan saat bermain dan manfaat permainan bagi perkembangan anak. Diskusikan:
  - a. Aspek perkembangan apa yang dirangsang melalui permainan tersebut?
  - b. Apakah ibu sering memainkan permainan tersebut bersama anak?
  - c. Apakah ibu dulu sering memainkan permainan tersebut saat kecil.
7. Meminta peserta bertepuk tangan untuk menutup kegiatan.

## Kotak 17.1

### 10 Prinsip pembelajaran PAUD:

1. Belajar melalui bermain,
2. Berorientasi pada perkembangan anak,
3. Berorientasi pada kebutuhan anak,
4. Berpusat kepada anak,
5. Pembelajaran aktif,
6. Pengembangan nilai karakter,
7. Berorientasi pada pengembangan kecakapan hidup,
8. Didukung oleh lingkungan yang kondusif,
9. Pembelajaran yang demokratis,
10. Pemanfaatan media belajar, sumber belajar, dan narasumber.

## Kotak 17.2

### Bermain bersama anak usia dini:

1. Luangkan waktu yang cukup. Pusatkan perhatian ibu pada kegiatan bermain jangan dibarengi dengan kegiatan lainnya misalnya sambil berHp atau menonton TV.
2. Curahkan kasih sayang dan perhatian. Jadikan diri ibu sebagai teman bermain, ciptakan rasa kebersamaan dan keterlibatan dalam permainan. Bermain bersama anak bukan paksaan tetapi kegiatan yang bersama yang menyenangkan antara anak dan orang tua
3. Tunjukkan kesenangan saat bermain. Beri dukungan dan pujian saat bermain, dengan senyuman, tepuk tangan atau pelukan.
4. Gunakan benda-benda disekitar sebagai alat permainan, misalnya: sendok, botol kosong, buah-buahan. Bermain dengan bahan-bahan yang ada disekitar anak akan meranggang kecerdasan dan kreatifitas anak.
5. Jaga kebersihan dan keamanan mainan. Hindari alat permainan yang mudah tertelan (seperti: uang logam, kancing), benda mudah melukai (pisau, benda lancip/tajam, benda mudah pecah) dan jauhkan dari peralatan listrik.

**Lampiran 17.1**  
**Permainan Kesenangan Buah Hatiku**

<b>Nama Permainan</b>	
<b>Peralatan yang diperlukan</b>	
<b>Kegiatan yang dilakukan</b>	
<b>Manfaat Permainan</b>	

## TOPIK 18. Bermain Bersama Anak: Usia 0-1 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 18:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 0-1 tahun.

### **Alat:**

1. Berbagai macam gambar binatang, buah-buahan, bentuk-bentuk benda yang digunakan sehari-hari seperti peralatan makan, pakaian, alat rumah tangga.
2. Benda-benda sekitar yang mengeluarkan suara atau bunyi atau alat musik sederhana.
3. Kumpulan lagu-lagu anak yang dikenal oleh peserta.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Meminta peserta membuka kembali **Lampiran 6.1** mengenai Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 0 – 1 Tahun. Menggunakan Tabel pada lampiran tersebut, ajak peserta untuk memahami bahwa :
  - a. Setiap tahapan usia 0-1 tahun memiliki perkembangan masing masing, minta peserta untuk memahami perkembangan fisik motorik anak usia 0-3 bulan, 3-6 bulan,6-9 bulan dan 9-12 bulan.
  - b. Meminta peserta untuk menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan fisik motorik dari setiap tahapan usia 0-3 bulan, 3-6 bulan,6-9 bulan dan 9-12 bulan .
  - c. Merangkumkan bahwa perkembangan fisik motorik merupakan fokus perkembangan anak usia 0-1 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk merangsang perkembangan fisik motoriknya
3. Menjelaskan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 0-1 tahun menggunakan **Kotak 18.1**
4. Menggunakan **Lampiran 18.1**, peserta diminta untuk mempraktekkan cara bermain “Suara Apa Itu” dan memahami manfaat permainan tersebut bagi anak usia 0-1 tahun.
5. Menggunakan **Lampiran 18.2**, peserta diminta untuk memilih dan menilai permainan bagi anak usia 0-1 tahun yang disukainya. Peserta dapat juga menggunakan permainan “Suara Apa Itu” yang dicontohkan sebagai permainan pilihannya. Lembar **Lampiran 18.2** dikumpulkan dan disimpan oleh pelatih.

## Kotak 18.1

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

Kegiatan bermain yang dilakukan adalah kegiatan yang merangsang pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecapan, perabaan dengan menggunakan gerakan mata, tangan dan kaki. 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

## Lampiran 18.1 Contoh Aktivitas Bermain untuk Anak Usia 0 – 1 Tahun

Nama Permainan:

### **SUARA APA ITU?**

#### **Peralatan yang diperlukan:**

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

#### **Kegiatan yang dilakukan:**

1. Untuk membantu anak agar dapat belajar duduk sendiri, orang tua dapat memanfaatkan alat bantu berupa cermin. Cermin digunakan untuk menarik perhatian anak karena umumnya anak tertarik untuk melihat bayangan mereka pada cermin. Orang tua dapat memulai dengan meletakkan cermin di depan anak (di posisi sejajar dengan pandangan mata anak saat dia duduk). Orang tua menahan lengan anak untuk menopang badannya (pastikan untuk tidak langsung melepaskannya). Biarkan anak terbiasa dengan posisi duduk terlebih dahulu. Jika anak sudah mulai kuat menahan badannya sendiri, barulah orang tua perlahan-lahan melepaskannya.
2. Orang tua dapat menempelkan berbagai gambar bentuk benda pada cermin tersebut. Kemudian, orang tua 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, orang tua 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, orang tua 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.

## Manfaat Permainan: merangsang 6 aspek perkembangan



### Nilai Moral dan Agama

- Melihat dan mendengar berbagai ciptaan Tuhan



### Fisik Motorik

- Duduk dengan bantuan
- Memegang dan memainkan benda dengan tangan
- Meraih benda di depannya



### Kognitif

- Mendengarkan suara-suara di sekitarnya



### Bahasa

- Memperhatikan/mendengarkan ucapan orang



### Sosial-Emosional

- Merespons dengan gerakan tangan dan kaki



### Seni

- Mendengarkan berbagai jenis musik atau bunyi-bunyian dengan irama yang teratur

**Lampiran 18.2 Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 0-1 tahun.**

<b>Nama Permainan</b>	
<b>Peralatan yang diperlukan</b>	
<b>Kegiatan yang dilakukan</b>	
<b>Manfaat Permainan</b>	

## TOPIK 19. Bermain Bersama Anak: Usia 1-3 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 19:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 1-3 tahun.

### **Alat:**

1. Mainan 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:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Meminta peserta membuka kembali **Lampiran 6.1** mengenai Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 1 – 3 Tahun. Menggunakan Tabel pada lampiran tersebut, ajak peserta untuk memahami bahwa :
  - a. Setiap tahapan usia 1-3 tahun memiliki perkembangan masing masing, minta peserta untuk memahami perkembangan bahasa anak usia 12-18 bulan, 18-24 bulan, dan 24-36 bulan.
  - b. Meminta peserta untuk menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan bahasa dari setiap tahapan usia 12-18 bulan, 18-24 bulan, dan 24-36 bulan.
  - c. Merangkumkan bahwa perkembangan bahasa merupakan fokus perkembangan anak usia 1-3 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk merangsang perkembangan bahasanya
3. Menjelaskan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 1-3 tahun menggunakan **Kotak 19.1**
4. Menggunakan **Lampiran 19.1**, peserta diminta untuk mempraktekkan cara bermain peran "Belanja" dan memahami manfaat permainan tersebut bagi anak usia 1-3 tahun.
5. Menggunakan **Lampiran 19.2**, peserta diminta untuk memilih dan menilai permainan bagi anak usia 1-3 tahun yang disukainya. Peserta dapat juga menggunakan permainan "Belanja" yang dicontohkan sebagai permainan pilihannya. Lembar **Lampiran 19.2** dikumpulkan dan disimpan oleh pelatih.

## Kotak 19.1

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 mengungkapkan 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.

## Lampiran 19.2 Contoh Aktivitas Bermain untuk Anak Usia 1 – 3 Tahun

Nama Permainan:

### **BELANJA (BERMAIN PERAN)**

#### **Peralatan yang diperlukan:**

1. Mainan 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. Orang tua dapat mengajak 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. Guru/orang tua menyajikan mainan perlengkapan masak dan makan yang disediakan. Biarkan anak mengamati perlengkapan tersebut. Jelaskan kepada anak tugas penjual adalah untuk melayani keinginan pembeli sesuai apa yang penjual jual ditempat itu. Sedangkan 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. Guru/orang tua sesekali 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. Guru/orang tua memberikan 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. Guru/orang tua dapat memberikan contoh terlebih dahulu dengan percakapan sebagai berikut:

Guru/orang tua : "Halo... bisa bicara dengan Ana?"  
Ana : "Iya, ini Ana?"  
Guru/orang tua : "Ana, aku mau beli buah, ada enggak?"

Ana : "Ada"  
Gutu/orang tua : "Aku mau buah apel boleh ya?"  
Ana : "Boleh"

- Setelah permainan selesai, guru/orang tua memberikan 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.
- Setelah semua kegiatan selesai, guru/orang tua mengajak anak untuk berdoa dengan gerakan berdoa.

### Manfaat Permainan: merangsang 6 aspek perkembangan



#### Nilai Moral dan Agama

- Meniru gerakan ibadah dan doa



#### Fisik Motorik

- Memasukkan benda-benda ke dalam wadah



#### Kognitif

- Menyebut beberapa nama benda dan jenis makanan



#### Bahasa

- Memahami kata-kata sederhana dari ucapan yang didengar.
- Memainkan kata/suara yang didengar dan diucapkan berulang-ulang.
- Menjawab pertanyaan dengan kalimat pendek.  
Menggunakan kata tanya dengan tepat (apa, siapa, bagaimana, mengapa, di mana?)



#### Sosial-Emosional

- Berbagi peran dalam suatu permainan.
- Bermain bersama berdasarkan aturan tertentu



#### Seni

- Bersama teman-teman menyanyikan lagu

**Lampiran 19.2 Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 1-3 tahun.**

<b>Nama Permainan</b>	
<b>Peralatan yang diperlukan</b>	
<b>Kegiatan yang dilakukan</b>	
<b>Manfaat Permainan</b>	

## TOPIK 20. Bermain Bersama Anak: Usia 3-6 tahun

**Waktu:** 30 menit

### **Tujuan Topik 20:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat memilih permainan dan berinteraksi dengan anak untuk menstimulasi beberapa perkembangan anak sesuai tahapan usia 3-6 tahun.

### **Alat:**

1. Kumpulan cerita anak.
2. Gambar berbagai macam binatang yang menunjang cerita.
3. Benda-benda sekitar yang dapat digunakan sebagai alat peraga.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan pelatihan.
2. Meminta peserta membuka kembali **Lampiran 6.1** mengenai Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 3 – 6 Tahun. Menggunakan Tabel pada **Lampiran 6.1**, ajak peserta untuk memahami bahwa :
  - a. Setiap tahapan usia 3-6 tahun memiliki perkembangan masing masing, minta peserta untuk memahami perkembangan sosial emosional anak usia 3-4 tahun, 4-5 tahun, dan 5-6 tahun.
  - b. Meminta peserta untuk menyebutkan perbedaan tahapan perkembangan sosial emosional dari setiap tahapan usia 3-4 tahun, 4-5 tahun, dan 5-6 tahun.
  - c. Merangkumkan bahwa perkembangan sosial emosional merupakan fokus perkembangan anak usia 3-6 tahun, sehingga tujuan utama kegiatan bermain adalah untuk merangsang perkembangan bahasanya
3. Menjelaskan tujuan dan cara bermain untuk anak usia 3-6 tahun menggunakan **Kotak 20.1**.
4. Menggunakan **Lampiran 20.1** dan **Lampiran 20.2**, peserta diminta untuk mempraktekkan cara bermain dan memahami manfaat permainan tersebut bagi anak usia 3-6 tahun.
5. Menjelaskan pada peserta kumpulan bacaan bagi anak terkait Gempa, Banjir, dan Tsunami (**Lampiran 20.3**).
6. Menjelaskan pada peserta pada peserta kumpulan lagu anak terkait Siaga Gempa, Banjir, dan Tsunami (**Lampiran 20.4**).
7. Menggunakan **Lampiran 20.5**, peserta diminta untuk memilih dan menilai permainan bagi anak usia 3-6 tahun yang disukainya.

## Kotak 20.1

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 dirumah 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 rutinas harian seperti makan, mandi, dan tidur dengan suasana bermain.
- Menggunakan gambar, tulisan atau kerajinan tangan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan.
- Mengenalkan bacaan dan lagu-lagu yang terkait dengan siaga Gempa, Gunung Berapi, Banjir dan Tsunami serta memahami syair dan maknanya.

## Lampiran 20.1 Contoh Aktivitas Bermain untuk Anak Usia 3 – 5 Tahun

Nama Permainan:

### **MEMBACA BERSAMA**

#### **Peralatan yang diperlukan:**

- Cerita anak misalnya “Keikhlasan Unta” Kotak 4.6.
- Gambar berbagai macam binatang yang berkaitan dengan isi cerita
- Benda-benda sekitar yang dapat digunakan sebagai alat peraga.

#### **Kegiatan yang dilakukan:**

1. Doa Sebelum dan Sesudah memulai kegiatan.
2. Membacakan Cerita Anak “Keikhlasan Unta” Kotak 4.6.
3. Menirukan gerakan binatang seperti yang ada dalam cerita, misalnya binatang yang ada dalam cerita “Keikhlasan Unta” adalah Unta, Kuda, dan Kepiting.
4. Berdiskusi mengenai cerita yang telah dibacakan, apakah anak memahami cerita yang dibacakan? Apakah pesan moral yang didapatkan dari cerita tersebut?
5. Berjalan-jalan di lingkungan luar rumah/sekolah untuk menemukan suara-suara binatang di sekitar.
6. Bermain tebak gambar binatang dengan mendeskripsikan melalui ekspresi, suara, gerakan atau mikik tertentu atau melalui alat bantu dengan memanfaatkan benda-benda sekitar.

#### **Panduan bagi Guru/Orang Tua**

1. Guru/orang tua memandu anak untuk mengucapkan doa sebelum melakukan kegiatan (misalnya mengucapkan Basmalah bagi umat muslim).
2. Guru/orang tua mengajak anak untuk duduk yang rapi dan menjelaskan apa saja yang akan dilakukan hari ini. Anak diminta untuk dapat menyimak perkataan guru/orang tua.
3. Guru/orang tua membacakan cerita anak bertema Binatang yaitu “Keikhlasan Unta” (saat membacakan dialog setiap karakter, guru/orang tua menggunakan suara yang berbeda untuk masing-masing karakter. Selain itu, guru/orang tua menggunakan ekspresi dan gerakan untuk mendeskripsikan karakter dalam cerita tersebut). Kemudian, saat bercerita, anak diajak untuk menirukan gerakan binatang yang ada di dalam cerita tersebut (dapat juga menggunakan alat yang ada di sekitar, misalkan menggunakan guling untuk menirukan binatang Kuda).
4. Setelah selesai membacakan cerita tersebut, anak diajak untuk berdiskusi mengenai cerita “Keikhlasan Unta” yang telah dibacakan dan pesan moral yang terdapat dalam cerita tersebut. Beberapa pertanyaan yang dapat diajukan kepada anak adalah:
  - “Siapa yang meminta tolong untuk diberikan air?”
  - “Siapa yang rela memberikan air miliknya?”
  - “Apakah Kuda Hitam marah kepada Unta?”
  - “Mengapa kita harus ikhlas memberikan sesuatu yang kita miliki kepada yang benar-benar membutuhkan?”
  - Kalau ada teman yang minta tolong, apa kamu mau membantu?

Guru/orang tua dapat juga meminta tolong sesuatu saat itu juga dan meminta anak membantu melakukan sesuatu, misalnya ada sampah di kolong meja dibuang ke tempat sampah, dll.

5. Setelah selesai membacakan cerita, ajak anak untuk bersiap-siap melakukan kegiatan di luar ruangan untuk menemukan suara-suara di lingkungan sekitar. Guru/orang tua memandu anak untuk melihat sekeliling mereka dan menemukan binatang di sekitar. Lalu, ajak anak untuk menirukan suara binatang tersebut (misalnya, kucing dengan mengeong "miaow-miaow", anjing dengan menggonggong "guk-guk", burung dengan berkicau "Crip-crip", dll). Kemudian, guru/orang tua mengajak anak untuk kembali ke ruangan (kelas/rumah).
6. Anak diminta duduk kembali dan guru/orang tua menjelaskan peraturan permainan yang akan dilakukan, yaitu anak akan diberikan gambar binatang kemudian diminta untuk mendeskripsikan binatang tersebut melalui ekspresi, suara, gerakan atau mimik tertentu atau melalui alat bantu dengan memanfaatkan benda-benda sekitar dan guru/orang tua akan menebak binatang apa yang dimaksud. Lakukan dengan bergantian. Selama permainan berlangsung, orang tua/guru dapat mendorong anak untuk dapat meminjamkan gambar-gambar tersebut kepada orang tua/guru dengan menanyakan kepada anak "Ibu boleh pinjam gambarnya sebentar?" atau "Boleh gantian pegang gambarnya?".
7. Di akhir permainan, guru/orang tua dapat memberikan *reward* atau hadiah bagi anak jika dapat menebak dengan benar dan beri mereka pujian.
8. Guru/orang tua mengajak anak untuk berdoa setelah melakukan kegiatan.

### Manfaat Permainan: merangsang 6 aspek perkembangan



#### Nilai Moral dan Agama

- Mengenal perilaku baik/sopan dan buruk



#### Fisik Motorik

- Menirukan gerakan binatang, pohon tertiup angin, dsb



#### Kognitif

- Menggunakan benda-benda sebagai permainan simbolik (misalnya kursi sebagai mobil)



#### Bahasa

- Menyimak perkataan orang lain.
- Memahami cerita yang dibacakan.
- Mengenal suara-suara hewan/benda yang ada di sekitarnya



#### Sosial-Emosional

- Meminjam dan meminjamkan mainan.
- Memahami peraturan dan disiplin.
- Mau berbagi, menolong, dan membantu teman



#### Seni

- Mendeskripsikan sesuatu (seperti binatang) dengan ekspresif yang berirama (contoh, anak menceritakan gajah dengan gerak dan mimik tertentu)

## Kotak 20.2

### Keikhlasan Unta

Karya: Zahratul Wahdati

Di sebuah padang pasir, terlihat seekor unta dan seekor kuda hitam. Sepertinya mereka kelelahan akibat perjalanan yang mereka tempuh. Persediaan air mereka pun mulai menipis, hanya tersisa setengah botol milik unta dan satu botol milik kuda hitam.

“Apakah perjalanan ini masih jauh, Unta?” tanya kuda hitam dengan langkah gontai.

“Benar. Kuda. Perjalanan masih cukup jauh.”, jawab unta sambil tetap melangkah.

Mereka melanjutkan perjalanan mereka dengan air yang makin menipis. Air milik unta tinggal seperempat dan kuda hitam tinggal setengah.

Saat tiba di balik bukit pasir, seekor kepiting mendekati mereka.

“Tolonglah aku, wahai Unta dan Kuda Hitam. Bolehkah aku meminta airmu sedikit saja,”? tanya kepiting dengan memelas.

“Tidak, perjalanan kami masih panjang, jika kami memberikannya kepadamu, kami bisa mati.” jawab kuda hitam dan melanjutkan perjalanannya.

“Ini, minumlah air milikku. Jika aku mati, setidaknya aku sudah berbagi.” ujar unta dengan bijaksana.

Kepiting langsung meminum air itu tanpa berkata-kata. Dia tidak sadar bahwa unta telah pergi. Kepiting melihat ke segala arah, namun ia tidak melihat unta. Sementara itu, kuda hitam dan unta benar-benar sudah kelelahan. Mereka memutuskan untuk beristirahat sejenak.

“Aku sudah tidak sanggup lagi, Kuda Hitam.” ucap unta dengan tubuh lemas.

“Kenapa, Unta? Bukankah kamu masih mempunyai air?” tanya kuda hitam.

“Airku telah kuberikan kepada kepiting tadi.” jawab unta dengan pelan.

“Apa? Ah, itu akibat dari perbuatanmu sendiri, Unta. Seharusnya kamu tidak memberikan air kepadanya.” kata kuda hitam dengan sedikit membentak.

Kuda hitam tampak sangat marah atas tindakan unta. Ia bahkan memutuskan untuk melanjutkan perjalanan sendiri tanpa unta. Unta sudah tidak sanggup lagi melanjutkan perjalanannya. Saat ia terkapar lemas, kepiting yang ia tolong tadi menghampirinya.

“Ternyata kamu di sini, Unta! Aku mencarimu dari tadi,” seru kepiting.

Tetapi, unta tidak menjawab kepiting karena terlalu lemas. Kepiting pun segera memberikan unta minum yang dia dapat dari mata air tersembunyi di padang pasir. Setelah unta kembali segar, kepiting menjelaskan bahwa ia sebenarnya mengetahui sumber mata air tersembunyi di padang pasir ini. Namun, sebelum ia sampai di tempat itu, ia sudah tidak kuat lagi, dan saat itulah ia ditolong oleh unta. Kepiting sangat berterima kasih kepada unta yang telah menolong hidupnya. Unta juga sangat bersyukur karena telah berbagi kepada kepiting.

## Lampiran 20.2 Contoh Aktivitas Bermain untuk Anak Usia 5 – 6 Tahun

Nama Permainan:

### **AYO MAKAN**

#### **Peralatan yang diperlukan:**

- Contoh gambar nasi, telur, 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).
- Piring plastik, sendok plastik, mangkuk, toples, dll (yang tersedia di dapur).
- Kertas gambar dan spidol atau krayon berwarna.

#### **Kegiatan yang dilakukan:**

1. Doa sebelum dan sesudah memulai kegiatan.
2. Menceritakan pengalaman/kejadian saat di PAUD/di rumah.
3. Bersyukur atas rejeki makanan minuman.
4. Menyebutkan nama-nama bahan makanan.
5. Mengelompokkan benda berdasarkan warna, bentuk dan ukuran.
6. Mengeskpresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada.
7. Menggambar dan mewarnai bahan makanan/alat makan yang disukai.

#### **Panduan bagi Guru/Orang Tua**

1. Guru/orang tua memandu anak untuk mengucapkan doa sebelum melakukan kegiatan (misalnya mengucapkan Basmalah bagi umat muslim).
2. Guru/orang tua menanyakan kepada anak apa saja yang telah dilakukan serta makanan atau minuman apa yang telah dikonsumsi anak saat di PAUD (tadi pagi) atau di rumah (kemarin).
3. Guru/orang tua menyampaikan 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. Guru/orang tua menyajikan gambar bahan makanan dan alat makan yang disediakan dan mengajak anak untuk mengamati gambar tersebut.
5. Guru/orang tua mengajak 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, guru/orang tua menekankan bahwa buah dan sayur mengandung banyak vitamin dan mineral yang diperlukan agar tubuh tetap sehat.
6. Guru/orang tua menanyakan kepada anak mengenai konsep benda, warna, bentuk dan ukuran yang ada pada gambar bahan makanan dan alat makan tersebut. Kemudian, guru/orang tua mempersilahkan anak mengelompokkan gambar bahan makanan dan alat makan tersebut berdasarkan konsep benda, warna, bentuk dan ukuran yang dipahami anak.

7. Guru/orang tua mempersilahkan anak untuk memilih gambar bahan makanan atau alat makan yang disukai oleh anak. Kemudian, guru/orang tua menanyakan 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, guru/orang tua juga menanyakan 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. Guru/orang tua memberikan alat dan bahan untuk menggambar. Kemudian, guru/orang tua mencontohkan kepada anak cara menggambar buah dan sayur/alat makan yang dipilih. Guru/orang tua membimbing 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. Guru/orang tua mengajak anak untuk berdoa setelah melakukan kegiatan.

### Manfaat Permainan: merangsang 6 aspek perkembangan



#### Nilai Moral dan Agama

- Anak terbiasa bersyukur dirinya sebagai ciptaan Tuhan atas rezeki yang telah diberikan.
- Anak berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan



#### Fisik Motorik

- Anak dapat meniru bentuk



#### Kognitif

- Anak dapat mengklasifikasikan benda berdasarkan warna, bentuk dan ukuran



#### Bahasa

- Anak dapat menyebutkan macam-macam bahan makanan. Anak dapat menceritakan pengalaman/kejadian secara sederhana.



#### Sosial-Emosional

- Anak dapat mengeskpresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada



#### Seni

- Anak menggambar berbagai macam bentuk yang beragam

## Lampiran 20.3 Bahan bacaan terkait Gempa, Erupsi Gunung Berapi, Banjir dan Tsunami untuk anak usia 3-6 tahun

### Apa Yang Harus Dilakukan Saat Gempa Bumi

Daerah-daerah di Indonesia memang menjadi lokasi rawan gempa. Gempa bumi terjadi saat ada lempeng bumi yang bergerak dan bertumbukan atau bahkan patah. Selain itu, gempa bumi juga terjadi saat erupsi gunung berapi, runtuhnya bangunan, dan ledakan nuklir. Apakah di daerahmu pernah terjadi gempa bumi? Kalau terjadi gempa di sekitar kita, apa yang harus kita lakukan?

**Pertama**, utamakan keselamatan dirimu. Saat terasa getaran gempa, segera lakukan 3B, Berlutut, Berlindung, Bertahan dan berpegangan. Jika memungkinkan, berlindunglah di bawah meja. Kamu juga bisa melindungi diri dengan benda lainnya. Jika berlindung di bawah meja, berpeganglah pada kaki meja sehingga letak meja tidak berpindah dan tetap melindungimu.

**Kedua**, jangan panik dan terburu-buru keluar dari rumah. Tunggu situasi lebih aman. Jika kamu berlari ketika terjadi gempa, maka akan sangat berbahaya. Saat keluar rumah, tetap lindungi kepala kita. Hati-hati dengan pecahan kaca dan reruntuhan bangunan yang dapat melukaimu.

**Ketiga**, jauhi tembok. Jaga jarak aman dari tembok saat melakukan penyelamatan pada waktu gempa.

**Keempat**, lindungi diri dari pecahan kaca dan benda berbahaya lainnya. Pakailah selalu sandal atau sepatu dalam melakukan penyelamatan. Jaga jarak dari jendela kaca dan barang pecah belah lainnya.

Terakhir, setelah gempa berhenti, pastikan seluruh anggota keluarga berkumpul di tempat aman dan mencari informasi gempa terkini dari sumber terpercaya.

**Sumber:** laman [www.bobo.grid.id](http://www.bobo.grid.id) dan poster terbitan Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) dengan beberapa perubahan



## Erupsi Gunung Api

Letusan gunung berapi terjadi karena adanya tekanan gas dari perut bumi yang kuat sehingga mendorong magma keluar. Selain magma, ada material lainnya yang juga keluar dari gunung berapi berupa abu vulkanik, awan panas, lava, dan lahar.

Jika Anda tinggal di wilayah yang terdapat gunung berapi, maka Anda harus mengetahui langkah-langkah penyelamatan yang harus diambil jika aktivitas gunung berapi meningkat.

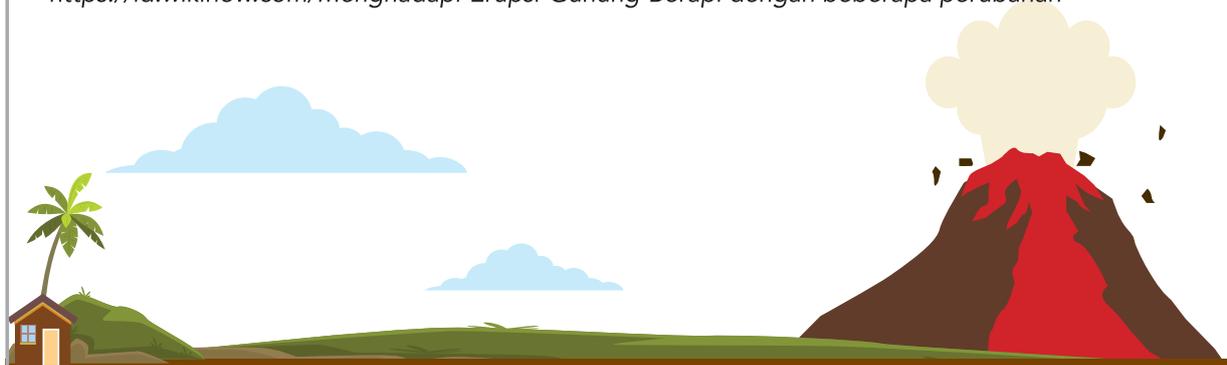
Ketika erupsi, tetap tenang dan jangan panik. Berikut langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mengantisipasi erupsi gunung api.

- Segera masuk rumah dan tutup semua jendela dan pintu, ketika mendengar tanda peringatan erupsi, kecuali jika mendapatkan instruksi evakuasi ke zona nyaman.
- Segera cari informasi melalui radio. Pastikan Anda memiliki radio dengan tenaga baterai, untuk berjaga-jaga jika listrik padam.
- Jika berada di luar dan tidak menemukan tempat berlindung, pergi ke tempat tinggi.
- Di tempat terbuka, lindungi diri dari abu vulkanik dengan baju lengan panjang, celana panjang. Gunakan kacamata pelindung. Gunakan masker atau kain basah untuk menutup mulut dan hidung.
- Jangan menyeberangi wilayah yang tertutupi hasil panas bumi.

Setelah erupsi terjadi, lindungi diri dengan:

- Tetap tinggal di rumah hingga situasi dinyatakan tanda aman oleh instansi atau badan yang berwenang.
- Pastikan Anda hanya meminum air dalam kemasan, sampai muncul pernyataan air keran telah aman untuk dikonsumsi.
- Jauhi daerah-daerah zona hujan abu dan kurangi terpapar abu vulkanik
- Bersihkan atap rumah dari debu atau abu gunung hujan debu yang menutupi atap rumah.
- Hindari mengendarai mobil di daerah yang terkena hujan abu
- Segera obati luka yang Anda alami pada saat erupsi terjadi

**Sumber:** laman [www.bobo.grid.id](http://www.bobo.grid.id), Poster "Siaga Erupsi Gunung Api" terbitan Dompot Dhuafa, dan <https://id.wikihow.com/Menghadapi-Erupsi-Gunung-Berapi> dengan beberapa perubahan



## Cegah Banjir Sebelum Terlambat



Bencana banjir sering terjadi di daerah di Indonesia. Apabila memasuki musim hujan, kita akan bersiap-siap menghadapi banjir. Banjir terjadi saat sungai dan penampungan air tidak bisa menampung kubik air yang ada dan meluap ke daratan. Selain itu, banjir juga disebabkan kurangnya daerah serapan.

Untuk mencegah terjadinya banjir, kita dapat melakukan berbagai hal, meliputi

**1. Membuang sampah pada tempatnya.**

Orang-orang yang tidak bertanggung jawab membuang sampah di jalanan dan terbawa ke saluran air hingga ke sungai. Sampah ini membuat sungai menjadi dangkal. Sungai yang dangkal akan meluap pada saat curah hujan tinggi. Mari buang sampah pada tempatnya agar tidak terjadi banjir dan lingkunganpun menjadi bersih.

**2. Membersihkan saluran air dari sampah agar aliran air lancar.**

**3. Tidak menebang pohon di hutan**

Hutan dapat berfungsi sebagai daerah resapan air, menyimpan air hujan kemudian mengalirkannya dalam bentuk air tanah.

**4. Membuat lubang biopori**

Lubang biopori adalah lubang sedalam  $\pm 30$  cm ke dalam tanah dan berisi sampah daun-daunan. Sampah daun-daunan tersebut merupakan makanan dari cacing tanah. Cacing yang masuk ke dalam lubang akan membuat pori-pori tanah sehingga menambah tingkat resapan pada tanah.

*Sumber: <https://ilmugeografi.com/bencana-alam/cara-mencegah-banjir-dengan-beberapa-perubahan>*

## Mengenal Tsunami



Apakah Anda tahu bencana besar di Palu yang menelan banyak korban jiwa?. Bencana besar itu yaitu tsunami. Tsunami merupakan gelombang laut yang sangat besar. Tsunami bisa setinggi puluhan meter dan gelombangnya bisa mencapai jarak hingga ratusan kilometer. Tsunami bisa terjadi karena gempa di dasar di laut, letusan gunung berapi di laut, dan hantaman meteor.

Tsunami biasanya didahului gempa yang berkekuatan besar. Air laut surut dan bau garam tercium oleh indera penciuman. Selain itu, kita akan mendengar suara gemuruh yang begitu besar dari kejauhan.

Tsunami bisa datang kapan saja. Namun, kita tidak perlu takut. Sekarang, BMKG memiliki alat canggih untuk mendeteksinya. Jika suatu saat di daerahmu terjadi gempa bumi yang berpotensi tsunami atau kita sedang berada di sekitar pantai saat terjadi gempa, kita harus segera menjauh dari pantai dan pergi ke tempat yang lebih tinggi. Jangan menunda waktu dengan cara memerhatikan gelombang atau menunggu gelombang.

*Sumber: laman [www.bobo.grid.id](http://www.bobo.grid.id) dengan beberapa perubahan*

## Lampiran 20.4 Lagu anak terkait siaga Gempa, Gunung Berapi, Banjir dan Tsunami untuk anak usia 3-6 tahun

### Evakuasi Gempa

Nada: Lagu Pelangi-pelangi

Kalau ada gempa  
Lindungi kepala  
Kalau ada gempa  
Jauhilah kaca  
Jangan lupa doa  
Bersiaplah antri  
Berbaris keluar  
Kumpul di lapangan

### Bencana

Nada: Balonku

Bila ada bencana  
Jangan gundah gulana  
Cari tempat yang aman  
Ajak saudara dan teman  
Patuhi Pak Polisi  
Bila harus mengungsi  
Utamakan selamat

(sumber: lagu2anak.blogspot.com)

### Ayo Siaga Gempa

Ciptaan: R. Cahyono/  
K.Takarbessy/K.Adistiana

Bumi bergetar, lantaipun bergoyang  
Lampu di atap berayun, air di gelas  
beriak  
Itu pertanda gempa, seg'ra siap siaga  
Sigap keluar rumah  
Tetap tenang, cari tempat aman

Tunggu sejenak, setelah gempa reda  
Kembali ke rumah, waspada susulan  
gempa  
Perhatikan retakan di dinding dan kaca  
Belajar dan bermain, setelah tenang  
Yo' siaga gempa

### Menghadapi Bencana Alam

Nada: Lagu Dua mata saya

Dua mata papa  
Pakai kacamata  
Jika ada gempa  
Sembunyi bawah meja

Mama masak air  
Papa minta kopi  
Jika ada banjir  
Ke tempat lebih tinggi

Dua mata papa  
Pakai kacamata  
Jika ada gempa  
Sembunyi bawah meja

Nenek sedang lelah  
Pakai mancing ikan  
Jika bencana alam  
Paniknya ditinggalkan

## Siaga Bencana

Dia datang kapan saja  
Dimanapun kamu berada  
Dia datang kapan saja  
Siapun bisa terkena

Yang di gunung  
Yang di pantai  
Yang di lembah  
Yang di sungai

Itulah bencana  
Ada di sekitar kita

Hei...Hei...Hei  
Tapi kita..  
Bisa kurangi risikonya

Tenang..tenang..  
Semua ada solusinya kok

Caranya gini nih

Jika dia datang  
Pastikan tetap tenang  
Pelajari gejala  
Hindari bahayanya  
Kuasai caranya  
Sambil jangan lupa berdoa

## Migitasi Gempa Bumi

**Lirik: Eko Yulianto**

**Nada: Lagu Becak**

Tinggal di Indonesia  
Bersama banyak gempa  
Tsunami juga ada  
Di desa dan di kota  
Ayo kita siaga  
Agar selamat semua  
Lekas-lekas pahami tandanya

Kalau gempa melanda  
Lindungilah kepala  
Jauhi dari kaca  
Masuklah kolong meja  
Saat gempa mereda  
Lari ke tempat terbuka  
Jangan lupa bawa tas siaga

Jika gempa terasa  
Tiga puluh detik lamanya  
Kuat lemah tak beda  
Tsunami bisa ada  
Ajak seluruh keluarga  
Ke tempat aman sementara  
Tiga puluh menit waktu tersisa

Ayo berlari saja  
Tinggalkan mobil semua  
Ke tempat yang kita bisa  
Tiga puluh meter tingginya  
Jika kita di sana  
Tsunami tak berdaya  
Semoga selamat sejahtera semua

**Lampiran 20.5 Permainan Kesenangan Buah Hatiku Usia 3-6 tahun**

<b>Nama Permainan</b>	
<b>Peralatan yang diperlukan</b>	
<b>Kegiatan yang dilakukan</b>	
<b>Manfaat Permainan</b>	

## TOPIK 21. Catatan Harian Si Kecil: Tangis dan Tawa

### **Tujuan Topik 21:**

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta agar mampu mengevaluasi kegiatan bermain bersama anak dan mengamati reaksi anak.

### **Alat:**

Dokumentasi pribadi, gambar-gambar menarik, coretan-coretan anak, dll. (dapat berupa foto/gambar/karya-karya anak/karya-karya ibu saat kegiatan bermain bersama anak).

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 4 dan kegiatan Topik 21. Beri kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Meminta peserta mengumpulkan hasil karyanya dan memajang hasil karyanya di depan kelas.
3. Memberi kesempatan peserta menjelaskan hasil karyanya dan peserta lain bertanya.
4. Pelatih menutup kegiatan dengan mempersiapkan peserta untuk merancang kegiatan pada topik 27 Festival Permainan Anak.



# UNIT 5. TATALAKSANA TERPADU BALITA SAKIT

## **Tujuan Unit 5:**

Mampu melakukan deteksi dini, tatalaksana sederhana dan melakukan rujukan anak berusia 2 bulan ke atas yang menderita sakit kepada petugas kesehatan.

## **Unit 5 Tatalaksana Terpadu Balita Sehat terdiri dari**

- Topik 22. Mewaspadaikan penyakit anemia pada anak
- Topik 23. Mewaspadaikan penyakit diare pada anak
- Topik 24. Mewaspadaikan penyakit pneumonia pada anak
- Topik 25. Mewaspadaikan penyakit infeksi telinga pada anak

## TOPIK 22. Mewaspadaai Penyakit Anemia Pada Anak

**Waktu:** 30 menit

**Tujuan Topik 22:**

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada ibu mengenai anemia yang meliputi definisi, penyebab, dan cara mendeteksi dini anemia pada anak.

**Kegiatan:**

1. Memberi salam dan menjelaskan tujuan dari Unit 6 dan tujuan khusus dari Topik 22 ini.
2. Memberikan penjelasan mengenai definisi, penyebab dan cara deteksi dini anemia pada anak menggunakan informasi dalam **Kotak 22.1**.
3. Praktik bersama ibu mengenali gejala anemia pada anak.
  - a. Pendidik meminta orangtua berkelompok dengan jumlah 2-3 orang per kelompok.
  - b. Pendidik meminta orangtua mengidentifikasi apakah ada diantara anak mereka yang mempunyai berat badan kurang, lemah, lesu dan tampak pucat.
  - c. Pendidik meminta orangtua melakukan pemeriksaan telapak tangan anak dan saling membandingkan hasilnya dengan orangtua lain yang ada dalam satu kelompok.
4. Pendidik memotivasi ibu untuk memperhatikan asupan makanan anaknya dan mewaspadaai gejala anemia pada anak. Jika ibu merasa curiga anaknya menderita anemia diminta menghubungi/membawa anaknya ke Posyandu atau Puskesmas.

## Kotak 22.1

### Definisi anemia pada anak:

Anemia adalah berkurangnya jumlah sel darah merah atau berkurangnya jumlah hemoglobin di setiap sel darah merah.

Pada anak usia 6 bulan sampai 5 tahun, klasifikasi Anemia adalah sebagai berikut :

- Normal : Hemoglobin (Hb) > 11 g/dl
- Anemia Ringan : Hb 10 – 10,9 g/dl
- Anemia Sedang : Hb 7 – 9,9 g/dl
- Anemia Berat : Hb < 7 g/dl

### Penyebab anemia pada anak:

- Kurangnya asupan makanan, terutama yang mengandung zat besi.
- Infeksi parasit seperti cacing yang dapat menyebabkan kehilangan darah dari usus dan menyebabkan anemia.
- Infeksi parasit Malaria, yang dapat menghancurkan sel darah merah dengan cepat.

### Cara Deteksi Dini Anemia:

- Anak yang menderita anemia biasanya tampak lemah, lesu dan tampak pucat. Untuk melihat apakah anak memiliki telapak tangan yang pucat, lihat kulit telapak tangan anak tersebut. Pegang telapak tangan anak dengan menggenggamnya dengan lembut dari samping. Jangan meregangkan jari ke belakang. Ini dapat menyebabkan pucat pada telapak tangan karena suplai darah terhalang.
- Bandingkan warna telapak tangan anak dengan telapak tangan Anda sendiri dan dengan telapak tangan anak-anak lain. Jika kulit telapak tangan anak pucat, anak mungkin anemia. Jika kulit telapak tangan sangat pucat sehingga terlihat putih, anak tersebut mungkin menderita anemia yang parah.



**Jika anak tampak lemah, lesu dan pucat tanyakan kepada petugas PUSKESMAS apakah anak menderita anemia.**

## TOPIK 23. Mewaspadaai Penyakit Diare Pada Anak

**Waktu:** 40 menit

### **Tujuan Topik 23:**

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada ibu menggunakan lembar balik dan alat peraga mengenai penyakit diare, terutama diare dengan dehidrasi serta mengajak ibu membuat oralit sebagai pertolongan pertama pada anak.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam dan menjelaskan tujuan dari Unit 5 dan tujuan khusus dari Topik 23 ini.
2. Penjelasan definisi dan cara mengevaluasi diare menggunakan menggunakan informasi dalam **Kotak 23.1**.
3. Penjelasan mengenai tanda-tanda bahaya dan dehidrasi menggunakan informasi dalam **Kotak 23.1**.
4. Penjelasan mengenai penanganan pertama penyakit diare menggunakan informasi dalam **Kotak 23.1**.
5. Penjelasan dan praktik cara pembuatan oralit :
  - a. Pendidik PAUD menjelaskan cara pembuatan oralit menggunakan informasi dalam **Kotak 23.2**.
  - b. Pendidik PAUD meminta 2 orang ibu untuk berkompetisi dan memperagakan cara menyiapkan dan atau membuat oralit.

## Kotak 23.1

### Definisi Diare

Diare terjadi ketika tinja mengandung lebih banyak air daripada biasanya. Diare didefinisikan sebagai buang air besar yang encer atau berair lebih dari tiga kali dalam periode 24 jam.

Diare umum terjadi pada anak-anak, terutama yang berusia antara 6 bulan dan 2 tahun. Lebih sering terjadi pada bayi di bawah 6 bulan yang minum susu sapi atau susu formula. Sering buang air besar tidak selalu sama dengan diare. Jumlah tinja yang biasanya dikeluarkan dalam sehari bervariasi sesuai dengan pola makan dan usia anak.

### Cara evaluasi diare dan dehidrasi pada anak

Untuk mengevaluasi diare pada anak, dapat dilakukan langkah berikut:

1. Pastikan anak memang diare sesuai definisi.
2. Tanyakan berapa lama diare sudah berlangsung
  - Jika episode diare berlangsung kurang dari 14 hari disebut diare akut. Diare akut dapat menyebabkan dehidrasi dan berkontribusi pada malnutrisi. Kematian seorang anak dengan diare akut biasanya disebabkan karena dehidrasi.
  - Diare yang berlangsung 14 hari atau lebih disebut diare persisten. Diare persisten sering menyebabkan masalah gizi yang berkontribusi pada kematian pada anak-anak yang mengalami diare.
3. Menanyakan apakah ada darah di dalam tinja  
Diare dengan darah dalam tinja, dengan atau tanpa lendir, disebut disentri. Penyebab disentri yang paling umum adalah bakteri *Shigella*. Disentri amuba tidak umum terjadi pada anak kecil. Seorang anak mungkin mengalami diare dan disentri berair. Jika terdapat darah, maka anak perlu dirujuk ke Puskesmas untuk mendapatkan pengobatan lebih lanjut.
4. Periksa tanda dehidrasi

#### 1. Anak mudah gelisah dan tersinggung

Ketika seorang anak mengalami dehidrasi, ia awalnya gelisah dan mudah tersinggung. Seorang anak memiliki tanda gelisah dan mudah tersinggung jika anak itu gelisah dan mudah tersinggung sepanjang waktu atau setiap kali ia disentuh atau ditangani. Jika seorang bayi atau anak tenang saat menyusui tetapi sekali lagi gelisah dan mudah tersinggung ketika ia berhenti menyusui, ia memiliki tanda "gelisah dan mudah tersinggung".

#### 2. Mata anak tampak cekung

Mata anak yang mengalami dehidrasi mungkin terlihat cekung. Putuskan apakah Anda pikir matanya cekung. Kemudian tanyakan kepada ibu apakah menurutnya mata anaknya terlihat tidak biasa. Pendapatnya membantu Anda memastikan bahwa mata anak itu cekung. Catatan: Pada anak dengan malnutrisi parah yang tampak sia-sia (yaitu, yang menderita marasmus), mata selalu terlihat cekung, bahkan jika anak tersebut tidak mengalami dehidrasi.

## Kotak 23.1 (lanjutan)

### 3. Tawarkan anak minum

Minta ibu untuk memberi anak air dalam gelas atau sendok. Awasi anak minum. Seorang anak tidak dapat minum jika dia tidak dapat mengambil cairan di mulutnya dan menelannya. Misalnya, seorang anak mungkin tidak dapat minum karena ia lesu atau tidak sadar. Atau anak itu mungkin tidak dapat mengisap atau menelan. Seorang anak minum dengan buruk jika anak itu lemah dan tidak bisa minum tanpa bantuan. Dia mungkin bisa menelan hanya jika cairan dimasukkan ke dalam mulutnya. Seorang anak memiliki tanda minum dengan bersemangat, haus jika jelas bahwa anak itu ingin minum. Lihat untuk melihat apakah anak meraih cangkir atau sendok saat Anda menawarkan air. Ketika air diambil, lihat apakah anak itu tampak tidak antusias karena dia ingin minum lebih banyak. Jika anak tampak haus, tandanya anak mengalami dehidrasi.

### 4. Cubit kulit anak (bagian perut)

Minta ibu untuk meletakkan anak di meja periksa agar anak telentang dengan kedua tangan di samping (tidak di atas kepala) dan kakinya lurus. Atau, minta ibu untuk menggendong anaknya sehingga ia terbaring rata di pangkuan. Temukan area di perut anak di tengah-tengah antara pusar dan sisi perut. Untuk melakukan cubitan kulit, gunakan ibu jari dan jari pertama. Jangan gunakan ujung jari Anda karena ini akan menyebabkan rasa sakit. Letakkan tangan Anda sehingga saat Anda mencubit kulit, lipatan kulit akan berada di garis atas dan ke bawah tubuh anak dan tidak di seluruh tubuh anak. Angkat dengan kuat semua lapisan kulit dan jaringan di bawahnya. Jepit kulit selama satu detik dan kemudian lepaskan. Saat Anda melepaskan kulit, lihat apakah jepit kulitnya kembali: sangat lambat (lebih dari 2 detik), perlahan (kulit tetap terjaga bahkan untuk sesaat) atau segera.

Gelisah, rewel/cengeng

Haus, minum dengan lahap

Mata cekung

Cubitan kulit perut, lambat kembali

Jika ditemukan 2 atau lebih dari gejala di atas  
**Rujuk ke PUSKESMAS**

## Kotak 23.2 (lanjutan)

### Penanganan Diare di Rumah

Diare tanpa tanda-tanda bahaya masih dapat ditangani di rumah. Langkah-langkah penanganan berikut dapat dilakukan:

#### 1. Berikan cairan tambahan dan teruskan pemberian makan



#### PANDUAN CARA MEMBUAT ORALIT

- 1** Cuci tangan pakai sabun lalu bilas dengan air
- 2** Sediakan satu gelas air minum (200cc)
- 3** Masukkan satu bungkus ORALIT ke dalam air
- 4** Aduk cairan ORALIT sampai larut

- GULA: 1 sendok teh munjung
- GARAM: 1/4 sendok teh
- AIR MASAK: 1 gelas (atau air teh 1 gelas)

Campuran diaduk sampai larut benar.

**Jika anak dengan diare memiliki dua atau lebih dari tanda-tanda berikut - lesu atau tidak sadar, tidak dapat minum atau minum dengan buruk, mata cekung, kulit dicubit kembali sangat lambat maka anak bisa dikatakan dalam kondisi dehidrasi berat dan harus segera dirujuk ke Puskesmas.**

### Cara pemberian larutan Oralit

#### 15. Cara Pemberian Larutan Oralit

- 1** Tuangkan 1 bungkus oralit ke dalam segelas air matang lalu aduk hingga merata.
- 2** Minumkan sedikit-sedikit tapi sering dari cangkir atau mangkuk atau gelas.
- 3** Jika anak muntah, tenangkan anak kemudian berikan lagi lebih lambat dengan sendok.

**Bila larutan oralit tersisa lebih dari 1 hari maka harus dibuang!**

Umur penderita	Oralit yang Harus Diberikan Setiap Habis BAB
< 1 tahun	50 - 100 ml ( $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ gelas)
1 - 4 tahun	100 - 200 ml ( $\frac{1}{2}$ - 1 gelas)
> 5 tahun	200 - 300 ml (1 - $1\frac{1}{2}$ gelas)
dewasa	300 - 400 ml ( $1\frac{1}{2}$ - 2 gelas)

## TOPIK 24. Mewaspadaai Penyakit Pneumonia Pada Anak

**Waktu:** 40 menit

### **Tujuan Topik 24:**

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada ibu tentang penyakit pneumonia dan memberikan pereda batuk yang aman bagi anak batuk tanpa pneumonia. Selain itu, pendidik PAUD dapat menekankan kepada ibu agar dapat dengan tepat waktu membawa anak ke layanan kesehatan jika diperlukan.

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam dan menjelaskan tujuan dari Unit 5 dan tujuan khusus dari Topik 24 ini.
2. Penjelasan mengenai bagaimana ibu perlu mewaspadaai penyakit pneumonia pada anak dengan gejala batuk, demam menggunakan informasi di **Kotak 24.1**.
3. Penjelasan mengenai langkah yang dapat dilakukan ibu di rumah dalam mengatasi batuk dan demam.
4. Pendidik PAUD berdiskusi dengan ibu/orangtua mengenai pengalaman ibu saat anak batuk menggunakan informasi di **Kotak 24.1**

## Kotak 24.1

Seorang anak dengan batuk atau sulit bernafas (sesak) mungkin menderita pneumonia atau infeksi pernapasan parah lainnya. Pneumonia adalah infeksi paru-paru yang disebabkan bakteri atau virus. Anak-anak dengan pneumonia dapat meninggal karena hipoksia (kekurangan oksigen) atau sepsis (infeksi seluruh tubuh).

Namun, sebagian besar anak-anak dengan batuk hanya mengalami infeksi ringan. Sebagai contoh, seorang anak yang menderita pilek dapat batuk karena lendir dari hidung turun ke tenggorokan. Anak-anak ini tidak sakit parah. Mereka tidak membutuhkan perawatan dengan antibiotik dan keluarga dapat merawatnya di rumah.

Anda perlu mengidentifikasi dan membedakan mana anak yang sangat sakit dengan batuk atau sulit bernafas, dan mana anak dengan infeksi ringan.

Anda dapat mengidentifikasi hampir semua kasus pneumonia dengan cara :

### 1. TANYAKAN: Apakah anak batuk disertai demam ?

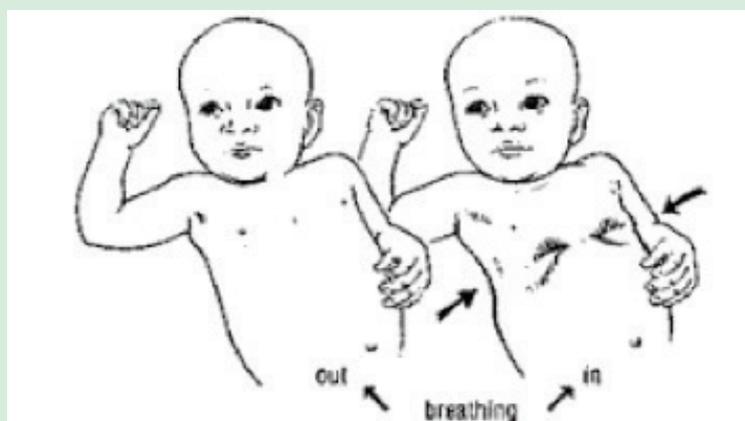
Jika ibu menjawab YA, rasakan perut atau ketiak anak (ketiak) dan tentukan apakah anak merasa panas. Jika anak memiliki suhu  $37,5^{\circ}\text{C}$  atau lebih, anak tersebut demam. Jika suhu anak belum diukur, dan Anda memiliki termometer, ukur suhu anak.

Lanjutkan ke langkah berikutnya

### 2. TANYAKAN: Apakah anak mengalami sesak nafas ?

Napas yang sulit adalah pola pernapasan yang tidak biasa. Para ibu menggambarkan ini dengan berbagai cara. Mereka mungkin mengatakan bahwa pernapasan anak mereka "cepat" atau "berisik" atau "terganggu."

- Jika ibu menjawab TIDAK, lihat apakah Anda merasa anak batuk atau sulit bernapas.
- Jika ibu menjawab YA, lakukan langkah berikutnya.



**Gambar 5.5 Gambar Kiri : Tanpa penarikan dada,  
Gambar Kanan : Penarikan dada nampak**

## Kotak 24.1 (lanjutan)

### 3. HITUNG : Frekuensi Nafas anak dalam 1 menit

Anda harus menghitung napas yang dibutuhkan anak dalam satu menit untuk memutuskan apakah anak tersebut bernapas cepat. Anak itu harus diam dan tenang ketika Anda melihat dan mendengarkan napasnya. Jika anak sedang tidur, jangan membangunkan anak itu.

Untuk menghitung jumlah napas dalam satu menit. Gunakan jam tangan atau jam tangan digital. Cari gerakan pernapasan di dada atau perut anak. Biasanya Anda bisa melihat gerakan bernapas bahkan pada anak yang berpakaian. Jika Anda tidak dapat melihat gerakan ini dengan mudah, minta ibu untuk mengangkat baju anak. Jika anak mulai menangis, minta ibu menenangkannya sebelum Anda mulai menghitung. Jika Anda tidak yakin tentang jumlah napas yang Anda hitung (misalnya, jika anak itu aktif bergerak dan sulit melihat dada, atau jika anak itu kesal atau menangis), ulangi hitungannya.

Batasan frekuensi nafas anak dikatakan sebagai CEPAT adalah :

Usia Anak	Frekuensi Nafas per Menit
2- 12 Bulan	Lebih dari 50 kali
13 bulan – 5 tahun	Lebih dari 40 kali

Jika frekuensi nafas anak memang cepat menurut perhitungan anda, lakukan langkah berikutnya

### 4. LIHAT : Apakah rongga dada anak tertarik ke dalam saat bernafas?

Minta Ibu membaringkan anak dalam posisi terlentang dan mengangkat baju anak supaya bagian dadanya nampak. Lihatlah dinding dada bagian bawah (tulang rusuk bawah) untuk melihat apakah dinding dada bagian bawah masuk ketika anak bernafas. Jika Anda masih tidak melihat dinding dada bagian bawah tertarik masuk saat anak bernafas, anak tidak memiliki penarikan dada. (**Gambar 5.5.**)

Anak harus dalam kondisi tenang. Jika Anda hanya melihat penarikan dada ketika anak menangis atau makan, maka dapat dikatakan anak tidak memiliki penarikan dada.

---

**Jika anak batuk, mengalami sesak dan rongga dada tertarik ke dalam, segera hubungi petugas PUSKESMAS atau minta ibu membawa anaknya ke PUSKESMAS.**

---

## Kotak 24.1 (lanjutan)

### 7. Pengobatan di Rumah: Batuk

1. Batuk 2 minggu atau 14 hari



Batuk 14 hari

**RUJUK KE PUSKESMAS**



2. Batuk TANPA napas cepat



Berikan ASI lebih sering dan lebih lama sewaktu menyusui.



Berikan cairan rumah tangga, misalnya air putih matang

3. Batuk DENGAN napas cepat



**Dada tertarik**



**Rujuk ke PUSKESMAS**

## TOPIK 25. Mewaspadaai Penyakit Infeksi Telinga Pada Anak

**Waktu:** 40 menit

**Tujuan Topik 25:**

Pendidik PAUD mampu menjelaskan kepada ibu mengenai penyakit infeksi telinga dan memberikan pertolongan yang sederhana dan aman bagi anak.

**Kegiatan:**

1. Memberi salam dan menjelaskan tujuan dari Unit 5 dan tujuan khusus dari Topik 25 ini.
2. Penjelasan mengenai bagaimana ibu perlu mewaspadaai penyakit infeksi telinga menggunakan informasi di **Kotak 25.1**.
3. Penjelasan mengenai langkah yang dapat dilakukan ibu di rumah dalam mengatasi infeksi telinga.
4. Pendidik PAUD berdiskusi dengan ibu/orangtua mengenai pengalaman ibu saat anak mengalami infeksi telinga menggunakan informasi di **Kotak 25.1**.

## Kotak 25.1

Ketika seorang anak memiliki infeksi telinga, nanah mengumpul di belakang gendang telinga dan menyebabkan rasa sakit dan sering demam. Jika infeksi tidak diobati, gendang telinga mungkin pecah. Jika nanah keluar dari telinga, demam dan gejala lainnya mungkin berhenti, tetapi anak menderita pendengaran yang buruk karena gendang telinga memiliki lubang di dalamnya. Biasanya gendang telinga sembuh dengan sendirinya. Namun jika infeksi berulang, gendang telinga mungkin tidak sembuh dan anak menjadi tuli. Selain itu, jika tidak tertangani dengan baik, infeksi telinga dapat menyebar dari telinga ke otak yang menyebabkan radang selaput otak (meningitis).

Langkah-langkah mengenali infeksi telinga :

**1. TANYA: apakah anak memiliki masalah telinga pada SEMUA anak yang sakit.**

Jika ibu menjawab YA, ajukan pertanyaan berikutnya.

**2. TANYA: apakah anak memiliki nyeri di sekitar telinga?**

Nyeri telinga dapat berarti bahwa anak tersebut memiliki infeksi telinga. Jika ibu tidak yakin bahwa anak tersebut menderita sakit telinga, tanyakan apakah anak tersebut mudah marah dan menggosok telinganya.

**3. TANYA: apakah ada kotoran keluar dari telinga?**

**4. LIHAT ke dalam telinga anak untuk melihat apakah nanah mengalir dari telinga.**

Kotoran telinga dan Nanah merupakan tanda infeksi. Jika anak mengalami keluarnya kotoran telinga dan nanah, TANYA pada ibu telah berapa lama hal ini berlangsung

- Jika ibu melaporkan keluarnya kotoran telinga selama 2 minggu atau lebih (dengan nanah terlihat keluar dari telinga), anak mungkin menderita infeksi telinga kronis.
- Jika ibu melaporkan keluarnya kotoran telinga dari 2 minggu (dengan nanah terlihat keluar dari telinga) diperlakukan sebagai infeksi telinga akut

---

**Jika anak mengalami nyeri pada telinga dengan kotoran-nanah yang keluar dari telinga segera hubungi petugas PUSKESMAS.**

---

# UNIT 6. IBU TANGGUH



## **Tujuan Unit 6:**

Meningkatkan kemampuan ibu agar dapat menerapkan pengetahuan yang didapat dalam bentuk mengelola kegiatan bersama melibatkan masyarakat di wilayah tempat tinggal.

## **Unit 6 Ibu Tangguh terdiri dari:**

- Topik 26. Lomba Memasak
- Topik 27. Festival Permainan/Mendongeng Anak
- Topik 28. Ikrar Ibu Tangguh

## TOPIK 26. Lomba Memasak

**Waktu:** 40 menit

### **Tujuan Topik 26:**

Pendidik PAUD mampu membimbing Ibu agar dapat mengolah pangan lokal padat gizi sebagai menu yang lengkap kandungan gizinya (mengandung karbohidrat, protein hewani, sayur).

### **Kegiatan:**

1. Memberi salam dan memberikan *outline* kegiatan.
2. Ibu diminta untuk membuat menu yang akan disukai anak balita mereka dan memiliki kandungan gizi yang lengkap (minimal mengandung karbohidrat, protein hewani dan sayur) serta salah satu dari pangan lokal padat gizi (hati, ikan, abon hati/ikan).
3. Peserta mempresentasikan menu mereka termasuk menjelaskan bahan, biaya dan kandungan gizinya.

### **Kriteria Masakan:**

1. Menu yang disajikan memenuhi kriteria gizi yang seimbang.
2. Menggunakan bahan-bahan alami dan tanpa bahan pengawet.
3. Memiliki daya simpan yang lama.
4. Kadar minyak rendah.
5. Dapat mempertahankan warna bahan (sayuran) dengan baik.
6. Semua bahan yang disajikan dapat dimakan.

### **Referensi:**

Fahmida U, Kolopaking R, Santika O. (2011). *Memberi Makanan Bergizi untuk Si Kecil*. Jakarta: FIRST Project, SEAMEO TROPMED RCCN.

## TOPIK 27. Festival Permainan/Mendongeng Anak

**Waktu:** 40 menit

**Tujuan Topik 27:**

Pendidik PAUD mampu membimbing Ibu agar dapat menyampaikan informasi terkait permainan/kegiatan edukatif yang merangsang perkembangan bahasa anak.

**Kegiatan:**

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 6 dan kegiatan topik 27. Memberi kesempatan peserta untuk bertanya.
2. Peserta memilih salah satu cerita anak yang telah tersedia (**Lampiran 27.1**) untuk didongengkan.
3. Peserta mempraktikkan aktivitas berdongeng dengan pilihan ceritanya.

**Referensi:**

Andiani, Feny. (2018). *Story Telling: Cerita Rakyat Nusantara*. Jakarta: Wahyumedia.

Wahdati, Zahratul. (2018). *Dongeng Asyik Ninabobo*. Yogyakarta: Checklist.

### Kotak 27.1

Penggunaan bahasa pada anak usia tidak harus menggunakan bahasa Indonesia tetapi menggunakan bahasa ibu (bisa bahasa Indonesia, daerah, atau asing tergantung bahasa apa yang biasa digunakan untuk berkomunikasi antara anak dan ibu). tujuannya agar, anak tidak takut dan pesan tersampaikan dengan jelas.

Mendongeng dapat menjadi salah satu aktivitas bersama anak yang dapat merangsang perkembangan bahasa anak.

## **KEIKHLASAN UNTA**

Karya: Zahratul Wahdati



**D**i sebuah padang pasir, terlihat seekor unta dan seekor kuda hitam. Sepertinya mereka kelelahan akibat perjalanan yang mereka tempuh. Persediaan air mereka pun mulai menipis, hanya tersisa setengah botol milik unta dan satu botol milik kuda hitam.

“Apakah perjalanan ini masih jauh, Unta?” tanya kuda hitam dengan langkah gontai.

“Benar. Kuda. Perjalanan masih cukup jauh.”, jawab unta sambil tetap melangkah.

Mereka melanjutkan perjalanan mereka dengan air yang makin menipis. Air milik unta tinggal seperempat dan kuda hitam tinggal setengah.

Saat tiba di balik bukit pasir, seekor kepiting mendekati mereka.

“Tolonglah aku, wahai Unta dan Kuda Hitam. Bolehkah aku meminta airmu sedikit saja,”? tanya kepiting dengan memelas.

“Tidak, perjalanan kami masih panjang, jika kami memberikannya kepadamu, kami bisa mati.” jawab kuda hitam dan melanjutkan perjalanannya.

“Ini, minumlah air milikku. Jika aku mati, setidaknya aku sudah berbagi.” ujar unta dengan bijaksana.

Kepiting langsung meminum air itu tanpa berkata-kata. Dia tidak sadar bahwa unta telah pergi. Kepiting melihat ke segala arah, namun ia tidak melihat unta. Sementara itu, kuda hitam dan unta benar-benar sudah kelelahan. Mereka memutuskan untuk beristirahat sejenak.

“Aku sudah tidak sanggup lagi, Kuda Hitam.” ucap unta dengan tubuh lemas.

“Kenapa, Unta? Bukankah kamu masih mempunyai air?” tanya kuda hitam.

“Airku telah kuberikan kepada kepiting tadi.” jawab unta dengan pelan.

“Apa? Ah, itu akibat dari perbuatanmu sendiri, Unta. Seharusnya kamu tidak memberikan air kepadanya.” kata kuda hitam dengan sedikit membentak.

Kuda hitam tampak sangat marah atas tindakan unta. Ia bahkan memutuskan untuk melanjutkan perjalanan sendiri tanpa unta.

Unta sudah tidak sanggup lagi melanjutkan perjalanannya. Saat ia terkapar lemas, kepiting yang ia tolong tadi menghampirinya.

“Ternyata kamu di sini, Unta! Aku mencarimu dari tadi,” seru kepiting.

Tetapi, unta tidak menjawab kepiting karena terlalu lemas. Kepiting pun segera memberikan unta minum yang dia dapat dari mata air tersembunyi di padang pasir.

Setelah unta kembali segar, kepiting menjelaskan bahwa ia sebenarnya mengetahui sumber mata air tersembunyi di padang pasir ini. Namun, sebelum ia sampai di tempat itu, ia sudah tidak kuat lagi, dan saat itulah ia ditolong oleh unta. Kepiting sangat berterima kasih kepada unta yang telah menolong hidupnya. Unta juga sangat bersyukur karena telah berbagi kepada kepiting.



## CERITA 2

### BATU GOLOG

(Cerita rakyat dari Nusa Tenggara Barat)

Karya: Feny Andiani



**D**ahulu di daerah Padamara dekat Sungai Sawing, Nusa Tenggara Barat, hidup sepasang suami istri. Mereka hidup sangat miskin. Sang istri bernama Inaq Lembain, sedangkan suaminya bernama Amaq Lembain.

Mereka bekerja sebagai buruh tani. Setiap hari, mereka mendatangi rumah penduduk yang membutuhkan jasa mereka. Suatu hari, Inaq Lembain mendatangi sebuah rumah bersama kedua anaknya. Dia meminta pekerjaan pada pemilik rumah.

Sebenarnya, si pemilik rumah tidak memerlukan bantuan Inaq. Tapi, dia merasa kasihan melihat wanita itu. Akhirnya, dia memberi pekerjaan pada Inaq untuk menumbuk padi.

Sang Ibu bersiap-siap untuk bekerja. Dia lalu mendudukkan kedua anaknya di atas sebuah batu ceper yang tidak jauh dari tempat ia menumbuk padi. Batu itu bernama Batu Golog.

“Tunggulah Ibu di sini, Nak. Ibu akan bekerja dulu.” Pesan sang Ibu.

Inaq Lembain lalu mulai menumbuk padi. Tak lama kemudian, kedua anak Inaq Lembain berteriak memanggilnya.

“Ibu..., Ibu...!” teriak mereka.

Ternyata, ada keanehan yang terjadi. Batu yang diduduki kedua anak Inaq Lembain bergerak naik semakin tinggi.

“Tunggulah di situ, Nak. Ibu sedang bekerja,” kata sang ibu tanpa menoleh sedikit pun pada anaknya.

Kedua anak itu lalu kembali berteriak, “Ibu..., tolong! Batu semakin lama semakin tinggi!”.

Inaq Lembain mengira anaknya sedang bercanda. Dia meneruskan pekerjaannya tanpa melihat anaknya. Sementara itu, Batu Golog sudah terbang melebihi pohon kelapa.

Kedua anaknya semakin menjerit ketakutan.

“Ibu..., Ibu..., tolong! teriaknya anaknya sekali lagi.

“Tunggu, Nak. Ibu sedang bekerja,” kata Inaq Lembain.

Akhirnya, suara kedua anaknya menghilang. Sang Ibu mengira anaknya sudah tertidur. Dia pun terus bekerja tanpa menengok.

Anak-anak Inaq Lembain terus terbang di atas Batu Golog sampai menembus awan. Selesai bekerja, Inaq Lembain sangat terkejut. Kedua anaknya sudah tidak terlihat lagi. Dia akhirnya menyadari kalau kedua anaknya tadi tidak bercanda. Mereka benar-benar dibawa terbang oleh Batu Golog.

Inaq Lembain berusaha mencari ide untuk menyelamatkan kedua anaknya. Dia lalu teringat dengan sabuk yang dia pakai. Sabuk itu adalah sabuk sakti peninggalan kakeknya. Dengan sabuk itu, dia dapat memenggal Batu Golog.

Inaq Lembain lalu mengayunkan sabuknya ke arah Batu Golog. Hanya dengan sekali tebas, Batu Golog itu terpenggal menjadi tiga bagian. Bagian-bagian Batu Golog yang terpenggal terlempar sangat jauh.

Bagian pertama jatuh di suatu tempat dan menyebabkan tanah bergetar. Tempat jatuhnya batu itu lalu menjadi sebuah desa bernama Desa Gembong.

Bagian kedua Batu Golog jatuh di suatu tempat yang kemudian diberi nama Dasan Batu. Nama itu diberikan karena ada seseorang yang melihat batu itu jatuh.

Bagian ketiga Batu Golog jatuh di suatu tempat yang kemudian diberi nama Montong Teker. Nama itu diberikan karena menimbulkan suara gemuruh saat batu itu jatuh.

Akhirnya, Batu Golog itu pecah menjadi tiga bagian. Namun, Inaq Lembain tetap tidak mendapatkan anaknya kembali.

Anak Inaq Lembain sudah berubah menjadi burung. Sang kakak berubah menjadi burung Kekuwo. Sedangkan sang adik, berubah menjadi burung Kelik. Karena keduanya berasal dari manusia, maka kedua burung itu tidak dapat mengerami telurnya sendiri.



## CERITA 3

# SI LANCANG YANG LUPA DIRI

(Cerita Rakyat dari Riau)

Karya: Feny Andiani



**D**i sebuah desa bernama Kampar, hiduplah seorang ibu bersama anaknya. Anak itu bernama Lancang. Mereka hidup di sebuah gubuk tua. Kehidupan keluarga ini sangat miskin. Lancang dan ibunya bekerja sebagai buruh tani.

Suatu hari, Lancang merasa bosan hidup miskin. Dia pun ingin bekerja di kota supaya menjadi orang kaya. Untuk mewujudkan cita-citanya, Lancang meminta izin pada sang ibu untuk pergi ke kota.

"Ibu, izinkan aku pergi ke kota. Aku ingin mencari pekerjaan di sana. Setelah berhasil, aku akan pulang dan membahagiakan ibu, kata Lancang.

Walaupun berat melepaskan anak satu-satunya, akhirnya ibu Lancang merelakan anaknya pergi.

"Anakku, ingatlah pesan ibu. Jika kau sudah sukses di kota, jangan lupa ibu ya, Nak. Kalau kau tidak berhasil di kota, pulanglah. Ibu menunggumu di sini," kata sang ibu sambil menangis.

Lancang pun bersiap-siap pergi ke kota. Ibunya membawakan bekal kue lumping dadak kesukaannya. Di kota, Lancang bekerja dengan tekun dan semangat. Lancang yang rajin bekerja, akhirnya menjadi orang sukses dan kaya. Dengan kekayaannya, dia bisa membeli apa saja yang dia inginkan. Bahkan, dia memiliki istri yang cantik yang merupakan anak saudagar kaya.

Sayangnya, harta dan kekayaan yang dia miliki membuat Lancang sombong dan serakah. Dia juga lupa untuk pulang menengok ibunya. Suatu hari, Lancang akan berlayar ke Sumatra dengan membawa istrinya. Lancang membawa banyak barang mewah seperti kain sutra, emas, dan perak.

Setelah berlayar beberapa hari, tibalah Lancang di Pulau Sumatera, tepatnya di Desa Kampar. Lancang menghentikan kapalnya dan merapat di dermaga. Para penduduk desa Kampar berkumpul dan mengagumi kapal mewah milik Lancang. Berita kedatangannya didengar oleh sang Ibu. Ibu Lancang pun segera berlari menuju dermaga. Tanpa menunggu lama, sang ibu naik ke atas geladak mencari Lancang.

“Anakku, Lancang...Ini ibu, Nak! Dimanakah engkau, Nak?” panggil sang ibu.

“Ibu ini siapa?” Kapal ini tidak boleh dimasuki sembarang orang.” kata seorang anak buah kapal.

“Aku ibunya Lancang. Aku ingin bertemu dengannya. Aku sangat rindu pada anakku.” jawab sang ibu.

Anak buah kapal itu justru menertawakan sang ibu. Dia tidak percaya perempuan berpakaian kumal, ibu dari Tuan Lancang. Ibu Lancang tetap memaksa ingin bertemu dengan anaknya itu. Namun, dilarang oleh anak buah kapal. Akhirnya, terjadilah keributan di geladak. Mendengar keributan itu, Lancang datang dengan istrinya.

“Ada keributan apa ini?” tanya Lancang.

Ketika melihat Lancang, sang ibu langsung memeluk anaknya. “Lancang anakku. Ini ibumu, Nak!” Lancang merasa malu melihat ibunya yang sangat lusuh. Dia tidak ingin orang lain mengetahui asal usulnya yang hanya seorang petani miskin.

“Kau pasti bercanda! Aku tidak mempunyai ibu sepertimu!” kata Lancang.

Dia lalu menyuruh pembantunya untuk mengusir sang ibu atas geladak. Sang Ibu sangat sedih mendengar ucapan anaknya. Ternyata, Lancang sudah menjadi anak durhaka. Sang Ibu pun pulang sambil menangis. Sesampainya di rumah, sang ibu hendak menumbuk padi. Dia mengambil lesung dan nyiru untuk menampi beras. Sambil menumpuk padi, sang ibu berdoa sambil menangis.

“Ya, Tuhanku, hukumlah anak durhaka itu!” katanya sedih.

Tuhan pun mengabulkan doanya. Tak lama kemudian, badai dan angin topan datang. Kapal milik Lancang pun terhempas ke karang dan hancur. Semua barang di dalam kapal terlempar dan jatuh ke laut. Kain sutranya terbang dan jatuh di suatu tempat. Tempat itu dinamakan Lipat Angin. Daerah itu terletak di daerah Kampar Kiri. Alat musiknya yang berupa gong juga terlempar. Tempat jatuhnya gong itu berubah menjadi sebuah sungai bernama Ougong. Sungai ini berada di daerah Kampar Kanan. Tembikarnya juga terlempar. Tempat jatuhnya tembikar itu, kini menjadi sebuah desa bernama Pasubillah. Tiang bendera kapal milik Lancang terlempar sangat jauh hingga ke danau. Danau itu kemudian dinamakan Danau si Lancang.

*(Cerita rakyat ini mengalami beberapa perubahan disesuaikan dengan konteks anak usia dini)*



## CERITA 4

# SEMUT DAN KERA SOMBONG

Karya: Zahratul Wahdati



**S**uatu hari di hutan rimba, terlihat seekor semut sedang mencari makanan. Saat semut sedang berjalan, tiba-tiba datang seekor kera yang hampir menginjaknya.

"Jangan injak aku! seru semut kepada kera.

Kera menoleh dan tidak melihat siapa-siapa.

"Aku di bawah sini!" ujar semut dengan keras.

"Oh semut, ternyata kamu yang bilang tadi," jawab kera dengan santai saat melihat semut di bawahnya.

"Iya, kamu hampir menginjakku tadi." ucap semut seraya menaruh tangannya di pinggang.

"Kamu itu terlalu kecil, semut. Aku tidak bisa melihatmu." balas kera dengan santai kemudian bergegas meninggalkan semut.

"Dasar kera, seenaknya sendiri!" kata semut kepada kera lumayan keras.

Mendengar ucapan itu, kera kembali ke hadapan semut.

“Apa kamu bilang? Daripada kamu, semut kecil yang tidak bisa melakukan apapun tidak sendirian. Seperti aku dong, bisa melakukan apa saja sendiri,” ujar kera dengan sombongnya.

“Wah, sombongnya kamu, kera! Pasti kelak ada kalanya kamu tidak bisa melakukan suatu hal sendirian.” jawab semut dengan serius.

“Hahaha! Aku bisa melakukan semuanya tanpa bantuan hewan lain,” balas kera seraya pergi meninggalkan semut.

Suatu ketika, kera pergi ke suatu tempat. Namun, hujan turun, mengakibatkan kera harus berteduh di dalam gua. Setelah hujan reda, kera berjalan keluar hendak melanjutkan perjalanannya. Tetapi tepat di depan mulut gua, ekor kera tiba-tiba tertimpa batu besar.

“Aduh, sakit sekali!” teriak kera kesakitan.

Kera berusaha untuk mengangkat batu itu, namun ia tidak dapat mengangkatnya. Hingga sore hari, ia terjebak di sana. Lalu, datanglah semut.

“Sedang apa kamu, kera? Sudah sore masih di sini?” tanya semut dengan datar.

“Tolong aku, semut. Aku terjebak, ekorku tertimpa batu besar ini,” jawab kera sambil merengek kesakitan.

“Katanya kamu bisa melakukan apa pun sendirian? Aku tidak mau menganggumu,” balas semut dengan santai.

“Aku tarik semua kata-kataku. Aku mengaku salah, semut. Tolong aku.” pinta kera sembari terus mengerang.

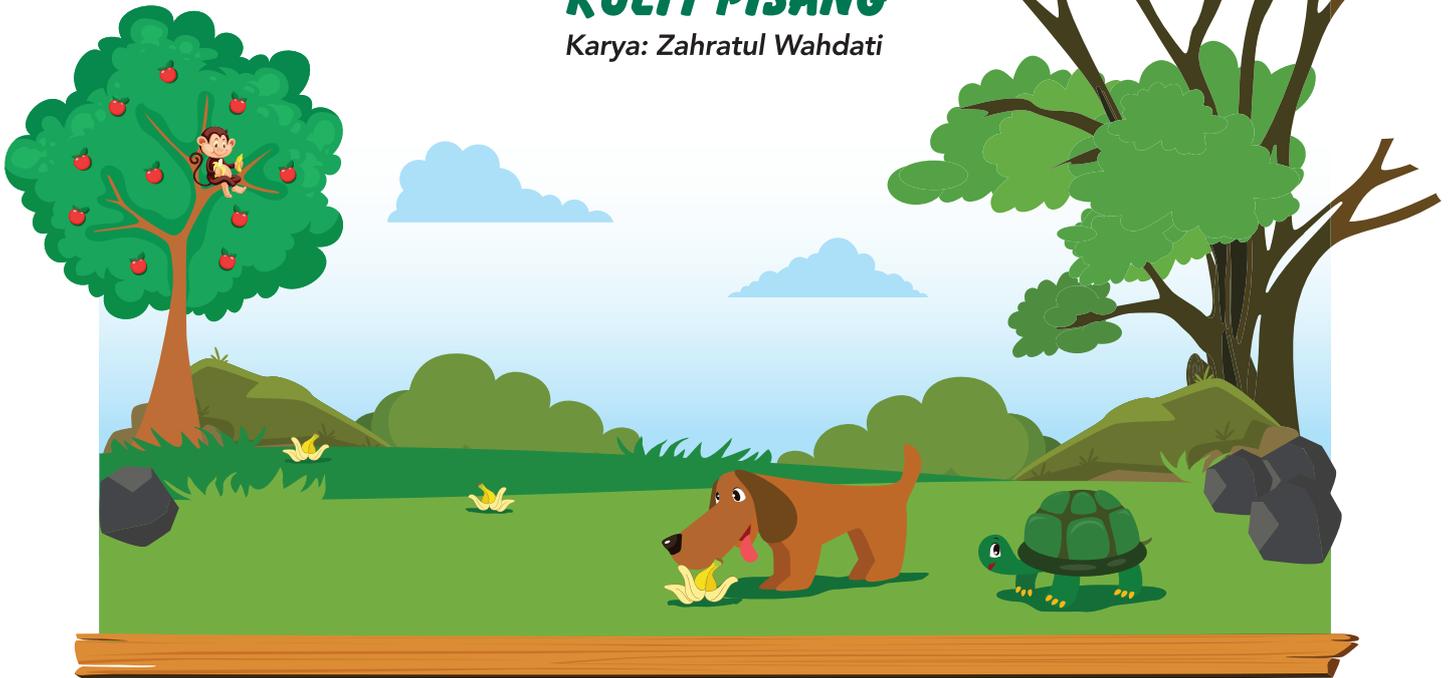
Karena tidak tega melihat kera kesakitan, akhirnya semut menolong kera. Dengan bantuan kelompoknya, semut mampu mengangkat batu itu dengan mudah. Kera jadi sangat menyesal dengan kesombongannya. Sejak saat itu, kera selalu tolong-menolong.



## CERITA 5

### KULIT PISANG

Karya: Zahratul Wahdati



**K**imta Kura-Kura dan Jiji Anjing sedang berjalan di pinggir hutan. Tiba-tiba, Jiji terpeleset dan jatuh. Ternyata kakinya menginjak kulit pisang. Untungnya, dia tidak apa-apa. Kimta lalu memungut kulit pisang di tanah.

“Siapa yang membuang kulit pisang ini?”

Jiji mengendus-endus tanah dan mengikuti jejak kulit pisang itu. Kimta mengikutinya dari belakang. Jejak kulit pisang itu pun berakhir di pohon apel.

“Jadi Moni yang membuang kulit pisang sembarangan!” seru Kimta.

Moni yang mendengar teriakan tersebut, sontak menatap ke bawah.

“A...aku ti...tidak bermaksud mencelakaimu. Ma...maafkan aku,” ucap Moni sambil turun dari pohon.

“Baiklah, kali ini kami maafkan. Tetapi, lain kali kamu harus buang sampah di tempatnya,” nasihat Kimta.

“Ta...tapi aku sudah terbiasa. Jadi, tanpa sadar aku membuang kulit pisang sembarangan,” Moni menangis. “Aku harus bagaimana?”

Ah! Kimta dan Jiji jadi merasa kasihan kepada Moni. Mereka tidak mau kebiasaan Moni membuang kulit pisang sembarangan membuat hewan-hewan lain celaka.

“Aku punya cara,” celetuk Kimta sembari mengeluarkan tas karung dari sakunya. “Pakailah ini ke mana pun kamu pergi. Kamu dapat membuang kulit pisangmu di karung ini.”

Moni menerima karung itu dan bersorak riang. Dia janji akan selalu memakai tas karung itu dan membuang sampah makanannya di situ.

Namun sayangnya, tiga hari kemudian, Jiji dan Kimta melihat kulit-kulit pisang kembali berserakan di hutan.

“Ternyata Moni hanya pura-pura menyesal. Janjinya pun pasti hanya omong kosong,” kata Jiji. “Dia pasti tidak memakai tas karung yang kau beri, Kimta.”

Kimta memunguti kulit-kulit pisang dan memasukkannya ke tas karung miliknya. “Aku akan menemuinya.”

Kimta pergi menemui Moni. Olala, betapa terkejutnya Kimta sesampainya di pohon apel, rumah Moni. Banyak sekali kulit pisang berserakan di sana.

“Moni, apakah kamu yang membuang kulit pisang sembarangan lagi?” tanya Kimta. Moni tampak bingung. Justru dia baru sadar bahwa ada banyak sekali kulit pisang di tanah.

“Tidak! Lihat, aku selalu memakai tas karung pemberianmu dan membuang kulit pisang ke dalamnya,” elak Moni sambil berbalik, memperlihatkan tas karung di punggungnya.

Melihat tas kantong itu, Kimta memungut, “Oh, ternyata begitu. Benar, kamu selalu membuang kulit pisang ke tasmu. Tetapi, kamu tidak sadar bahwa tasmu itu sudah penuh oleh kulit pisang. Akibatnya, kulit pisang dari tasmu berjatuhan ke tanah.”

“Maafkan aku,” ucap Moni sedih. “Apa aku boleh minta tas karung baru, Kimta?”

“Tidak perlu tas baru. Kamu tinggal membuang sampahnya dan memakai tas itu kembali,” ujar Kimta.

“Kalau aku buang, kulit-kulit pisang akan makin berserakan dan mencelakai hewan lain, sahut Moni.

“Makanya, buanglah di tempat yang benar.” Tangan Kimta menggali tanah di bawah pohon apel, lalu memasukkan kulit-kulit pisang di tasnya ke dalam lubang itu. “Giliranmu memasukkan isi tasmu.”

Moni menumpahkan isi tasnya hingga lubang itu penuh kulit-kulit pisang. Lalu, Kimta menutup lubang itu dengan tanah.

“Tasmu sudah kosong dan kamu bisa makan sesukamu. Jika tasmu kembali penuh, tinggal kubur saja sampahnya. Kulit pisang itu pasti akan berharga untuk kita.”

Sejak saat itu, Moni bisa sepenuhnya memakan pisang. Setiap tasnya penuh, dia akan mengubur kulit-kulit pisang dalam tanah di dekat pohon apel.

Ternyata kulit pisang yang dikubur itu berubah menjadi kompos, membuat tanah menjadi subur dan pohon apel berbuah lebat. Kimta dan Moni senang sekali karena bisa memakan apel sepenuhnya. Karena daunnya lebat, Jiji pun suka tidur di bawah pohon apel yang teduh itu.



## CERITA 6

### SITU BAGENDIT (Cerita Rakyat dari Jawa Barat) Karya: Feny Andiani



**D**i sebelah utara kota Garut, ada seorang wanita kaya raya. Wanita itu bernama Nyi Endit. Dengan kekayaannya, dia bisa berbuat apa saja. Penduduk desa banyak yang takut padanya. Namun, penduduk desa sering berhutang uang pada Nyi Endit. Nyi Endit pun mau membantu. Tapi, dengan bunga yang tinggi. Jika mereka terlambat membayar hutang, Nyi Endit akan menyuruh pengawalnya untuk menagih dengan paksa.

Suatu hari, penduduk desa sedang kekurangan makanan. Banyak dari mereka yang kelaparan. Sementara itu, cadangan makanan yang dimiliki sangat melimpah. Bukannya berbagi pada penduduk desa, ia malah mengadakan pesta. Pesta itu dihadiri keluarga dan teman-temannya. Pesta di rumah Nyi Endit sudah dimulai. Banyak penduduk desa yang berkumpul di depan rumah Nyi Endit. Mereka menunggu sisa makanan dari pesta itu.

"Maaf Nyi, ada pengemis yang memaksa masuk. Sepertinya, dia ingin meminta sedekah," kata pembantu Nyi Endit.

Mendengar hal itu, Nyi Endit kesal, "Kurang ajar! Berani-beraninya dia mengganggu pestaku. Cepat usir dia! Aku tidak mau pestaku rusak," kata Nyi Endit geram.

Tanpa diduga, pengemis itu sudah berhasil menerobos masuk ke dalam rumah.

"Nyi Endit, kau benar-benar kejam dan serakah. Berikanlah sedikit makanan untuk penduduk desa yang kelaparan." kata pengemis itu.

"Enak saja! Cepat kau pergi dari rumahku! Aku tidak mau melihat ada pengemis di sini!" teriak Nyi Endit.

Saat itu juga, para pengawal Nyi Endit menangkap pengemis itu. Namun, ada hal aneh yang terjadi. Para pengawal justru terlempar ketika akan memegang tubuh pengemis itu. Rupanya, pengemis itu bukan orang biasa. Dia adalah orang sakti. Semua orang yang ada di pesta merasa takut dan takjub.

"Baiklah, Nyi Endit. Jika kau tidak ingin membagi makananmu dengan penduduk desa yang sedang kelaparan. Kini, kau akan menerima akibatnya," kata si pengemis.

Pengemis itu mengambil sebatang ranting pohon. Kemudian, ranting itu ditancapkan ke tanah. "Lihatlah ranting pohon ini. Jika kau bisa mencabutnya, maka kau termasuk orang baik. Jika kau tidak bisa, kau bisa menyuruh pengawalmu untuk melakukannya," kata pengemis itu.

Nyi Endit mencoba mencabut ranting itu. Namun, tidak berhasil. Dia lalu menyuruh pengawalnya yang berbadan paling besar. Lagi-lagi usahanya gagal. Ranting itu tetap tertancap di tanah. Pengemis itu akhirnya mencabut ranting itu. Tiba-tiba, dari bekas ranting yang tertancap keluar air yang memancar dengan deras. Tak lama kemudian, hujan pun turun dengan lebat. Dalam sekejap, desa Nyi Endit sudah terendam air. Banjir pun melanda. Kini, desa itu sudah menjadi danau. Danau itu bernama Situ Bagendit. Situ berarti danau, sedangkan Bagendit diambil dari nama Nyi Endit.

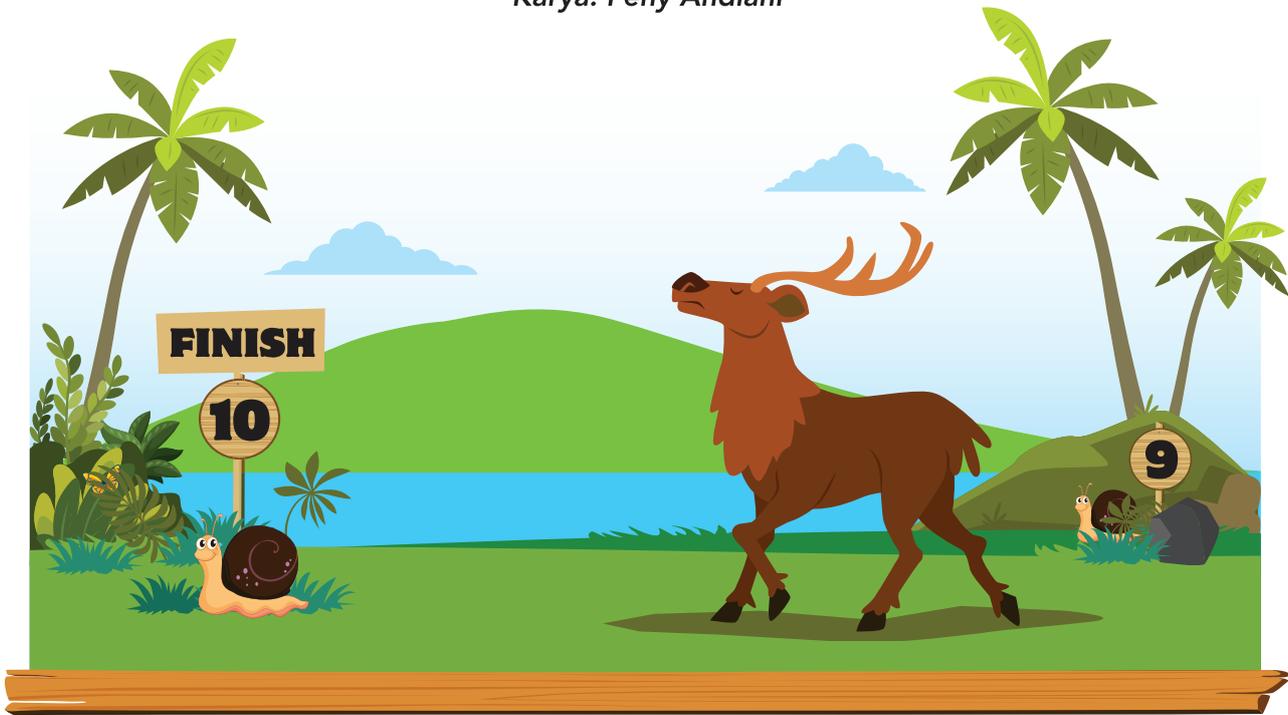


## CERITA 7

# SI RUSA YANG SOMBONG DAN SI SIPUT YANG CERDIK

(Cerita Rakyat dari Maluku Utara)

Karya: Feny Andiani



**D**i Kepulauan Aru, hiduplah sekelompok rusa. Rusa itu dapat berlari sangat cepat. Tidak ada hewan lain yang mampu menandingi kecepatannya. Namun, kelebihan itu membuat rusa menjadi sombong.

Rusa sangat senang mengajak hewan lain lomba lari. Perjanjiannya, hewan yang kalah pun harus menyerahkan tempat tinggalnya. Tentu saja, rusa selalu menang dalam lomba lari.

Rusa sudah menguasai sebagian besar wilayah Kepulauan Aru. Hal ini membuat rusa semakin berkuasa.

Tidak jauh dari hutan, tepatnya di tepi pantai Pulau Aru, hidup sekelompok siput laut. Siput itu berjalan dengan sangat lambat. Walaupun jalannya lambat, siput laut sangat cerdik dan setia kawan.

Suatu hari, Rusa menemui siput laut yang bernama Kulomang. Dia menantang Kulomang untuk lomba lari. Rusa ingin menjadikan wilayah siput laut sebagai daerah kekuasaannya.

“Hai Kulomang, Ayo kita lomba lari. Siapa yang kalah, maka dia harus menyerahkan wilayahnya kepada yang menang,” kata Rusa.

“Baiklah, aku terima tantanganmu,” kata Kulomang.

“Kita akan bertanding besok. Jangan lupa ajak teman-temanmu untuk menonton.” kata Rusa.

Keesokan harinya, rombongan Rusa sudah tiba di tempat perlombaan. Kulomang pun juga datang dengan sepuluh temannya. Rusa sangat yakin kalau dia akan menang. Namun, Rusa lupa kalau Kulomang adalah hewan yang cerdas.

Saat pertandingan akan dimulai, Kulomang menempatkan teman-temannya di setiap pemberhentian yang sudah ditentukan. Pada perlombaan itu, ada sebelas tempat pemberhentian.

“Hai siput, kau nanti pasti kalah! Aku akan mendapatkan wilayahmu,” kata Rusa sombong.

Pertandingan pun dimulai. Rusa langsung berlari kencang. Sementara itu, siput hanya berjalan pelan. Tidak lama kemudian, Rusa sudah tiba di pemberhentian yang pertama.

“Hai Kulomang, di mana kau? Kau pasti masih tertidur dalam cangkangmu!” kata Rusa sambil tertawa.

Tiba-tiba, terdengar suara siput di balik semak-semak, “Siapa bilang aku tertidur?”

Mendengar suara itu, Rusa sangat kaget. Tanpa berpikir panjang, Rusa langsung melanjutkan berlari. Akhirnya, Rusa sampai di pemberhentian yang kedua.

“Nah, kali ini pasti kau tidak bisa mengejariku, Kulomang!” kata Rusa yakin.

“Aku ada di belakangmu, Rusa!” kata salah satu siput yang sudah menunggu di balik semak. Rusa pun kembali terkejut. Dia segera berlari lagi. Setiap di pemberhentian, Rusa memastikan kalau siput tertinggal di belakang. Tapi, siput selalu menjawab kalau mereka juga sudah sampai di pemberhentian yang sama.

Saat di pemberhentian terakhir, Rusa sudah kelelahan. Tubuhnya terasa sakit, karena terus berlari tanpa henti. Akibatnya, Rusa jatuh tersungkur. Akhirnya, siputlah yang menjadi pemenangnya.



## TOPIK 28. Ikrar Ibu Tangguh.

**Waktu:** 30 menit

### Tujuan Topik 28:

Pelatih PPIAUD mampu membimbing peserta untuk dapat:

1. Memiliki keinginan yang kuat untuk mengatasi permasalahan dalam tugas rumah tangga sehari-hari dan pengasuhan anak usia dini pasca bencana alam. Slogan: Ibu Tangguh
2. Menerapkan pemberian makanan bergizi pada anak usia dini saat/setelah bencana agar anak tumbuh sehat. Slogan: Anak Sehat
3. Meningkatkan keterampilan ibu dalam mengasuh anak usia dini pasca bencana melalui kegiatan bermain agar perkembangan kecerdasan, kemampuan bahasa, dan sosial-emosi anak optimal. Anak Cerdas-Bahagia.
4. Memiliki keinginan kuat untuk membangun keluarga yang kuat bersatu dan ikut serta membangun Lombok pasca bencana. Slogan: Keluarga Kuat, Lombok Bangkit, Sejahtera.

**Alat:** Gambar-gambar kegiatan selama mengikuti pelatihan

### Kegiatan:

1. Memberi salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan unit 5 dan kegiatan topik 28.
2. Mempernalkan Yel yel untuk membangkitkan semangat. Jelaskan arti masing-masih yel.
3. Pelatih menyebutkan siapa kita! Peserta menjawab dengan 4 urutan dengan gerakan mengepal, menyilangkan tangan didada, mengangkat dua tangan, menaikan satu tangan keatas (beri ilustrasi):
  - Pelatih menyebutkan dengan suara lantang: "Siapa Kita?"
  - Peserta menjawab dengan suara keras: "Ibu Tangguh!" (tangan mengepal)
  - Pelatih: "Siapa Kita?"
  - Peserta: "Ibu Tangguh, Anak Sehat, Cerdas, Bahagia!" (tangan menyilang didada)
  - Pelatih: "Siapa Kita!"
  - Peserta: "Ibu Tangguh Anak Sehat, Cerdas, Bahagia, Keluarga Kuat!"
  - Pelatih: "Siapa Kita!" (dua tangan dikepal dan diangkat)
  - Peserta: "Ibu Tangguh Anak Sehat, Cerdas, Bahagia, Keluarga Kuat, Lombok Bangkit, Sejahtera!" (satu tangan keatas diangkat tinggi)



## Referensi

- Al Multimedia. (2017). *Peduli Musik Anak-Ayo Siaga Gempa*. Retrieved December 2018, from Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=rWmrYLtchLw>
- Andiani, F. (2018). *Story Telling: Cerita Rakyat Nusantara*. Jakarta: Wahyumedia.
- Arbeiter-Samariter-Bund (ASB). (2018). *10 Saran Keselamatan pada Waktu Gempa*. Retrieved December 2018, from Twitter: [https://mobile.twitter.com/asb\\_idn/status/991984375355998210](https://mobile.twitter.com/asb_idn/status/991984375355998210)
- BMKG Padang Panjang. (2016). *Lagu Mitigasi Gempa Bumi*. Retrieved December 2018, from Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=b6cbjXly4WU>
- Direktorat Bina Gizi dan Kesehatan Ibu Anak, Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Penyelenggaraan Manajemen Terpadu Balita Sakit Berbasis Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI.
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2015). *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan PAUD Holistik Integratif di Satuan PAUD*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Fahmida, U., Kolopaking, R., Santika, O., Sriani, S., Umar, J., Htet, M. K., et al. (2015, March ). 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. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 101(3), 455–461.
- Fahmida, U., Pramesthi, I. L., & Kusuma, S. (2018). *Pengembangan Panduan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal (PGS-PL) untuk Balita dan Ibu Hamil pada 10 Kabupaten Prioritas Stunting dalam Rangka Mendukung Program Padat Karya*. Jakarta: PKGR UI-SEAMEO RECFON.
- Fahmida, U., Santika, O., & Kolopaking, R. (2011). *Bermain Bersama Si Kecil, First Project (Food-based intervention and psychosocial stimulation for growth and development of <24 months Indonesian children)*. Jakarta: SEAMEO RECFON Universitas Indonesia.
- Fahmida, U., Santika, O., & Kolopaking, R. (2011). *Memberi Makan Bergizi untuk Si Kecil*. Jakarta: SEAMEO RECFON.
- Guru Muda Indoensia. (2018). *Lagu Menghadapi Bencana Alam*. Retrieved December 2018, from Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=DasOAMeKJdK>
- Handarini, H. S., Karyadi, E., Pramesthi, I. L., & Marliyati, S. A. (2017). *Panduan Guru: Gizi untuk Anak Usia Dini Usia 0-2 Tahun*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Handarini, H. S., Karyadi, E., Pramesthi, I. L., & Marliyati, S. A. (2018). *Panduan Guru: Gizi untuk Anak Usia Dini Usia 4-6 Tahun*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Hanna, Y. (2017). *Inilah yang Harus Kita Lakukan Jika Gempa Bumi Terjadi*. Retrieved December 2018, from Bobo: <https://bobo.grid.id/read/08674763/inilah-yang-harus-kita-lakukan-jika-gempa-bumi-terjadi>
- Kak Zepe. (n.d.). *Bencana*. Retrieved December 2018, from lagu2anak blogspot: <https://lagu2anak.blogspot.com/search?q=bencana>

- Kartika, E. (2017). *Mengenal Ciri-ciri Terjadinya Tsunami*. Retrieved December 2018, from Bobo: <https://bobo.grid.id/read/08678824/mengenal-ciri-ciri-terjadinya-tsunami>
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Laila, W. (n.d.). *8 Cara Mencegah Banjir dan Tanah Longsor*. Retrieved December 2018, from Ilmu Geografi.Com: <https://ilmugeografi.com/bencana-alam/cara-mencegah-banjir>
- Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC). (2012). *Lagu Anak Siaga Bencana*. Retrieved December 2018, from Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=LzIGx1YE8CI>
- Presiden Republik Indonesia. (2013). Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 2013 Tentang Pengembangan Anak Usia Dini Holistik-Integratif.
- Puspita, P. (2017). *Apa itu Erupsi Gunung Berapi?* Retrieved December 2018, from Bobo: <https://bobo.grid.id/read/08679322/apa-itu-erupsi-gunung-berapi>
- Puspita, P. (2017). *Mengenal Jeni-jenis Gempa Bumi*. Retrieved December 2018, from Bobo: <https://bobo.grid.id/read/08675254/mengenal-jenis-jenis-gempa-bumi>
- Santrock, J. (2005). *Child Development* (11 ed.). McGraw-Hill.
- Setiawati, D. Y., Silitonga, Y. M., Rukiyah, Y., Rahayungingsih, S., Marliyati, S. A., & Madanijah, S. (2018). *Panduan Guru: Gizi untuk Anak Usia Dini Usia 2-4 Tahun*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Sriyulianti, Y. (2017). *Lagu dan Gerak Evakuasi Gempa*. Retrieved December 2018, from Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=cQOuKpzLgLE>
- Widiana, W. (2018). *Mengenal Tsunami, Gelombang Tinggi yang Berbahaya bagi Manusia*. Retrieved December 2018, from Bobo: <https://bobo.grid.id/read/08879566/mengenal-tsunami-gelombang-tinggi-yang-berbahaya-bagi-manusia?page=2>
- WikiHow. (n.d.). *Cara Menghadapi Erupsi Gunung Berapi*. Retrieved December 2018, from WikiHow: <https://id.wikihow.com/Menghadapi-Erupsi-Gunung-Berapi>
- World Health Organization. (2007). *The WHO Child Growth Standards*. Retrieved December 2018, from World Health Organization: <https://www.who.int/childgrowth/standards/en/>
- World Health Organization, War Trauma Foundation and World Vision International. (2013). *Psychological first aid: Facilitator's manual for orienting field workers*. Geneva: WHO.





Catatan:

A series of horizontal dotted lines for writing notes.







UNIVERSITAS  
INDONESIA

*Veritas, Probitas, Iustitia*  
EST. 1849

Didukung oleh:



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



# PETUNJUK PRAKTIS PENGASUHAN IBU-ANAK USIA DINI DI DAERAH RAWAN BENCANA ALAM

**Modul bagi Guru PAUD sebagai Pelatih  
Pendidikan Pengasuhan Ibu –  
Anak Usia Dini (PPIAUD)**

## Gedung SEAMEO REC FON

Jl. Salemba Raya No.6

Jakarta 10430, Indonesia

Telepon: +62 3193 0205, 391 3932, 3190 2739

Fax: +62 21 391 3933

Email: [comdev@seameo-recfon.org](mailto:comdev@seameo-recfon.org)

Website: [www.seameo-recfon.org](http://www.seameo-recfon.org)

ISBN 978-623-91024-6-3



9 786239 102463

## SEAMEO REC FON

*Southeast Asian Ministers of Education Organization*

*Regional Centre for Food and Nutrition*

Pusat Kajian Gizi Regional – Universitas Indonesia

2019