

KUATKAN SIMPUL , BERSAMA CEGAH STUNTING



KUATKAN SIMPUL, BERSAMA CEGAH STUNTING

Penulis

dr. Hernalom Gultom, MM

Penerbit

Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan – BKKBN

KUATKAN SIMPUL, BERSAMA CEGAH STUNTING

Pelindung

Dr. Ir. Dwi Listyawardani, M.Sc, Dip.Com

Penanggung Jawab

Dr. Edi Setiawan, S.Si, M.Sc., MSE

Penulis

dr. Hernalom Gultom, MM

Editor

Sofyan Zakaria

Rose Amelia

Elsa Ika Prastika

Inang Haryani

Graceianna Wambrau

Desain sampul dan grafis

Elsa Ika Prastika

M. Akmal

ISBN 978-602-1564-83-7



Cetakan Pertama, 2021

Materi dapat diperbanyak oleh pihak lain atas izin DITPENDUK – BKKBN

Diterbitkan oleh:

Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan – BKKBN

Jl. Permata No. 1, Halim Perdanakusumah, Jakarta Timur 13650

Telp. 021-8009029/8009045 ext. 711 Email :

ditpenduk711@gmail.com

KATA PENGANTAR



Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga Buku Bahan Bacaan Bagi Pramuka Penegak berjudul “Kuatkan Simpul, Bersama Cegah Stunting” ini dapat diterbitkan.

Maksud dan tujuan dibuatnya buku ini adalah untuk memperkaya literatur tentang stunting di Indonesia, khususnya bagi Pramuka Penegak. Harapan kami bahwa bacaan ini dapat menambah wawasan dan menginspirasi para pembacanya untuk menerapkan hidup yang terencana dengan baik dan sehat, sehingga bangsa kita dapat memetik bonus demografi di tahun 2030-2040 mendatang.

Dalam penyusunan buku ini, ada banyak pihak yang telah mendukung dan terlibat dalam proses penulisan, penyuntingan, uji coba dan finalisasinya, oleh karena itu kami ingin mengucapkan banyak terima kasih, terutama kepada Saka Kencana selaku mitra Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan (Ditpenduk) BKKBN dalam pengimplementasian program pendidikan kependudukan melalui jalur pendidikan nonformal yaitu pramuka.

Jakarta, Agustus 2021

**Direktur Kerjasama
Pendidikan Kependudukan**

Dr. Edi Setiawan, S.Si, M.Sc, MSE

SAMBUTAN

DEPUTI BIDANG PENGENDALIAN PENDUDUK



Salah satu fokus perhatian pemerintah Republik Indonesia saat ini adalah pencegahan stunting sebagai upaya agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, dengan disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan berkompetisi di tingkat global.

BKKBN dengan Visi “Mewujudkan Keluarga Berkualitas dan Pertumbuhan Penduduk yang Seimbang guna mendukung tercapainya Indonesia Maju Yang Berdaulat, Mandiri, dan Berkepribadian Berlandaskan Gotong-Royong” yang dijabarkan pada Misi:

1. Mengendalikan pertumbuhan penduduk dalam rangka menjaga kualitas dan struktur penduduk seimbang
2. Menyelenggarakan keluarga berencana dan kesehatan reproduksi secara komprehensif
3. Menyelenggarakan pembangunan keluarga yang holistik integratif sesuai siklus hidup
4. Membangun kemitraan, jejaring kerja, peran serta masyarakat dan kerjasama global

5. Memperkuat inovasi, teknologi, informasi dan komunikasi
6. Membangun kelembagaan, meningkatkan kapasitas dan kesejahteraan SDM aparatur

Sejalan dengan itu, dalam Proyek Prioritas Nasional Pembangunan Keluarga Tahun 2021 BKKBN melalui Rakernas 2021 telah mencantumkan Promosi dan KIE Pengasuhan 1000 HPK untuk Pencegahan Stunting dan Penyiapan Kehidupan Berkeluarga bagi Remaja.

Hal ini sejalan dengan penugasan mandat baru Presiden Republik Indonesia kepada BKKBN sebagai Ketua Pelaksana Percepatan Penurunan Stunting pada saat RAKERNAS BANGGA KENCANA 2021. Untuk itu BKKBN telah menyusun platform konvergensi untuk percepatan penurunan stunting guna menurunkan angka stunting sebesar 24,1% pada tahun 2020 menjadi 21,1% pada 2021, dan seterusnya menjadi 14% pada tahun 2024.

Harapan kami, di samping mengucapkan terimakasih semoga buku ini dapat bermanfaat melengkapi berbagai upaya kita bersama menurunkan stunting di Indonesia.

Jakarta, Agustus 2021

Deputi Bidang Pengendalian Penduduk



Dr. Ir. Dwi Listyawardani, M.Sc.Dip.Com

SAMBUTAN KETUA KWARTIR NASIONAL



Pramuka merupakan salah satu organisasi kemasyarakatan yang berada di tengah-tengah masyarakat yang mempunyai tugas pokok menyelenggarakan kegiatan pendidikan kepramukaan bagi kaum muda guna menumbuhkan tunas bangsa agar menjadi generasi yang lebih baik, yang sanggup bertanggungjawab dan mampu membina serta mengisi kemerdekaan nasional.

Pendidikan Kepramukaan merupakan pendidikan di luar lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga dengan menitikberatkan kepada pembinaan dan pengembangan sumber daya atau potensi kaum muda agar menjadi warga negara yang berkualitas yang mampu memberikan sumbangan positif bagi kesejahteraan dan kedamaian masyarakat baik nasional maupun internasional. Upaya pembinaan dan pengembangan sumber daya manusia Gerakan Pramuka harus diselenggarakan dengan terarah, efektif dan berkesinambungan dengan memperhatikan kondisi, kebutuhan serta disesuaikan dengan perkembangan zaman.

Salah satu strategi pembinaan dalam kepramukaan adalah pembentukan dan pembinaan anggota Pramuka dalam Satuan Karya. Strategi ini sekaligus diharapkan menciptakan sinergi yang saling menguntungkan dengan instansi/pembaga pengampu, sehingga Pramuka selain wadah pembinaan generasi muda juga merupakan kelompok strategis dalam pencapaian tujuan lembaga pemerintah pengampu bersama masyarakat. Disamping itu juga, melalui Satuan Karya Pramuka (SAKA) akan lebih memudahkan melakukan pembinaan bagi anggota Pramuka dengan isu-isu strategis dan fokus terkait dengan strategi dan kebijakan pemerintah. Sebagaimana kita ketahui bersama, bahwa masalah Stunting juga menjadi salah satu prioritas yang harus kita selesaikan bersama

Saya harapkan adik-adik Pramuka Penegak dapat bersama-sama menyelesaikan persoalan bangsa yang sedang kita hadapi terutama dalam menyiapkan generasi yang berkualitas yaitu pencegahan dan penanganan Stunting sebagai bentuk pelaksanaan ikrar Tri Satya dan bakti Dasa Dharma dalam bingkai Tri Bina.

Jakarta, Agustus 2021

Ketua Kwarnas Gerakan Pramuka



Komjen Pol (Pur) Drs. Budi Waseso

SAMBUTAN

KETUA PINSAKA KENCANA NASIONAL



Sebagai wadah kegiatan dan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan keterampilan praktis dan bakti masyarakat, dalam bidang Keluarga Berencana, Keluarga Sejahtera dan Pengembangan Kependudukan, Satuan Karya Pramuka Keluarga Berencana (Saka Kencana) senantiasa berupaya menciptakan kegiatan yang menarik dan menyenangkan serta tetap memperhatikan permasalahan yang timbul di masyarakat, bangsa dan negara.

Dengan kehadiran buku ini, semoga meningkatkan pemahaman Pramuka Penegak dalam upaya pencegahan stunting sekaligus mendorong upaya lainnya dapat dilaksanakan secara bersama lintas krida di dalam Saka Kencana maupun lintas Saka dalam Pramuka.

Ayo adik-adik Pramuka Penegak, tetap semangat untuk Bina Diri, Bina Lingkungan dan Bina Masyarakat !

Jakarta, Agustus 2021

Ketua Pinsaka Kencana Tk
Nasional



Dr. M. Yani, MKes. PKK

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
SAMBUTAN DEPUTI BIDANG PENGENDALIAN PENDUDUK.....	iv
SAMBUTAN KETUA KWARTIR NASIONAL.....	vi
SAMBUTAN KETUA PINSAKA KENCANA NASIONAL.....	viii
TENTANG STUNTING	
APA ITU STUNTING?.....	1
BERAPA BANYAK SIH ANAK YANG MENGALAMI STUNTING?....	3
BAGAIMANA UPAYA PEMERINTAH DALAM MENANGANI STUNTING?.....	4
APA SAJA SIH YANG BISA MENYEBABKAN STUNTING?	6
BAGAIMANA DAMPAK DAN TANDA-TANDA DARI ANAK YANG MENGALAMI STUNTING?.....	10
BAGAIMANA CARA MENCEGAH DAN MENANGANINYA?	15
APA SAJA YANG PERLU DIPERHATIKAN SELAMA PERIODE EMAS (<i>GOLDEN PERIOD</i>)?	20
MERENCANAKAN KELUARGA	
PERLUKAH KITA MERENCANAKAN KEHIDUPAN BERKELUARGA?	27

PRAMUKA PEDULI STUNTING

YANG PERLU DIPERHATIKAN PRAMUKA PENEGAK.....	30
--	----

PANDUAN PRAMUKA PENEGAK SAKA KENCANA

TRI SATYA PRAMUKA	34
DASA DARMA.....	34
TRI BINA	35
PRAMUKA PENEGAK	35
KEGIATAN PRAMUKA PENEGAK	36
WADAH PEMBINAAN PENEGAK	38
SATUAN KARYA PRAMUKA.....	38
SATUAN KARYA.....	40
KRIDA-KRIDA DALAM SAKA KELUARGA BERENCANA	41
SYARAT KECAKAPAN KHUSUS PRAMUKA PENEGAK DI SAKA KENCANA.....	41

Tentang Stunting

APA ITU STUNTING?

Sebelum kita bahas lebih lanjut mengenai stunting, apakah Sahabat pernah mendengar tentang stunting? memangnya stunting itu apa sih?

Menurut Sahabat, apakah stunting sama dengan pendek?

Tahukah Sahabat kalau Stunting itu tidak sama dengan pendek (kerdil)?

Stunting pasti pendek, tetapi pendek belum tentu stunting

Anak stunting biasanya bisa dikenali dari tubuhnya yang lebih pendek dibanding anak seusianya. Namun, bukan berarti semua anak bertubuh pendek menandakan bahwa dia stunting, meski tubuh lebih pendek juga harus tetap diwaspadai.



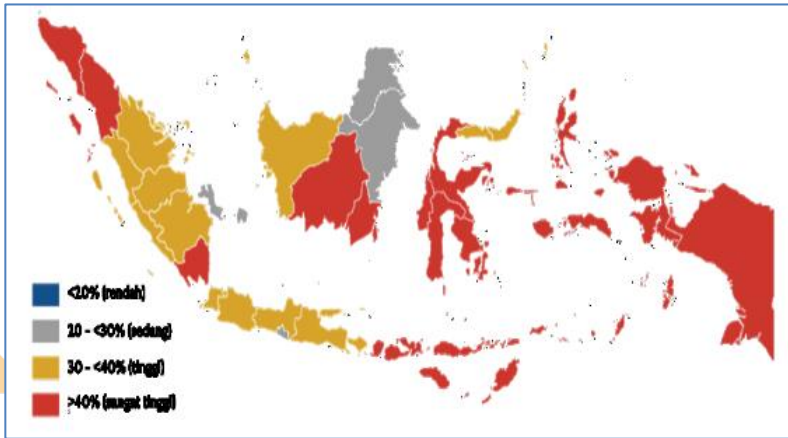
Para orang tua sering kali kebingungan untuk membedakan hal ini, walau mayoritas orang tua sebetulnya menyadari pertumbuhan anaknya terhambat, tetapi mereka tetap menganggap hal tersebut normal karena tak bisa membedakan kapan anak yang pendek mengalami stunting atau gangguan pertumbuhan tertentu.

Perbedaan terbesar antara pendek dan stunting terletak pada penyebab.

Stunting adalah **masalah kekurangan gizi** dalam jangka waktu yang cukup lama karena **kurangnya asupan makanan** yang dikonsumsi sehingga **tidak sesuai dengan kebutuhan gizi** untuk anak seusianya terutama pada **1000 Hari Pertama Kehidupan**.

Karena prosesnya yang cukup lama maka Sahabat sering kali tidak sadar bahwa **akibat dari kekurangan asupan makanan yang bergizi sejak dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun dapat menghambat pertumbuhan fisik maupun kognitif (kecerdasan) pada anak.**

BERAPA BANYAK *SIH* ANAK YANG MENGALAMI STUNTING?



Gambar 1
Peta Persebaran Stunting di Indonesia

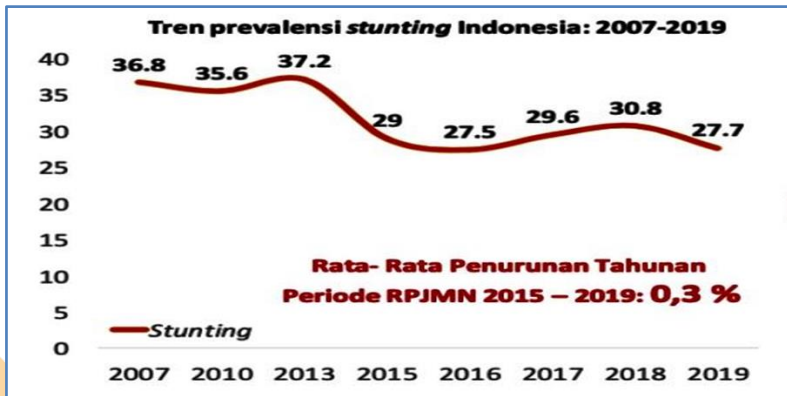
Stunting merupakan masalah global, ditemukan pada 162 juta anak di seluruh dunia.

Lalu bagaimana dengan di Indonesia sendiri?

Data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa dalam 10 tahun terakhir stunting menjadi salah satu masalah gizi terbesar pada balita di Indonesia. Persentase balita penderita



stunting pada tahun 2016 hingga 2019 cenderung mengalami peningkatan.



Gambar 2
Tren Prevalensi Stunting Indonesia Tahun 2007-2019

BAGAIMANA UPAYA PEMERINTAH DALAM MENANGANI STUNTING?

Dalam kaitan penanganan stunting, pemerintah Indonesia telah merumuskan 5 pilar penanganan stunting dengan melibatkan berbagai pihak.

- Pilar 1 Komitmen dan Visi Pimpinan Tertinggi Negara;
- Pilar 2 Kampanye Nasional Berfokus pada pemahaman, perubahan perilaku, komitmen politik dan akuntabilitas;**

- c) Pilar 3 Konvergensi, Koordinasi, dan Konsolidasi Program Nasional, Daerah, dan Masyarakat;
- d) Pilar 4 Mendorong Kebijakan Akses Pangan Bergizi; dan
- e) Pilar 5 Pemantauan dan Evaluasi.

“Gizi adalah Investasi bangsa, jangan sampai ada lagi yang namanya gizi buruk. Tidak ada anak yang sepantasnya kekurangan gizi di negara berpendapatan menengah seperti sekarang ini”

-Joko Widodo-

Tahukah Sahabat, bahwa tingginya angka stunting saat ini menunjukkan bahwa terdapat permasalahan mendasar yaitu ketidaktahuan masyarakat terhadap faktor-faktor penyebab stunting, cara mencegah dan bagaimana cara mengatasinya.

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan untuk setiap kelompok sasaran sesuai perannya dalam pencegahan stunting sangatlah penting. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan kelompok sasaran dapat melakukan perubahan perilaku yang mendukung pencegahan stunting.



Untuk itu peran Sahabat Pramuka sangat dibutuhkan khususnya untuk menyebarluaskan informasi terkait stunting kepada Sahabat-Sahabat remaja di sekolah dan lingkungan terdekatnya.

Dengan tersebarluasnya informasi ini diharapkan para sahabat remaja di luar Pramuka mendapatkan pengetahuan akan pentingnya mempersiapkan perencanaan kehidupan berkeluarga sehingga dapat menciptakan generasi unggul yang berkualitas dan bebas stunting di kemudian hari.

APA SAJA *SIH* YANG BISA MENYEBABKAN STUNTING?

- 1) Faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Ibu hamil dengan konsumsi asupan gizi yang rendah dan mengalami penyakit infeksi akan melahirkan bayi dengan Berat Lahir Rendah (BBLR), dan/atau panjang badan bayi di bawah standar.



- 2) Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum, saat masa kehamilan, dan setelah ibu melahirkan, serta pola asuh seperti pemberian kolostrum (ASI yang pertama kali keluar), Inisiasi Menyusu Dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, dan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) secara tepat sangat mempengaruhi proses tumbuh kembang di masa 1000 Hari Pertama Kehidupan anak.



- 3) Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), Pos Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas.



4) Masih kurangnya akses kepada makanan bergizi, hal ini disebabkan harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal, serta pengenalan makanan tambahan yang terlalu dini, dimana setengah dari anak yang mendapatkan ASI sudah menerima makanan padat atau semi padat sebelum umur 6 bulan.



5) Ketimpangan akses air minum dan sanitasi masih cukup besar, terutama di wilayah Indonesia Timur.

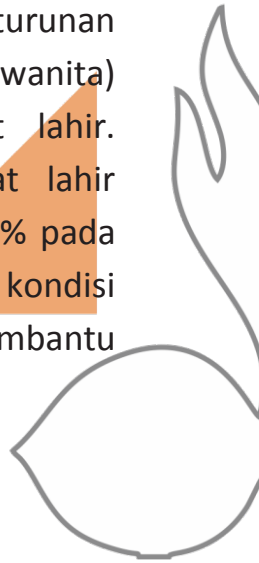


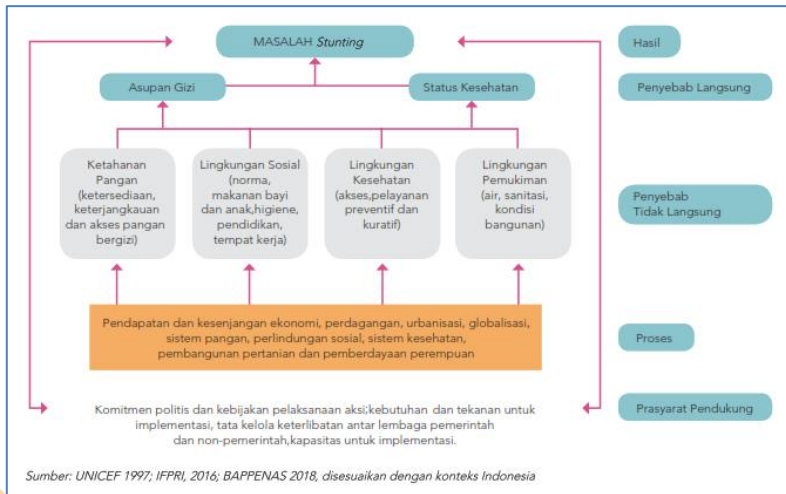
Stunting sangat dipengaruhi oleh aspek perilaku, terutama pada pola asuh yang kurang baik dalam praktek pemberian makanan bagi bayi dan baduta serta akses terhadap makanan bergizi.

Sedangkan masalah non kesehatan seperti masalah ekonomi, politik, sosial, budaya, kemiskinan,

kurangnya pemberdayaan perempuan, serta masalah lingkungan seperti sulitnya akses terhadap sumber air bersih dan sanitasi juga memiliki peran yang cukup besar sebagai penyumbang faktor penyebab terjadinya stunting.

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan faktor keturunan. Hasil penelitian dari Dubois, et.al yang dilakukan pada tahun 2012 menunjukkan bahwa faktor keturunan hanya berpengaruh sekitar (4-7% pada wanita) terhadap tinggi badan seseorang saat lahir. Sedangkan, faktor lingkungan pada saat lahir ternyata berpengaruh sangat besar (74-87% pada wanita). Hal ini membuktikan bahwa kondisi lingkungan yang mendukung dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak.





Gambar 3
Kerangka Penyebab Stunting di Indonesia

BAGAIMANA DAMPAK DAN TANDA-TANDA DARI ANAK YANG MENGALAMI STUNTING?

Sahabat tahu tidak kalau ternyata stunting bukan hanya soal tubuh yang pendek? tetapi anak stunting memiliki risiko empat kali lebih mudah untuk meninggal, dan IQ-nya turun 11 poin di bawah anak normal loh

Penting bagi Sahabat untuk dapat mengetahui ciri-ciri anak yang mengalami stunting sehingga dapat ditangani sedini mungkin.

Yuk kita pahami apa saja ciri-cirinya...

- 1) Anak berbadan lebih pendek untuk anak seusianya
- 2) Proporsi tubuh cenderung normal tetapi anak tampak lebih muda/kecil untuk usianya
- 3) Berat badan rendah untuk anak seusianya
- 4) Pertumbuhan tulang tertunda
- 5) Pertumbuhan gigi terlambat
- 6) Gangguan kekebalan

Tidak hanya menghambat proses tumbuh kembang fisik anak, tetapi stunting juga menghambat perkembangan otak anak yang akan bersifat menetap dan sangat mempengaruhi kemampuan kognitif yang sulit dipulihkan.

Anak dengan stunting juga mengalami penurunan tingkat kecerdasan, gangguan berbicara, dan kesulitan dalam belajar, prestasi di sekolah, produktivitas dan kreativitas di usia-usia produktif.

Selain ciri-ciri tersebut, beberapa tanda berikut juga patut Sahabat perhatikan dalam keseharian anak, diantaranya :

- 1) Apatis dan kurang gerak.
- 2) Seringkali anak terlihat tidak fokus, bengong, masabodo (cuek) dengan sekitar, memberikan respon yang sangat sedikit bila kita berikan stimulus (rangsangan). Anak juga lebih banyak berdiam diri, tidak seperti anak sesusianya yang banyak bergerak atau bermain.
- 3) Kekurangan minat dalam belajar.
- 4) Secara umum, anak akan senang melakukan sesuatu karena didorong rasa ingin taunya. Namun bagi anak dengan stunting, hal ini nyaris tidak terlihat. Hal ini dikarenakan karena dorongan atau energi yang kurang.
- 5) Gangguan memori, kemampuan belajar, sulit berkonsentrasi, dan keterlambatan dalam berkomunikasi.
- 6) Kemampuan akademis rendah.
- 7) Mengalami kecemasan depresi, kurang percaya diri, ataupun hiperaktif.

a. Depresi

Anak dengan stunting seringkali mengalami kecemasan atau depresi. Depresi adalah gangguan suasana hati (mood) yang ditandai dengan perasaan sedih yang mendalam dan

rasa tidak peduli. Ciri-ciri psikologi pada depresi seperti mengalami kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan, emosional yang tidak stabil, merasa putus asa atau frustrasi.

Depresi yang dibiarkan berlanjut dan tidak mendapatkan penanganan bisa menyebabkan terjadinya penurunan produktivitas kerja, gangguan hubungan sosial, hingga munculnya keinginan untuk bunuh diri.

b. Kurang percaya diri.

Pada stunting, anak akan merasa kurang percaya diri. Kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-mbandingkan dirinya dengan orang lain.

c. Hiperaktif

Anak dengan stunting terkadang juga hiperaktif. Hiperaktivitas merupakan suatu kondisi di mana seseorang menjadi lebih aktif dari biasanya. Kondisi ini dapat ditandai dengan adanya peningkatan gerakan, perilaku agresif, perilaku impulsif, dan mudah terusik. Orang dengan hiperaktivitas umumnya dapat mengalami masalah lainnya akibat dari kesulitan yang dialami untuk duduk dengan tenang dan berkonsentrasi. Sehingga dapat menyebabkan kesulitan dalam beraktivitas di sekolah atau tempat kerja, dan juga dapat memengaruhi hubungan dengan keluarga dan teman.

Lalu apakah stunting itu berbahaya??

Tentu, ternyata stunting sangat berbahaya loh tidak hanya bagi tumbuh kembang seorang anak, namun juga dapat mengancam masa depan bangsa Indonesia.

Apabila tidak segera ditangani, stunting dapat menjadi efek domino yang akan berdampak tidak

hanya pada sektor kesehatan, namun juga ke segala sektor lainnya.

Sebagaimana yang telah disebutkan sebelumnya, anak yang mengalami stunting kemampuan akademis dan kesehatannya akan terhambat, hal ini tentu akan menurunkan produktivitas dan akan berdampak langsung pada penurunan kualitas Sumber Daya Manusia di kemudian hari, yang tentunya akan mengancam perekonomian negara.

Tidak terbayang bukan apabila jumlah anak yang mengalami stunting semakin bertambah???

BAGAIMANA CARA MENCEGAH DAN MENANGANINYA?

Tahukah Sahabat bahwa untuk mencegah stunting tidak bisa dilakukan sendirian atau hanya oleh sektor kesehatan saja?

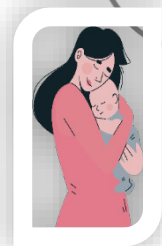
Tentu dibutuhkan kolaborasi aktif dari masyarakat, seluruh sektor baik pemerintah pusat dan pemerintah daerah, serta lembaga lainnya.

Penanganan stunting dilakukan melalui Intervensi Spesifik dan Intervensi Sensitif pada sasaran 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).

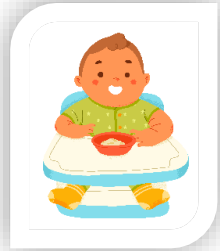
Intervensi Spesifik adalah kegiatan atau tindakan yang ditujukan khusus untuk kelompok sasaran 1000 HPK, misal ibu hamil, ibu menyusui, dan baduta.

Adapun upaya perbaikan yang dilakukan dalam intervensi spesifik meliputi :

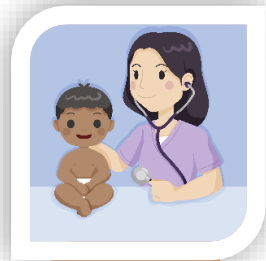
- 1) Memenuhi kebutuhan nutrisi pada makanan ibu selama masa hamil dan menyusui, terutama kandungan zat besi, asam folat, yodium, untuk mencegah terjadinya kekurangan energi, protein kronis, anemia, dsb.
- 2) Mendorong upaya Inisiasi Menyusui Dini dan ASI Eksklusif untuk bayi usia 0-6 bulan.



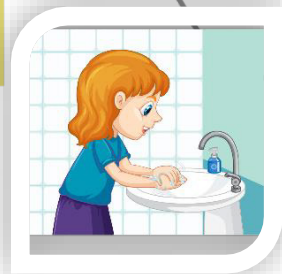
- 3) Mendorong penerusan pemberian ASI untuk anak usia 6—24 bulan disertai dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang bergizi untuk memenuhi kebutuhan gizi anak.



- 4) Secara rutin melakukan pengukuran tumbuh kembang anak dan imunisasi lengkap di Posyandu ataupun Puskesmas. Hal ini sangat penting supaya kesehatan anak dapat terpantau sedini mungkin.

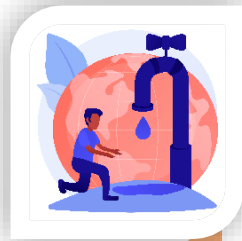


- 5) Biasakan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dalam kehidupan sehari-hari. Terutama sebelum



menyiapkan makanan, setelah buang air besar atau buang air kecil, meminum air yang terjamin kebersihannya, dan mencuci peralatan makan dengan sabun cuci piring serta tidak buang air besar sembarangan.

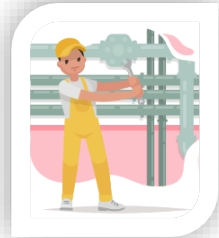
- 6) Meningkatkan kualitas sanitasi dan air bersih. Guna mencegah terjadinya penularan penyakit infeksi.



***Intervensi Sensitif** adalah berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan, dengan sasaran umum, misal remaja.*

Adapun upaya perbaikan yang dilakukan dalam intervensi sensitif meliputi :

- 1) Menyediakan dan memastikan sarana air bersih dan sanitasi dapat diakses oleh seluruh masyarakat.



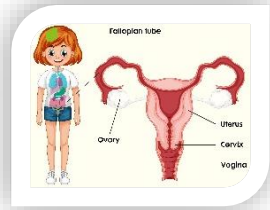
- 2) Menyediakan Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) dan Jaminan Persalinan (Jampersal).



- 3) Menyediakan akses kepada layanan kesehatan dan Keluarga Berencana (KB).
- 4) Memberikan pendidikan pengasuhan pada orang tua melalui Bina Keluarga Balita.
- 5) Memberikan pendidikan anak usia dini.



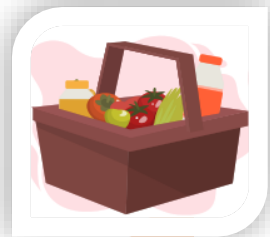
6) Memberikan edukasi terkait kesehatan seksual, kesehatan reproduksi, dan gizi pada remaja, serta Pendewasaan Usia Pernikahan.



7) Melakukan fortifikasi bahan pangan.

8) Meningkatkan ketahanan pangan dan gizi.

9) Meningkatkan pendapatan keluarga.



APA SAJA YANG PERLU DIPERHATIKAN SELAMA PERIODE EMAS (*GOLDEN PERIOD*)?

Setelah berbagai macam pembahasan yang sudah dijelaskan sebelumnya terkait stunting, dapat disimpulkan bahwa periode 1000 Hari Pertama Kehidupan menjadi periode emas yang sangat penting untuk Sahabat perhatikan dan persiapkan dengan matang, mengapa demikian?

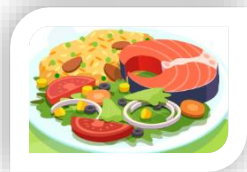
Karena pada periode ini terjadi pertumbuhan fungsi otak yang sangat amat pesat yang dapat mendukung seluruh proses pertumbuhan anak dengan sempurna. Untuk itu pemenuhan gizi dan pola asuh yang tepat selama periode ini sangat penting untuk Sahabat persiapkan karena apabila terjadi kelalaian pada periode emas ini tidak dapat diperbaiki lagi di masa kehidupan anak selanjutnya.

Adapun masa kritis yang perlu Sahabat perhatikan selama periode emas adalah sebagai berikut :

1) **Periode dalam kandungan (280 hari)**

Ibu hamil merupakan kelompok yang rawan gizi, untuk itu pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan sangatlah penting agar ibu hamil dapat mempertahankan status gizi yang optimal sehingga dapat melewati masa kehamilan dan melahirkan bayi dengan sehat dan aman .

Ibu hamil dengan status gizi yang kurang tentu akan menghambat proses pertumbuhan janin. Apabila tidak segera ditangani dengan benar maka dapat meningkatkan risiko



keguguran, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan bayi, bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR), bayi pendek (stunting) dan meningkatkan risiko obesitas ataupun penyakit degeneratif lainnya saat ia dewasa kelak.

Selama masa kehamilan dan menyusui, ibu harus memenuhi jumlah asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk 2 orang yaitu untuk janin/bayi dan untuk kesehatan sang ibu. Selama masa ini sumber asupan utama janin/bayi hanya berasal dari persediaan energi yang ada di dalam tubuh ibunya, untuk itu ibu harus memiliki status gizi yang baik sebelum masa kehamilan dan harus terus berjuang menjaga asupan nutrisinya sampai dengan bayi berumur 6 bulan dan sudah bisa mendapatkan asupan nutrisi tambahan lainnya.

Idealnya berat badan bayi saat dilahirkan tidak kurang dari 2.500 gram dan panjang badan bayi tidak kurang dari 48 cm, dan pertumbuhan ini harus terus dipantau sampai berumur 2 tahun.

Pada kenyataannya di Indonesia masih banyak ibu hamil dengan status gizi kurang seperti anemia. Berdasarkan data Riskesdas, prevalensi anemia

pada ibu hamil di Indonesia meningkat dari 37,1% tahun 2013 menjadi 48,9% tahun 2018. Hal ini tentu menjadi faktor pemicu terjadinya masalah kesehatan lainnya di kemudian hari.

2) Periode 0—6 bulan (180 hari)

Selama periode ini ada 2 (dua) hal penting yang harus diperhatikan oleh Sahabat dan para calon orang tua lainnya, yaitu Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan pemberian ASI secara eksklusif.

Sebelumnya apakah Sahabat sudah tahu apa yang dimaksud dengan IMD?

IMD (Inisiasi Menyusui Dini) adalah memberikan ASI segera setelah bayi dilahirkan, biasanya dalam waktu 30 menit hingga 1 jam setelah dilahirkan, dengan memposisikan bayi di atas perut sang ibu sehingga terjadi interaksi dari kulit ke kulit (skin to skin) dan membiarkan bayi secara alami mencari sendiri sumber air susu ibunya.

IMD sangatlah penting karena bayi akan mendapatkan kolostrum (air susu pertama) yang berwarna kuning yang sangat bermanfaat untuk kekebalan tubuh bayi.

Tahap selanjutnya adalah pemberian ASI eksklusif setelah bayi lahir hingga berumur 6 bulan tanpa memberikan makanan atau minuman lain selain air susu ibu.

Selama masa ini sangat dibutuhkan dukungan dari suami dan lingkungan sekitar, karena biasanya banyak faktor yang akan menghambat proses ASI eksklusif ini diantaranya kurangnya pengetahuan, rendahnya pendidikan laktasi, kondisi kesehatan ibu dan bayi, serta faktor sosial ekonomi lainnya.

Penting Sahabat ketahui bahwa ASI eksklusif memiliki banyak manfaat untuk bayi seperti menurunkan risiko infeksi saluran cerna, alergi, leukemia, obesitas, dan penyakit degeneratif lainnya. Selain itu, ASI juga dapat mempercepat pengembalian status gizi ibu, menurunkan risiko obesitas, hipertensi dan kanker payudara.

3) Periode 6—24 bulan (540 hari)

Pada periode ini anak sudah mulai diperbolehkan untuk mendapatkan makanan pendamping ASI



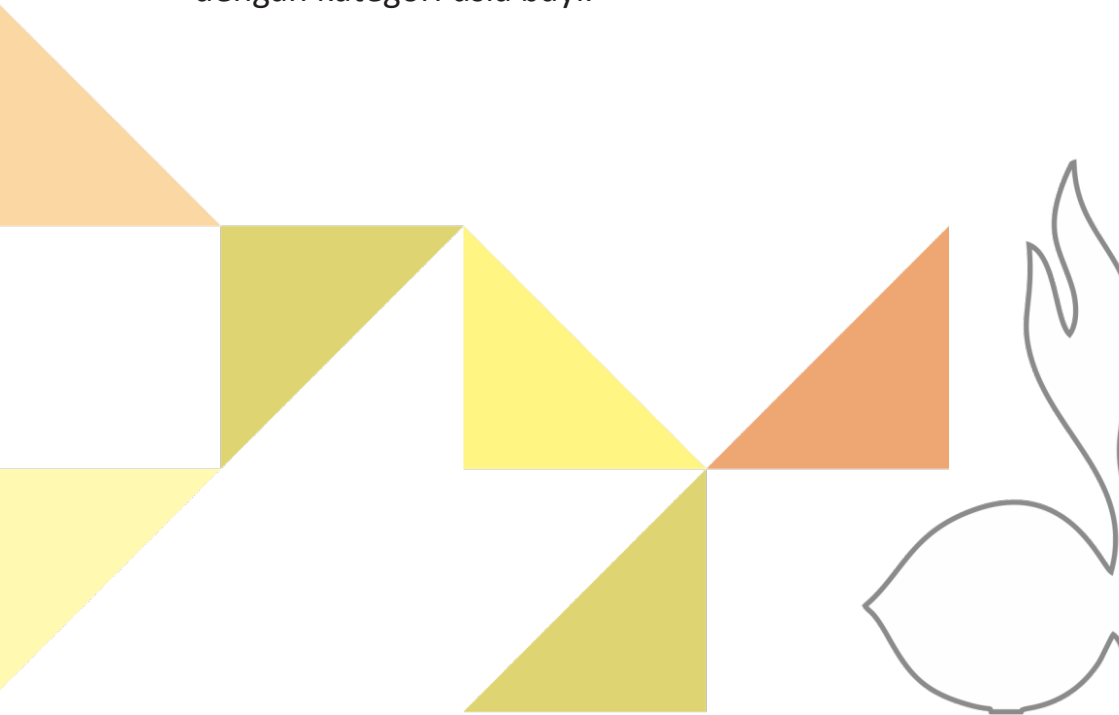
(MP-ASI), karena di usianya yang sekarang kandungan nutrisi pada ASI sudah tidak mencukupi kebutuhan nutrisi hariannya. Tetapi perlu sahabat ingat, ASI

tetap harus lanjut diberikan sampai usia anak 2 tahun ya.

Pentingnya pengetahuan tentang pola asuh dalam pemberian MP-ASI ini harus Sahabat persiapkan juga loh dengan matang, jangan sampai terlalu dini atau terlambat dalam memberikan MP-ASI, karena akan menyebabkan gangguan pencernaan dan tumbuh kembang buah hati.

Pada usia 6 bulan, bayi mulai diperkenalkan mengenai makanan yang bertekstur lumat, lembik dan secara bertahap wajib dinaikan teksturnya hingga saat bayi berusia 1 tahun dia sudah bisa beralih ke makanan keluarga.

Selain peningkatan tekstur, tentunya Sahabat juga harus memperhatikan nutrisi yang ada pada makanan tersebut, mulai dari sayuran, buah, lauk pauk sumber protein hewani dan nabati, serta secara bertahap menambah jumlah porsi sesuai dengan kategori usia bayi.



Merencanakan Keluarga

PERLUKAH KITA MERENCANAKAN KEHIDUPAN BERKELUARGA?

Nah, setelah Sahabat memahami terkait faktor-faktor penyebab stunting, berbagai macam dampak, cara pencegahan dan 1000 Hari Pertama Kehidupan atau periode emas.

Coba Sahabat renungkan, sebenarnya perlukah kita merencanakan kehidupan berkeluarga?

Berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilakukan oleh BPS tahun 2017, menunjukkan bahwa 40,37% anak perempuan di Indonesia mengalami kehamilan pertama di usia 16 tahun.

Selain itu, hasil kajian Perkawinan Usia Anak di Indonesia menjelaskan bahwa bayi yang dilahirkan oleh perempuan yang berusia di bawah 20 tahun memiliki risiko kematian 2 kali lipat sebelum bayi

tersebut mencapai usia 1 tahun, dibandingkan dengan bayi yang dilahirkan oleh ibu yang berusia di atas 20 tahun.

Pernikahan pada usia anak menjadi faktor pemicu terjadinya kehamilan dan melahirkan yang menyebabkan tingginya Angka Kematian Ibu, kematian bayi, bayi lahir prematur dan stunting.

Hamil di usia muda juga meningkatkan risiko terjadinya pendarahan, keguguran, hamil anggur bahkan memberikan pola asuh yang salah pada anak karena terbatasnya pengetahuan serta belum siapnya fungsi alat reproduksi, dan masih labilnya emosional ibu.

Tidak hanya itu, pernikahan dini yang belum memiliki kesiapan secara fisik, mental, ataupun sosial ekonomi, juga akan memicu tingginya angka perceraian pasangan usia muda. Masih labilnya kondisi emosional dan kurangnya pengetahuan terkait kehidupan rumah tangga dapat memicu terjadinya keributan yang berujung pada perceraian.

Mengingat banyaknya dampak negatif yang dapat timbul akibat kurangnya perencanaan dalam kehidupan berkeluarga, maka Sahabat perlu memahami konsep dari Pendewasaan Usia Perkawinan yang dikembangkan oleh BKKBN.

***Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP)
adalah upaya untuk meningkatkan usia
perkawinan hingga mencapai usia minimal
saat perkawinan yaitu 21 tahun bagi
wanita dan 25 tahun bagi pria.***

Tidak hanya itu, bagi Sahabat yang sudah terlanjur menikah sebelum usia tersebut, sebaiknya tetap diusahakan agar kehamilan pertama terjadi pada usia yang cukup dewasa, sehingga dapat meminimalisir terjadinya kematian ibu melahirkan ataupun kematian bayi.

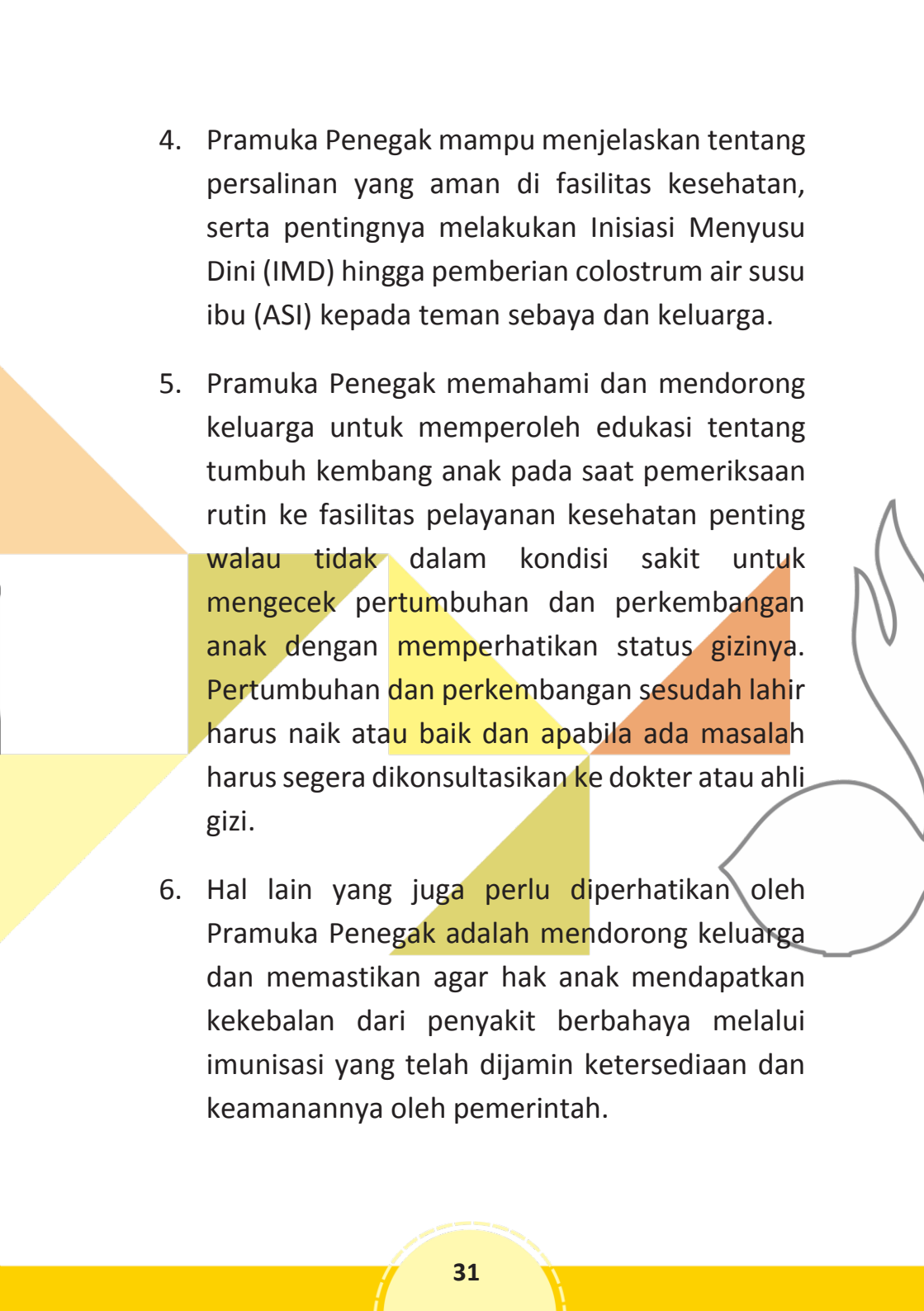
***Sahabat, yuk bersama kita dukung
penanganan stunting dan wujudkan
Indonesia bebas stunting.***

***Rencanakan masa depanmu, kalau
bukan kita yang peduli, siapa lagi?***

Pramuka Peduli Stunting

YANG PERLU DIPERHATIKAN OLEH PRAMUKA PENEGAK

1. Pramuka Penegak memahami dan mampu menjelaskan pengertian, penyebab dan dampak Stunting kepada teman sebaya dan lingkungan keluarga.
2. Pramuka Penegak memahami dan mampu menjelaskan aspek perilaku, terutama pada pola asuh yang kurang baik dalam praktek pemberian makan bagi bayi dan balita kepada teman sebaya dan lingkungan keluarga.
3. Pramuka Penegak memahami dan mampu menjelaskan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja dengan penekanan pada penyiapan kehidupan berkeluarga (siap nikah).

- 
4. Pramuka Penegak mampu menjelaskan tentang persalinan yang aman di fasilitas kesehatan, serta pentingnya melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) hingga pemberian colostrum air susu ibu (ASI) kepada teman sebaya dan keluarga.
 5. Pramuka Penegak memahami dan mendorong keluarga untuk memperoleh edukasi tentang tumbuh kembang anak pada saat pemeriksaan rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan penting walau tidak dalam kondisi sakit untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan anak dengan memperhatikan status gizinya. Pertumbuhan dan perkembangan sesudah lahir harus naik atau baik dan apabila ada masalah harus segera dikonsultasikan ke dokter atau ahli gizi.
 6. Hal lain yang juga perlu diperhatikan oleh Pramuka Penegak adalah mendorong keluarga dan memastikan agar hak anak mendapatkan kekebalan dari penyakit berbahaya melalui imunisasi yang telah dijamin ketersediaan dan keamanannya oleh pemerintah.

7. Setiap Pramuka Penegak memahami dan menyampaikan bahwa tatalaksana penanganan kasus stunting dititikberatkan pada pencegahannya bukan lagi proses pengobatan. Mendorong orang tua berperan untuk mengontrol tumbuh kembang anaknya masing-masing. Sampaikan kepada orangtua, bahwa upaya pencegahan lebih baik dilakukan semenjak dini demi masa depan sang buah hati sebagai generasi penerus bangsa yang berhak tumbuh dan berkembang dengan sehat dan optimal.

PANDUAN

PRAMUKA PENEGAK SAKA KENCANA



TRI SATYA PRAMUKA

Demi kehormatanku, aku berjanji akan bersungguh-sungguh:

1. Menjalankan kewajibanku terhadap Tuhan Yang Maha Esa, negara kesatuan Republik Indonesia, dan Mengamalkan Pancasila,
2. Menolong sesama hidup dan ikut serta membangun masyarakat, dan
3. Menepati Dasa Dharma Pramuka.

DASA DARMA

Pramuka itu:

1. Taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa,
2. Cinta alam dan kasih sayang sesama manusia,
3. Patriot yang sopan dan ksatria,
4. Patuh dan suka bermusyawarah,
5. Rela menolong dan tabah,
6. Rajin, trampil, dan gembira,
7. Hemat, cermat, dan bersahaja,
8. Disiplin, berani, dan setia,
9. Bertanggung jawab dan dapat dipercaya,
10. Suci dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan.

TRI BINA

1. Bina Diri
2. Bina Satuan
3. Bina Masyarakat.

Pramuka dituntut untuk meningkatkan terus kemampuan diri, berlatih kemudian menularkannya kepada adik-adik pramuka di bawah kita sehingga ilmu kita terjaga serta dapat berkontribusi kepada masyarakat.

PRAMUKA PENEGAK

Pramuka Penegak berusia antara 16-20 tahun dalam sistem pembinaannya lebih banyak diperankan kepada peserta didik (75%) sedangkan peran yang diberikan Pembina lebih sedikit (25%), sehingga pembinaan Pramuka Golongan Penegak lebih banyak mengutamakan pemberdayaan Peserta Didik (subyek).

(SK. Kwarnas No. 080 tahun 1988 tentang Pola dan Mekanisme Pembinaan Pramuka Penegak dan Pandega).

Penegak dianggap sudah berani meluaskan sayapnya sendiri, membuka lingkaran dunianya lebar-lebar serta mandiri. Maka bentuk upacara pembukaan dan penutupan latihan Penegak ialah berupa barisan yang terbuka dari semua sudut, yakni bersaf satu lurus dimana pemimpin-pemimpin ambalannya berada di sebelah kanan.

Satuan terkecil Pramuka Penegak disebut Sangga yang idealnya terdiri dari 6 sampai 8 orang Penegak. Sangga dipimpin salah seorang Pimpinan Sangga (Pinsa). Setiap 5 Sangga dihimpun dalam sebuah Ambalan. Ambalan dipimpin oleh seorang ketua yang disebut Pradana, seorang sekretaris yang disebut Kerani, seorang bendahara yang disebut Hartaka atau Juru Uang, dan seorang Pemangku Adat. Setiap Ambalan mempunyai nama yang bermacam-macam, bisa nama pahlawan, tokoh pewayangan dan lain sebagainya yang disesuaikan dengan karakter ambalan tersebut.

KEGIATAN PRAMUKA PENEGAK

1. Pelantikan penegak
 - a. Pelantikan pindah golongan

- b. Pelantikan TKU (Bantara, Laksana, Garuda)
- c. dsb.

2. Pelatihan & pengembangan

- a. Gladian Pimpinan Sangga (DIANPINSANG)
- b. Gladian Pimpinan Satuan (DIANPINSAT)
- c. Latihan Pengembangan Kepemimpinan (LPK)
- d. Kursus Instruktur Muda (KIM)
- e. dsb.

3. Pertemuan

- a. MUSPPANITRA (Musyawarah Pramuka Penegak dan Pandega Putri Putra)
- b. Sidang Paripurna
- c. Raimuna (Rover Moot)
- d. Peran Saka
- e. Jamboree On The Air (JOTA) dan Jamboree On The Internet (JOTI)
- f. dsb.

4. Kegiatan bakti

- a. Perkemahan Wirakarya
- b. Perkemahan Bakti (sama dengan Perkemahan Wirakarya tetapi merupakan acara Satuan Karya), dsb.

WADAH PEMBINAAN PENEGAK

Pramuka Penegak tidak hanya belajar dan berlatih di sekolah yang menjadi pangkalan atau di gugus depan saja, tetapi ada beberapa wadah pembinaan yang bisa dijadikan tempat belajar dan berlatih guna menambah wawasan yang lebih luas, diantaranya:

1. Dewan Kerja
2. Satuan Karya (SAKA)
3. Satuan Komunitas (SAKO)
4. Satuan Tugas Pramuka Peduli / Scout Rescue
5. Satuan Kegiatan Protokol

SATUAN KARYA PRAMUKA

Satuan Karya Pramuka yang disingkat SAKA merupakan bagian integral dari Kwartir di masing-masing tingkatan. Sebagai wadah pendidikan guna menyalurkan minat, mengembangkan bakat, meningkatkan pengetahuan, kemampuan, ketrampilan dan pengalaman para Pramuka dalam berbagai bidang kejuruan serta memotivasi mereka

untuk melaksanakan kegiatan nyata dan produktif sehingga dapat memberi bekal bagi kehidupannya dan pengabdianya pada masyarakat, bangsa dan negara sesuai aspirasi pemuda Indonesia dan tuntutan perkembangan pembangunan dalam rangka peningkatan ketahanan Nasional.

Satuan Karya diperuntukkan bagi para Pramuka Penegak dan Pramuka Pandega atau para pemuda usia antara 16-25 tahun dengan syarat khusus. Setiap Satuan Karya memiliki beberapa krida, yang masing-masing mengkhususkan pada subbidang ilmu tertentu. Setiap Krida memiliki Syarat Kecakapan Khusus untuk memperoleh Tanda Kecakapan Khusus yang dapat diperoleh Pramuka yang bergabung dengan Krida tertentu di Saka tersebut.

Satuan Karya Pramuka juga memiliki kegiatan khusus yang disebut Perkemahan Bakti Satuan Karya Pramuka disingkat Pertisaka yang dilaksanakan oleh tiap-tiap saka, sedangkan kegiatan yang dilaksanakan secara bersama-sama lebih dari satu saka yang disebut Perkemahan Antar

Satuan Karya Pramuka disingkat Peransaka. Kegiatan Peransaka antara lain melakukan transfer bidang keilmuan masing-masing Satuan Karya.

SATUAN KARYA

1. Saka Bahari untuk bidang Kebaharian
2. Saka Bakti Husada untuk bidang Kesehatan
3. Saka Bhayangkara untuk bidang
Kebhayangkaraan
4. Saka Dirgantara untuk bidang Kedirgantaraan
5. Saka Kencana untuk bidang Kependudukan dan
Keluarga Berencana
6. Saka Taruna Bumi untuk bidang Pertanian
7. Saka Wanabakti untuk bidang Kehutanan
8. Saka Wirakartika untuk bidang Matra Darat
9. Saka Kalpataru untuk bidang Lingkungan
10. Saka Widya Budaya Bakti untuk bidang
Kebudayaan, Pendidikan Usia Dini
11. Saka Pariwisata untuk bidang Kepariwisata

KRIDA-KRIDA DALAM SAKA KELUARGA BERENCANA

1. Krida Kependudukan
2. Krida Kesehatan Reproduksi
3. Krida Ketahanan dan Keluarga Sejahtera
4. Krida Generasi Berencana
5. Krida Promosi dan KIE

SYARAT KECAKAPAN KHUSUS (SKK) PRAMUKA PENEGAK DI SAKA KENCANA

SKK Krida Kependudukan

1. Dapat menjelaskan tentang penduduk dan kependudukan kepada teman sebaya dan lingkungannya.
2. Dapat menjelaskan tentang dampak kependudukan yang terjadi di Indonesia.
3. Dapat menjelaskan tentang struktur, komposisi penduduk dan sumber data kependudukan.

4. Telah membantu petugas melakukan pendataan penduduk sedikitnya 2 kali.
5. Telah membantu sedikitnya 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang memperoleh TKK Pendidikan Kependudukan.

SKK Krida Kesehatan Reproduksi

1. Menjelaskan perbedaan antara organ reproduksi laki-laki dan perempuan menggunakan alat peraga kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
2. Menjelaskan cara menjaga kebersihan organ reproduksi kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
3. Menceritakan proses terjadinya kehamilan kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
4. Menjelaskan cara menghindari kekerasan seksual kepada teman sebayanya di

daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).

5. Menjelaskan tentang Infeksi Menular Seksual (IMS) kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
6. Menjelaskan tentang akibat melakukan hubungan seks sebelum menikah.
7. Mengerti tentang 4 Terlalu (terlalu muda, terlalu tua, terlalu sering dan terlalu dekat jarak melahirkan).
8. Membantu minimal 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang dalam memperoleh TKK Kesehatan Reproduksi.

SKK Krida Ketahanan dan Kesejahteraan Keluarga

A. SKK Ketahanan Keluarga

1. Dapat menjelaskan tentang delapan fungsi keluarga kepada teman sebaya dan lingkungannya.

2. Dapat membimbing adik dan teman-teman sebaya untuk mempelajari budaya setempat.
3. Dapat menunjukkan tempat kelompok BKB (Bina Keluarga Balita), BKR (Bina Keluarga Remaja), dan BKL (Bina Keluarga Lansia).
4. Dapat memberikan contoh atas pelaksanaan SKK butir 3a – 3c.
5. Telah membantu sedikitnya 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang memperoleh TKK Ketahanan Keluarga.

B. SKK Kesejahteraan Keluarga

1. Memiliki buku tabungan dan dapat menjelaskan cara dan manfaat menabung kepada teman sebaya.
2. Dapat menjelaskan tahapan dan indikator keluarga sejahtera dan pra sejahtera kepada lingkungan sendiri atau teman sebaya.
3. Mengenal pengelolaan keuangan keluarga.
4. Telah membantu petugas mengelola kelompok UPPKS.
5. Telah membantu sedikitnya 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang

memperoleh TKK Pemberdayaan Ekonomi Keluarga.

SKK Krida Generasi Berencana

A. SKK Pendewasaan Usia Perkawinan

1. Menyebutkan usia ideal untuk menikah pada perempuan kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
2. Menyebutkan usia ideal untuk menikah pada laki-laki kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
3. Menjelaskan definisi PUP kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
4. Menjelaskan tujuan PUP kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
5. Menjelaskan akibat dari pernikahan dari pernikahan usia dini bagi remaja ditinjau dari aspek ekonomi dan sosial, kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).

6. Menjelaskan akibat dari pernikahan dari pernikahan usia dini bagi remaja ditinjau dari aspek pendidikan, kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
7. Membantu minimal 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang dalam memperoleh TKK PUP.

B. SKK Seksualitas

1. Menjelaskan organ reproduksi laki-laki kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
2. Menjelaskan organ reproduksi perempuan kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
3. Menjelaskan cara melindungi organ reproduksinya kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
4. Menceritakan tentang bahaya seks pranikah kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).

5. Menjelaskan perubahan fisik dan psikis pada masa remaja kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).

C. SKK Napza

1. Menjelaskan kepanjangan dari Napza kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
2. Menyebutkan 3 (tiga) jenis Napza kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
3. Menjelaskan kenapa Napza disalahgunakan kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
4. Menjelaskan penggolongan pemakai Napza kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
5. Menyebutkan tahap ketergantungan Napza kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
6. Menjelaskan gejala ketergantungan Napza kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).

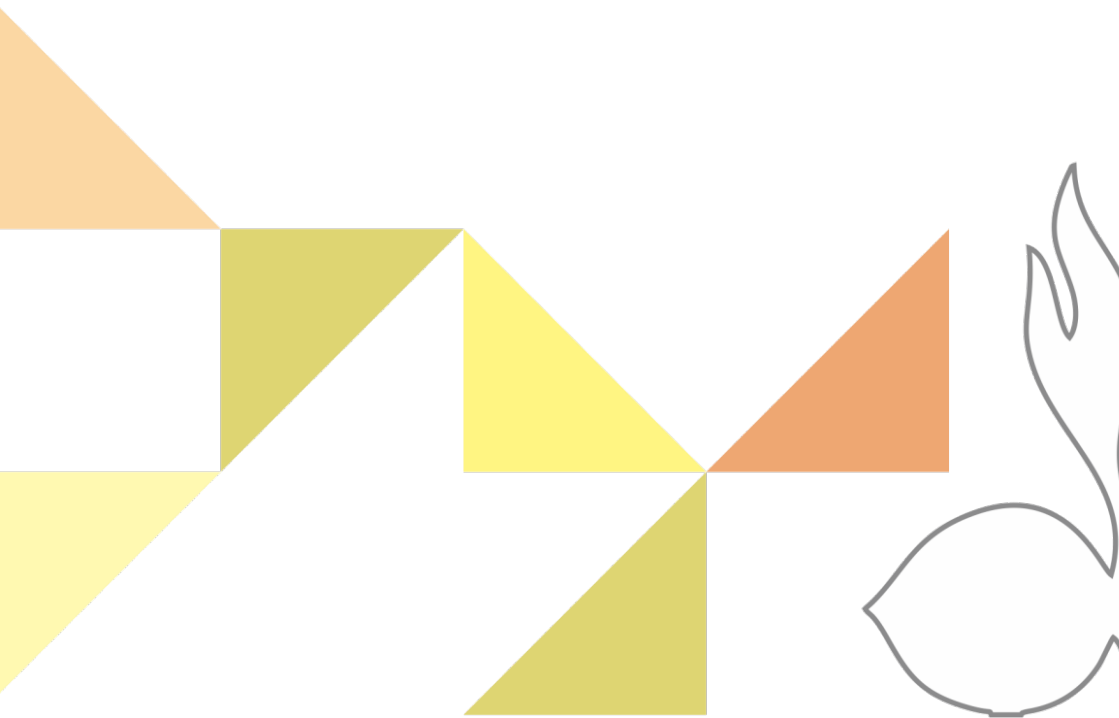
7. Membantu minimal 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang dalam memperoleh TKK Menghindari Penyalahgunaan Napza.

D. SKK Life Skills

1. Menjelaskan tentang pengertian life skills kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
2. Menjelaskan 6 (enam) jenis life skills kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
3. Menjelaskan manfaat dari life skills kepada teman sebayanya di daerahnya (sekolah, tempat tinggal, tempat bermain).
4. Menjelaskan kecakapan hidup kejuruan (vocational) dalam rangka meningkatkan sumber pendapatan.
5. Membantu minimal 2 orang Pramuka Siaga dan 2 orang Pramuka Penggalang dalam memperoleh TKK Life Skills.

SKK Krida Promosi dan KIE

1. Dapat memperagakan minimal tiga salam dari program KKBPK.
2. Dapat menjelaskan makna minimal tiga salam dari program KKBPK.
3. Dapat mengajak teman sebaya minimal empat orang untuk memperagakan salam dari program KKBPK.
4. Dapat mengunggah kegiatan saka kencana ke dalam Media Sosial.
5. Mampu membuat alat-alat bantu KIE seperti poster, leaflet, selebaran dengan bahan seadanya.
6. Dapat membantu kegiatan pendataan keluarga
7. Mengetahui jenis media lini atas dan media lini bawah masing-masing.
8. Dapat menjelaskan apa itu KIE Individu dan KIE kelompok.





Sekilas tentang penulis

Dr. Hernalom Gultom, MM

Dilahirkan pada 4 Desember 1960 di kota Tarutung Sumatera Utara. Menamatkan pendidikan SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi sampai program S2 (Magister Manajemen) di Jakarta dan mengenyam pendidikan Konselor Kesehatan Reproduksi di Bangkok Thailand. Mengawali karier di BKKBN kemudian menjadi pegawai Pemprov DKI Jakarta sampai pensiun. Pernah terlibat dalam berbagai kegiatan seperti menjadi Fasilitator/Narasumber Kesehatan Reproduksi Remaja di BKKBN, Tim Fasilitator KtA di Kemenkes, Narasumber KtP di KPP PA, Pengurus (Ketua Divisi Pelayanan) P2TP2A Jakarta dan Pengurus Dewan Pusat (Ketua II) Ikatan Penyuluh Keluarga Berencana (IPEKB). Meskipun sejak SD telah menggrandrungi kegiatan kepramukaan, namun yang paling berkesan adalah ketika menjadi anggota Gudep 001/Persiapan Putri (sebrang 001/140 Salatiga) dan melaksanakan tugas2 Pinsaka Kencana DKI Jakarta. Saat ini mendarmabaktikan diri sebagai Ketua Harian Pimpinan Saka Kencana Tk Nasional dan Konsultan Ahli Kedeputan KSPK BKKBN dan Pengurus TP PKK DKI Jakarta disamping kegiatan sosial kemasyarakatan lainnya.

ISBN 978-602-1564-83-7

