



YAYASAN PLAN
INTERNATIONAL
INDONESIA



BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL
Bekerjasama dengan
YAYASAN PLAN INTERNATIONAL INDONESIA

MODUL BINA KELUARGA BALITA ELIMINASI MASALAH ANAK STUNTING (BKB-EMAS)



**BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL
TAHUN 2018**

Sekapur Sirih



Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) sebagai salah satu lembaga pemerintah yang berperan dalam meningkatkan kemampuan pengasuhan orangtua dan anggota keluarga pada anak usia dibawah enam tahun termasuk dari dalam kandungan melalui Program Bina Keluarga Balita Holistik Integratif (BKB HI). Dalam Program BKB HI, orangtua akan memperoleh pengetahuan dan keterampilan pengasuhan yang menyeluruh dalam memenuhi kebutuhan dasar anak yaitu Asuh (kebutuhan dasar), Asih (kebutuhan emosional dan kasih sayang) dan Asah (kebutuhan stimulasi). Orangtua perlu diberi pemahaman bagaimana menjadi orangtua yang mampu membina dan mengasuh anak-anaknya menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas dan berkarakter.

Indonesia masih dihadapkan pada masalah stunting (gizi buruk kronis akibat asupan gizi yang kurang sehingga tinggi badan bayi di bawah standar menurut usianya/pendek). Saat ini sepertiga jumlah balita 30,8 % (Riskesmas tahun 2018) di Indonesia menderita stunting. WHO menyatakan batas maksimal angka stunting bayi di suatu negara adalah 20%, artinya Indonesia saat ini masih di atas batas toleransi yang ditetapkan oleh Badan Kesehatan Dunia.

Stunting disebabkan berbagai macam faktor, satu diantaranya adalah praktik pengasuhan orangtua dan anggota keluarga yang tidak baik dan benar terhadap balita dan anak. Hal ini biasanya disebabkan karena kurangnya pengetahuan para orangtua dan anggota keluarga tentang status gizi wanita pada masa pra kehamilan, masa kehamilan dan setelah melahirkan serta gizi pada anak sampai dengan usia 2 tahun. Intervensi pencegahan stunting paling menentukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dimulai sejak bayi dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun. Masa 1000 HPK dari seorang anak adalah meliputi 270 (dua ratus tujuh puluh) hari selama dalam kandungan dan 730 (tujuh ratus tiga puluh) hari dari kelahiran sampai usia 2 tahun. Periode ini menjadi sangat penting karena sangat berpengaruh pada tumbuh dan kembang anak, dimana mereka harus kita siapkan untuk menjadi generasi yang lebih berkualitas (Generasi Emas).

Dalam rangka meningkatkan pemahaman, sikap, perilaku dan keterampilan pengelola BKB HI tentang pentingnya periode 1000 HPK bagi masa depan setiap anak di Indonesia, maka Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) telah menyusun modul yang berjudul Modul BKB Emas (Eliminasi Masalah Stunting), sebagai wujud nyata peran serta BKKBN dalam mendukung pencegahan stunting di Indonesia yang merupakan pengembangan BKB HI yang sudah ada,

karena pengelola ini yang akan bertugas melakukan promosi dan KIE pada orangtua dan anggota keluarga lainnya melalui Kelompok BKB. Dengan hadirnya Modul ini diharapkan pemenuhan hak anak untuk tumbuh dan berkembang pada periode 1000 HPK dapat terpenuhi dengan maksimal, demi terwujudnya Generasi Emas Indonesia.

Jakarta, Desember 2018
Plt. Kepala BKKBN



dr. Sigit Prihutomo, MPH

Kata Sambutan



Setiap orang tua pasti berharap agar anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat dan berkarakter agar kelak di masa depan dapat berkontribusi secara optimal untuk kemajuan suatu bangsa. Hal tersebut dapat diwujudkan salah satunya melalui komitmen orang tua dalam melakukan pengasuhan. Pengasuhan yang dilakukan secara bersama-sama antara ayah dan ibu di dalam keluarga akan menghindarkan anak dari faktor-faktor risiko yang dapat menghambat tumbuh kembang anak. Salah satu faktor risiko yang dihadapi anak-anak Indonesia saat ini adalah kondisi stunting.

Stunting merujuk pada kondisi gagal tumbuh pada anak (baik pertumbuhan tubuh dan otak) sehingga tinggi anak lebih pendek dari tinggi badan seumurannya, mengalami gangguan kognitif, dan cenderung mengalami gangguan dalam metabolisme tubuhnya. Stunting terjadi lantaran pola asuh yang salah pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) dan hal tersebut tidak dapat lagi diperbaiki mengingat masa 1000 HPK merupakan periode kritis yang menjadi faktor penentu kualitas kehidupan anak kelak. Pola asuh yang benar pada masa 1000 HPK merupakan kewajiban yang tak bisa ditawar lagi. Fokus pada masa 1000 HPK yang dimulai saat kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan periode yang sangat penting dalam pencegahan stunting. Meskipun Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) menunjukkan penurunan prevalensi stunting di Indonesia, yaitu dari 37,2% (Tahun 2013) menjadi 30,8% (Tahun 2018), angka tersebut masih cenderung tinggi.

Menyikapi permasalahan stunting tersebut, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) sebagai salah satu lembaga pemerintah, sangat proaktif untuk melakukan upaya peningkatan komitmen dan keterampilan pengasuhan orang tua di dalam keluarga pada masa 1000 HPK untuk menurunkan dan mencegah stunting. Melalui Direktorat Bina Keluarga Balita dan Anak yang bekerja sama dengan Plan Internasional, BKKBN menerbitkan Modul BKB Emas (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Anak Stunting). Modul ini disusun secara sederhana, menarik, aplikatif dan disertai dengan permainan agar dapat dipahami, dilaksanakan, dan dijadikan rujukan oleh orang tua dan kader kelompok Bina Keluarga Balita (Kader BKB) dalam melakukan pertemuan yang diselenggarakan di tiap-tiap kelompok BKB.

Dengan disusunnya Modul BKB Emas ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi dalam mencegah terjadinya stunting melalui pola pengasuhan orang tua dan keluarga, terutama pada 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan), sehingga di masa yang akan datang, generasi penerus kita menjadi generasi yang berkualitas dan mempunyai daya saing yang tinggi.

Kami ucapkan selamat kepada tim penyusun dan semua pihak yang telah bekerja keras menyelesaikan Modul BKB Emas ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua dan dapat memberikan yang terbaik bagi kualitas generasi penerus kita.

Jakarta, Desember 2018
Deputi Bidang KSPK



Dr. dr. M. Yani, M.Kes., PKK

Kata Pengantar



Pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM) harus dimulai sejak dini, bahkan sejak janin masih di dalam kandungan, karena pada saat itu proses pertumbuhan dan perkembangan manusia sudah berlangsung. Dalam keseluruhan siklus hidup manusia, usia 0-2 tahun merupakan periode kritis bagi perkembangan otak. Periode ini harus dioptimalkan dengan menjaga kesehatan, status gizi anak, memberikan stimulasi yang mencukupi dan menyediakan lingkungan yang mendukung untuk menanamkan karakter anak sedini mungkin. Apabila pada masa tersebut, anak tidak mendapatkan pengasuhan dengan baik, maka akan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

Untuk Menstimulasi perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini yang optimal sejak masa kehamilan hanya dapat dilakukan melalui pemberian pengasuhan, pendidikan yang benar, asupan gizi yang baik dan seimbang, serta pemeliharaan kesehatan yang baik. Agar seluruh kebutuhan esensial ibu hamil dan anak usia dini dapat terpenuhi, sehingga anak dapat tumbuh kembang secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan usianya.

Oleh karena itu untuk mendukung Program Prioritas Nasional BKKBN bekerjasama dengan Yayasan PLAN Internasional Indonesia telah menyusun modul penyuluhan Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Anak Stunting (BKB EMAS) bagi kader dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan kegiatan penyuluhan di kelompok BKB.

Dengan tersedianya modul ini diharapkan kader dapat memberikan penyuluhan BKB EMAS kepada ibu hamil dan orangtua Baduta, sehingga masalah stunting dapat dicegah dan tujuan program BKB EMAS dapat tercapai sebagaimana yang diharapkan.

Akhirnya kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penyusunan Modul BKB EMAS ini, kami mengucapkan terimakasih. Semoga Tuhan Yang Maha Esa, selalu meridhoi maksud baik kita demi generasi emas Indonesia.

Jakarta, Desember 2018
Direktur Bina Keluarga
Balita dan Anak

Dra. Evi Ratnawati

Daftar Isi

Sampul Buku.....	I
Sekapur Sirih.....	III
Kata Sambutan.....	V
Kata Pengantar.....	VII
Daftar Isi.....	IX
Pendahuluan.....	1
Pertemuan 1 : Penerapan delapan fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK.....	13
Pertemuan 2 : Kesehatan Fisik dan Mental Ibu Hamil dan Ibu Menyusui.....	23
Pertemuan 3 : Pembiasaan PHBS bagi Ibu Hamil dan Baduta.....	35
Pertemuan 4 : Stimulasi Perkembangan Anak pada masa 1000 HPK.....	47
Pertemuan 5 : Meningkatkan Peran Ayah dan Anggota Keluarga Lainnya.....	57
Pertemuan 6 : Pengasuhan yang Tanggap (Cepat & Tepat) Terhadap Kebutuhan Anak...67	
Daftar Pustaka.....	79
Lampiran.....	81



Pendahuluan

Bagian I. Pendahuluan

A. Latar Belakang

Peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan pilar utama pembangunan karena sangat menentukan kemajuan bangsa. Kualitas SDM yang antara lain dicerminkan oleh derajat kesehatan, tingkat intelegensia, kematangan emosional dan spiritual, serta produktivitas sangat ditentukan oleh kualitas pada usia dini yaitu dari janin hingga anak berusia 6 tahun (Bappenas, 2008).

Masa usia dini merupakan masa kritis bagi perkembangan seseorang. Di tahun-tahun pertama kehidupan terjadi perkembangan yang pesat, dan interaksi anak dengan lingkungan terutama keluarga akan menentukan pertumbuhan dan perkembangannya di kemudian hari. Peran orangtua menjadi sangat penting, karena orangtualah yang akan mengasuh, membimbing, dan memberikan berbagai stimulasi agar tumbuh kembang anak berlangsung secara optimal. Dengan pengasuhan yang tepat, kualitas sumber daya manusia di Indonesia akan meningkat (BKKBN, 2014).

Mengembangkan pemahaman orangtua tentang pentingnya tahun-tahun awal kehidupan anak sangatlah penting. Orangtua perlu memiliki keterampilan pengasuhan dan stimulasi yang efektif dan praktis, serta komitmen untuk mendorong tumbuh kembang dan perlindungan anak (Plan International Indonesia, 2014). Program Bina Keluarga Balita (BKB) Holistik Integratif merupakan sebuah upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orangtua terkait pengasuhan anak yang holistik, yaitu pengasuhan yang menyeluruh dalam memenuhi kebutuhan dasar anak. Kebutuhan dasar akan pendidikan, kesehatan, gizi dan perlindungan dari berbagai bentuk kekerasan.

Modul ini disusun sebagai acuan bagi kader BKB dalam melaksanakan pertemuan kelompok BKB-EMAS. Buku ini berisi tahapan-tahapan kegiatan yang akan memudahkan kader dalam menyampaikan pengetahuan dan keterampilan kepada orangtua agar tumbuh kembang anak pada periode 1000 HPK dapat optimal.

Proses penyusunan buku ini dilakukan sejak Juni hingga November 2018 oleh Direktorat Bina Keluarga Balita dan Anak, BKKBN bekerjasama dengan Plan International Indonesia. Selama proses penyusunan, telah dilakukan sebanyak 3 kali loka karya yang melibatkan berbagai pihak terkait Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif (PAUDHI), baik dari instansi pemerintah di tingkat pusat dan daerah

B. Tujuan

Adapun yang menjadi tujuan dari penggunaan Modul ini adalah sebagai panduan kegiatan bagi kader BKB dalam menyelenggarakan pertemuan kelompok BKB-EMAS. Dimana modul ini memuat semua informasi yang dibutuhkan kader untuk dapat menyelenggarakan pertemuan kelompok BKB secara rutin yang telah mencakup semua informasi terkait penyelenggaraan BKB-EMAS.

C. Sasaran

Sasaran langsung dari modul ini adalah para kader BKB, sedangkan sasaran tidak langsung dari penggunaan modul ini adalah para peserta BKB khususnya ibu hamil dan keluarga Baduta yang mengikuti pertemuan BKB dan para petugas dari unit pelayanan KB, kesehatan, gizi dan pendidikan anak usia dini.

D. Sistematika Penulisan

Modul ini terdiri dari 3 bagian utama, yaitu :

Bagian I.

Pendahuluan, mengemukakan latar belakang, tujuan, sasaran dan sistematika penulisan modul.

Bagian II.

Membahas tugas dan peran kader dalam pengelolaan pertemuan, saran terhadap teknik fasilitasi yang efektif, penggunaan alat dan bahan di dalam pertemuan.

Bagian III.

Bagian ketiga dari modul ini merupakan bagian inti yang sangat perlu untuk dipahami oleh kader. Ada 6 pertemuan dengan judul dari setiap pertemuan adalah sebagai berikut :

Pertemuan 1 : Penerapan delapan fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK

Pertemuan 2 : Kesehatan Fisik dan Mental Ibu Hamil dan Ibu Menyusui

Pertemuan 3 : Pembiasaan PHBS bagi Ibu Hamil dan Baduta

Pertemuan 4 : Stimulasi Perkembangan Anak pada masa 1000 HPK

Pertemuan 5 : Meningkatkan Peran Ayah dan Anggota Keluarga Lainnya

Pertemuan 6 : Pengasuhan yang Tanggap (Cepat & Tepat) Terhadap Kebutuhan Anak

Struktur penulisan di dalam setiap pertemuan adalah sebagai berikut:

- **Tujuan** : berisi informasi bagi kader tentang poin-poin tujuan kegiatan pertemuan, yang tidak perlu dibacakan kepada peserta, karena tujuan kegiatan yang perlu disampaikan pada peserta akan ada pada bagian lainnya (pembukaan).
- **Hasil yang diharapkan** : berisi informasi bagi kader tentang poin-poin indikator perubahan perilaku yang diharapkan dapat terjadi pada peserta, setelah mengikuti pertemuan. Hasil yang diharapkan ini tidak perlu dibacakan kepada peserta.
- **Durasi** : merupakan perkiraan waktu maksimal penyelenggaraan pertemuan, yaitu selama 115-120 menit maksimal.
- **Bahan dan alat** : berisi jenis media, bahan dan alat yang dibutuhkan untuk menyampaikan informasi kepada peserta serta bahan bacaan bagi kader. Bahan dan alat ini perlu disiapkan sebelum memulai pertemuan.
- **Tahapan kegiatan** : menjabarkan langkah-langkah kegiatan yang **harus dilakukan dan disampaikan kader secara berurutan** agar dapat mencapai tujuan pertemuan. Tahapan kegiatan ini terdiri dari:
 1. **Pembukaan dan Review**: berisi do'a pembuka, informasi tentang KB, tinjauan/review tentang materi/informasi pada pertemuan sebelumnya, tinjauan terhadap tugas rumah.
 2. **Pengenalan Topik**: berisi informasi tentang judul dan tujuan pertemuan serta informasi atau pun kegiatan pengantar yang berkaitan dengan topik pertemuan.
 3. **Kegiatan Inti**: berisi diskusi kelompok, permainan, kalimat-kalimat informasi serta penggunaan media, bahan dan alat pendukung seperti lembar balik, film cerita, poster dan buku KIA.
 4. **Kesimpulan**: berisi proses penarikan kesimpulan oleh seluruh peserta dan penyampaian kesimpulan oleh kader.
 5. **Mengingatkan Peserta Untuk Mengisi Kalender Pengasuhan**: kader mengingatkan peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah dan peserta (orangtua anak), untuk memantau perkembangan anak.
 6. **Penyampaian Tugas Rumah**: berisi perilaku pengasuhan yang diharapkan untuk dilakukan di rumah oleh peserta BKB.
 7. **Penutup**: berisi do'a penutup, informasi tentang KB dan salam penutup.

Kader dapat membaca secara langsung semua kalimat yang ada dalam tanda kutipan "... " dan ditulis miring, sedangkan kalimat yang tidak ada tanda kutip dan tidak ditulis miring tidak perlu dibacakan kepada peserta, karena kalimat tersebut merupakan instruksi bagi kader. Begitu juga dengan **catatan bagi kader**, tidak perlu dibacakan kepada peserta.

Bagian II. Persiapan Pertemuan

A. Tugas dan peran kader dalam pengelolaan pertemuan

Pengelolaan kegiatan pertemuan BKB dilaksanakan oleh kader. Kader BKB adalah anggota masyarakat yang bekerja secara sukarela dalam membina dan menyampaikan informasi kepada orangtua balita tentang bagaimana mengasuh anak secara baik dan benar.

a. Syarat-syarat kader:

1. Laki-laki atau perempuan yang tinggal di lokasi kegiatan mempunyai minat terhadap anak.
2. Paling sedikit dapat membaca dan menulis, menguasai bahasa Indonesia dan bahasa daerah setempat.
3. Bersedia bekerja sebagai tenaga sukarela.
4. Bersedia dilatih sebelum melaksanakan kegiatan.
5. Mampu berkomunikasi dengan orangtua balita secara baik.

b. Tugas kader:

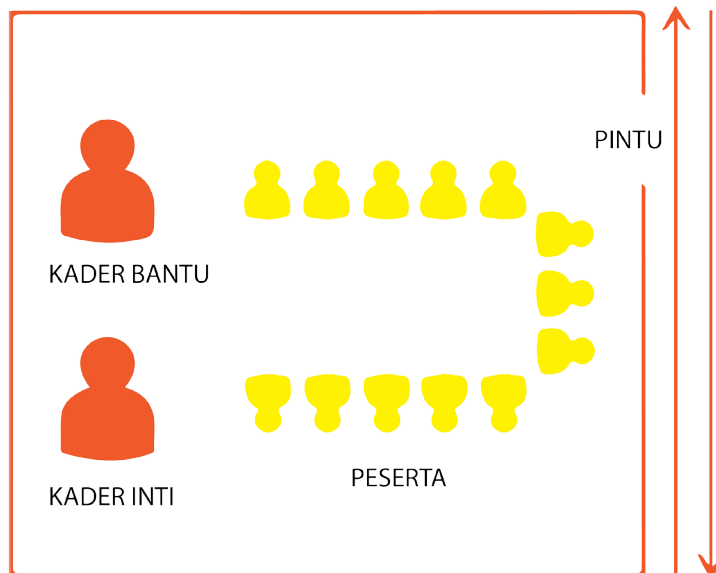
1. Melaksanakan pertemuan sesuai dengan materi dan tahapan kegiatan yang telah ditentukan pada buku pegangan kader ini.
2. Mengadakan pengamatan perkembangan peserta BKB dan anak balitanya.
3. Memberikan pelayanan dan mengadakan kunjungan rumah.
4. Memotivasi orangtua untuk merujuk anak yang mengalami masalah tumbuh kembang anak.
5. Memotivasi orangtua untuk mau melakukan tugas rumah yang ada di setiap pertemuan.
6. Membuat laporan kegiatan dari masing-masing kelompok umur pada formulir yang telah disediakan.

c. Pembagian tugas kader:

1. Kader inti adalah penyampai materi pada tahapan kegiatan inti dan kesimpulan dalam pertemuan dengan orangtua peserta BKB dan bertanggung jawab atas keseluruhan kegiatan.
2. Kader piket yang bertugas mengasuh anak dan balita yang hadir saat pertemuan.
3. Kader bantu adalah penyampai materi pada tahapan kegiatan pembukaan, pengenalan topik, menyampaikan tugas rumah dan penutup.

B. Saran untuk Teknik Fasilitasi yang Efektif

a. Tata ruang pertemuan



b. Pengaturan waktu

1. Selalu buat "waktu tambahan" untuk keterlambatan tidak terduga seperti terlambat mulai atau waktu tambahan untuk menjelaskan dan tanya jawab.
2. Pastikan untuk menyampaikan materi dalam rentang waktu yang telah dituliskan dalam buku pegangan kader.
3. Beri contoh kepada peserta dengan datang ke tempat pelatihan lebih awal dan memulai pelatihan tepat waktu.
4. Minta bantuan relawan atau kader lainnya untuk memastikan pertemuan sesuai jadwal dan memberikan tanda jika waktu hampir habis.

c. Mencairkan suasana

1. Beritahu para peserta tujuan dari kegiatan mencairkan suasana adalah untuk penyegaran agar peserta tidak jenuh.
2. Pastikan kegiatan sesuai dengan umur dan jenis kelamin peserta.
3. Perhatikan batasan fisik para peserta.
4. Lakukan dengan singkat (tidak lebih dari 10 menit).
5. Pastikan kegiatan dapat dilakukan dengan ruangan yang tersedia.
6. Beri setiap peserta pilihan untuk melewatkan gilirannya atau tidak ikut serta.
7. Buatlah contoh dengan antusias ikut serta. (Jangan minta peserta melakukan hal yang kader sendiri tidak mau melakukannya).
8. Jangan lakukan kegiatan yang terlalu rumit atau sulit.

Contoh kegiatan mencairkan suasana ada pada Lampiran. Selain kegiatan mencairkan suasana, kader dapat juga membuat yel-yel kelompok dan melakukan yel-yel BKB dan KB disaat peserta mulai terlihat hilang konsentrasi atau saat kader ingin mendapatkan perhatian peserta kembali. Berikut ini merupakan yel-yel BKB dan KB.

Salam BKB

Kader mengatakan *"Salam BKB!"*

Peserta dan kader menjawab dengan:

"Orangtua hebat" (sambil gerakan mengacungkan dua ibu jari)

"Balita cerdas" (sambil menunjuk ke kening dengan dua jari telunjuk)

"Keluarga Bahagia" (sambil membuat gerakan tangan membuat simbol hati (♥))

Salam KB

Kader Mengatakan *"Salam KB!"*

Peserta dan kader menjawab dengan:

"Dua anak cukup!"

Yel-yel Orangtua Hebat

Kader mengatakan *"mau jadi orangtua hebat?"*

Peserta dan kader menjawab dengan:

"Ayo ke BKB!" (sambil gerakan kedua tangan gaya mengajak orang ikut serta)

Salam BKB EMAS

Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)

Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)

Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)

Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)

Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)

d. Penyampaian materi

1. Pastikan kader paham apa yang akan disampaikan.
2. Jangan terburu-buru menyampaikan materi.
3. Berjalanlah berkeliling ruangan (tidak hanya berdiri/duduk pada satu posisi saja) dan buatlah nada dan volume suara yang berbeda sehingga menarik.
4. Sisipi penyampaian materi dengan kegiatan interaktif dan humor (hanya jika pantas dan diperlukan).
5. Pastikan bahwa cerita pribadi dan analogi memiliki detail yang jelas dan pastikan semua mengerti poin penting yang disampaikan.
6. Bagilah peserta yang berbeda-beda dalam setiap diskusi kelompok agar peserta dapat saling berbaur.
7. Berikan informasi mengenai bahan-bahan lain yang kader rasakan berguna dalam menghadapi anak-anak untuk membantu peserta mengerti materi yang disampaikan.

e. Menghadapi peserta

1. Sepakati aturan di pertemuan awal, aturan dapat ditambahkan selama pertemuan dilaksanakan.
2. Usahakan untuk tidak membahas pendapat pribadi atau kepercayaan kader pada saat diskusi. Fokus pada fakta yang ada dibuku orangtua hebat atau KIA
3. Terbukalah pada pandangan atau pemikiran baru dari peserta.
4. Simpan pertanyaan atau masalah yang sulit dan tidak secara langsung terkait dengan topik pertemuan.
5. Tidak semua komentar atau pendapat peserta membutuhkan jawaban, beberapa hanya memerlukan ucapan *"terima kasih"*.
6. Arahkan diskusi kembali ke topik pertemuan, jika peserta atau teman kader lainnya mulai lari dari topik yang sedang dibahas. Misalnya dengan mengulangi lagi pertanyaan jika diskusi keluar dari topik.
7. Jika peserta terlibat diskusi berkepanjangan dan berbeda pendapat, sebaiknya katakan, *"Di dalam buku orangtua hebat yang saya baca mengatakan...."* atau *"Mungkin bisa kita tanyakan pendapat dari peserta lainnya...."*.
8. Ketika tidak ada tanggapan dari para peserta: beri mereka waktu untuk berpikir, kemudian ajukan pertanyaan dengan cara yang berbeda, atau buatlah suatu pernyataan dan tanyakan bagaimana pendapat mereka.
9. Ketika para peserta merasa jengkel atau frustrasi mengenai pekerjaan mereka atau terhadap situasi yang dihadapi, maka hal yang dapat dilakukan adalah:
 - a Memastikan perasaan mereka didengarkan (contoh: *"Itu terdengar sangat menjengkelkan..."*, *"kesal sekali sepertinya ya..."*).
 - b Akui bahwa kader tidak dapat memecahkan masalah tersebut.
 - c Minta peserta lain untuk menyampaikan pemikiran mereka.
 - d Jika peserta memberikan tanggapan yang emosional, atau menggerutu, atau kelihatan menarik diri – gunakan waktu istirahat untuk berbicara dengan mereka.
 - e Diskusikan dengan kader yang lain.
10. Kader harus lebih banyak mendengarkan sebelum memberikan informasi.
11. Ucapkan terima kasih kepada para peserta karena telah berbagi pengalaman atau pendapatnya kemudian ulangi atau jelaskan apa yang sudah disampaikan peserta untuk memastikan hal tersebut dimengerti.

C. Penggunaan bahan dan alat

a. Ular tangga

ULAR TANGGA BKB EMAS

PERTEMUAN I

PERENCANAAN HIDUP BERKELUARGA

AYO KE BKB!

SELAMAT ANDA MENJADI ORANGTUA REJEK!

1. Anak tumbuh dan berkembang secara optimal

2. Orangtua menginspirasi anak berprestasi

3. Anak merasa leluasa, minder dan tenang

4. Anak mengalami stunting

5. Anak merasa senang dan bergairah dalam pergaulan orangtua

6. Anak terlatih dan kurang kelesihan dalam pergaulan orangtua

7. Anak yang sholeh dan berakhlak kepada orangtua

8. Anak merasa leluasa, minder dan tenang

9. Anak merasa leluasa, minder dan tenang

10. Anak merasa leluasa, minder dan tenang

11. Lakukan salam!

12. Orangtua memusatkan perhatian kepada anak

13. Orangtua memusatkan perhatian kepada anak

14. Orangtua memusatkan perhatian kepada anak

15. Anak mengalami stunting

16. Kelahiran anak pertama dan kedua terdapat jarak (1 Tahun)

17. Terjadinya produksi ASI eksklusif

18. Bapak dan Ibu selalu berpegang di depan anak

19. Orangtua memberikan makanan bergizi kepada anak secara teratur setiap hari

20. Anak terpenuhi kebutuhan dasar (kebutuhan fisik, kasih sayang, dan stimulasi)

21. Anak tumbuh dan berkembang secara optimal

22. ?

23. Orangtua tidak pernah tertang pola asuh yang baik dan benar

24. ?

Nama OPDKB _____

Logo OPDKB _____

b. Kalender pengasuhan

Kalender Pengasuhan 1000 HPK

KALENDER PENGASUHAN BADUTA (0 - 12 BULAN)

BULAN KE - I : (Tulis Nama Bulan)

KEGIATAN

TANGGAL

1. Melakukan pemeriksaan Oris (BEB) dan berat badan bayi yang pertama sebelum dan sesudah pemberian ASI eksklusif

2. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

3. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

4. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

5. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

6. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

7. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

8. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

9. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

10. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

11. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

12. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

13. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

14. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

15. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

16. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

17. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

18. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

19. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

20. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

21. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

22. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

23. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

24. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

25. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

26. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

27. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

28. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

29. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

30. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

31. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

32. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

33. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

34. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

35. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

36. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

37. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

38. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

39. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

40. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

41. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

42. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

43. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

44. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

45. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

46. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

47. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

48. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

49. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

50. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

51. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

52. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

53. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

54. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

55. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

56. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

57. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

58. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

59. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

60. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

61. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

62. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

63. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

64. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

65. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

66. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

67. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

68. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

69. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

70. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

71. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

72. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

73. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

74. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

75. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

76. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

77. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

78. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

79. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

80. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

81. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

82. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

83. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

84. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

85. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

86. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

87. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

88. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

89. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

90. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

91. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

92. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

93. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

94. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

95. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

96. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

97. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

98. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

99. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

100. Melakukan pemeriksaan berat badan bayi dengan penuh kasih sayang (CKC)

KODE & FUNGSI KELUARGA

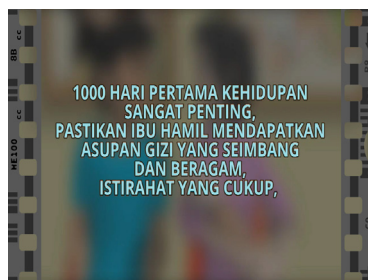
Fungsional (F1), Fungsi Cita-cita (F2), Fungsi Sosial dan Pendidikan (F3), Fungsi Sosial Budaya (F4), Fungsi Pembinaan Lingkungan (F5), Fungsi Ekonomi (F6), Fungsi Reproduksi (F7), Fungsi Perlindungan (F8)

Catatan : _____

BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL
Jl. Pemuda No. 1, Tanah Pejamban, Jakarta, Indonesia. Telp. (021) 6701-0000, 6700-0000, 6700-0001, 6700-0002, 6700-0003, 6700-0004, 6700-0005, 6700-0006, 6700-0007, 6700-0008, 6700-0009, 6700-0010, 6700-0011, 6700-0012, 6700-0013, 6700-0014, 6700-0015, 6700-0016, 6700-0017, 6700-0018, 6700-0019, 6700-0020, 6700-0021, 6700-0022, 6700-0023, 6700-0024, 6700-0025, 6700-0026, 6700-0027, 6700-0028, 6700-0029, 6700-0030, 6700-0031, 6700-0032, 6700-0033, 6700-0034, 6700-0035, 6700-0036, 6700-0037, 6700-0038, 6700-0039, 6700-0040, 6700-0041, 6700-0042, 6700-0043, 6700-0044, 6700-0045, 6700-0046, 6700-0047, 6700-0048, 6700-0049, 6700-0050, 6700-0051, 6700-0052, 6700-0053, 6700-0054, 6700-0055, 6700-0056, 6700-0057, 6700-0058, 6700-0059, 6700-0060, 6700-0061, 6700-0062, 6700-0063, 6700-0064, 6700-0065, 6700-0066, 6700-0067, 6700-0068, 6700-0069, 6700-0070, 6700-0071, 6700-0072, 6700-0073, 6700-0074, 6700-0075, 6700-0076, 6700-0077, 6700-0078, 6700-0079, 6700-0080, 6700-0081, 6700-0082, 6700-0083, 6700-0084, 6700-0085, 6700-0086, 6700-0087, 6700-0088, 6700-0089, 6700-0090, 6700-0091, 6700-0092, 6700-0093, 6700-0094, 6700-0095, 6700-0096, 6700-0097, 6700-0098, 6700-0099, 6700-0100

c. Lembar balik

- Lembar balik yang digunakan merupakan lembar balik seri Menjadi Orangtua Hebat sebanyak 3 unit.
- Tujuan penggunaan lembar balik adalah sebagai alat bantu bagi kader dalam menyampaikan pesan/informasi terkait topik bahasan.
- Kader perlu memahami penggunaan lembar balik, dimana ada lembaran yang ditunjukkan bagi peserta dan ada lembaran yang hanya ditujukan bagi kader, untuk menyampaikan informasi kepada peserta.



d. Alat Permainan Edukatif

Alat permainan edukatif (APE) adalah suatu alat permainan yang khusus digunakan dalam pendidikan anak yang memiliki tujuan tertentu, antara lain untuk merangsang berbagai kemampuan anak balita dalam hal gerakan kasar dan halus (otot tubuh, anggota badan, jari-jari tangan), berbicara dan mengadakan hubungan dengan orang lain, kecerdasan, bergaul dan menolong diri sendiri.

APE yang digunakan dalam program BKB dikemas dalam satu perangkat yang disebut dengan BKB kit. APE ini bertujuan untuk merangsang ketujuh aspek perkembangan anak (gerakan/motorik kasar, gerakan/motorik halus, komunikasi aktif, komunikasi pasif, kecerdasan, tingkah laku sosial, menolong diri sendiri) dan digunakan oleh kader sebagai salah satu alat penunjang kegiatan penyuluhan di dalam kelompok BKB. Namun, jika BKB kit ini tidak tersedia di kelompok BKB maka kader dapat menggunakan APE lain, baik yang buatan pabrik maupun buatan sendiri.

Daftar APE yang biasanya ada dalam BKB KIT :

- Motorik/gerakan Kasar:

Giring-giring, bantal, guling, bola, bangku/meja, sendok, gelas dan piring plastik, tali rafia, kapur/arang, balok kayu, keranjang/kardus/ember, biji-bijian.

- Motorik/gerakan halus:

Kursi, meja, tangga, kertas, kain, daun, gunting, manik-manik besar, tali, benang, kertas lipat, sendok, garpu, sikat gigi, air, pasir, gelas, toples, baskom, balok-balok rintangan, papan, menara balok, kardus, kotak bentuk, gambar berpola, lotto warna, balok titian, bola kaki, bola tenis, penjepit kertas, botol air, kapur, pensil warna, krayon, pensil, majalah/koran bekas, tangga silinder, tangga kubus, sepatu bertali, buku gambar/mewarnai.

- **Komunikasi Pasif:**
Senter, suara, benda-benda di sekitar.
- **Komunikasi Aktif:**
Bola, pensil warna, benda-benda di sekitar.
- **Kecerdasan**
Pensil warna, krayon, tongkat kayu, buku cerita bergambar, benda-benda di sekitar, foto keluarga, balok bentuk, kotak pola, menara gelang, aneka benda dengan berbagai ragam bentuk, ukuran dan warna, buku cerita.
- **Tingkah Laku Sosial:**
Boneka dan anggota tubuh, buku cerita.
- **Menolong diri sendiri**
Cangkir plastik yang bergagang, perlengkapan makan, cermin, benda di sekitar, buku cerita, lagu, air mengalir (dari selang/kran), sandal, sepatu bertali, baju berkancing, gayung, sikat dan pasta gigi, handuk, celana, air, ember, benda-benda/permainan yang ada di sekitar.

e. Alat tulis

- Alat tulis yang digunakan berupa: pulpen, spidol, kertas ukuran A4 atau ukuran besar.
- Tujuan penggunaan alat tulis adalah untuk membantu peserta dalam mencatat hasil diskusi kelompok.

D. Persiapan kader sebelum pertemuan

Satu minggu atau beberapa hari sebelum pertemuan BKB :

1. Bacalah buku pegangan kader BKB terutama bagian yang sesuai dengan kebutuhan pertemuan, beri catatan untuk bagian-bagian yang sulit atau kurang jelas.
2. Pelajari bersama kader lainnya bagian-bagian yang sulit tersebut.
3. Kumpulkan semua bahan yang ada dalam daftar bahan dan alat untuk setiap pertemuan.
4. Praktekan bersama kader lainnya setiap permainan atau kegiatan yang ada pada tahapan kegiatan pertemuan, untuk meyakinkan bahwa kader dapat melaksanakannya bersama peserta nantinya.
5. Siapkan materi tambahan lainnya yang mungkin dibutuhkan, seperti alat tulis, pengeras suara dan minuman.



Pertemuan 1

PENERAPAN DELAPAN FUNGSI KELUARGA PADA MASA 1000 HPK

Tujuan:

1. Meningkatkan pemahaman peserta tentang delapan fungsi keluarga
2. Menumbuhkan pemahaman peserta tentang pentingnya 1000 HPK
3. Meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta dalam menerapkan delapan fungsi keluarga pada masa 1000 HPK

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta memahami delapan fungsi keluarga
2. Peserta memahami pentingnya 1000 HPK
3. Peserta menerapkan delapan fungsi keluarga pada masa 1000 HPK

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Buku tentang penerapan delapan fungsi keluarga
- Buku tentang pengasuhan 1000 HPK
- Leaflet 1000 HPK
- Video 1000 HPK
- Alat tulis untuk diskusi

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan (15 menit)

- I.1** Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.
- I.2** Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kita hari ini. Ini merupakan pertemuan BKB EMAS (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Stunting). Pertemuan ini dinamakan BKB EMAS, karena pertemuan ini bertujuan untuk membantu para orangtua, khususnya Baduta untuk bisa mewujudkan generasi EMAS, yaitu generasi yang sehat, cerdas dan berkarakter".
- "Pertemuan ini juga diharapkan dapat membuat kita belajar dan mempraktekan cara-cara untuk mencegah stunting di dalam keluarga kita masing-masing".*
- "Tujuan dari pertemuan pertama kita pada hari ini adalah agar kita bisa saling berbagi informasi dan pemahaman tentang delapan fungsi keluarga dalam masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)".*
- "Apakah Bapak/Ibu sudah siap untuk melanjutkan diskusi ini? diharapkan nantinya Bapak/Ibu terlibat aktif dalam pertemuan ini".*
- I.3** Kader meminta kesediaan salah satu peserta untuk **memimpin doa** pembukaan sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. Ucapkan terima kasih kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.
- I.4** Kader **mengingatkan tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:
"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"
- Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.
- "Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".*
- "Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".*
- "Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".*

I.5 Kader mengajak peserta melakukan **salam BKB EMAS**.

Salam BKB EMAS

*Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)*



II. Pengenalan Topik (10 menit)

II.1 Kader **menyampaikan topik** yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait penerapan delapan fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK.

II.2 Kader mencoba **menggali pengetahuan peserta terkait delapan fungsi keluarga** dengan bertanya;

“Siapa yang bisa membantu saya untuk menyampaikan apa saja yang termasuk dalam delapan fungsi keluarga?”

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.3 Kader **merangkum** jawaban peserta dengan menggunakan alat bantu **buku tentang penerapan delapan fungsi keluarga** yang bisa juga dilihat pada aplikasi *“menjadi orangtua hebat”*, dapat diunduh di playstore.

II.4 Kader menggali **pemahaman peserta tentang 1000 HPK** dengan bertanya;
“Adakah yang mengetahui apa yang dimaksud dengan 1000 HPK?”
Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.5 Kader **merangkum** jawaban peserta dengan menggunakan alat bantu **buku tentang pengasuhan 1000 HPK, leaflet atau video tentang pengasuhan 1000 HPK**

II.6 Kader meminta **peserta untuk duduk dalam kelompok** kecil sebanyak 8 kelompok, terdiri dari 3-4 orang dalam satu kelompok untuk berdiskusi.



III. Kegiatan Inti (60 menit)

III.1 Kader membagikan peserta menjadi **sebanyak 8 kelompok**. Pembagian kelompok dilakukan dengan meminta peserta berhitung secara berurutan satu (peserta 1), dua (peserta 2), tiga (peserta 3), empat (peserta 4), satu (peserta 5), dua (peserta 6), dan seterusnya. Pembagian kelompok dapat disesuaikan dengan jumlah peserta, namun semua penugasan kelompok (8 penugasan) harus didiskusikan seluruhnya.

III.2 Setiap kelompok diberikan **tugas untuk mendiskusikan:**

Kelompok 1: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi keagamaan dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 2: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi cinta kasih dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 3: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi sosial budaya dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 4: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi perlindungan dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 5: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi reproduksi dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 6: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi pendidikan dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 7: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi lingkungan dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

Kelompok 8: Apa yang dapat dilakukan orangtua (ayah, ibu) dan anggota keluarga lainnya dalam menerapkan fungsi ekonomi dalam masa 1000 HPK (mulai sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun)?

III.3 Berikan waktu 5 menit untuk diskusi kelompok. Lalu kader meminta **peserta menyampaikan hasil diskusi** secara bergiliran.

- III.4 Kader **mendengarkan hasil** yang didiskusikan dan secara ringkas **mencatat hasil diskusi** yang disampaikan.
- III.5 Ucapkan terimakasih atas kerja/diskusi kelompok dan presentasi yang dilakukan dan **menambahkan beberapa informasi** yang mungkin belum disampaikan oleh masing-masing kelompok. Lihat informasi tentang penerapan fungsi keluarga dalam 1000 HPK di buku tentang penerapan delapan fungsi keluarga.
- III.6 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang anggota kelompok yang menjadi pion (orang yang akan bermain di area ular tangga) dan satu orang anggota kelompok yang melempar dadu. Anggota kelompok lainnya, bersiap-siap menjawab pertanyaan/ Pernyataan. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



- III.7 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga;
"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"
 Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.
- III.8 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi**;
"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik (yang terkait topik pertemuan hari ini) yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

“Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?”

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



Catatan bagi kader: Harapannya peserta dapat menyampaikan pengetahuan dan praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga diantaranya adalah seperti yang disampaikan pada kartu-kartu permainan Ular Tangga.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

IV.1 Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan kesimpulan:

- Delapan Fungsi Keluarga adalah; Fungsi Keagamaan, Fungsi Cinta Kasih, Fungsi Reproduksi, Fungsi Ekonomi, Fungsi Sosialisasi & Pendidikan, Fungsi Perlindungan, Fungsi Sosial Budaya, Fungsi Lingkungan.
- Pentingnya pengasuhan 1000 HPK (sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun);
 - Membentuk otak berisi dan “bahan bakar” jiwa dan raga
 - Meningkatkan kesiagaan sekolah dan mencapai prestasi akademis
 - Menurunkan kesenjangan tingkat kesehatan, pendidikan dan produktivitas
 - Menurunkan risiko pada penyakit kronis (diabetes dan jantung)
 - Menyelamatkan lebih dari satu juta nyawa per tahun
 - Meningkatkan total pendapatan suatu negara
 - Memutus siklus kemiskinan antar generasi
- Penerapan delapan fungsi keluarga dalam 1000 HPK akan menghasilkan generasi EMAS, generasi yang sehat, cerdas dan berkarakter.



V. Mengingatkan Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

- V.1** Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatkan peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.
- V.2** Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist).
- V.3** Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan.



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

- VI.1** Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;
- Menyampaikan penerapan 8 fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK kepada anggota keluarga lainnya di rumah
 - Mendiskusikan cara untuk menerapkan delapan fungsi keluarga terutama pada masa 1000 HPK bersama anggota keluarga lainnya
 - Mengisi kalender pengasuhan 1000 HPK
- VI.2** Kader menyampaikan bahwa tugas rumah ini **akan ditinjau** bersama pada pertemuan berikutnya.



VII. Penutup (10 Menit)

- VII.1** Kader bertanya tentang **rencana pertemuan berikutnya** (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta.

“Siapa yang akan secara sukarela menjadi relawan untuk membantu kader di pertemuan selanjutnya?”

Relawan akan membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir pada pertemuan selanjutnya.

- VII.2** Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:

- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
- *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
- *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
- *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)”*

- VII.3** Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**

*Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)*

- VII.4** Kader mengatakan;
“Pertemuan hari ini cukup sampai disini. Saya mengucapkan terima kasih atas kesediaan bapak/ ibu untuk bisa bergabung dalam Kelompok BKB EMAS. Mohon maaf apabila dalam pertemuan ini ditemukan adanya kekeliruan dan kekurangan”.

- VII.5** Minta salah seorang peserta untuk **memimpin doa** penutup kegiatan lalu tutup kegiatan dengan **yel-yel** orangtua hebat atau yel-yel kelompok masing-masing.



Pertemuan 2

KESEHATAN FISIK DAN MENTAL IBU HAMIL DAN MENYUSUI

Tujuan:

1. Meningkatkan pemahaman peserta tentang cara menjaga kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan menyusui
2. Meningkatkan kesadaran peserta untuk melakukan pemeriksaan kehamilan

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta berupaya untuk menjaga kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui
2. Peserta mendukung ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan kehamilan

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Ular tangga pertemuan 2
- Buku KIA
- Buku Pedoman Kesehatan Jiwa (Kementerian Kesehatan 2011)

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan & Review (15 menit)

I.1 Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.

I.2 Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kedua kita pada hari ini. Hari ini kita akan berdiskusi tentang kesehatan bagi ibu hamil dan menyusui".

"Kesehatan fisik dan mental sama pentingnya bagi ibu hamil dan ibu menyusui bagi pertumbuhan janin dan bayi. Oleh karena itu kita akan diskusikan bersama apa yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan fisik dan juga apa yang harus dilakukan agar kesehatan mental ibu juga tetap terjaga".

"Apakah Bapak/Ibu sudah siap untuk melanjutkan diskusi ini? diharapkan nantinya Bapak/Ibu terlibat aktif dalam pertemuan ini".

I.3 Kader meminta kesediaan salah satu peserta untuk memimpin **doa pembukaan** sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. **Ucapkan terima kasih** kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.

I.4 Kader **mengingatkan tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:

"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"

Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.

"Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".

"Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".

"Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".

I.5 Kader meminta beberapa orang peserta untuk **menceritakan apa yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya**.

I.6 Kader meminta beberapa orang lainnya untuk menceritakan **bagaimana mereka melaksanakan tugas rumah** dari pertemuan sebelumnya, siapa yang sudah dan siapa yang belum melaksanakan. Minta yang sudah melaksanakan untuk bercerita seperti ia melakukannya. Dan dorong yang belum melakukan tugas rumah untuk mau melakukannya.

Catatan : Tugas Rumah dari pertemuan sebelumnya adalah:

- Menyampaikan penerapan 8 fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK kepada anggota keluarga lainnya di rumah
- Mendiskusikan cara untuk menerapkan delapan fungsi keluarga terutama pada masa 1000 HPK bersama anggota keluarga lainnya
- Mengisi kalender pengasuhan



II. Pengenalan Topik (10 menit)

II.1 Kader **menyampaikan topik** yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait tentang kesehatan fisik dan kesehatan mental ibu hamil dan menyusui.

II.2 Kader mencoba **menggal pengetahuan peserta** terkait kesehatan fisik dan kesehatan mental dengan bertanya;

“Siapa yang bisa membantu saya untuk menyampaikan apa yang dimaksud dengan kesehatan fisik dan kesehatan mental?”

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan **terima kasih kepada peserta** yang menjawab.

II.3 Kader **merangkum** jawaban peserta dengan dengan menyampaikan:

“Dalam Undang-undang kesehatan disebutkan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis”

“Kesehatan fisik mencakup kondisi anggota atau organ tubuh yang bersih dari segala penyakit yang berasal dari dalam maupun luar tubuh”

“Menurut Undang-Undang Kesehatan Jiwa (UU no 18/2014), kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya”

“Kesehatan mental/jiwa mencakup kondisi emosional, pikiran dan psikis yang berada dalam kondisi yang tenang dan tentram sehingga memungkinkan untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar”.

“Kondisi kesehatan fisik dan kesehatan mental saling mempengaruhi, ketika seorang ibu hamil dan menyusui mengalami masalah kesehatan fisik maka kesehatan mentalnya juga dapat terganggu, begitu juga sebaliknya”.

II.4 Kader **menggal pemahaman** peserta tentang faktor/hal yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan kesehatan mental ibu hamil dan menyusui dengan bertanya;

“Adakah yang mengetahui apa saja faktor/hal yang mempengaruhi kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui?”

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

- II.5** Kader **merangkum** jawaban peserta dengan menyampaikan:
"Faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik dan mental adalah:
- *Gaya hidup (kebiasaan hygenitas;cuci tangan,mandi,sikat gigi, Kebiasaan makan, pola istirahat)*
 - *Lingkungan sekitar (kebersihan lingkungan, kondisi sosial budaya, dukungan dari keluarga)*
 - *Bawaan genetik (penyakit degeneratif)*
 - *Pelayanan kesehatan (kualitas layanan kesehatan yang didapatkan ibu)".*
- II.6** Kader meminta peserta untuk duduk dalam **kelompok kecil** sebanyak 3 kelompok untuk berdiskusi.



III. Kegiatan Inti (60 menit)

- III.1** Kader **membagikan** peserta menjadi sebanyak 3 kelompok. Pembagian kelompok dilakukan dengan meminta peserta berhitung secara berurutan satu (peserta 1), dua (peserta 2), tiga (peserta 3).
- III.2** Setiap kelompok diberikan **tugas untuk mendiskusikan**:
- Kelompok 1: Apa yang (a) boleh dan (b) tidak boleh dilakukan oleh Ibu hamil dan Ibu menyusui untuk menjaga (1) kesehatan fisik dan (2) kesehatan mental?
- Kelompok 2: Apa yang (a) boleh dan (b) tidak boleh dilakukan suami/pasangan untuk menjaga (1) kesehatan fisik dan (2) kesehatan mental Ibu hamil dan Ibu menyusui?
- Kelompok 3: Apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh anggota keluarga besar (nenek, mertua dan lainnya) untuk menjaga kesehatan fisik dan kesehatan mental ibu hamil dan ibu menyusui?
- III.3** Berikan waktu 5 menit untuk diskusi kelompok. Lalu kader meminta peserta **menyampaikan hasil diskusi** secara bergiliran.
- III.4** Kader **mendengarkan** hasil yang didiskusikan dan secara ringkas **mencatat hasil** diskusi yang disampaikan.

III.5 Ucapkan terimakasih atas kerja/diskusi kelompok dan presentasi yang dilakukan dan **menambahkan beberapa informasi** yang mungkin belum disampaikan oleh masing-masing kelompok. Lihat informasi di bawah ini:

Kunci Jawaban Kelompok 1

NO	ASPEK	KESEHATAN FISIK	KESEHATAN MENTAL
1	Yang boleh dilakukan oleh ibu hamil	<ul style="list-style-type: none"> - Makan makanan kesukaan tapi tidak berlebihan - Olahraga ringan sesuai kondisi ibu hamil - Melakukan perjalanan rekreasi yang tidak berbahaya - Makan makanan bergizi dengan memperhatikan asupan nutrisi seimbang 	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan hoby atau sesuatu yang disukai, misalnya nonton, rekreasi, membaca - Selalu merasa bersyukur atas kehidupan yang dijalani - Selalu berpikiran positif terhadap orang lain dan terhadap situasi yang dihadapi - Menghargai pendapat orang lain yang berbeda - Mengikuti kegiatan suatu kelompok/organisasi tertentu yang memberikan manfaat - Merasa puas atas pekerjaannya - Selalu merasa senang, bahagia, puas, ceria, aman, bangga dan percaya diri
2	Yang tidak boleh dilakukan oleh ibu hamil	<ul style="list-style-type: none"> - Makan makanan kesukaan secara berlebihan - Melakukan olahraga yang tidak aman untuk ibu hamil - Makan makanan sesukanya tanpa memperhatikan asupan nutrisi seimbang 	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan hoby yang tidak aman untuk ibu hamil dan janin - Banyak mengeluh dan tidak senang atas kehamilannya - Sering berpikiran negatif terhadap orang lain dan situasi yang dihadapi - Tidak menghargai pendapat orang lain yang berbeda - Mengikuti kegiatan suatu kelompok/organisasi yang tidak/kurang bermanfaat - Merasa tidak puas atas pekerjaan dan kehidupannya - Merasa tidak percaya diri, pesimis, tidak bahagia, murung, dan tidak pernah merasa senang

Kunci Jawaban Kelompok 2

NO	ASPEK	KESEHATAN FISIK	KESEHATAN MENTAL
1	Yang boleh dilakukan suami/pasangan	<ul style="list-style-type: none"> - Menemani istri yang sedang hamil olahraga jalan pagi - Menemani istri yang sedang hamil melakukan rekreasi - Memijit kaki istri setelah lelah bekerja atau setelah melakukan perjalanan 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan rasa tenang kepada istri - Menemani istri melakukan hoby yang disukai - Menemani istri ngobrol dan saling bercerita - Memberikan hadiah/kado kecil kepada istri
2	Yang tidak boleh dilakukan suami/pasangan	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak pernah/jarang menemani istri periksa kehamilan - Tidak pernah/jarang menemani istri rekreasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Membiarkan istri mengerjakan pekerjaan rumah sendiri sehingga istri kelelahan dan stres - Tidak sabar dengan kondisi/keadaan istri - Tidak memberikan rasa aman, nyaman dan ketenangan pada istri

Kunci Jawaban Kelompok 3

NO	ASPEK	KESEHATAN FISIK	KESEHATAN MENTAL
1	Yang boleh dilakukan keluarga besar	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu memasak membuat makanan kesukaan ibu hamil - Menemani atau mengantarkan ibu hamil periksa kehamilan - Mengajak atau menemani untuk berolahraga ringan atau jalan pagi 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajak kumpul keluarga - Menemani atau mengantar ibu hamil untuk rekreasi - Menemani atau mengantar ibu hamil untuk membeli keperluan bayi - Mengajak saling bercerita atau sebagai teman bicara di waktu senggang
2	Yang tidak boleh dilakukan oleh keluarga besar	<ul style="list-style-type: none"> - Melarang ibu hamil untuk melakukan olahraga ringan - Melarang ibu hamil untuk pergi jalan/rekreasi - Melarang ibu hamil untuk makan makanan yang disukai 	<ul style="list-style-type: none"> - Melarang ibu hamil melakukan hoby atau kesukaan dengan berbagai cerita yang tidak masuk akal/mitos - Tidak mendukung dan memberikan dukungan moral kepada ibu hamil - Membuat ibu hamil merasa sedih, tidak bahagia, dan tidak puas dengan kehidupan dan situasi yang dihadapinya

III.6 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang yang menjadi pion dan satu orang yang menjadi pelempar dadu. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



III.7 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga;

"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"

Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.

III.8 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari** dari permainan Ular Tangga tadi;

"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

"Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?"

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

- IV.1** Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan;
- Kesehatan mental dan fisik ibu hamil dan menyusui sangat berkaitan, oleh karena itu sangat penting menjaga kesehatan fisik dan mental.
 - Kesehatan fisik dan mental ibu akan berpengaruh pada janin dan anak, suami/bapak dan anggota keluarga lainnya perlu saling mendukung untuk menjaga kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui agar ibu selalu sehat secara fisik dan mental.



V. Mengingatkan Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

- V.1** Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatkan peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.
- V.2** Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist)
- V.3** Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

- VI.1** Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;
- Menyampaikan penerapan 8 fungsi keluarga dalam masa 1000 HPK kepada anggota keluarga lainnya di rumah
 - Mendiskusikan cara yang dapat dilakukan oleh semua anggota keluarga untuk memastikan kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui terjaga.
 - Mengisi kalender pengasuhan 1000 HPK
- VI.2** Kader menyampaikan bahwa tugas rumah ini **akan ditinjau** bersama pada pertemuan berikutnya.



VII. Penutup (10 Menit)

- VII.1** Kader bertanya tentang **rencana pertemuan berikutnya** (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta.

“Siapa yang akan secara sukarela menjadi relawan untuk membantu kader di pertemuan selanjutnya?”

Relawan akan membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir pada pertemuan selanjutnya.

- VII.2** Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi

resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:

- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
- *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
- *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
- *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)".*

VII.3 Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**

Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)

Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)

Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)

Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)

Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)

VII.4 Kader **menutup kegiatan** dengan mengucapkan terima kasih atas kehadiran dan do'a serta yel-yel kelompok atau yel-yel orangtua hebat.



Pertemuan 3

PEMBIASAAN PHBS BAGI IBU HAMIL DAN BADUTA

Tujuan:

1. Meningkatkan pemahaman peserta tentang cara menjaga kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan menyusui.
2. Meningkatkan kesadaran peserta untuk melakukan pemeriksaan kehamilan.

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta berupaya untuk menjaga kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui.
2. Peserta mendukung ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan kehamilan.

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Ular tangga pertemuan 3
- Potty Pot
- Buku KIA
- Alat tulis untuk diskusi kelompok

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan & Review (15 menit)

I.1 Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.

I.2 Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kita hari ini. Ini merupakan pertemuan BKB EMAS (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Stunting) yang ketiga".

"Pada pertemuan ini kita akan berdiskusi bersama tentang praktek PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) pada masa kehamilan dan dibawah 2 tahun (Baduta)".

"Apakah Bapak/Ibu sudah siap untuk melanjutkan diskusi ini? diharapkan nantinya Bapak/Ibu terlibat aktif dalam pertemuan ini".

I.3 Kader meminta kesediaan salah satu **peserta untuk memimpin doa** pembukaan sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. Ucapkan terima kasih kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.

I.4 Kader **mengingatkan tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:

"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"

Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.

"Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".

"Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".

"Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".

I.5 Kader meminta beberapa orang peserta untuk **menceritakan apa yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya**.

I.6 Kader meminta beberapa orang lainnya untuk menceritakan **bagaimana mereka melaksanakan tugas rumah** dari pertemuan sebelumnya, siapa yang sudah dan siapa yang belum melaksanakan. Minta yang sudah melaksanakan untuk bercerita seperti ia melakukannya. Dan dorong yang belum melakukan tugas rumah untuk mau melakukannya.

Catatan : Tugas Rumah dari pertemuan sebelumnya adalah:

- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.
- Mendiskusikan cara yang dapat dilakukan oleh semua anggota keluarga untuk memastikan kesehatan fisik dan mental ibu hamil dan ibu menyusui terjaga.
- Mengisi kalender pengasuhan.

I.7 Kader pengajar peserta melakukan **salam BKB EMAS**



II. Pengenalan Topik (5 menit)

II.1 Kader **menyampaikan** topik yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait PHBS pada masa kehamilan dan anak di bawah 2 tahun.

II.2 Kader menjelaskan apa yang dimaksud dengan PHBS dengan menyampaikan;

“PHBS adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, ada 10 perilaku yang diharapkan dilakukan oleh keluarga yaitu (1) Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan (2) Memberi ASI eksklusif (3) Menimbang bayi dan balita (4) Menggunakan air bersih (5) Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun (6) Menggunakan jamban sehat (7) Memberantas jentik di rumah (8) Makan buah dan sayur setiap hari (9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari (10) Tidak merokok di dalam rumah”.

“Pada masa 1000 HPK sangat penting untuk dapat menerapkan 10 perilaku hidup bersih dan sehat tersebut di atas, karena pada masa ini tumbuh kembang anak sedang sangat pesat dan rentan terhadap penyakit, jika tidak menerapkan PHBS akan beresiko pada gangguan tumbuh kembang termasuk kesehatan anak”.



III. Kegiatan Inti (60 menit)

III.1 Kader membagikan **peserta menjadi sebanyak 4 kelompok**. Pembagian kelompok dilakukan dengan meminta peserta berhitung secara berurutan satu (peserta 1), dua (peserta 2), tiga (peserta 3), empat (peserta 4), dan seterusnya.

III.2 Setiap kelompok diberikan **tugas untuk mendiskusikan:**

Kelompok 1: Praktekan PHBS khususnya membersihkan puting susu mulai sejak kehamilan hingga menyusui, sampaikan langkah-langkahnya!

Kelompok 2: Praktek membersihkan mulut dan gusi pada Baduta, sampaikan langkah-langkahnya!

Kelompok 3: Praktek mengajarkan anak untuk BAB (Buang Air Besar) dan BAK (Buang Air Kecil) pada tempatnya (gunakan alat bantu potty pot atau papan jongkok bagi anak yang tersedia di BKB EMAS kit)!

Kelompok 4: Praktek cuci tangan pakai sabun, sebutkan langkah-langkahnya!

III.3 Berikan waktu 5 menit untuk diskusi kelompok. Lalu kader meminta peserta **menyampaikan hasil diskusi** dan **mempraktekan** secara bergiliran.

III.4 Kader **mendengarkan** hasil yang didiskusikan dan secara ringkas mencatat hasil diskusi yang disampaikan.

- III.5** Ucapkan terimakasih atas kerja/diskusi kelompok dan presentasi yang dilakukan dan **menambahkan beberapa informasi** yang mungkin belum disampaikan oleh masing-masing kelompok. Lihat informasi tentang penerapan PHBS dari buku KIA atau sampaikan rangkuman informasi berikut:

INFORMASI TAMBAHAN diambil dari berbagai sumber.

Perawatan payudara selama hamil memiliki banyak manfaat, antara lain:

1. Menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu.
2. Melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui nantinya.
3. Merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar.
4. Dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.
5. Mempersiapkan mental Ibu untuk menyusui.

Berikut ini perawatan puting yang bisa dilakukan:

1. Basahi kedua telapak tangan dengan air atau minyak kelapa .
2. Kompres puting susu sampai areola mammae (bagian kecokelatan di sekitar puting) dengan air atau minyak kelapa selama 2-3 menit. Tujuannya untuk memperlunak kotoran atau kerak yang menempel pada puting susu sehingga mudah dibersihkan. Jangan membersihkan dengan alkohol atau bahan lain yang bersifat iritasi karena dapat menyebabkan puting susu lecet.
3. Pegang kedua puting susu, kemudian tarik dan putar dengan lembut ke arah dalam dan luar.
4. Pegang pangkal payudara dengan kedua tangan, lalu diurut ke arah puting susu sebanyak 30 kali sehari.
5. Pijat kedua areola mammae hingga keluar 1-2 tetes susu.
6. Bersihkan kedua puting susu dan sekitarnya dengan handuk kering dan bersih.
7. Pakailah bra yang tidak ketat dan bersifat menopang payudara. Jangan kenakan bra yang ketat atau menekan payudara.

Cara membersihkan mulut Baduta:

1. Gunakan selembar kain katun lembut dan celupkan ke dalam air hangat.
2. Gunakan air yang tidak terlalu panas karena bisa mengiritasi rongga mulut bayi dan kuncup rasa yang dapat mengganggu perilaku makan dan minum yang normal.
3. Membuka mulut bayi dengan cara menurunkan ujung bibir bayi.
4. Pada beberapa bayi, mungkin sisa makanan pada lidah akan sulit dihilangkan. Jika ini terjadi, seka lidah dengan kain dengan pasta gigi berukuran sebijih jagung untuk menghilangkannya. Sisa makanan yang tidak bersih sempurna akan meningkatkan risiko pertumbuhan bakteri di mulut bayi.
5. Penting untuk mencuci atau membilas mulut bayi dengan benar untuk membersihkan sisa pasta gigi di mulut sampai tuntas, supaya tidak tertelan.
6. Beberapa bayi mungkin akan sulit untuk diajak membersihkan mulutnya, jika ini terjadi kunjungi petugas kesehatan untuk berkonsultasi.

Langkah mengajak Baduta BAB dan BAK pada tempatnya:

Untuk mengetahui tanda awal seorang anak siap untuk diberikan toilet training adalah dengan melihat kesiapan fisik dan emosionalnya. Tanda-tanda anak siap secara fisik adalah ketika dia mampu mengontrol keinginan untuk BAK dan BAB. Hal ini jarang terjadi sebelum usia 1 tahun 6 bulan. Orangtua bisa mengetahui kesiapan fisik ini jika:

- Anak memperlihatkan ekspresi saat menahan BAK atau BAB.
- Popok kering saat bangun tidur atau setelah dua jam pemakaian.
- Tidak BAB di popok saat malam hari.
- BAB terjadi pada waktu yang sama tiap harinya atau pada waktu yang tidak bisa diprediksi.
- Anak mampu melepas dan memakai pakaian serta mampu berkomunikasi dengan Anda tentang pemakaian toilet.

Berbeda dengan kesiapan fisik, kesiapan secara emosional butuh waktu yang lama. Berikut ini adalah tanda-tanda anak sudah mencapai kesiapan emosional.

- Anak akan memberitahu ketika popoknya kotor dan meminta untuk diganti dengan yang baru.
- Dia lebih memilih memakai celana dalam ketimbang popok.
- Menunjukkan ketertarikannya ketika orangtua memakai kamar mandi.
- Memberitahu orangtua ketika dia ingin buang air.
- Bersemangat mengikuti semua proses toilet training.

Meski telah menunjukkan kesiapan fisik dan emosional, bukan berarti anak siap diberi toilet training. Ada sebagian anak yang belum siap melakukannya, terutama jika dia berada pada tahap ketika kata 'tidak' menjadi respons utamanya untuk tiap permintaan. Langkah terbaik adalah dengan berkonsultasi kepada petugas kesehatan atau kader BKB atau berbagi pengalaman dengan orang tua atau teman yang pernah mengalaminya.

Hindari memaksakan kehendak ketika anak belum siap melakukannya. Hal itu bisa memicu stres yang bisa memperlambat kesiapannya melepas popok. Orangtua pun akan merasa frustrasi jika memaksa memberikan toilet training pada anak yang belum siap.

- **Kenalkan anak kepada toilet atau jamban.**

Mulailah menjelaskan penggunaan toilet untuk BAK dan BAB. Katakan kepada anak ketika mulai memakai toilet atau jamban, berarti dia harus melepas popoknya dan menggantinya dengan celana dalam. Jelaskan pula bahwa anak sudah tidak bisa BAK dan BAB pada popok atau celana dalam.

- **Pilih pispot.**

Gunakan pispot atau tempat duduk kloset khusus untuk anak-anak. Orangtua bisa meletakkan pispot di kamar mandi agar anak bisa terbiasa dengan fungsi toilet. Bisa juga di kamar atau area bermain anak agar bisa langsung dia gunakan saat BAK atau BAB. Orangtua bisa mengatakan kepadanya bahwa selagi masih anak-anak, pispot ini akan menjadi tempatnya untuk BAK atau BAB.

- **Ajak anak saat orangtua beraktivitas di toilet.**

Untuk memudahkan proses toilet training, melihat aktivitas secara langsung di toilet sangatlah penting. Contohnya, orangtua bisa mengajak anak ketika Anda ingin memakai toilet, itu pun jika orangtua merasa nyaman. Jelaskan apa saja yang anda lakukan saat itu.

Cara mengajari anak untuk BAK dan BAB di toilet atau jamban

Untuk mengembangkan kemandirian anak khususnya pada PHBS, kini saatnya orangtua membiasakan anak untuk BAK atau BAB di kamar mandi memakai pispot atau tempat duduk kloset. Untuk mempermudah proses ini, pakaikan baju yang mudah dilepas dan dipakai oleh anak seorang diri. Selanjutnya ajari dia tata cara saat memakai toilet seperti:

- Mengajari cara duduk yang benar saat memakai pispot atau tempat duduk kloset.
- Setelah selesai BAK atau BAB, ajari dia untuk membersihkan alat kelaminnya. Untuk anak perempuan, ajari untuk membasuh alat kelaminnya memakai tangan kiri dimulai dari arah depan vagina, kemudian ke bagian anus. Hal ini bertujuan untuk mencegah berpindahnya bakteri dari anus ke vagina.
- Untuk anak laki-laki, ajari untuk mengarahkan penisnya ke bawah pispot atau toilet agar air seni tidak menyiprati bagian depan tempat duduk pispot atau kloset. Ajari juga anak Anda untuk membersihkan penisnya dengan air usai melakukan BAK.
- Anak-anak di bawah usia 4-5 tahun biasanya tidak bisa membersihkan alat kelaminnya dengan benar, terutama setelah BAB. Pada saat inilah Anda bisa membantu membersihkannya.
- Bantu anak untuk menekan tombol flush pada toilet usai BAK atau BAB. Jika menggunakan pispot, ajak Anak untuk melihat proses pembuangan air seni atau tinja dari pispot ke kloset. Hal itu berguna agar Anak tahu tempat pembuangan terakhir air seni atau tinja adalah di kloset.
- Sebelum memakai pakaian dalam ajari dan biasakan anak untuk mengeringkan daerah sekitar alat reproduksi dengan kain atau handuk kering.
- Setelah itu, ajari anak untuk mencuci tangan yang benar usai memakai toilet.
- Pada tahapan ini, cobalah untuk sering memberi Anak pujian. Puji tiap aktivitas yang berhasil dia lakukan untuk menambah kepercayaan dirinya di masa mendatang.
- Ingat selama proses ini, jangan pernah meninggalkan anak sendirian tanpa pengawasan di dalam kamar mandi atau toilet demi menghindari kecelakaan, seperti terpeleset atau memasukkan sesuatu yang berbahaya ke dalam mulut.

Langkah-langkah cuci tangan pakai sabun:

1. Telapak dengan telapak tangan
2. Telapak kanan di atas tangan kiri dan telapak kiri di atas punggung tangan kanan
3. Telapak dengan telapak dan jari terkait
4. Letakan punggung jari pada telapak satunya dengan jari saling mengunci.
5. Jempol kanan digosok memutar oleh telapak kiri dan sebaliknya
6. Jari kiri menguncup, gosok memutar ke kanan dan ke kiri pada telapak kanan dan sebaliknya.
7. Pegang pergelangan tangan kiri dengan tangan kanan dan sebaliknya, gerakan memutar

III.6 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang yang menjadi pion dan satu orang yang menjadi pelempar dadu. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



III.7 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga;
"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"
 Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.

III.8 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi;**

"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

"Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?"

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

IV.1 Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan kesimpulan:

- Pada 1000 HPK sangat penting untuk selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungan, agar terhindar dari penyakit
- Sejak kehamilan, keluarga harus membiasakan PHBS sehingga janin hidup dalam kondisi yang bersih dan sehat. Kemudian diharapkan PHBS menjadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari yang nantinya akan diterapkan oleh anak.
- dan mental ibu hamil dan ibu menyusui agar ibu selalu sehat secara fisik dan mental.



V. Mengingatkan Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

V.1 Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatkan peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.

V.2 Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist)

V.3 Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

VI.1 Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;

- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.
- Mempraktekan PHBS (terutama menjaga kebersihan anggota tubuh; mandi;cuci tangan pakai sabun, membersihkan gigi) selama masa kehamilan.
- Membiasakan PHBS pada anak usia baduta sesuai dengan kemampuan di usianya (misalnya anak yang sudah bisa cuci tangan sendiri, sikat gigi sendiri diajarkan untuk melakukannya sendiri).
- Mengisi kalender pengasuhan.

VI.2 Kader menyampaikan bahwa tugas rumah ini **akan ditinjau** bersama pada pertemuan berikutnya.



VII. Penutup (5 Menit)

VII.1 Kader bertanya tentang **rencana pertemuan berikutnya** (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta.

“Siapa yang akan secara sukarela menjadi relawan untuk membantu kader di pertemuan selanjutnya?”

Relawan akan membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir pada pertemuan selanjutnya.

Pada pertemuan berikutnya diharapkan membawa anak untuk praktek pijat.

VII.2 Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:

- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
- *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
- *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
- *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)”*

VII.3 Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**

*Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)*

VII.4 Kader **menutup pertemuan**. Minta salah seorang peserta untuk **memimpin doa** penutup kegiatan lalu tutup kegiatan dengan **yel-yel** orangtua hebat atau yel-yel kelompok masing-masing.



Pertemuan 4

STIMULASI PERKEMBANGAN ANAK PADA MASA 1000 HPK

Tujuan:

1. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang cara menstimulasi kemampuan komunikasi pasif dan aktif anak pada masa 1000 HPK.
2. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang cara menstimulasi kecerdasan anak pada masa 1000 HPK.
3. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang cara menstimulasi motorik kasar dan halus anak pada masa 1000 HPK.

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta mengetahui cara menstimulasi kemampuan komunikasi pasif dan aktif anak pada masa 1000 HPK.
2. Peserta mengetahui cara menstimulasi kecerdasan anak pada masa 1000 HPK.
3. Peserta mengetahui cara menstimulasi motorik kasar dan halus anak pada masa 1000 HPK.

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Ular tangga pertemuan 4
- Lembar Balik Film Animasi Pentingnya 1000 HPK
- Lembar Balik Stimulasi Perkembangan Anak usia 0-1 tahun
- Lembar Balik Stimulasi Perkembangan Anak usia 1-2 tahun

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan & Review (15 menit)

I.1 Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.

I.2 Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kita hari ini. Ini merupakan pertemuan BKB EMAS (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Stunting) yang keempat".

"Pada pertemuan ini kita akan berdiskusi bersama tentang cara menstimulasi perkembangan anak pada masa 1000 HPK, yaitu sejak kehamilan hingga anak berusia 2 tahun".

I.3 Kader meminta kesediaan salah satu **peserta untuk memimpin doa** pembukaan sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. Ucapkan terima kasih kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.

I.4 Kader **mengingatkan tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:

"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"
Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.

"Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".

"Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".

"Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".

I.5 Kader meminta beberapa orang peserta untuk **menceritakan apa yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya**.

I.6 Kader meminta beberapa orang lainnya untuk menceritakan **bagaimana mereka melaksanakan tugas rumah** dari pertemuan sebelumnya, siapa yang sudah dan siapa yang belum melaksanakan. Minta yang sudah melaksanakan untuk bercerita seperti ia melakukannya. Dan dorong yang belum melakukan tugas rumah untuk mau melakukannya.

Catatan : Tugas Rumah dari pertemuan sebelumnya adalah:

- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.

- Mempraktekan PHBS (terutama menjaga kebersihan anggota tubuh; mandi;cuci tangan pakai sabun, membersihkan gigi) selama masa kehamilan.
- Membiasakan PHBS pada anak usia baduta sesuai dengan kemampuan di usianya (misalnya anak yang sudah bisa cuci tangan sendiri, sikat gigi sendiri diajarkan untuk melakukannya sendiri.
- Mengisi kalender pengasuhan.

I.7 Kader pengajar peserta melakukan **salam BKB EMAS**



II. Pengenalan Topik (5 menit)

II.1 Kader **menyampaikan** topik yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait stimulasi perkembangan pada masa kehamilan dan anak di bawah 2 tahun.

II.2 Kader mencoba **menggali pengetahuan peserta terkait aspek perkembangan anak pada masa 1000 HPK** dengan bertanya;

“Apa saja aspek perkembangan anak yang bisa distimulasi sejak masa kehamilan?”

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.3 Kader merangkum jawaban peserta dengan menyampaikan:

“Aspek perkembangan anak yang bisa distimulasi sejak kehamilan adalah motorik, komunikasi, kecerdasan juga emosional anak, melalui sentuhan, suara dari orangtuanya”

“Masa kehamilan hingga usia anak 2 tahun, adalah masa yang penting untuk melakukan stimulasi kepada anak, karena pada masa ini jaringan tubuh, otak dan emosional anak baru terbentuk. Orangtua perlu memastikan gizi yang cukup dan stimulasi yang tepat sesuai usia anak agar tumbuh kembangnya kelak menjadi optimal”.

II.4 Kader meminta **peserta untuk duduk dalam kelompok** kecil sebanyak 3 kelompok.



III. Kegiatan Inti (60 menit)

III.1 Kader membagikan **peserta menjadi sebanyak 3 kelompok**. Pembagian kelompok dilakukan sesuai usia anak, ibu hamil berada dalam satu kelompok (kelompok 1), orangtua dengan anak usia 0-1 tahun dalam satu kelompok (kelompok 2). Orangtua dengan anak usia 1-2 tahun dalam satu kelompok (kelompok 3).


III.2 Setiap kelompok diberikan **lembar balik stimulasi perkembangan** lembar balik untuk stimulasi masa kehamilan gunakan lembar balik pentingnya 1000 HPK, dan untuk usia 0-1 dan 1-2 tahun gunakan lembar balik stimulasi perkembangan anak usia 0-1 tahun dan 1-2 tahun. Setiap kelompok didampingi oleh salah seorang kader untuk menjelaskan isi lembar balik.

III.3 Kader mengajak orangtua untuk **praktek memijat bayi dan anak**. Untuk membantu dapat melihat gambar langkah-langkah pijat bayi berikut ini:

Tata Cara Pijat Bayi


Bayi Tenang, Ibu Senang

- ▼ Pijatlah bayi sejak umur 1 bulan s/d 1 tahun
- ▼ Lakukan teratur pada waktu :
 - ▼ Pagi sebelum mandi
 - ▼ Malam hari sebelum tidur
 - ▼ 1 - 2 jam setelah makan atau minum susu




PIJAT TELAPAK KAKI

- Mulailah dengan memegang kaki bayi pada pangkal paha seperti cara memegang pemukul softball.
- Gerakkan tangan ke bawah secara bergantian seperti memerah susu dan putar.



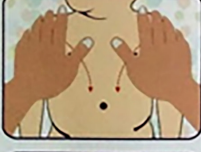
PIJAT KAKI

- Pegang kedua paha bayi dengan kedua tangan.
- Putar dari dalam ke luar (seperti memeras) dengan lembut sambil bergerak turun menuju betis.
- Kembali ke atas dengan gerakan sama.




PIJAT PERUT

- Pijat perut bayi dari atas ke bawah seperti gerakan mengayuh sepeda.
- Pijat perut mulai bagian kiri atas ke bawah dengan jari-jari tangan membentuk huruf I lalu L terbalik.




PIJAT DADA

Buat gerakan ke atas sampai dengan bawah leher, lalu ke samping kiri-kanan di atas tulang selangka membentuk gambar jantung lalu kembali ke ulu hati. Gerakan diagonal di dada (huruf X) dari kiri ke kanan.




PIJAT LENGAN

- Peras dan putar dengan kedua tangan dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan.
- Pijat telapak tangan dengan ibu jari mulai telapak hingga jari-jari.
- Usap punggung tangan dari arah pergelangan ke jari-jari.
- Peras sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan telunjuk.



PIJAT MUKA

- Letakkan ibu jari diantara alis mata si bayi.
- Pijat dengan ibu jari secara lembut pada alis dan di atas kelopak mata.
- Pijat dari pertengahan alis turun ke bawah melalui samping lipatan hidung.



PIJAT PUNGGUNG

- Tengkurapkan melintang. Pijat punggung dengan gerakan maju mundur sepanjang punggung mulai dari pantat hingga leher.
- Buat gerakan melingkar dengan jari-jari mulai batas punggung sampai dengan pantat.

III.4 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang yang menjadi pion dan satu orang yang menjadi pelempar dadu. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



III.5 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga;

"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"
Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.

III.6 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi**;

"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

"Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?"

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

- IV.1** Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan kesimpulan:
- Stimulasi sejak kehamilan dapat dilakukan dengan cara sederhana, misalnya mengajak janin berbicara, mendengarkan musik dan sentuhan pada perut ibu hamil.
 - Setelah bayi lahir, stimulasi terus dilanjutkan dengan mengajaknya berbicara, bercerita, membacakan buku, ayat suci, juga sangat baik jika bisa melakukan pijat bayi.
 - ada masa 1000 HPK atau di Baduta, orangtua perlu melakukan stimulasi agar tumbuh kembang anak menjadi optimal.



V. Mengingatn Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

- V.1** Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatn peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.
- V.2** Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist).
- V.3** Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan.



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

- VI.1** Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;
- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.
 - Mempraktekan stimulasi perkembangan selama kehamilan sampai anak usia 2 tahun yang telah dipelajari dalam pertemuan ini.
 - Mempraktekan pijat bayi dan anak.
 - Mengisi kalender pengasuhan.
- VI.2** Kader menyampaikan bahwa tugas rumah ini **akan ditinjau** bersama pada pertemuan berikutnya.



VII. Penutup (5 Menit)

- VII.1** Kader bertanya tentang **rencana pertemuan berikutnya** (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta.

“Siapa yang akan secara sukarela menjadi relawan untuk membantu kader di pertemuan selanjutnya?”.

Relawan akan membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir pada pertemuan selanjutnya.

VII.2 Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:

- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
- *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
- *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
- *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)”*

VII.3 Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**

*Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)*

VII.4 Kader **menutup pertemuan**. Minta salah seorang peserta untuk **memimpin doa** penutup kegiatan lalu tutup kegiatan dengan **yel-yel** orangtua hebat atau yel-yel kelompok masing-masing.



Pertemuan 5

MENINGKATKAN PERAN AYAH DAN ANGGOTA KELUARGA LAINNYA

Tujuan:

1. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang pentingnya peran ayah dan anggota keluarga lainnya dalam masa 1000 HPK
2. Meningkatkan keterampilan peserta dalam melibatkan ayah dan anggota keluarga lainnya pada masa 1000 HPK.

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta mengetahui manfaat peran ayah dan anggota keluarga lainnya pada masa 1000 HPK.
2. Peserta terampil dalam melibatkan ayah dan anggota keluarga lainnya pada masa 1000 HPK.

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Ular tangga pertemuan 5
- Buku Seri Orangtua Hebat
- Buku Peran Ayah Dalam Pengasuhan
- Alat tulis untuk diskusi kelompok
- Buku Panduan Penyuluhan BKB HI Bagi Kader
- Lembar balik Pertemuan 3 BKB HI

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan & Review (15 menit)

I.1 Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.

I.2 Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kita hari ini. Ini merupakan pertemuan BKB EMAS (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Stunting) yang kelima".

"Pada pertemuan ini kita akan berdiskusi bersama tentang pentingnya keterlibatan ayah/bapak dan anggota keluarga lainnya pada masa 1000 HPK.

I.3 Kader meminta kesediaan salah satu **peserta untuk memimpin doa** pembukaan sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. Ucapkan terima kasih kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.

I.4 Kader **mengingatn tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:

"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"

Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.

"Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".

"Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".

"Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".

I.5 Kader meminta beberapa orang peserta untuk **menceritakan apa yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya**.

I.6 Kader meminta beberapa orang lainnya untuk menceritakan **bagaimana mereka melaksanakan tugas rumah** dari pertemuan sebelumnya, siapa yang sudah dan siapa yang belum melaksanakan. Minta yang sudah melaksanakan untuk bercerita seperti ia melakukannya. Dan dorong yang belum melakukan tugas rumah untuk mau melakukannya.

Catatan : Tugas Rumah dari pertemuan sebelumnya adalah:

- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.

- Mempraktekan stimulasi perkembangan selama kehamilan sampai anak usia 2 tahun yang telah dipelajari dalam pertemuan ini.
- Mempraktekan pijat bayi dan anak
- Mengisi kalender pengasuhan.

I.7 Kader pengajar peserta melakukan **salam BKB EMAS**

II. Pengenalan Topik (5 menit)

II.1 Kader **menyampaikan topik** yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait pentingnya keterlibatan ayah/bapak dan anggota keluarga lainnya dalam masa 1000 HPK

II.2 Kader mencoba menggali **pengalaman peserta terkait keterlibatan ayah dan anggota keluarga lainnya pada masa 1000 HPK** dengan bertanya;

"Bagaimana peran ayah selama ini, selama masa kehamilan dan selama masa 2 tahun pertama kehidupan anak?. Adakah yang ingin menceritakan pengalamannya?"

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.3 Kader **menggali pemahaman peserta tentang hal baik yang bisa didapatkan dengan keterlibatan ayah dan anggota keluarga lainnya** dengan bertanya;

"Apa saja hal baik yang dirasakan ibu dan anak dengan keterlibatan ayah dan anggota keluarga lainnya?"

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.4 Kader merangkum jawaban peserta dengan menyampaikan:
"Ayah memiliki peranan yang penting dalam pengasuhan. Keterlibatan ayah memiliki dampak positif terhadap:

1. *Perkembangan kognitif ----- anak lebih cerdas, memperbanyak kosa kata anak, anak lebih terampil, prestasi disekolah lebih baik, perilaku buruk berkurang, anak lebih aktif,*
2. *Perkembangan Sosio Emosional----- anak merasa aman, anak tidak mudah stres, mudah beradaptasi, sehat secara mental, berperilaku prososial, mudah bergaul, terhindar dari konflik, memiliki empati, matang secara moral*
3. *Perkembangan fisik ---- resiko kelahiran lebih kecil, resiko penyakit dan kecelakaan rendah, anak lebih sehat".*

II.5 Kader meminta peserta untuk **duduk dalam kelompok** kecil sebanyak 3 kelompok.

III. Kegiatan Inti (60 menit)

III.1 Kader membagikan **peserta menjadi sebanyak 3 kelompok**. Setiap kelompok diberikan tugas sebagai berikut:

Kelompok 1: Mendiskusikan apa saja yang seharusnya dilakukan oleh ayah dan anggota keluarga lainnya (misalnya; nenek, kakek, anak, om, tante) untuk membantu ibu dalam masa kehamilan?

Kelompok 2: Mendiskusikan apa saja yang seharusnya dilakukan oleh ayah dan anggota keluarga lainnya (misalnya nenek, kakek, anak, om, tante) untuk membantu ibu dalam masa anak usia baru lahir hingga 1 tahun?

Kelompok 3: Mendiskusikan apa saja yang seharusnya dilakukan oleh ayah dan anggota keluarga lainnya (misalnya nenek, kakek, anak, om, tante) untuk membantu ibu dalam masa anak usia 1 hingga 2 tahun?

III.2 Setiap kelompok diberikan kesempatan untuk **berdiskusi selama lebih kurang 5 menit**, lalu kemudian **mempresentasikan hasil diskusi** kelompok.

III.3 Kader **merangkum dan menyimpulkan** hasil diskusi dari setiap kelompok dengan menggunakan alat bantu lembar balik-pertemuan 3 BKB HI dan buku pengasuhan 1000 HPK, buku peran ayah dalam pengasuhan.

III.4 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang yang menjadi pion dan satu orang yang menjadi pelempar dadu. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



III.5 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga;

"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"

Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.

III.6 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi;**

"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

"Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?"

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

IV .1 Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan kesimpulan:

- Keterlibatan ayah dalam 1000 HPK sangat penting, karena ayah yang ikut membantu ibu selama kehamilan dan saat anak Baduta akan memberikan dampak yang baik bagi kecerdasan, emosional dan fisik anak.
- Semua anggota keluarga diharapkan terlibat dalam membantu ibu hamil dan mengasuh anak Baduta agar masa emas di 1000 HPK bisa dimaksimalkan untuk tumbuh kembang anak.



V. Mengingatkan Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

V.1 Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatkan peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.

V.2 Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist)

V.3 Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

- VI.1** Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;
- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah
 - Melakukan hal yang seharusnya dilakukan ayah dan anggota keluarga lainnya untuk mendukung ibu selama masa 1000 HPK
 - Mengisi kalender pengasuhan
- VI.2** Kader menyampaikan bahwa tugas rumah ini **akan ditinjau** bersama pada pertemuan berikutnya.



VII. Penutup (10 Menit)

- VII.1** Kader bertanya tentang **rencana pertemuan berikutnya** (hari, tanggal, waktu dan tempat) dan meminta relawan dari peserta.

“Siapa yang yang akan secara sukarela menjadi relawan untuk membantu kader di pertemuan selanjutnya?”.

Relawan akan membantu mengingatkan peserta lainnya untuk hadir pada pertemuan selanjutnya.

- VII.2** Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:

- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
- *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
- *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
- *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)”.*

- VII.3** Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**

*Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)*

- VII.4** Kader **menutup pertemuan**. Minta salah seorang peserta untuk **memimpin doa** penutup kegiatan lalu tutup kegiatan dengan **yel-yel** orangtua hebat atau yel-yel kelompok masing-masing.



Pertemuan 6

PENGASUHAN YANG TANGGAP (CEPAT & TEPAT) TERHADAP KEBUTUHAN ANAK

Tujuan:

1. Meningkatkan pengetahuan peserta tentang pentingnya praktek pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) terhadap kebutuhan anak khususnya di bawah 2 tahun.
2. Meningkatkan keterampilan peserta dalam praktek pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) terhadap kebutuhan anak khususnya di bawah 2 tahun.

Hasil yang diharapkan:

1. Peserta mengetahui manfaat praktek pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) terhadap kebutuhan anak khususnya di bawah 2 tahun.
2. Peserta terampil dalam praktek pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) terhadap kebutuhan anak khususnya di bawah 2 tahun.

Durasi:

115 menit.

Bahan dan Alat:

- Ular tangga pertemuan 6
- Alat tulis untuk diskusi kelompok

Tahapan Kegiatan:



I. Pembukaan & Review (15 menit)

I.1 Kader **mengucapkan salam**, menanyakan kabar peserta dengan ramah sambil mengucapkan terima kasih atas kesediaan untuk menghadiri pertemuan kali ini.

I.2 Kader **menyampaikan tujuan** dari pertemuan:
"Bapak/Ibu, terimakasih telah hadir dalam pertemuan kita hari ini. Ini merupakan pertemuan BKB EMAS (Bina Keluarga Balita Eliminasi Masalah Stunting) yang keenam dan terakhir".

"Pada pertemuan ini kita akan berdiskusi bersama tentang pentingnya praktek pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) terhadap kebutuhan anak khususnya di bawah 2 tahun".

I.3 Kader meminta kesediaan salah satu **peserta untuk memimpin doa** pembukaan sesuai dengan doa keagamaan mayoritas peserta. Ucapkan terima kasih kepada peserta yang bersedia memimpin do'a.

I.4 Kader **mengingatkan tentang KB** dengan bertanya dan menyampaikan hal berikut:

"Apakah Bapak/Ibu sudah ber-KB?"
Tunggu jawaban peserta, lalu kader menanggapi.

"Terimakasih bagi yang sudah ber-KB. Semoga dapat terus dilakukan karena ber-KB membawa banyak manfaat bagi ibu, anak, dan keluarga".

"Akan lebih baik dan sangat dianjurkan untuk menggunakan metode KB yang jangka panjang seperti spiral dan implant/ susuk".

"Bapak/Ibu yang belum ber-KB dapat melakukan diskusi dengan bidan untuk mengetahui metode KB apa yang cocok dan jangka panjang manfaatnya".

I.5 Kader meminta beberapa orang peserta untuk **menceritakan apa yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya**.

I.6 Kader meminta beberapa orang lainnya untuk menceritakan **bagaimana mereka melaksanakan tugas rumah** dari pertemuan sebelumnya, siapa yang sudah dan siapa yang belum melaksanakan. Minta yang sudah melaksanakan untuk bercerita seperti ia melakukannya. Dan dorong yang belum melakukan tugas rumah untuk mau melakukannya.

Catatan : Tugas Rumah dari pertemuan sebelumnya adalah:

- Menyampaikan tentang pentingnya peran ayah dan anggota keluarga lainnya dalam masa 1000 HPK kepada anggota keluarga di rumah.

- Mempraktekan stimulasi perkembangan selama kehamilan sampai anak usia 2 tahun yang telah dipelajari dalam pertemuan ini.
- Mempraktekan pijat bayi dan anak.
- Mengisi kalender pengasuhan.

I.7 Kader pengajar peserta melakukan **salam BKB EMAS**



II. Pengenalan Topik (15 menit)

II.1 Kader **menyampaikan topik** yang akan dibahas pada hari ini yaitu terkait tanggap (cepat dan tepat) terhadap pemberian makan kepada anak khususnya di bawah 2 tahun.

II.2 Kader mencoba menggali **pengetahuan peserta terkait pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) pada anak dibawah 2 tahun** dengan bertanya;

"Menurut Ibu/Bapak, seperti apakah pengasuhan yang tanggap (cepat dan tepat) kepada anak?"

Tunggu jawaban dari peserta lalu ucapkan terima kasih kepada peserta yang menjawab.

II.3 Kader **menyimpulkan** jawaban peserta dan **menyampaikan** informasi:

"Pengasuhan yang tanggap/cepat dan tepat terhadap kebutuhan anak adalah: ketika orangtua tahu tanda-tanda anak membutuhkan sesuatu dan dapat memberikan kebutuhan anak/menanggapi anak dengan tepat".

"Pada masa 1000 HPK, orangtua diharapkan tanggap akan tumbuh kembang anak, kebutuhan makan anak, dan penerapan pengasuhan yang positif melalui disiplin positif.

"Pengasuhan yang tanggap terhadap tumbuh kembang anak, misalnya, menstimulasi anak sesuai usia, dan mengetahui ketika ada gangguan dalam tumbuh kembang anak, lalu mencari solusi yang tepat untuk mengatasi gangguan tersebut".

" Pengasuhan yang tanggap terhadap kebutuhan makan anak, misalnya, orangtua mengetahui saat bayi lapar atau saat sudah kenyang dan menanggapi dengan tepat".

"Pengasuhan yang tanggap dan menerapkan disiplin positif, misalnya, ketika ada melakukan kesalahan, orangtua dengan sabar dan tenang mengarahkan anak untuk dapat mengatasi kesalahannya tanpa bersikap dan berkata kasar".

II.4 Kader meminta peserta untuk **duduk dalam kelompok** kecil sebanyak 3 kelompok.



III. Kegiatan Inti (60 menit)

III.1 Kader membagikan **peserta menjadi sebanyak 3 kelompok**. Setiap kelompok diberikan tugas sebagai berikut:

Kelompok 1: Mendiskusikan apa saja tanda-tanda (1) anak lapar (2) anak kenyang (3) tidak tertarik dengan makanannya dan (4) response apa yang harus diberikan oleh orangtua terhadap 3 hal tersebut.

Kondisi	Tanda-tandanya	Respon Orangtua
Anak/Bayi Lapar		
Anak/Bayi kenyang		
Anak/Bayi tidak tertarik dengan makanannya/tidak mau makan		

Kelompok 2: Mendiskusikan beberapa kasus/kejadian disiplin negative, lalu mendiskusikan (1) dampak dari disiplin negative (2) alternative solusi dengan pendekatan positif disiplin pada anak usia 0-2 tahun dan (3) dampak disiplin positif pada anak.

Perilaku Anak	Disiplin Negatif	Dampak disiplin negative Pada Anak	Alternatif Solusi dengan Disiplin Positif	Dampak disiplin positif Pada Anak
Menumpahkan makanan/ minuman	Dimarahi, dicubit, dibentak, dipukul			
Merengek (menangis sambil memukul) meminta sesuatu (jajan/ mainan)	Dibentak, dipukul, dicubit, ditakuti, diancam, dibohongi			
Berebutan Mainan dengan saudara/ temannya	Dimarahi, dibentak, dipukul			
Boleh ditambahkan contoh kasus lain yang sering terjadi di lingkungan tempat tinggal peserta...				

Kelompok 3: Mendiskusikan tanda-tanda anak dibawah 2 tahun mengalami gangguan tumbuh kembang dan cara orangtua mengatasinya.

Contoh kasus gangguan tumbuh kembang usia di bawah 2 tahun	Respon Orangtua
Anak terlihat lemah tidak bersemangat	
Anak tidak merespon saat dipanggil namanya	
Anak terlalu senang dan sering bermain HP	
Anak belum bisa berjalan	
Anak belum bisa berbicara	
Anak yang hanya mau dengan salah satu orangtua saja atau salah satu anggota keluarga saja	

III.2 Setiap kelompok diberikan kesempatan untuk **berdiskusi selama lebih kurang 10 menit**, lalu kemudian **mempresentasikan hasil diskusi** kelompok.

III.3 Kader **merangkum dan menyimpulkan** hasil diskusi dari setiap kelompok. Dan menyampaikan informasi seperti ini kunci jawaban.

Kelompok 1

Kondisi	Tanda-tandanya	Respon Orangtua
Anak/Bayi Lapar	Kunci Jawaban: <ul style="list-style-type: none"> - memasukan tangan atau benda lain ke mulutnya - mengarahkan kepala ke payudara ibu - menjulurkan lidah - anak yang sudah lebih besar, mengatakan minta makan atau meminta jajan 	Kunci Jawaban: Orangtua harus mempelajari tanda-tanda lapar pada anak/bayi. Jangan biarkan anak/bayi menangis ke-laparan, jangan juga tetap memberikan makanan saat bayi terlihat kenyang
Anak/Bayi kenyang	Kunci Jawaban: <ul style="list-style-type: none"> - menarik kepala dan mulutnya dari puting - menolak makanan/ disuapi makanan - anak yang sudah lebih besar mengatakan sudah kenyang atau tidak mau makan lagi 	Kunci Jawaban: Orangtua harus mempelajari tanda-tanda kenyang pada anak/bayi. Jangan paksakan anak untuk makan saat masih kenyang, tawari/berikan lagi makanan setelah beberapa saat.
Anak/Bayi tidak tertarik dengan makanannya/tidak mau makan	Kunci Jawaban: <ul style="list-style-type: none"> - Anak/bayi menutup mulut - Anak/bayi menolak makan - Anak/bayi mengalihkan wajahnya - Anak yang lebih besar mengatakan tidak mau makan atau tidak suka makanannya. 	Kunci Jawaban: Memberi makan dengan perlahan dan sabar. Dorong anak/bayi untuk makan tapi jangan memaksa. Jika anak/bayi menolak makanan, cobalah kombinasi makanan lain, rasa lain, dan tekstur lain.

Kelompok 2

Perilaku Anak	Disiplin Negatif	Dampak disiplin negative Pada Anak	Alternatif Solusi dengan Disiplin Positif	Dampak disiplin positif Pada Anak
Menumpahakan makanan/ minuman	Dimarahi, dicubit, dibentak, dipukul	Kunci Jawaban: Anak jadi takut, terluka, sedih, malu, tidak percaya diri	Kunci Jawaban: Berbicara dengan lembut, mengajari anak cara makan agar tidak tumpah, mengajak anak membereskan makanan/minuman yang tumpah lalu memujinya karena mau membereskan yang tumpah.	Kunci Jawaban: Anak lebih percaya diri, merasa aman, dihargai, lebih tahu cara makan yang benar, anak belajar bertanggung jawab
Merengek (menangis sambil memukul) meminta sesuatu (jajan/ mainan)	Dibentak, dipukul, dicubit, ditakuti, diancam, dibohongi	Kunci Jawaban: Anak jadi takut, makin memberontak, menangis, cengeng, murung	Kunci Jawaban: Orangtua bersabar dahulu, tarik nafas, memeluk anak, mengajaknya untuk tenang, mengalihkan perhatiannya dengan hal lain yang positif dan nyata, setelah anak tenang, baru diajak bicara dengan baik dan membuat kesepakatan bersama	Kunci Jawaban: Anak belajar untuk mengendalikan emosinya, menyelesaikan masalah dengan baik, belajar mematuhi aturan
Berebutan Mainan dengan saudara/ temannya	Dimarahi, dibentak, dipukul	Kunci Jawaban: Anak menjadi kasar, sakit hati, benci pada saudara/ temannya	Kunci Jawaban: Orangtua bersabar dahulu, tarik nafas, mengajak anak untuk tenang, minta setiap anak untuk menyampaikan pendapatnya, ajarkan anak cara yang bermain yang baik yaitu saling bergantian, meminta dengan sopan, tidak merebut, bersabar menunggu giliran main dan membuat kesepakatan	Kunci Jawaban: Anak belajar cara menyelesaikan konflik dengan baik, anak belajar untuk meminta dengan sopan, anak belajar bersabar menunggu giliran dan mematuhi aturan
Boleh ditambahkan contoh kasus lain yang sering terjadi di lingkungan tempat tinggal peserta...				

Contoh kasus gangguan tumbuh kembang usia di bawah 2 tahun	Respon Orangtua
Anak terlihat lemah tidak bersemangat	Kunci jawaban: cek suhu tubuh, cek kesehatannya, jika ada masalah kunjungi pusat layanan kesehatan
Anak tidak merespon saat dipanggil namanya	Kunci jawaban: menghampiri anak, memanggil dengan lembut dari jarak dekat sambil disentuh, jika berlanjut cek kesehatan telinganya jika diperlukan tes pendengarannya
Anak terlalu senang dan sering bermain HP	Kunci jawaban: orangtua membatasi diri menggunakan HP, sehingga menjadi contoh bagi anak. Anak di bawah 2 tahun sebaiknya tidak boleh menggunakan HP, karena efek buruk radiasi dan dapat menyebabkan kecanduan HP
Anak belum bisa berjalan	Kunci jawaban: orangtua melatih anak berjalan, membawa anak bermain di lapangan/tempat yang luas, jika diperlukan cek ke petugas kesehatan kondisi kaki anak
Anak belum bisa berbicara	Kunci jawaban: orangtua lebih sering mengajak anak berbicara, memijat-mijat area pipi dan dagu anak, mengajak anak bermain dengan gerakan mulut yang lucu, jika diperlukan cek ke petugas kesehatan
Anak yang hanya mau dengan salah satu orangtua saja atau salah satu anggota keluarga saja	Kunci jawaban: orangtua sering mengajak anak berinteraksi dan bertemu dengan anggota keluarga lainnya, orangtua mengajarkan pada anak bahwa ia akan aman dan baik-baik saja saat bersama anggota keluarga lainnya.

III.4 Kader mengajak peserta untuk berdiri dan **bermain Ular Tangga**. Peserta dibagi dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok diminta untuk menentukan satu orang yang menjadi pion dan satu orang yang menjadi pelempar dadu. Sampaikan aturan permainan Ular Tangga seperti yang tertera pada lampiran modul ini tentang aturan permainan: Ular Tangga.



III.5 Kader menanyakan bagaimana **perasaan peserta** terhadap permainan Ular Tangga; *"Bagaimana perasaan Bapak/Ibu setelah bermain Ular Tangga?"* Tunggu jawaban dari beberapa peserta dan ucapkan terima kasih.

III.6 Kader menanyakan kepada setiap kelompok **apa saja yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi**;

"Saya minta setiap kelompok untuk menyampaikan apa saja pengetahuan atau praktek baik yang dipelajari dari permainan Ular Tangga tadi?"

"Setiap kelompok harus menyampaikan hal yang berbeda dan tidak boleh sama antara satu kelompok dengan kelompok lainnya?"

Dengarkan apa yang disampaikan oleh setiap kelompok dan **pastikan tidak ada yang sama** antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Lalu ucapkan terima kasih.



IV. Kesimpulan (5 Menit)

- IV.1** Kader menyimpulkan apa yang sudah dipelajari pada hari ini dengan menyampaikan kesimpulan:
- Pada masa 1000 HPK sangat penting bagi orangtua (ayah dan ibu) memberikan respon yang cepat dan tepat terhadap kebutuhan anak. Agar anak merasa aman, dikasih dan percaya bahwa orangtua nya selalu ada untuk mereka.
 - Pada masa 1000 HPK penting untuk menanggapi dengan cepat dan tepat kebutuhan makan anak, bersikap sabar dan tenang dalam memberikan makan apalagi ketika anak menolak untuk makan.
 - Pada masa di bawah 2 tahun anak juga sudah dapat diajarkan disiplin yang positif, hadapi perilaku anak dengan tenang, sabar dan jelaskan kepada anak dampak buruk dari tindakan yang tidak baik dan puji anak jika ia melakukan hal yang baik.
 - Pada masa 1000 HPK juga sangat penting untuk memastikan tumbuh kembang anak berjalan sesuai usia, jika terjadi hambatan jangan ragu untuk periksa kepada petugas kesehatan.



V. Mengingatkan Peserta Untuk Melaksanakan Kalender Pengasuhan (5 Menit)

- V.1** Kader menggunakan kalender pengasuhan sebagai alat bantu untuk mengingatkan peserta kegiatan sehari-hari yang perlu dilakukan di rumah.
- V.2** Kader meminta peserta untuk mengisi kalender pengasuhan di rumah (dengan checklist).
- V.3** Kader meminta salah satu peserta untuk menceritakan kegiatan yang sudah dilakukan berdasarkan kalender pengasuhan.



IV. Penyampaian Tugas Rumah (5 Menit)

- VI.1** Kader **meminta peserta** untuk melakukan **tugas rumah** sebagai berikut;
- Menyampaikan apa yang telah dipelajari pada pertemuan ini kepada anggota keluarga lainnya di rumah.
 - Mempraktekan pengasuhan yang tanggap terhadap pemberian makan anak.
- VI.2** Kader menyampaikan bahwa tugas rumah pada pertemuan ini dan pertemuan sebelumnya **harap terus dilakukan**.



VII. Penutup (10 Menit)

- VII.1** Kader **mengingatkan tentang KB**, dengan menyampaikan hal berikut:
“Bapak/Ibu yang belum ber-KB, ingatlah manfaat KB diantaranya adalah dapat mengurangi resiko kehamilan pada ibu, yang dikenal dengan sebutan 4T. 4T adalah:
- *Terlalu muda (usia di bawah 21 tahun)*
 - *Terlalu tua (usia di atas 35 tahun)*
 - *Terlalu sering/dekat (perbedaan usia antar anak sangat dekat)*
 - *Terlalu banyak (memiliki lebih dari empat orang anak)”.*
- VII.2** Kader mengajak peserta melakukan **Salam BKB EMAS**
- Orangtua Hebat (gerakan 2 jempol ke depan)*
Baduta Sehat (gerakan tangan memegang perut)
Cerdas (satu telunjuk menunjuk kepala)
Berkarakter (gerakan dua tangan menyatu)
Keluarga Ceria (gerakan 2 tangan dibuka ke atas)
- VII.3** Kader menutup pertemuan dengan **mengucapkan terima kasih** atas kehadiran peserta dan mendorong praktek semua hal yang telah dipelajari dari pertemuan 1 hingga 6.
- VII.4** Kader meminta salah seorang peserta untuk **memimpin doa** penutup kegiatan lalu tutup kegiatan dengan yel-yel orangtua hebat atau **yel-yel** kelompok masing-masing.

Daftar Pustaka

1. Buku Panduan Penyuluhan BKB HI Bagi Kader, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Jakarta 2018
2. Buku Penerapan Delapan Fungsi Keluarga, Buku Panduan Penyuluhan BKB HI Bagi Kader, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Jakarta, 2016.
3. Buku Pengasuhan 1000 HPK, Buku Panduan Penyuluhan BKB HI Bagi Kader, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Jakarta, 2018.
4. Buku Pedoman Kesehatan Jiwa, Kementerian Kesehatan (Kemenkes), Jakarta 2011.
5. Buku Peran Ayah dalam Pengasuhan, Buku Panduan Penyuluhan BKB HI Bagi Kader, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Jakarta, 2018.
6. Buku Seri Orangtua Hebat, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Jakarta, 2015.
7. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), Kementerian Kesehatan (Kemenkes), Jakarta, 2015.