



Intelligentia - Dignitas

PASTI : PROANAK

Fitria Budi Utami -- Prof. Dr. Sri Martini Mailanie, M.Pd. -- Prof. dr. Fasli Jalal, Sp. GK..Ph.D.



Parenting Atasi Stunting melalui Teknologi Interaktif : Panduan Ringkas
Orang Tua, Akademisi dan Kader



PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa sehingga Buku Panduan Praktis PASTI (Parenting Atasi Stunting Melalui Teknologi Interaktif) ini dapat disusun sebagai dukungan bagi orang tua, guru PAUD, dan kader dalam memperkuat pengasuhan yang sehat, responsif, dan sesuai perkembangan anak usia dini. Panduan ini dirancang agar mudah digunakan oleh keluarga di rumah, dengan pendekatan sederhana, visual, dan langsung dapat dipraktikkan. Model PASTI mengintegrasikan pemanfaatan teknologi digital yang sederhana, budaya lokal, edukasi kesehatan dan gizi, serta pola pengasuhan responsif sehingga setiap keluarga dapat memahami cara-cara yang sehat dan menyenangkan dalam mencegah risiko stunting sejak dini.

Buku panduan ini berfungsi sebagai produk pendukung Model PASTI yang memberikan panduan konseptual dan operasional bagi fasilitator, guru PAUD, dan kader Posyandu dalam mendampingi keluarga. Sementara itu, proses pembelajaran dan intervensi utama kepada orang tua sebagai subjek pembelajaran dilaksanakan melalui modul literasi kesehatan dan modul literasi gizi yang disusun secara terstruktur dan aplikatif. Harapan kami, buku ini dapat membantu orang tua membangun kebiasaan sehat di rumah, meningkatkan literasi keluarga, serta menciptakan hubungan pengasuhan yang hangat dan penuh empati. Semoga buku panduan ini bermanfaat bagi keluarga Indonesia. Selamat menggunakan dan selamat berproses bersama PASTI.

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

PRAKATA

hal 1



DAFTAR ISI

hal 2



APA ITU MODEL PASTI?

hal 3



MENGAPA PENGASUHAN BERBASIS TECHNOPELAGOGIC PENTING?

hal 5



CARA KERJA MODEL PASTI

hal 6



LIMA LANGKAH PASTI

hal 7



KOMPONEN PROGRAM PASTI

hal 12



CARA MENGGUNAKAN PANDUAN PASTI BERDASARKAN PERAN PENGGUNA

hal 13



PERAN ORANG TUA DALAM MODEL PASTI

hal 17



PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 1

hal 21



PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 2

hal 24



PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 3 (MODUL PENDAMPING)

hal 28



KOMIK EDUKASI GIZI

hal 31



VIDEO EDUKASI

hal 34



PLATFORM DIGITAL BUDAYA SEHAT

hal 37



EVALUASI SEDERHANA DI RUMAH

hal 40



AKSES BAHAN BELAJAR PROGRAM PASTI

hal 42



REFLESKI AKHIR PROGRAM PASTI

hal 46



GLOSSARY

hal 48



REFERENSI

hal 49



PROFIL PENULIS

hal 50



APA ITU MODEL PASTI?

Model pengasuhan keluarga berbasis techno pedagogic

yang meningkatkan literasi kesehatan dan gizi orang tua,

melalui pemanfaatan teknologi digital secara sehat dan terarah,

untuk mendorong praktik pengasuhan yang responsif dan reflektif,

dan mencegah risiko stunting melalui rutinitas harian keluarga.



PASTI MENGINTEGRASIKAN



MENGAPA PENGASUHAN BERBASIS TECHNOPELAGOGIC PENTING?

Keluarga masa kini hidup dalam ekosistem digital yang memengaruhi cara orang tua memperoleh informasi dan cara anak belajar melalui peniruan serta interaksi sehari-hari. Informasi kesehatan dan gizi yang tersedia secara digital dapat menjadi sumber pembelajaran yang bermanfaat, namun juga berpotensi menimbulkan kebingungan apabila tidak diseleksi dan dimaknai secara tepat.

Pendekatan technopedagogic membantu orang tua untuk:

- a. memanfaatkan teknologi digital secara sehat, terarah, dan edukatif dalam pengasuhan keluarga;
- b. meningkatkan literasi kesehatan dan gizi, sehingga mampu mengenali dan menerapkan informasi yang benar dan relevan;
- c. mendampingi anak melalui interaksi yang hangat, responsif, dan bermakna, bukan menggantikan peran pengasuhan dengan gawai;
- d. memperkenalkan praktik kesehatan dan gizi yang kontekstual, termasuk pola makan sehat berbasis budaya lokal;
- e. membangun rutinitas keluarga yang konsisten dalam mendukung pencegahan stunting sejak usia dini.

Pengasuhan berbasis techno-pedagogic tidak dimaknai sebagai “serba digital”, melainkan sebagai pendekatan pembelajaran keluarga yang menempatkan orang tua sebagai aktor utama. Teknologi digunakan sebagai media pendukung pembelajaran, bukan sebagai pengganti relasi, interaksi, dan tanggung jawab pengasuhan orang tua terhadap anak.

CARA KERJA MODEL PASTI

Model PASTI bekerja melalui proses pembelajaran keluarga yang sederhana, bertahap, dan kontekstual, yang terdiri atas lima langkah berikut:

Mengenali dan Merefleksikan Kebutuhan Keluarga

Berbagi Pengalaman Pengasuhan

Mempelajari dan Mengeksplorasi Materi Kesehatan dan Gizi

Menerapkan dan Menemukan Kebiasaan Sehat

Merangkum, Merefleksi, dan Merencanakan Tindak Lanjut

5 LANGKAH PASTI

Model ini dirancang **fleksibel dan aplikatif**, sehingga dapat diterapkan di rumah dengan pendampingan yang terstruktur namun tidak memberatkan keluarga.



1. Orientation & Reflection : Mengenali Diri dan Keluarga

Tahap pertama dalam PASTI bertujuan membantu orang tua **berhenti sejenak dan melihat kondisi keluarganya apa adanya**. Pada tahap ini, fasilitator tidak mengarahkan perubahan, melainkan **mengajak orang tua menyadari pola keseharian** terkait pengasuhan, penggunaan gawai, dan kebiasaan makan anak.

Orang tua didampingi untuk melakukan refleksi awal melalui aktivitas sederhana dalam Modul 1, seperti checklist kebiasaan digital dan jurnal foto keluarga. Refleksi ini membantu orang tua memahami bahwa setiap keluarga memiliki titik awal yang berbeda, dan tidak ada kondisi yang dinilai benar atau salah.

Melalui tahap orientasi dan refleksi, orang tua mulai membangun kesadaran bahwa **perubahan pengasuhan dimulai dari pemahaman diri**, bukan dari tuntutan luar. Hasil tahap ini menjadi dasar untuk proses pendampingan pada langkah berikutnya.



2. Sharing Experience: Berbagi Tanpa Menghakimi

Pada tahap ini, orang tua diajak untuk **menceritakan pengalaman nyata** dalam pengasuhan sehari-hari, terutama yang berkaitan dengan penggunaan teknologi, waktu makan anak, dan interaksi keluarga. Fasilitator berperan menciptakan ruang yang aman, hangat, dan tidak menghakimi, sehingga orang tua merasa nyaman untuk berbagi.

Sharing tidak dimaksudkan sebagai sesi curhat bebas, tetapi sebagai **refleksi terarah** yang membantu orang tua melihat pola kebiasaan yang selama ini sering tidak disadari. Melalui mendengar cerita orang tua lain, peserta juga belajar bahwa tantangan pengasuhan adalah pengalaman bersama, bukan kegagalan pribadi. Tahap ini memperkuat keterhubungan emosional antar orang tua serta menumbuhkan motivasi internal untuk melakukan perubahan kecil yang realistis.

3. Elaboration & Exploration : Belajar dan Mengeksplorasi Bersama

Setelah kesadaran dan refleksi terbentuk, orang tua memasuki tahap elaborasi dan eksplorasi. Pada tahap ini, fasilitator mengarahkan orang tua untuk **menggali pengetahuan baru** melalui berbagai media PASTI, seperti video edukatif, komik gizi, dan aktivitas literasi digital dalam modul.

Orang tua diajak mengeksplorasi cara memilah informasi kesehatan dan gizi yang benar, memahami batas penggunaan gawai sesuai usia anak, serta mengenali praktik pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang optimal. Proses belajar dilakukan secara dialogis, bukan ceramah satu arah. Tahap ini bertujuan menghubungkan pengalaman pribadi orang tua dengan pengetahuan baru, sehingga pembelajaran terasa relevan dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Finding: Menentukan Perubahan Kecil yang Bermakna

Pada tahap finding, orang tua didampingi untuk **memilih satu atau dua kebiasaan kecil** yang paling mungkin dilakukan di rumah. Fokus tahap ini bukan pada perubahan besar dan instan, melainkan pada **komitmen realistis** yang sesuai dengan kondisi masing-masing keluarga.

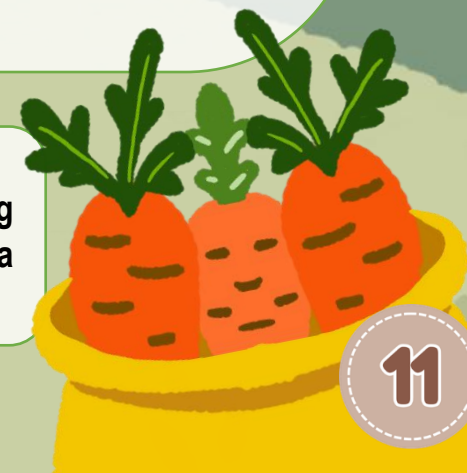
Contoh kebiasaan kecil yang dapat dipilih antara lain makan tanpa gawai satu kali sehari, mendampingi anak saat menggunakan teknologi, atau meluangkan waktu hadir penuh tanpa gawai selama beberapa menit setiap hari. Fasilitator membantu orang tua memahami bahwa perubahan kecil yang dilakukan secara konsisten akan memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dibanding perubahan besar yang sulit dipertahankan.

5. Summarization: Merefleksikan dan Merencanakan Lanjutan

Tahap terakhir dalam PASTI adalah summarization, yaitu proses **merangkum pengalaman, mengevaluasi praktik yang telah dilakukan, dan merencanakan langkah berikutnya**. Orang tua diajak melihat kembali apa yang sudah berjalan baik, apa yang masih menantang, serta perubahan apa yang mulai terasa dalam keluarga.

Evaluasi pada tahap ini bersifat reflektif dan sederhana, bukan penilaian formal. Fasilitator membantu orang tua memahami bahwa proses pengasuhan adalah perjalanan yang dinamis dan memerlukan penyesuaian terus-menerus. Melalui tahap summarization, orang tua didorong untuk mempertahankan kebiasaan positif dan secara bertahap mengembangkan praktik pengasuhan sehat, responsif, dan sadar teknologi dalam kehidupan keluarga.

Kelima langkah PASTI dirancang sebagai siklus pembelajaran keluarga, bukan pelatihan satu arah. Orang tua tidak dinilai benar atau salah, melainkan didampingi untuk membangun kesadaran, mencoba perubahan kecil, dan merefleksikan praktik pengasuhan secara berkelanjutan.



KOMPONEN PROGRAM PASTI

1. Buku Panduan Praktis PASTI

Panduan konseptual dan operasional bagi fasilitator (guru PAUD dan kader Posyandu) dalam mengimplementasikan Model PASTI.

2. Tiga Modul Parenting Inti (Cetak & Digital)

- a. Modul 1: Keluarga Digital Sehat
- b. Modul 2: Gizi Seimbang Berbasis Budaya Lokal

3. Modul Pendamping Parenting

Modul Pengasuhan Responsif & Kolaboratif

(berfungsi sebagai penguat implementasi literasi kesehatan dan gizi dalam praktik pengasuhan sehari-hari)

4. Komik Edukasi Kesehatan dan Gizi Keluarga

Media visual untuk mendukung pembelajaran orang tua dan anak secara bersama.

5. Media Digital Pendukung

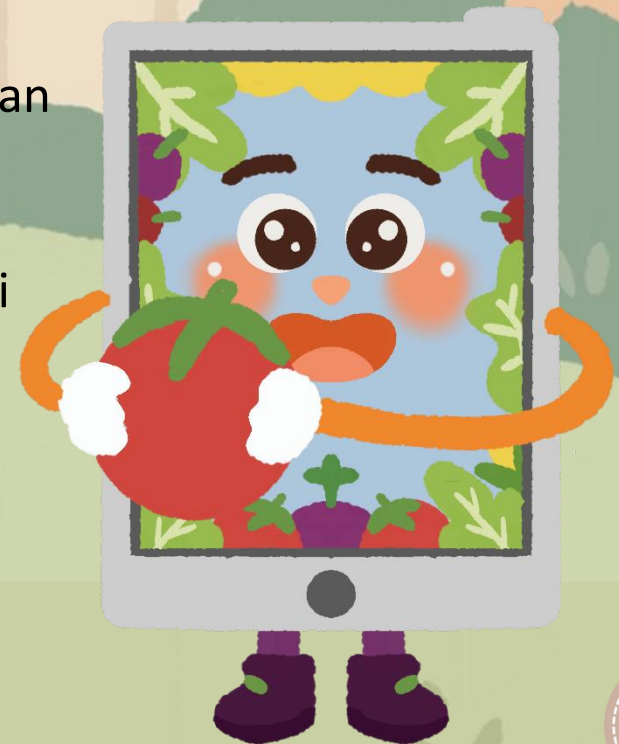
Website berbasis artikel kesehatan dan gizi serta media sosial (Instagram) sebagai penguat pesan dan pengingat kebiasaan sehat.

CARA MENGGUNAKAN PANDUAN PASTI BERDASARKAN PERAN PENGGUNA

Panduan Ringkas PASTI Proanak (Parenting Atasi Stunting melalui Teknologi Interaktif) ini disusun sebagai rujukan bersama bagi tiga kelompok pengguna utama, yaitu orang tua, guru/kader sebagai fasilitator, dan akademisi.

Meskipun berada dalam satu buku yang sama, cara penggunaan panduan ini berbeda sesuai dengan peran masing-masing.

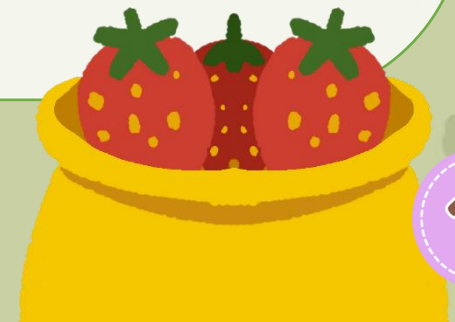
Penjelasan berikut bertujuan memperjelas fungsi panduan ini agar tidak terjadi tumpang tindih peran maupun kesalahpahaman dalam implementasi Model PASTI



1. Orang Tua Anak Usia Dini

Bagi orang tua, buku panduan ini berfungsi sebagai bahan pengenalan dan penguatan pemahaman mengenai konsep PASTI, tujuan program, serta gambaran umum tahapan pendampingan yang akan dijalani. Orang tua tidak menggunakan buku panduan ini sebagai bahan belajar utama secara mandiri, melainkan sebagai referensi pendukung.

Bahan belajar utama bagi orang tua adalah Modul PASTI (Modul 1, 2, dan 3) yang berisi aktivitas reflektif, lembar kerja, dan panduan perubahan kebiasaan keluarga. Modul-modul tersebut digunakan langsung oleh orang tua dengan pendampingan guru atau kader sebagai fasilitator.



2. Guru PAUD dan Kader Posyandu (Fasilitator)

Bagi guru PAUD dan kader Posyandu, buku panduan ini berfungsi sebagai pegangan fasilitator dalam mengelola proses pendampingan orang tua. Fasilitator menggunakan buku ini untuk memahami alur Model PASTI, tujuan setiap tahapan, serta rasional pedagogis di balik aktivitas yang dilakukan orang tua dalam modul.

Melalui panduan ini, fasilitator diharapkan mampu:

- a. membuka sesi pendampingan secara empatik dan tidak menghakimi,
- b. memfasilitasi refleksi dan diskusi orang tua,
- c. mengarahkan penggunaan modul dan media PASTI,
- d. memperkuat komitmen perubahan perilaku keluarga,
- e. menjaga kesinambungan pendampingan di PAUD atau Posyandu.

3. Akademisi dan Peneliti

Bagi akademisi dan peneliti, buku panduan ini berfungsi sebagai dokumen konseptual yang menjelaskan kerangka Model PASTI, logika intervensi, serta hubungan antarproduk pengembangan (buku panduan, modul, dan media pendukung).

Panduan ini dapat digunakan untuk:

- a. memahami desain model secara menyeluruh,
- b. mereplikasi atau mengadaptasi Model PASTI dalam konteks lain,
- c. mengevaluasi kesesuaian antara kerangka teoretik, desain produk, dan implementasi lapangan.

PERAN ORANG TUA DALAM MODEL PASTI



Dalam Model PASTI, orang tua bukan sekadar peserta kegiatan, tetapi **pemeran utama dalam perubahan pengasuhan keluarga**. Tidak ada orang tua yang dianggap paling benar atau paling salah. Setiap keluarga memulai dari kondisi yang berbeda, dan PASTI hadir untuk menemani proses itu, bukan untuk menilai.

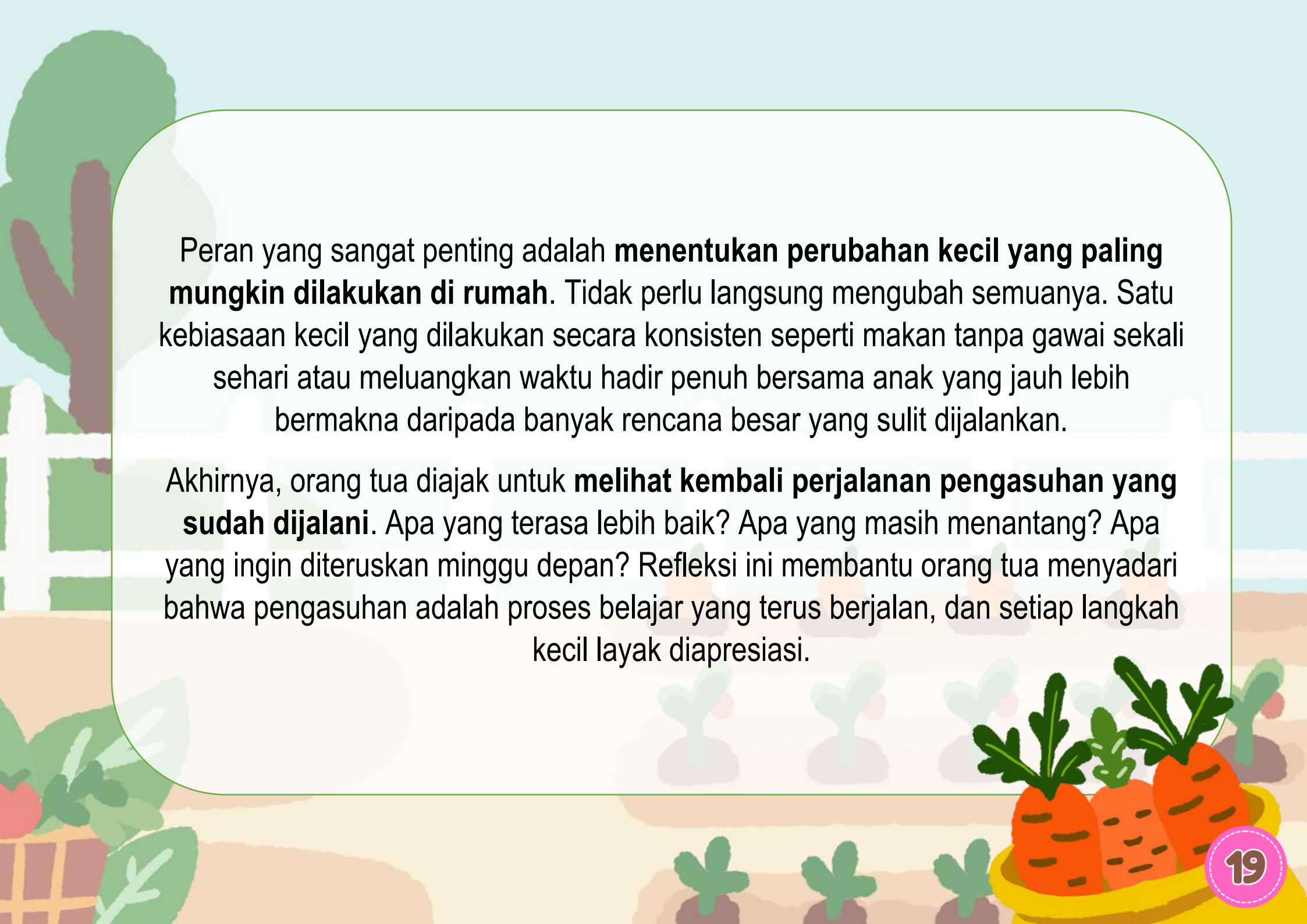
Peran pertama orang tua adalah **bersedia berhenti sejenak dan melihat keseharian keluarga dengan jujur**. Bagaimana anak makan? Kapan gawai digunakan? Seberapa sering orang tua benar-benar hadir bersama anak? Pertanyaan-pertanyaan sederhana ini membantu orang tua mengenali kebiasaan yang selama ini berjalan otomatis, tanpa disadari.

Selanjutnya, orang tua diajak untuk **berbagi cerita dan pengalaman pengasuhan**.

Berbagi bukan berarti membuka aib, melainkan saling belajar. Ketika orang tua mendengar cerita orang tua lain, muncul kesadaran bahwa tantangan pengasuhan adalah hal yang wajar dan bisa dihadapi bersama. Dari sini, rasa percaya diri dan motivasi untuk berubah mulai tumbuh.


Dalam PASTI, orang tua juga berperan sebagai **pembelajar yang aktif**. Orang tua tidak hanya menerima informasi, tetapi belajar memilah mana informasi kesehatan dan gizi yang dapat dipercaya, mana yang perlu disaring. Orang tua belajar menggunakan teknologi sebagai alat bantu pengasuhan, bukan sebagai pengganti kehadiran dan perhatian.





Peran yang sangat penting adalah **menentukan perubahan kecil yang paling mungkin dilakukan di rumah**. Tidak perlu langsung mengubah semuanya. Satu kebiasaan kecil yang dilakukan secara konsisten seperti makan tanpa gawai sekali sehari atau meluangkan waktu hadir penuh bersama anak yang jauh lebih bermakna daripada banyak rencana besar yang sulit dijalankan.

Akhirnya, orang tua diajak untuk **melihat kembali perjalanan pengasuhan yang sudah dijalani**. Apa yang terasa lebih baik? Apa yang masih menantang? Apa yang ingin diteruskan minggu depan? Refleksi ini membantu orang tua menyadari bahwa pengasuhan adalah proses belajar yang terus berjalan, dan setiap langkah kecil layak diapresiasi.



PASTI tidak meminta orang tua menjadi sempurna. PASTI mengajak orang tua menjadi lebih sadar, lebih hadir, dan lebih berani mencoba perubahan kecil yang bermakna bagi anak dan keluarga.

PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 1

Keluarga Sehat dan Cerdas Digital

Modul 1 merupakan fondasi utama dalam seluruh rangkaian Program PASTI. Modul ini digunakan pada tahap awal pendampingan untuk membantu orang tua menyadari kondisi keluarga secara utuh, khususnya terkait penggunaan teknologi digital, pola interaksi orang tua dan anak, serta kebiasaan yang berdampak pada kesehatan dan gizi anak usia dini.

Modul 1 digunakan langsung oleh orang tua dengan pendampingan guru PAUD atau kader Posyandu sebagai fasilitator. Buku panduan ini tidak menggantikan modul, tetapi membantu fasilitator dan orang tua memahami tujuan, alur, dan makna setiap aktivitas yang dilakukan.

Tujuan utama Modul 1 bukanlah menilai atau menghakimi kebiasaan keluarga, melainkan membangun kesadaran, literasi digital kritis, dan kesiapan perubahan. Melalui proses reflektif dan dialogis, orang tua diajak mengenali pola keseharian keluarga sebelum menentukan perubahan kecil yang realistis dan berkelanjutan.

ALUR PENGGUNAAN MODUL 1

Orang tua merefleksikan kondisi keluarga melalui aktivitas sederhana.

Orang tua berbagi pengalaman pengasuhan dalam suasana aman dan tidak menghakimi.

Orang tua mengeksplorasi materi keluarga sehat dan cerdas digital melalui media interaktif.

Orang tua menentukan satu atau dua perubahan kecil yang paling mungkin dilakukan di rumah.

Orang tua merefleksikan pengalaman dan merencanakan langkah selanjutnya.

BOX PENDAMPINGAN MODUL 1

Tujuan Utama

Membangun **kesadaran, literasi digital kritis, dan kesiapan perubahan** dalam keluarga sebelum masuk ke praktik gizi dan pengasuhan lanjutan

Siapa yang Aktif?

Orang tua :
pelaku refleksi dan perubahan

Guru/Kader :
pendamping proses (bukan penguji)

Berapa Lama?




Fleksibel(Dapat dilakukan dalam beberapa sesi singkat)

Setiap langkah $\pm 15-20$ menit (d disesuaikan kondisi lapangan)

Kunci Keberhasilan

- Tidak menghakimi
- Fokus pada proses, bukan hasil instan
- Perubahan kecil lebih penting daripada rencana besar

Hal yang Perlu Dihindari

-  Ceramah panjang
-  Menyalahkan kebiasaan orang tua
-  Membandingkan antar keluarga

PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 2

Gizi Seimbang Berbasis Budaya Lokal

Modul 2 digunakan setelah orang tua memiliki kesadaran dan kesiapan perubahan yang dibangun melalui Modul 1. Modul ini membantu orang tua menerjemahkan pengetahuan gizi ke dalam **praktik makan sehari-hari** yang realistis, terjangkau, dan sesuai dengan **budaya serta kebiasaan keluarga**. Modul 2 digunakan langsung oleh orang tua dengan pendampingan guru PAUD atau kader Posyandu sebagai fasilitator. Buku panduan ini tidak menggantikan modul, tetapi menjadi pegangan bagi fasilitator untuk memastikan proses pendampingan berjalan secara dialogis, kontekstual, dan tidak mengurui.

Melalui Modul 2, orang tua diajak mengenali sumber pangan lokal yang bergizi, memahami prinsip gizi seimbang anak usia dini, serta menyadari pentingnya suasana makan yang positif dan bebas distraksi gawai. Proses belajar diarahkan agar orang tua merasa mampu mengelola menu keluarga tanpa tekanan dan tanpa harus mengikuti pola makan yang tidak sesuai dengan kondisi keluarga.

Modul ini mendorong orang tua untuk **memilih perubahan kecil yang bermakna**, seperti menambah variasi menu lokal, memperbaiki porsi makan anak, atau membiasakan makan bersama keluarga. Fokus perubahan adalah konsistensi dan keberlanjutan, bukan kesempurnaan.

ALUR PENGGUNAAN MODUL 2



Orang tua merefleksikan kebiasaan makan keluarga.



Orang tua berbagi tantangan memberi makan anak



Orang tua mengeksplorasi gizi seimbang dan pangan lokal



Orang tua memilih satu perubahan kecil dalam praktik makan



Orang tua merefleksikan hasil dan merencanakan keberlanjutan



BOX PENDAMPINGAN MODUL 2

Tujuan Utama	Siapa yang berperan?	Waktu Pelaksanaan	Kunci Pendampingan	Hal yang Perlu Dihindari
Membantu orang tua menerapkan prinsip gizi seimbang anak usia dini melalui pangan lokal dan kebiasaan makan keluarga	Orang tua: pelaku praktik makan sehat Guru/Kader: pendamping proses, bukan penilai	Fleksibel, dapat dilakukan dalam beberapa sesi singkat sesuai kebutuhan keluarga.	Gunakan contoh pangan lokal yang familiar Hindari menyalahkan pilihan makan keluarga Fokus pada kebiasaan, bukan menu sempurna	Memberi daftar menu kaku Membandingkan antar keluarga Menuntut perubahan sekaligus

PANDUAN PENGGUNAAN MODUL 3



Pengasuhan Responsif dan Kolaboratif

Modul ini merupakan modul penguatan yang mendukung implementasi literasi kesehatan dan gizi, bukan modul inti intervensi. Modul 3 digunakan untuk memperkuat **kualitas interaksi dan kelekatan** antara orang tua dan anak, serta membangun kolaborasi dalam keluarga dan lingkungan sekitar. Modul ini menegaskan bahwa pengasuhan yang responsif berperan penting dalam mendukung tumbuh kembang anak dan keberhasilan pencegahan stunting.

Modul 3 digunakan langsung oleh orang tua dengan pendampingan guru PAUD atau kader Posyandu sebagai fasilitator. Buku panduan ini membantu fasilitator memahami arah pendampingan, sehingga proses belajar orang tua berlangsung secara empatik, aman, dan menghargai keberagaman praktik pengasuhan.

Melalui Modul 3, orang tua diajak menyadari pentingnya kehadiran yang penuh, komunikasi yang hangat, serta respon yang peka terhadap kebutuhan anak. Orang tua juga diajak melihat bahwa pengasuhan bukan tugas satu orang, melainkan **proses kolaboratif** yang melibatkan ayah, ibu, anggota keluarga lain, serta dukungan lingkungan.

Modul ini mendorong orang tua untuk **menentukan praktik pengasuhan responsif yang sederhana dan realistis**, seperti meluangkan waktu bermain bersama anak, merespons emosi anak dengan empati, atau menyepakati aturan pengasuhan bersama keluarga.

ALUR PENGGUNAAN MODUL 3

Orang tua merefleksikan pola interaksi dengan anak.

Orang tua berbagi pengalaman pengasuhan.

Orang tua mengeksplorasi konsep pengasuhan responsif

Orang tua memilih satu praktik pengasuhan yang ingin diperbaiki.

Orang tua merefleksikan perubahan dan merencanakan kelanjutan.

BOX PENDAMPINGAN MODUL 3

Tujuan Utama

Menguatkan pengasuhan responsif dan kolaboratif dalam keluarga.

Siapa yang berperan?

Orang tua → pelaku pengasuhan sehari-hari

Guru/Kader → pendamping refleksi dan dialog

Waktu Pelaksanaan

Dilakukan bertahap sesuai ritme keluarga dan lingkungan.

Kunci Pendampingan

Dengarkan pengalaman orang tua

Hargai keberagaman pola asuh

Fokus pada kualitas interaksi, bukan kuantitas

Hal yang Perlu Dihindari

Memberi label “pola asuh salah”

Menggurui atau menghakimi

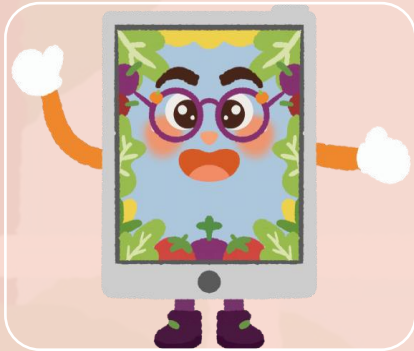
Menuntut perubahan instan

KOMIK EDUKASI GIZI

Komik edukasi gizi merupakan media pendukung dalam Program PASTI yang dirancang untuk membantu anak dan orang tua **memahami pesan gizi secara sederhana, visual, dan menyenangkan**. Komik ini menghadirkan cerita keseharian keluarga yang dekat dengan kehidupan anak, sehingga pesan tentang makan sehat, pangan lokal, dan kebiasaan baik mudah diterima tanpa kesan menggurui.

Komik digunakan sebagai **penguat pembelajaran**, bukan sebagai bahan belajar utama. Orang tua dan anak dianjurkan membaca komik bersama, sehingga terjadi interaksi, percakapan, dan refleksi sederhana tentang kebiasaan makan di rumah. Melalui cerita dan tokoh yang familiar, anak belajar mengenal makanan sehat, sementara orang tua memperoleh cara berkomunikasi yang lebih hangat tentang gizi.

BOX INTERAKTIF: TIPS PENGGUNAAN KOMIK



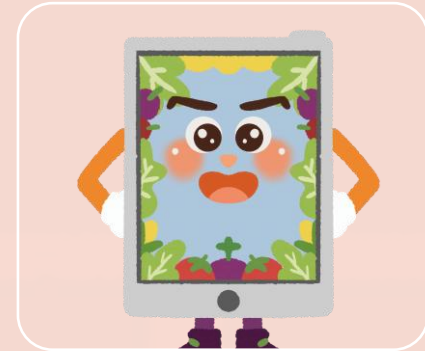
Bacalah komik bersama anak, bukan diserahkan untuk dibaca sendiri



Ajak anak bercerita kembali isi komik dengan bahasanya sendiri



Hubungkan cerita komik dengan makanan yang ada di rumah

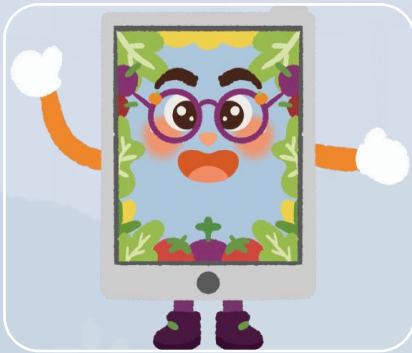


Tidak perlu menuntaskan semua cerita sekaligus

VIDEO EDUKASI

Video edukasi dalam Program PASTI disajikan dalam bentuk visual singkat dengan teks sederhana sebagai media pengingat dan pemantik refleksi keluarga. Video tidak dimaksudkan sebagai materi utama, melainkan sebagai penguat diskusi ringan tentang kebiasaan makan, pengasuhan, dan penggunaan teknologi secara bijak. Video disajikan tanpa narasi suara agar fleksibel diakses dan tidak menambah waktu layar secara berlebihan.

BOX INTERAKTIF – TIPS PENGGUNAAN VIDEO



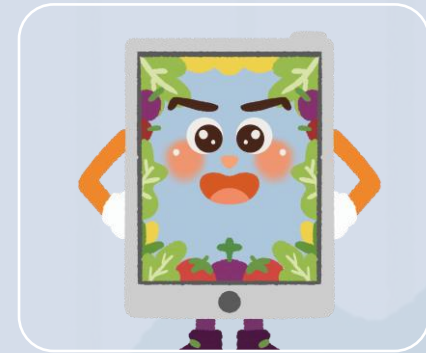
Tonton video sebagai pengingat singkat untuk merefleksikan kebiasaan keluarga, bukan sebagai tontonan utama.



Fokus pada satu pesan sederhana yang relevan dengan kondisi keluarga dan pertimbangkan bagaimana pesan tersebut dapat diterapkan secara bertahap.



Gunakan video secara fleksibel sesuai kebutuhan, tanpa harus ditonton secara rutin atau berulang.



Hindari menjadikan video sebagai pengganti interaksi langsung atau sebagai sumber utama pembelajaran.

SCAN DISINI

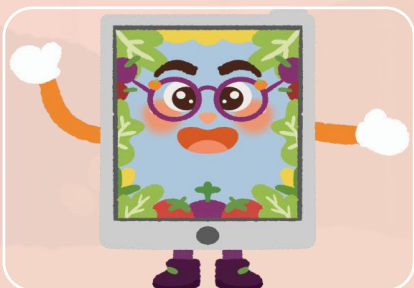


PLATFORM DIGITAL BUDAYA SEHAT

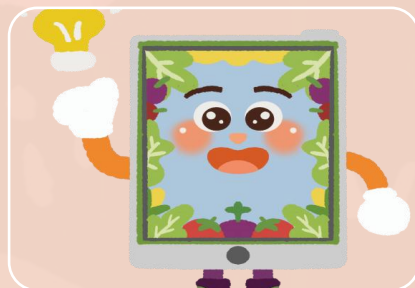
Platform Digital Budaya Sehat merupakan ruang digital pendukung dalam Program PASTI yang menyediakan akses bahan penguatan seperti modul, komik, video singkat, asesmen sederhana, dan catatan perkembangan keluarga. Platform digunakan secara opsional sebagai alat bantu dokumentasi, pengingat, dan penguatan refleksi keluarga, serta tidak menggantikan interaksi langsung dalam proses pendampingan.

Platform dapat diakses melalui: <https://budayasehat.com/>

BOX INTERAKTIF : PRINSIP PENGGUNAAN PLATFORM



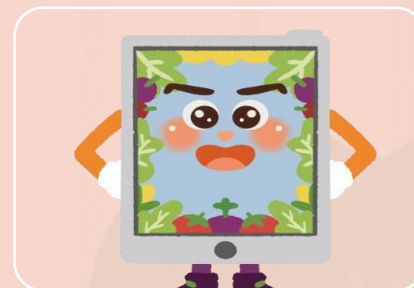
Gunakan seperlunya sesuai kebutuhan keluarga, tidak harus digunakan setiap hari.



Fokus pada makna dan refleksi isi, bukan pada lamanya penggunaan.

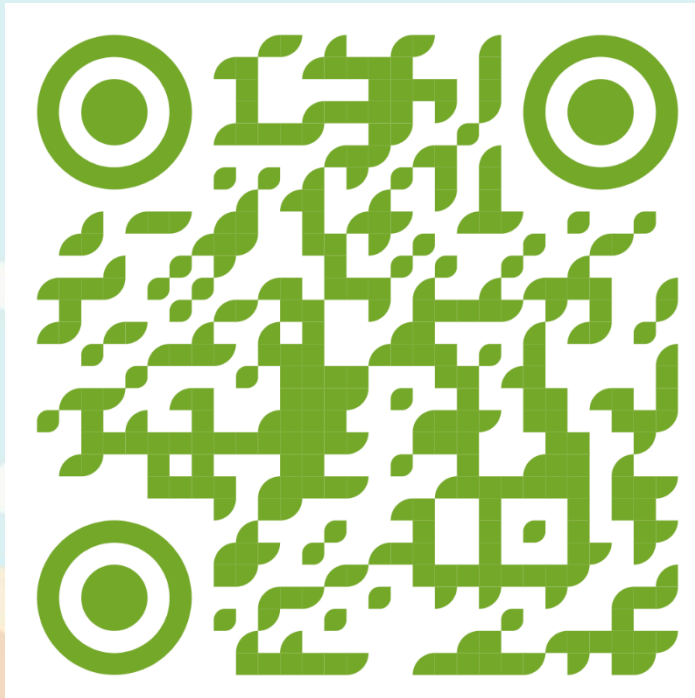


Digunakan oleh orang tua sebagai bahan refleksi, bukan untuk digunakan anak.



Jadikan platform sebagai alat bantu pendampingan, bukan sebagai tujuan utama pembelajaran.

SCAN DISINI

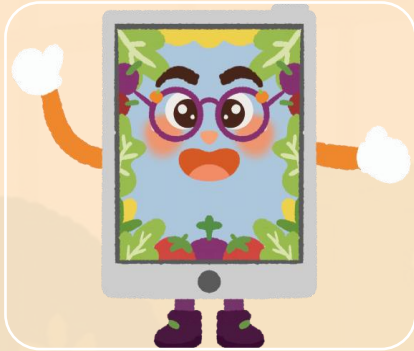


EVALUASI SEDERHANA DI RUMAH

Evaluasi sederhana di rumah dilakukan untuk membantu orang tua merefleksikan perubahan kecil yang telah dicoba, bukan untuk menilai berhasil atau gagal. Evaluasi ini bersifat ringan, fleksibel, dan dapat dilakukan secara mandiri sebagai bagian dari proses belajar keluarga.

Orang tua diajak melihat kembali kebiasaan yang mulai berubah, tantangan yang masih dirasakan, serta hal-hal positif yang muncul selama proses pendampingan. Evaluasi sederhana ini berfungsi sebagai penguat kesadaran dan motivasi untuk melanjutkan perubahan, bukan sebagai alat pengukuran formal.

BOX INTERAKTIF: PERTANYAAN REFLEKSI



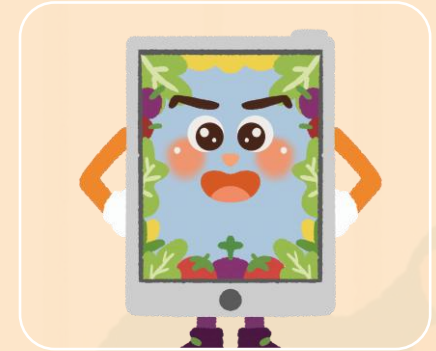
Kebiasaan apa yang mulai terasa berbeda minggu ini?



Hal kecil apa yang paling mudah dilakukan?



Tantangan apa yang masih muncul di rumah?



Kebiasaan mana yang ingin dilanjutkan minggu depan?

AKSES BAHAN BELAJAR PROGRAM PASTI

Bahan belajar utama dalam Program PASTI terdiri atas:

1. Modul Parenting PASTI (Modul 1, 2, dan 3)

Modul digunakan langsung oleh orang tua dengan pendampingan fasilitator, berisi aktivitas reflektif, lembar kerja, dan panduan perubahan kebiasaan keluarga.

2. Media Pendukung Pembelajaran, meliputi:

komik edukasi gizi, video edukasi interaktif, serta lembar aktivitas dan evaluasi sederhana di rumah. Media ini berfungsi sebagai penguat pembelajaran, bukan sebagai bahan belajar utama.

3. Platform Digital Sehat Budaya

Platform digital pendukung yang mengintegrasikan modul, media, dan catatan refleksi keluarga. Penggunaan platform bersifat opsional dan disesuaikan dengan kondisi keluarga.

Akses bahan belajar diberikan melalui tautan atau QR Code yang disampaikan oleh fasilitator sesuai dengan kegiatan pendampingan yang diikuti.

➤ **Pendampingan dan Komunikasi**

Dalam Program PASTI, orang tua tidak belajar sendiri. Proses belajar didukung melalui:

1. pendampingan oleh guru PAUD atau kader sebagai fasilitator,
2. komunikasi melalui grup pendampingan untuk berbagi informasi dan penguatan materi.

Fasilitator berperan mendampingi proses refleksi dan pembelajaran, bukan sebagai penilai.

➤ **Kontak dan Bantuan**

Apabila orang tua mengalami kendala akses bahan belajar atau membutuhkan pendampingan lebih lanjut, dapat menghubungi:

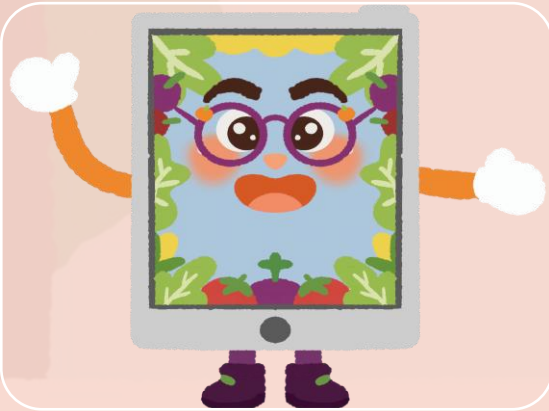
1. Guru PAUD atau kader pendamping,
2. Fasilitator Program PASTI,
3. Tim pengelola kegiatan di wilayah masing-masing.

Informasi kontak disampaikan oleh penyelenggara program sesuai konteks pelaksanaan.

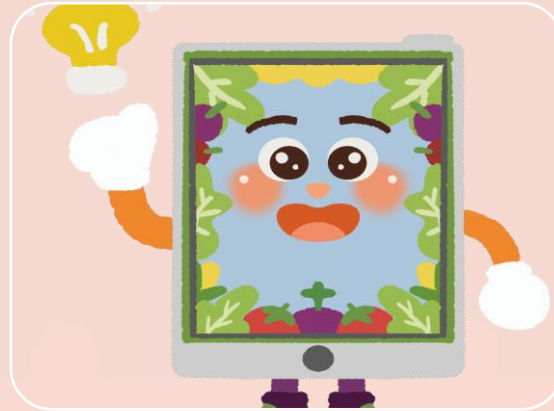
Catatan Penting

- ✓ Orang tua tidak diwajibkan mengakses seluruh bahan belajar sekaligus.
- ✓ Silakan gunakan bahan belajar sesuai kebutuhan dan kesiapan keluarga. Perubahan kecil yang dilakukan secara konsisten lebih bermakna dibandingkan upaya besar yang sulit dipertahankan.
- ✓ Program PASTI hadir untuk menemani proses pengasuhan, bukan untuk menambah beban keluarga

BOX INTERAKTIF: CATATAN PENTING



Simpan kontak
dan tautan akses
di tempat
mudah
dijangkau



Gunakan bahan
belajar sesuai
kebutuhan
keluarga



Jangan ragu
berkonsultasi
dengan
fasilitator bila
mengalami
kendala

REFLEKSI AKHIR PROGRAM PASTI

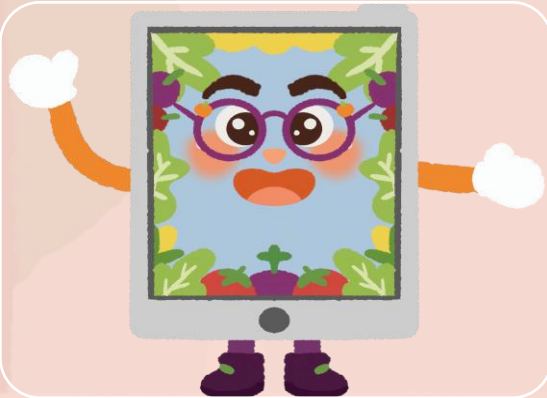
Program PASTI bukanlah perjalanan yang menuntut perubahan besar dalam waktu singkat. PASTI mengajak keluarga untuk **belajar mengenali diri, memahami anak, dan membangun kebiasaan kecil yang bermakna** dalam kehidupan sehari-hari. Setiap keluarga memiliki ritme dan tantangan yang berbeda, dan proses pengasuhan tidak selalu berjalan lurus atau sempurna.

Melalui rangkaian modul, media, dan pendampingan, orang tua telah diajak untuk melihat kembali cara menggunakan teknologi, mengelola kebiasaan makan, serta membangun relasi yang lebih hangat dan responsif dengan anak. Proses ini bukan tentang mengikuti aturan tertentu, melainkan tentang **menumbuhkan kesadaran dan kehadiran orang tua dalam pengasuhan**.

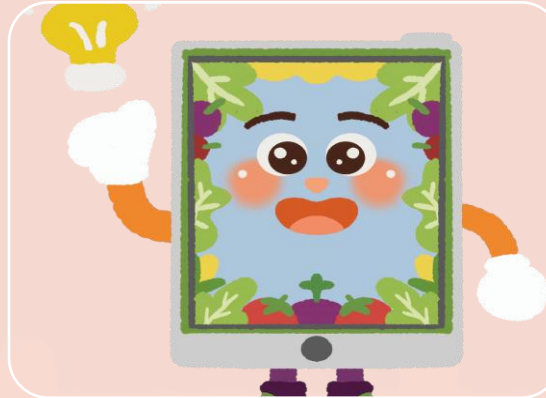
Refleksi akhir ini menjadi momen bagi orang tua, guru, dan kader untuk menyadari bahwa perubahan pengasuhan adalah proses berkelanjutan. Kebiasaan kecil yang mulai dibangun hari ini seperti makan bersama tanpa gawai, mendampingi anak dengan lebih sabar, atau memilih pangan lokal yang sehat merupakan fondasi penting bagi tumbuh kembang anak di masa depan.

PASTI diharapkan tidak berhenti sebagai program, tetapi menjadi bagian dari praktik pengasuhan sehari-hari di rumah, di PAUD, dan di lingkungan masyarakat. Dengan kolaborasi antara keluarga, fasilitator, dan lingkungan pendukung, upaya pencegahan stunting dapat dilakukan secara lebih manusiawi, relevan, dan berkelanjutan.

BOX INTERAKTIF: REFLEKSI PENUTUP



Perubahan kecil apa yang paling terasa setelah mengikuti PASTI?



Kebiasaan apa yang ingin terus dipertahankan di rumah?



Dukungan apa yang masih dibutuhkan keluarga ke depan?

DAFTAR ISTILAH RINGKAS (GLOSSARY)

+ PASTI

Model Parenting Atasi Stunting melalui Teknologi Interaktif yang berfokus pada literasi kesehatan, gizi, dan pengasuhan keluarga.

+ Techno-Pedagogic

Pendekatan yang memanfaatkan teknologi sebagai alat bantu pembelajaran dan pengasuhan, bukan sebagai pengganti peran orang tua.

+ Literasi Kesehatan dan Gizi

Kemampuan orang tua untuk memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan dan gizi dalam kehidupan sehari-hari.

+ Pengasuhan Responsif

Pola pengasuhan yang peka terhadap kebutuhan anak, ditunjukkan melalui respon yang hangat, tepat, dan konsisten.

+ Budaya Lokal

Nilai, kebiasaan, dan sumber pangan yang tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarga dan masyarakat setempat.

+ Fasilitator

Guru PAUD atau kader Posyandu yang mendampingi orang tua dalam proses refleksi dan pembelajaran, bukan sebagai penilai.

+ Refleksi

Proses melihat kembali pengalaman dan kebiasaan yang dialami untuk memahami makna dan menentukan langkah perbaikan.

+ Perubahan Kecil

Kebiasaan sederhana yang realistis dan dapat dilakukan secara konsisten dalam kehidupan keluarga.

+ Platform Digital Sehat Budaya

Media digital pendukung yang berisi bahan belajar, asesmen sederhana, dan catatan perkembangan keluarga dalam Program PASTI.

REFERENSI

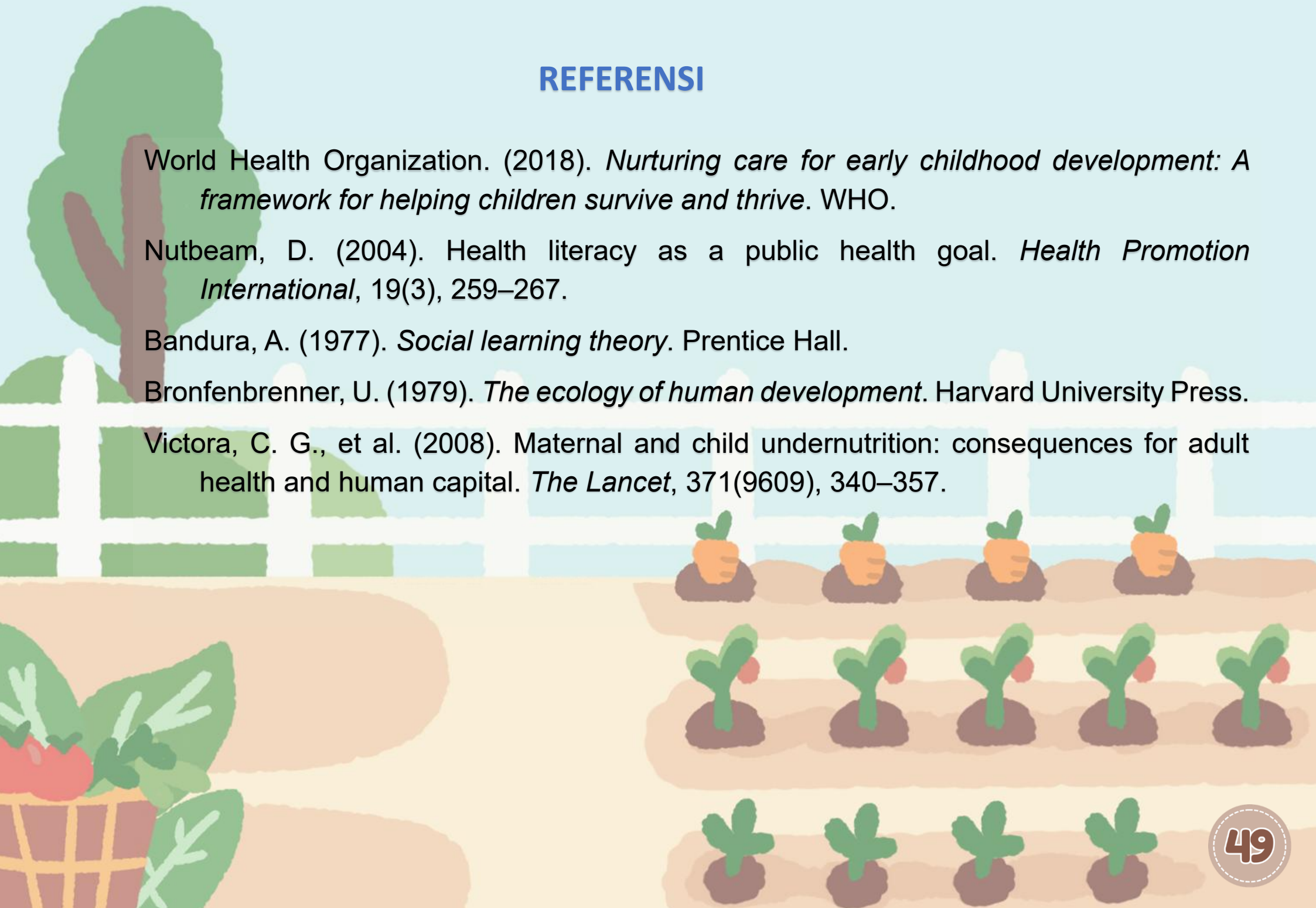
World Health Organization. (2018). *Nurturing care for early childhood development: A framework for helping children survive and thrive*. WHO.

Nutbeam, D. (2004). Health literacy as a public health goal. *Health Promotion International*, 19(3), 259–267.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard University Press.

Victora, C. G., et al. (2008). Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital. *The Lancet*, 371(9609), 340–357.



PROFIL PENULIS



FITRIA BUDI UTAMI

Fitria Budi Utami merupakan dosen dan peneliti di bidang Pendidikan Anak Usia Dini yang memiliki minat pada pengembangan pengasuhan berbasis keluarga, literasi kesehatan dan gizi anak usia dini, serta pencegahan stunting. Penulis menyelesaikan pendidikan magister pada bidang Pendidikan Anak Usia Dini di Universitas Negeri Jakarta dan saat ini sedang menempuh Pendidikan Doktor pada bidang yang sama di Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Sebagai akademisi, penulis aktif dalam kegiatan penelitian, pengabdian kepada masyarakat, serta pengembangan program parenting berbasis komunitas melalui kolaborasi dengan satuan PAUD dan Posyandu. Selain itu, penulis juga terlibat sebagai narasumber dalam berbagai pelatihan dan kegiatan edukasi keluarga.

Melalui pengembangan Model PASTI, penulis berupaya menghadirkan pendekatan pendampingan keluarga yang reflektif, kontekstual, dan berkelanjutan untuk mendukung praktik pengasuhan berbasis literasi kesehatan dan gizi dalam kehidupan sehari-hari.

PROFIL PENULIS



**Prof. Dr. Sri Martini
Mailanie, M.Pd**

Prof. Dr. R. Sri Martini Meilanie, M.Pd merupakan Guru Besar pada bidang Pendidikan Anak Usia Dini di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta. Beliau berkiprah sebagai dosen dan akademisi yang memiliki kepakaran dalam pengembangan kurikulum, pembelajaran, serta evaluasi pendidikan anak usia dini.

Sebagai pendidik dan peneliti, Prof. Sri Martini Meilanie aktif berkontribusi dalam pengembangan keilmuan PAUD melalui kegiatan pengajaran, penelitian, serta pembinaan akademik di tingkat sarjana dan pascasarjana. Pengalaman akademiknya memperkuat peran beliau dalam mendampingi berbagai kajian dan pengembangan model pembelajaran yang berorientasi pada kebutuhan perkembangan anak secara holistik.

Dalam perannya sebagai akademisi, beliau memiliki perhatian besar pada peningkatan kualitas pembelajaran anak usia dini, pengembangan kurikulum yang kontekstual, serta praktik pendidikan yang berbasis penelitian. Kontribusinya dalam dunia pendidikan tidak hanya pada ranah akademik, tetapi juga dalam penguatan praktik pendidikan yang relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Melalui pengalaman dan kepakarannya, Prof. Dr. R. Sri Martini Meilanie, M.Pd memberikan kontribusi penting dalam pengembangan kajian dan praktik pendidikan anak usia dini di Indonesia, khususnya dalam mendorong pembelajaran yang berkualitas, reflektif, dan berorientasi pada perkembangan optimal anak.

PROFIL PENULIS



**Prof. dr. Fasli Jalal, Sp.
GK.,Ph.D.**

Prof. dr. Fasli Jalal, PhD, SpGK merupakan akademisi dan tokoh nasional yang memiliki kontribusi besar dalam pengembangan kebijakan pendidikan, kesehatan, dan pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Beliau menyelesaikan pendidikan doktor (PhD) dalam bidang Ilmu Gizi Masyarakat di Cornell University, Amerika Serikat, serta dikukuhkan sebagai Guru Besar pada bidang Ilmu Gizi.

Sepanjang kariernya, Prof. Fasli Jalal telah mengemban berbagai jabatan strategis di tingkat nasional, antara lain sebagai Wakil Menteri Pendidikan Nasional, Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi, serta Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Pengalaman tersebut memperkuat peran beliau dalam merumuskan dan mengembangkan kebijakan pendidikan dan pembangunan keluarga yang berorientasi pada peningkatan kualitas sumber daya manusia.

Selain berkiprah dalam pemerintahan, Prof. Fasli Jalal aktif sebagai akademisi dan pembicara pada berbagai forum nasional maupun internasional, serta terlibat dalam pengembangan berbagai kajian dan publikasi ilmiah di bidang pendidikan, kependudukan, gizi, dan pembangunan sosial. Kontribusinya dalam pengembangan pendidikan anak usia dini dan pembangunan keluarga menjadi rujukan penting dalam penguatan kebijakan pendidikan yang berkelanjutan.

Melalui pengalaman akademik dan kepemimpinannya, Prof. dr. Fasli Jalal, PhD, SpGK memberikan kontribusi strategis dalam pengembangan kajian dan praktik pendidikan serta penguatan kebijakan pembangunan manusia di Indonesia.