

PAUD TURPA UMI NAWIYAH

Jakarta, 10 Juli 2020

Kepada Yth.
Dekan Fikom UPI. Y.A.I
di Jakarta

Dengan Hormat,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Baiduri, S.Pd
Jabatan : Kepala Sekolah PAUD

Dengan ini menyampaikan bahwa:

Nama : Dr. Susi Yunarti, M.Si
Pekerjaan : Dosen Fakultas Ilmu Komunikasi UPI Y.A.I Jakarta

Diminta kesediaannya untuk berpartisipasi sebagai fasilitator pada kegiatan Pengabdian Masyarakat “ Komunikasi Kesehatan bagi Ibu dan Anak pada Masa Pandemi Covid-19” di PAUD Turpa Umi Nawiyah, pada tanggal 12 Agustus 2020 dengan memberikan materi “ Strategi Komunikasi Ibu dalam Menanamkan Perilaku Hidup Sehat pada Anak” ”.
Demikian surat permohonan ini kami sampaikan , atas kesediaannya diucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

Kepala Sekolah PAUD Turpa Umi Nawiyah



(Baiduri, S.Pd)



UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA Y.A.I
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI

Kampus A: Jl. Diponegoro No. 74 Jakarta 10340, Indonesia

Telp: +62 21 3928045 / 75 Fax : +62 21 3914591

Website : www.yai.ac.id E-mail : fikom.upi@yai.ac.id

SURAT TUGAS

No : 244 /D/FIKOM UPI Y.A.I/VIII/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi UPI Y.A.I dengan ini menugaskan kepada :

- **Dr. Nur Idaman, M.Si (Pembicara)**
Sosialisasi protocol kesehatan covid
- **Dr. Siti Komsiah, S.Ip, M.Si (Pembicara)**
Konsultasi kesehatan secara digital
- **Dra. Dian Harmaningsih, M.Si (Pembicara)**
Hoax dan Disinformasi seputar Covid 19
- **Dr. Susi Yunarti, M.Si (Pembicara)**
Strategi Komunikasi Ibu dalam Menanamkan Perilaku Hidup Sehat

Untuk melakukan Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan Tema “Komunikasi Kesehatan Bagi Ibu dan Anak di Masa Pandemi Covid-19” untuk guru, orang tua dan anak yang bertempat di Paud Turpa Umi Nawiyah, Kelurahan Harja Mukti, Cimanggis Depok pada tanggal 12 Agustus 2020.

Diharapkan kepada yang bersangkutan 1 (satu) minggu setelah acara tersebut dapat menyampaikan laporannya kepada kami.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan sebagai mestinya.

Jakarta, 7 Agustus 2020

Fakultas Ilmu Komunikasi UPI Y.A.I

Dekan,



(Signature)
Prof. Dr. Ibnu Hamad

Tembusan :

- Rektor UPI Y.A.I
- arsip



Strategi Komunikasi ibu dalam Menanamkan Perilaku Hidup Sehat pada anak

Dr. Susi Yunarti

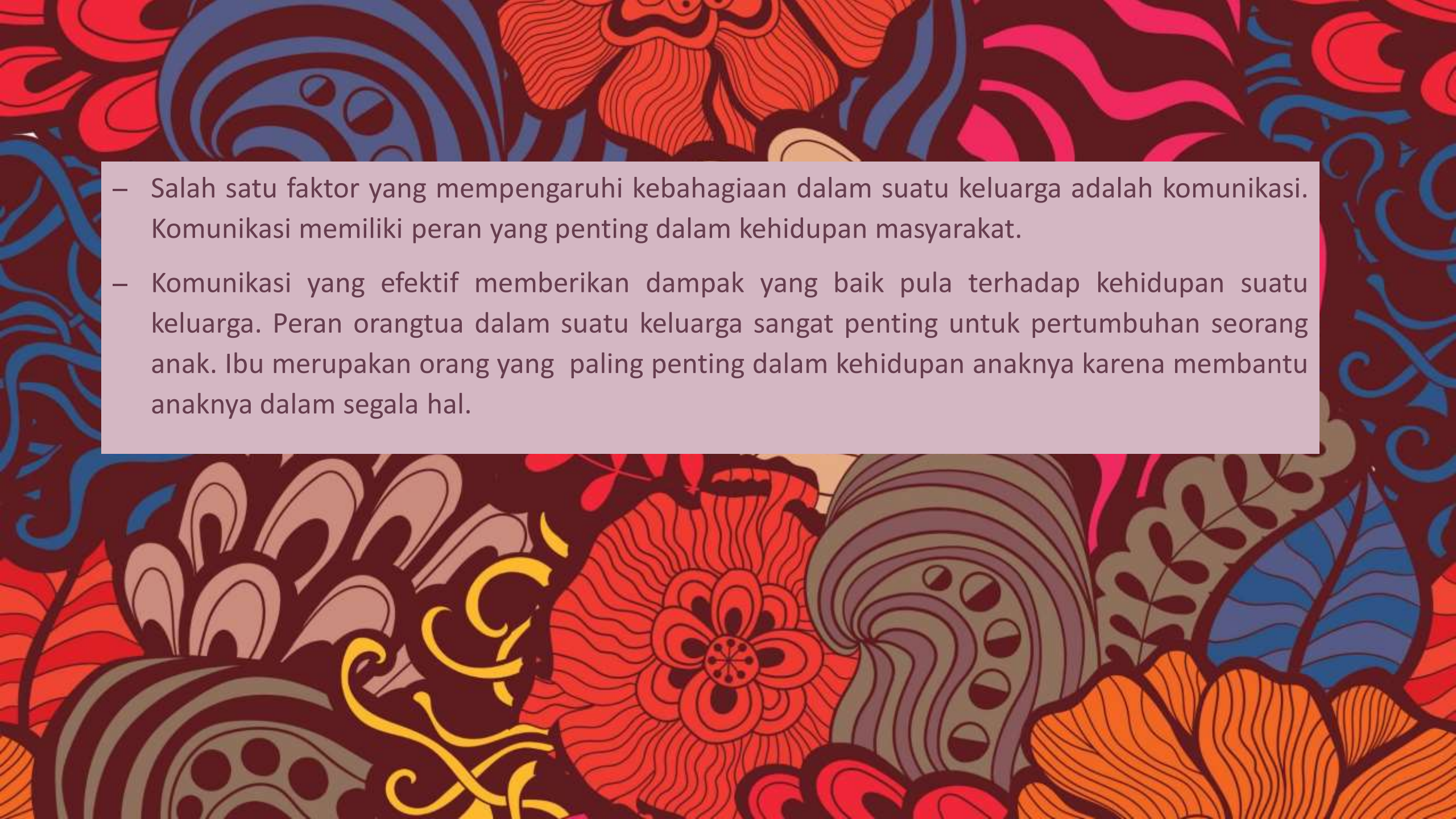
- Beberapa pekan belakangan ini istilah new normal viral dan menjadi opini public di Indonesia dan internasional. Meskipun belum ada definisi yang baku dari new normal, istilah ini bisa dimaknai sebagai keadaan di mana manusia kembali beraktivitas sehari-hari meskipun model atau caranya berbeda dengan sebelum terjadinya pandemi Covid-19. Sebagaimana yang kita rasakan bersama, setelah bumi kedatangan partikel (makhluk) super mungil tak kasat mata berwujud virus corona baru, manusia menjadi target serangan sehingga sampai akhir Mei 2020 telah menginfeksi 5.819.962 orang dengan 362.786 kematian yang dilaporkan seluruh dunia (www.who.int). Covid-19 ini menyebar ke pelosok bumi dengan kecepatan mengerikan seiring mobilitas manusia. Pandemi ini juga telah merontokkan sistem kesehatan beberapa negara
- Dampak non kesehatan pun sudah di depan mata, misalnya potensi resesi ekonomi global, keresahan sosial, serta perubahan perilaku manusia dan interaksi antarmanusia untuk menghindari penularan Covid-19. Hal ini menjadikan umat manusia makin menderita.
- Jika sedikit flashback setengah tahun lalu, sebelum terjadinya Covid-19 ini, dari sisi kesehatan, sebenarnya realitas menunjukkan bahwa umat manusia masih mengalami banyak sekali problematika kesehatan. Mulai dari kematian akibat berbagai penyakit menular dan tidak menular yang masih tinggi, akses layanan kesehatan yang masih rendah, distribusi dan kualitas fasilitas serta SDM kesehatan yang tidak merata, berbagai indikator kesehatan yang masih buruk, serta jaminan kesehatan yang belum terwujud. Jika kita mau jujur, sebenarnya ini merupakan kondisi yang abnormal. Normalnya adalah jika tingkat kesehatan manusia secara keseluruhan dalam kondisi yang baik. Setelah terjadi pandemi, situasinya kian abnormal.
- .

Perilaku Hidup bersih Dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluaraga dapat enolon dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. Salah satu perilaku PHBS pada anak yang menjadi perilaku adalah kebiasaan untuk mencuci tangan

- perilaku kesehatan seorang anak dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung salah satunya adalah peran orang tua. peran orang tua menggambarkan seperangkat perilaku interpersonal, sifat, tertentu. Peran orang tua sebagai pendidik, motivator, role model dan fasilitator.
- Apabila peran-peran ini dilaksanakan dengan baik maka kebiasaan seorang anak akan menjadi lebih baik dan anak akan termotivasi untuk melakukan mencuci tangan.
- perilaku kesehatan seorang anak dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung salah satunya adalah peran orang tua. peran orang tua menggambarkan seperangkat perilaku interpersonal, sifat, tertentu. Peran orang tua sebagai pendidik, motivator, role model dan fasilitator.
- Apabila peran-peran ini dilaksanakan dengan baik maka kebiasaan seorang anak akan menjadi lebih baik dan anak akan termotivasi untuk melakukan mencuci tangan.

Usaha peningkatan kesadaran anak untuk mencegah penularan infeksi penyakit dapat dilakukan orang tua atau anggota keluarga lain yang mengerti dan memahami pelaksanaan kebersihan personal hygiene dengan mencuci tangan. Kebiasaan anggota untuk mencuci tangan pada waktu membersihkan anak, baru membuang air besar, sesudah buang air besar, sebelum menyiapkan makanan, sebelum makan, sebelum menyuapi anak, serta kebiasaan orang tua mengingatkan anak untuk selalu mencuci tangan sebelum makan

- Dalam hal ini, seorang ibu akan selalu berada di garda depan untuk melindungi keluarganya dari berbagai penyakit dan masalah kesehatan. Pernyataan ini bukanlah rekaan, melainkan suatu fakta yang didapat dari berbagai studi. Sudah banyak bukti yang menunjukkan pentingnya peran ibu pada kesehatan anak dan keluarga. Dan, ternyata, peran tersebut dimulai sejak seorang wanita memasuki masa kehamilan hingga anak lahir dan tumbuh dewasa.

- 
- Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan dalam suatu keluarga adalah komunikasi. Komunikasi memiliki peran yang penting dalam kehidupan masyarakat.
 - Komunikasi yang efektif memberikan dampak yang baik pula terhadap kehidupan suatu keluarga. Peran orangtua dalam suatu keluarga sangat penting untuk pertumbuhan seorang anak. Ibu merupakan orang yang paling penting dalam kehidupan anaknya karena membantu anaknya dalam segala hal.

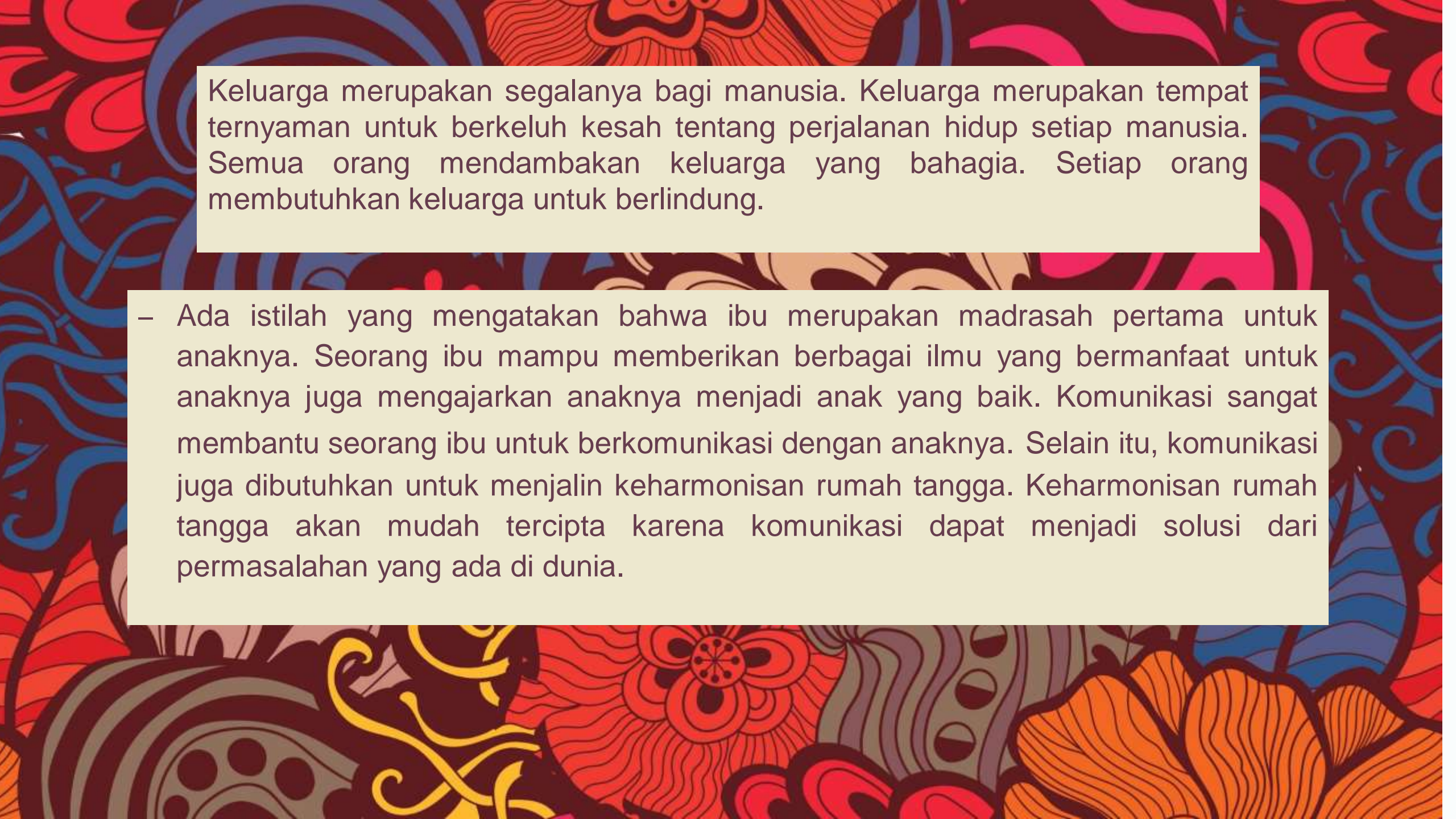
Sebagai orang tua, ibu dituntut untuk tidak hanya mampu mengasuh anak secara fisik, tetapi juga mampu mendidik anak untuk menjadi pribadi yang memiliki sopan santun, mampu mengendalikan diri, dan menjalin hubungan pertemanan yang sehat. Selain itu, ibu juga diwajibkan untuk membentuk pribadi anak yang tidak mudah menyerah dalam berbagai situasi.

- Ibu yang menentukan menu makanan keluarga, memilih bahan makanan yang kaya zat gizi, dan mengolahnya menjadi makanan untuk dapat disantap seluruh keluarga. Sepanjang proses pengolahannya, ibu harus membersihkan bahan makanan sebelum diolah, memastikan agar selalu mencuci tangan sebelum memasak, dan mengetahui cara penyimpanan yang baik agar makanan tak mudah dijangkiti kuman penyakit.
- Hal itu memang tampak sederhana, tapi terbukti sangat membantu menjaga kesehatan keluarga. Sebuah penelitian di Inggris menunjukkan bahwa pola hidup bersih yang diterapkan di dalam rumah tangga dapat menurunkan angka kematian akibat penyakit infeksi secara signifikan.

Peran ibu sebagai penyedia asupan yang sehat ini memang begitu penting. Tanpa makanan sehat yang diolah dengan baik, kepala keluarga mungkin tidak dapat fokus bekerja. Tanpa makanan yang kaya akan zat gizi, anak-anak tidak akan tumbuh dengan optimal.


Ibu juga berperan dalam deteksi dini berbagai penyakit dalam keluarga. Dapat dikatakan, ibu adalah “dokter” bagi anggota keluarganya. Saat salah satu anggota keluarga sakit, secara otomatis ibu akan melakukan pertolongan awal untuk mengurangi keluhan

- Dalam hal pengasuhan anak, ibu yang umumnya lebih sering bersama mereka. Ibu berperan dalam memberikan stimulasi untuk perkembangan anak, mulai dari stimulasi motorik halus, motorik kasar, bahasa, dan sosialnya. Anak yang secara konsisten diberikan stimulasi tepat sesuai usianya, tentu akan mencapai potensi tumbuh kembangnya secara optimal.
- Selain itu, ibu juga menjadi sosok yang mengenalkan dan menanamkan kebiasaan hidup sehat pada anak seperti kebiasaan mencuci tangan, mandi, olahraga, dan sebagainya. Kebiasaan yang terbentuk di keluarga akan dibawa oleh anak hingga ia dewasa.
- Dalam hal pengasuhan anak, ibu yang umumnya lebih sering bersama mereka. Ibu berperan dalam memberikan stimulasi untuk perkembangan anak, mulai dari stimulasi motorik halus, motorik kasar, bahasa, dan sosialnya. Anak yang secara konsisten diberikan stimulasi tepat sesuai usianya, tentu akan mencapai potensi tumbuh kembangnya secara optimal.
- Selain itu, ibu juga menjadi sosok yang mengenalkan dan menanamkan kebiasaan hidup sehat pada anak seperti kebiasaan mencuci tangan, mandi, olahraga, dan sebagainya. Kebiasaan yang terbentuk di keluarga akan dibawa oleh anak hingga ia dewasa.



Keluarga merupakan segalanya bagi manusia. Keluarga merupakan tempat ternyaman untuk berkeluh kesah tentang perjalanan hidup setiap manusia. Semua orang mendambakan keluarga yang bahagia. Setiap orang membutuhkan keluarga untuk berlindung.

- Ada istilah yang mengatakan bahwa ibu merupakan madrasah pertama untuk anaknya. Seorang ibu mampu memberikan berbagai ilmu yang bermanfaat untuk anaknya juga mengajarkan anaknya menjadi anak yang baik. Komunikasi sangat membantu seorang ibu untuk berkomunikasi dengan anaknya. Selain itu, komunikasi juga dibutuhkan untuk menjalin keharmonisan rumah tangga. Keharmonisan rumah tangga akan mudah tercipta karena komunikasi dapat menjadi solusi dari permasalahan yang ada di dunia.



Komunikasi baik verbal maupun non verbal dalam keluarga sangat diperlukan guna menjaga lingkungan dan masyarakat berada dalam kedamaian, tanpa kekerasan, dan harmonis.

•**Intonasi yang lembut.**

Islam sangat menggarisbawahi pentingnya sopan santun dan etika dalam berkomunikasi, salah satunya adalah dengan menggunakan intonasi yang lembut. Sebaliknya, menggunakan intonasi yang keras dapat membuat penerima pesan menjadi tidak nyaman.

•**Menggunakan kata-kata yang tepat.**

Untuk mencapai komunikasi yang efektif, pemilihan serta penggunaan kata-kata, frasa dan kalimat yang tepat sangatlah penting agar pesan dapat tersampaikan dengan baik.

Menggunakan suara yang lemah lembut.

Suara yang keras dapat menyebabkan gangguan dan kerusakan pada alat pendengaran. Suara yang keras termasuk dalam polusi yang dapat merusak kesehatan. Secara alamiah, Allah SWT telah menganugerahkan manusia dengan suara yang sangat dinamis yang dapat digunakan dalam situasi yang tepat. Karenanya, penggunaan volume suara yang tepat perlu disesuaikan dengan penerima pesan.

– Memahami mental penerima pesan.

Setiap ibu dalam komunikasi pasti memahami bahwa setiap anak memiliki sifat dan tingkatan mental yang berbeda. Sehingga masing-masing orang pun memiliki kemampuan yang berbeda dalam menerima dan menyerap pesan yang disampaikan ibu sebagai komunikator.

– Memahami situasi dan kondisi.

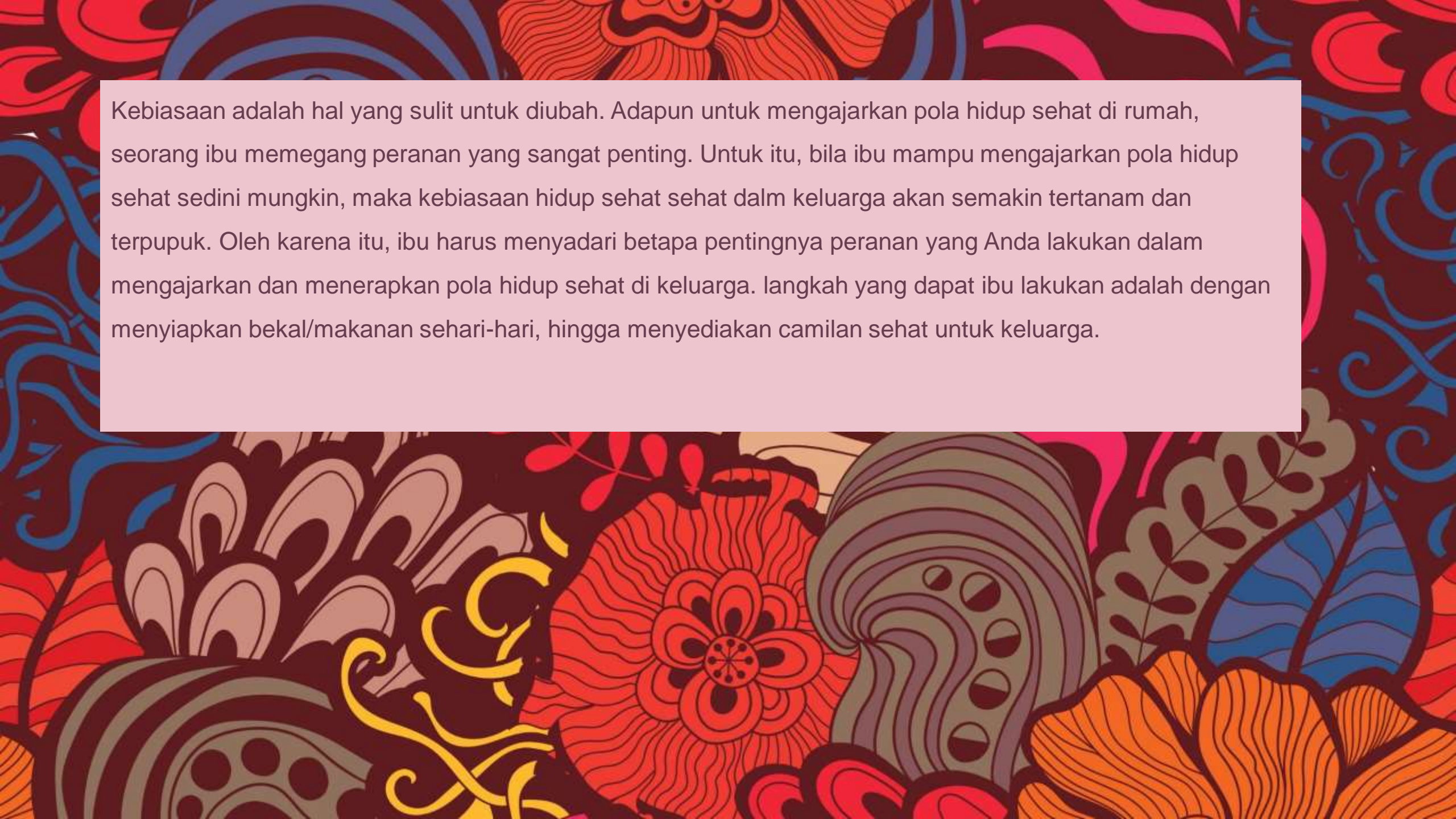
Salah satu prinsip kunci dari komunikasi yang efektif adalah memahami situasi dan kondisi dimana komunikasi tersebut berlangsung

Menghindari dominasi pembicaraan. Dalam suatu diskusi, tidak jarang ibu sebagai anggota diskusi yang terlalu mendominasi pembicaraan dibandingkan dengan yang lain. Hal ini mengakibatkan anggota diskusi yang lain menjadi bosan. Adanya dua telinga dan satu mulut dimaksudkan agar sebagai pengirim pesan hendaknya lebih banyak mendengar dibandingkan berbicara.

- Di dalam sebuah komunikasi pasti melibatkan dua atau lebih individu dalam berinteraksi informasi. Sehingga, akan ada sikap-sikap individu yang berbeda-beda dengan berbagai komponen. Ketiga komponen itu di antaranya:
 1. Kognitif- Individu mencapai tingkat “tahu” pada objek yang diperkenalkan.
 2. Afektif- Individu mempunyai kecenderungan untuk suka atau tidak suka pada objek.
 3. Konatif- Perilaku ini sudah sampai tahap hingga individu melakukan sesuatu tindakan terhadap objek.

Derajat kesehatan dapat dilihat dari beberapa indikator yang mencakup seluruh aspek di semua golongan umur masyarakat Indonesia. Salah satu aspek dalam peningkatan derajat kesehatan adalah kesehatan anak. Anak harus dipersiapkan agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dengan memperhatikan kesehatan dan kebersihan diri anak sejak usia dini agar kebutuhan mendasar anak berupa kesehatan rohani dan jasmani dapat terpenuhi

- Anak Usia Dini (AUD) adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun yang sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan, baik fisik maupun mental . Anak usia dini masih memiliki imunitas tubuh yang rendah sehingga lebih rentan terhadap serangan infeksi kuman dan penyakit jika tidak bersih dan terawat.
- peranan ibu sangat dominan dan menentukan kualitas hidup anak di kemudian hari, sehingga sangatlah penting bagi mereka untuk mengetahui dan memahami cara untuk membudayakan PHBS anak sejak usia dini. Ibu yang mempunyai pengetahuan tinggi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) berpeluang bagi keluarganya untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. penanaman karakter PHBS akan menjadi kebiasaan yang mudah diterapkan sepanjang hayat jika mulai sejak dini.



Kebiasaan adalah hal yang sulit untuk diubah. Adapun untuk mengajarkan pola hidup sehat di rumah, seorang ibu memegang peranan yang sangat penting. Untuk itu, bila ibu mampu mengajarkan pola hidup sehat sedini mungkin, maka kebiasaan hidup sehat dalam keluarga akan semakin tertanam dan terpupuk. Oleh karena itu, ibu harus menyadari betapa pentingnya peranan yang Anda lakukan dalam mengajarkan dan menerapkan pola hidup sehat di keluarga. Langkah yang dapat ibu lakukan adalah dengan menyiapkan bekal/makanan sehari-hari, hingga menyediakan camilan sehat untuk keluarga.

1. Mengonsumsi Makanan Sehat

Tidak dapat dipungkiri bahwa tanpa kehati-hatian, makanan yang dikonsumsi justru dapat membawa penyakit. Mulai dari penyakit akut – seperti sakit perut dan mencret akibat mengonsumsi makanan beracun, hingga penyakit menahun dan kronik – seperti penyakit jantung koroner dan diabetes mellitus.

Oleh karena itu, ibu harus mampu menanamkan kebiasaan makan makanan sehat yang bergizi seimbang namun tidak berlebihan, tidak melupakan konsumsi sayuran dan buah-buahan, serta hindari camilan atau jajanan tidak sehat yang tinggi lemak, tinggi gula, serta yang tidak terjamin kebersihannya.

2. Berolahraga Secara Rutin dan Teratur

Ada kalanya kesibukan ibu mengatur rumah tangga dan melakukan pekerjaan di luar rumah menyebabkan ibu tidak bisa menyempatkan diri untuk berolahraga secara teratur. Namun sadarilah bahwa dengan membiasakan diri berolahraga secara teratur, ibu akan memberikan dorongan dan semangat pada anggota keluarga lain untuk ikut rutin berolahraga.

Sebagai contoh, beberapa bentuk olahraga yang dapat dilakukan bersama keluarga adalah senam bersama, jogging, bersepeda, renang

Menciptakan Kebiasaan Sehat

Ibu mungkin tidak akan mampu menjaga seluruh anggota keluarga, terutama anak-anak, selama 24 jam. Membiasakan diri menerapkan kebiasaan-kebiasaan sehat yang baik dapat menjaga mereka saat berada di luar rumah, dan hal ini dapat dimulai dengan contoh dari ibu.

Sebagian contoh kebiasaan sehat yang baik untuk keluarga dapat mengacu pada 10 indikator nasional Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yakni: menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik di rumah, makan sayur dan buah setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari, dan tidak merokok di dalam rumah.

- **Menanamkan perilaku hidup sehat kepada seluruh anggota keluarga sejak dini.**
Sebagai ibu dituntut mengajarkan cara menjaga kebersihan, untuk hidup sehat. Kebiasaan hidup sehat tidak muncul begitu saja, tetapi merupakan perilaku yang harus ditanamkan sejak anggota keluarga masih kecil. Di sinilah ibu memiliki peran yang sangat besar.
- **Menyediakan makanan yang halal, baik dan bergizi bagi anggota keluarganya.**
 - Membuat dan menyediakan makanan yang sehat, bergizi dan tetap enak untuk dinikmati serta sesuai dengan standar dari pola hidup sehat merupakan amalan yang disukai Allah SWT. Apalagi jika dalam anggota keluarga tersebut terdapat anak kecil atau orangtua yang membutuhkan makanan khusus sesuai dengan umur dan kondisi tubuh mereka

Jaga Kebersihan Dengan Mencuci Tangan



Pakai sabun dengan air mengalir selama 20 detik

**Perilaku Sederhana,
Berdampak Luar Biasa**

GUNAKAN **MASKER** DENGAN BENAR



Area mulut, hidung,
dan dagu terlindungi.



Maskernya jangan digantung di telinga.



Masker jangan jadi hiasan dada.



Maskernya jangan di dagu saja.



Masker jangan dijadikan hiasan leher.



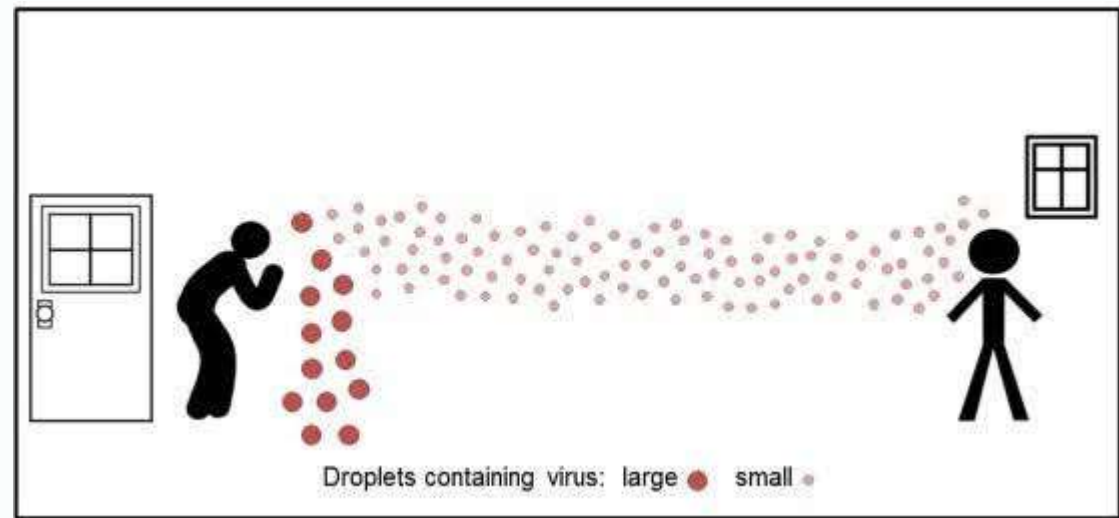
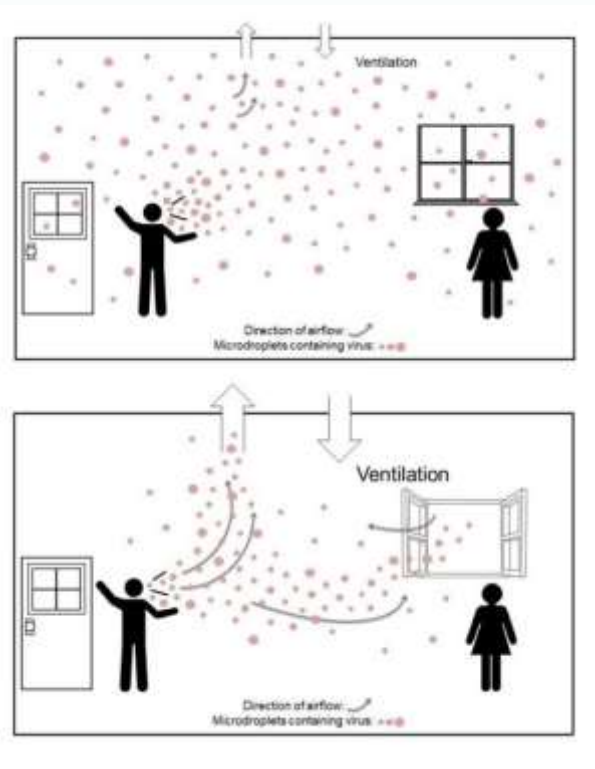
Masker jangan hanya menutupi mulut,
hidungnya juga ditutupi.

 @japolid  @japolid

JAPOLIDI
Lewati
Masa
Covid-19



Penyebaran virus covid-19



MASKER KAIN **WAJIB DICUCI** JANGAN HANYA DIJEMUR





PAUD TURPA UMI NAWIYAH

Surat Keterangan Pengabdian Masyarakat

Jakarta, 12 Agustus 2020

Dengan Hormat,

Nama : Baiduri, S.Pd

Jabatan : Kepala Sekolah PAUD "Turpa Umi Nawiyah"

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Dr. Susi Yunarti, M.Si

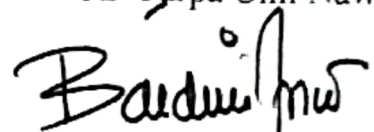
Pekerjaan : Dosen Fakultas Ilmu Komunikasi UPI Y.A.I Jakarta

telah melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema "Komunikasi Kesehatan bagi Ibu dan Anak pada Masa Pandemi Covid-19 kepada para orangtua siswa PAUD Turpa Umi Nawiyah Kelurahan Harja Mukti, Cimanggis Depok, pada hari Rabu tanggal 12 Agustus 2020 dengan memberikan materi dengan "Strategi Komunikasi Ibu dalam Menanamkan Perilaku Hidup Sehat pada Anak".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk bisa dipergunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,

Kepala PAUD Turpa Umi Nawiyah



(Baiduri, S.Pd)

KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

PAUD Turpa Umi Nawiyah

Tema "Komunikasi Kesehatan Bagi Ibu dan Anak di Masa Pandemi Covid-19"

Absensi Peserta


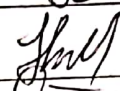
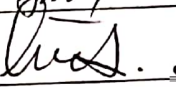
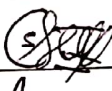

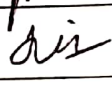


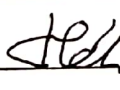
No	Nama	Tanda Tangan
1	SUMARDI	
2	NYAI ISM ALA SARI	
3	Karmila.	
4	SoFiatun	
5	ana yohana.	
6	Nani.s	
7	Paya	
8	Limih	
9	DedeH	
10		
11		
12		
13		
14		
15		

Foto kegiatan abdimas

PAUD TURPA UMI NAWIYAH
Harjamukti Cimanggis Depok







Sertifikat



DIBERIKAN KEPADA

SUSI YUNARTI

atas keikutsertaan sebagai **PEMBICARA**
Pada Pengabdian Masyarakat Fakultas Ilmu
Komunikasi Universitas Persada Indonesia
YAI

**"Komunikasi Kesehatan Bagi Ibu dan Anak
di Masa Pandemi Covid 19"**

dengan materi
**Strategi komunikasi ibu dalam
menanamkan perilaku hidup sehat pada
anak**

**12 Agustus 2020,
di Paud Turpa Umi Nawiyah, Kel.Harja Mukti
Cimanggis,Depok**

NUR IDAMAN, MSI.

Penyelenggara Acara