



AQAS



DIKTISAINTEK  
BERDAMPAK

PROGRAM BUDAYA SEHAT

# PASTI

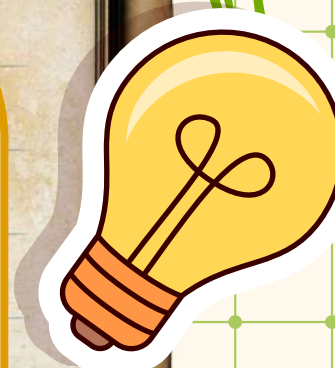
**(PARENTING ANTISIPASI STUNTING MELALUI TEKNOLOGI INTERAKTIF)**

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



**Panduan bagi Fasilitator**

# DAFTAR ISI



## Halman

- 1** Prakata
- 2** Apa itu model PASTI ?
- 4** Apa yang Diintegrasikan Dalam Model PASTI?
- 5** Apa Peran Fasilitator dalam Mengintegrasikan Komponen PASTI ?
- 6** Bagaimana Fasilitator Menerapkan Pendekatan Techno Pedagogic?

## Halman

- 8** Bagaimana Cara Kerja Model PASTI ?
- 10** Apa Saja 5 Langkah PASTI ?
- 15** Apa Saja Komponen Model PASTI ?
- 25** Bagaimana Alur Pembelajaran Parenting dalam Model PASTI?
- 31** Pembelajaran Mandiri melalui Platform

## Halman

- 33** Penutup
- 34** Catatan Penting
- 35** Refleksi Akhir Model PASTI
- 36** Glossarium
- 38** Referensi
- 39** Profil Penulis



# PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya Buku Panduan Implementasi Model PASTI (Parenting Antisipasi Stunting melalui Teknologi Interaktif) sebagai bagian dari Program Budaya Sehat, yaitu upaya membangun kebiasaan hidup sehat dalam keluarga melalui praktik pengasuhan yang adaptif dan berkelanjutan.

Model PASTI dikembangkan sebagai respons terhadap tantangan pengasuhan keluarga masa kini yang berada dalam ekosistem digital, di mana arus informasi sangat mudah diakses namun tidak selalu dipahami secara tepat. Melalui pendekatan reflektif, dialogis, dan berbasis perubahan kecil yang berkelanjutan, model ini menempatkan orang tua sebagai aktor utama dalam membangun kebiasaan sehat di rumah.

Buku panduan ini berfungsi sebagai pegangan fasilitator, yaitu guru PAUD atau kader Posyandu, dalam mendampingi orang tua melalui proses pembelajaran yang kontekstual dan berbasis pengalaman. Sementara itu, pembelajaran utama dilakukan oleh orang tua secara mandiri dengan dukungan modul dan media pembelajaran sebagai alat bantu, serta pendampingan yang empatik dan tidak menghakimi.

Harapannya, Model PASTI dapat menjadi pendekatan pendampingan keluarga yang relevan, kontekstual, dan berkelanjutan dalam mendukung praktik pengasuhan responsif serta pencegahan risiko stunting sejak dini. Semoga buku ini bermanfaat dan dapat digunakan secara fleksibel sesuai kebutuhan keluarga dan lingkungan masing-masing.

Tim Penyusun

# Apa itu Model PASTI ?

Model PASTI merupakan model pembelajaran parenting yang dikembangkan dengan pendekatan techno-pedagogic melalui pemanfaatan teknologi interaktif sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran reflektif. Model ini memfasilitasi perubahan perilaku pengasuhan keluarga secara bertahap melalui pengalaman, interaksi, dan refleksi.

Model ini menempatkan orang tua sebagai pembelajar aktif dengan fasilitator sebagai pendamping, serta berfokus pada peningkatan kualitas kesehatan dan gizi anak sebagai bagian dari upaya pencegahan risiko stunting.



# Apa Tujuan Model PASTI ?



- Meningkatkan kualitas praktik pengasuhan dalam kehidupan sehari-hari
- Mendorong terbentuknya kebiasaan keluarga yang lebih sehat dan responsif
- Mendukung upaya pencegahan risiko stunting melalui perubahan perilaku pengasuhan berbasis literasi kesehatan dan gizi
- Mengembangkan kesadaran orang tua dalam mengambil keputusan pengasuhan secara mandiri

# Apa yang Diintegrasikan Dalam Model PASTI?

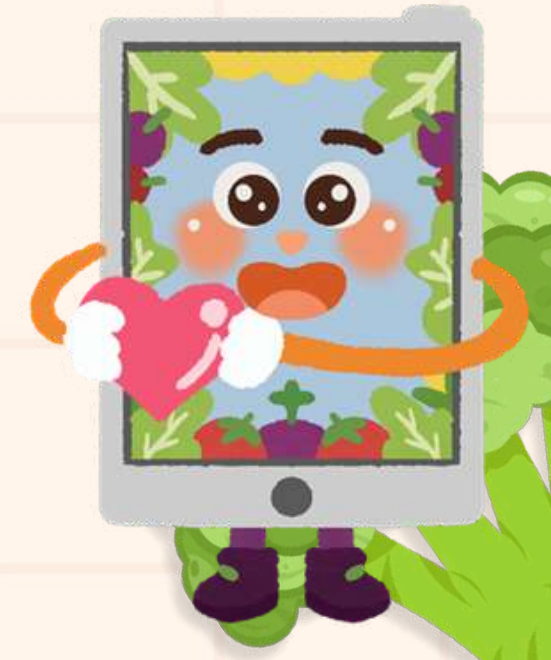
Integrasi dalam Model PASTI tidak bersifat instruksional, tetapi bersifat reflektif dan kontekstual berdasarkan pengalaman keluarga. Model PASTI mengintegrasikan :



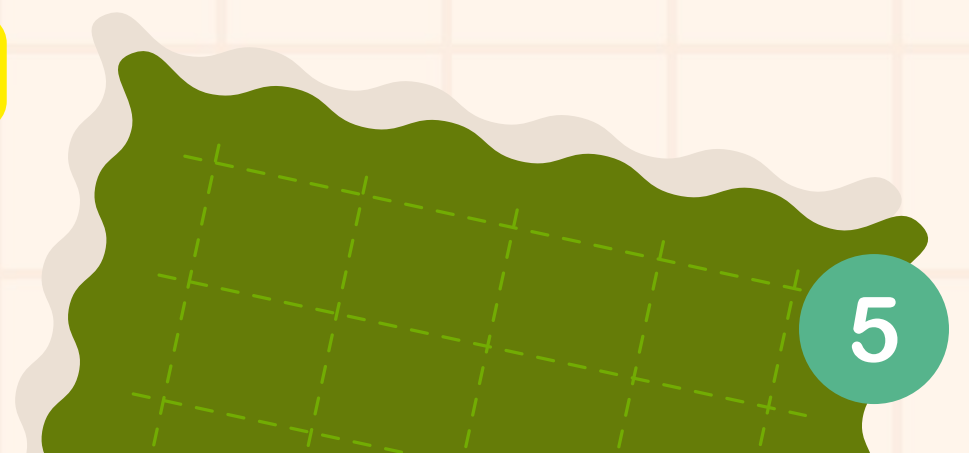


# Apa Peran Fasilitator dalam Mengintegrasikan Komponen PASTI ?

Dalam setiap sesi pendampingan, fasilitator berperan untuk:



- **Mengarahkan orang tua dalam memahami dan merefleksikan pengalaman pengasuhan sehari-hari**
- **Mengaitkan materi kesehatan dan gizi dengan kondisi nyata keluarga**
- **Membantu orang tua mengidentifikasi masalah yang dihadapi dalam pengasuhan**
- **Mengarahkan pemanfaatan teknologi digital sebagai sumber belajar berbasis kebutuhan**
- **Mendorong praktik pengasuhan responsif melalui diskusi dan refleksi**
- **Memfasilitasi perubahan kecil yang realistis dan berkelanjutan**





# Bagaimana Fasilitator Menerapkan Pendekatan Techno Pedagogic?



**Fasilitator menerapkan pendekatan ini melalui:**

## **Menggali pengalaman orang tua**

Sesi dimulai dengan pertanyaan sederhana yang mengangkat pengalaman sehari-hari, bukan langsung memberikan materi.

## **Menggunakan pertanyaan reflektif**

Contoh:

*"Bagaimana kebiasaan makan anak di rumah?"*

*"Apa yang biasanya dilakukan saat anak sulit makan?"*

## **Membantu orang tua mengidentifikasi masalah**

Fasilitator mengarahkan orang tua untuk menyadari tantangan yang dihadapi dalam pengasuhan sehari-hari.



# Bagaimana Fasilitator Menerapkan Pendekatan Techno Pedagogic?



**Fasilitator menerapkan pendekatan ini melalui:**

## **Mengarahkan penggunaan teknologi secara terarah**

Fasilitator membantu orang tua mengakses modul, membaca komik, dan menonton video melalui platform budayasehat.com berdasarkan masalah yang telah diidentifikasi.

Contoh:

*"Silakan pilih materi yang sesuai dengan kondisi anak di rumah melalui platform."*

*"Dari materi yang dipelajari, apa yang paling relevan dengan pengalaman di rumah?"*

## **Memfasilitasi refleksi dan mendorong perubahan**

Fasilitator membantu orang tua merencanakan satu perubahan kecil yang dapat dilakukan secara konsisten di rumah.

# Bagaimana Cara Kerja Model PASTI ?

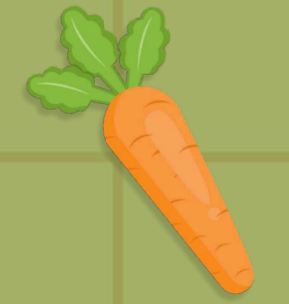


**Secara konseptual, Model PASTI bekerja melalui siklus pembelajaran reflektif yang dimulai dari pengalaman nyata, dilanjutkan dengan eksplorasi pengetahuan, hingga pada penentuan dan evaluasi perubahan perilaku. Siklus ini berlangsung secara berulang dan kontekstual sesuai kondisi keluarga.**



# Bagaimana Cara Kerja Model PASTI ?

Model PASTI bekerja melalui proses pembelajaran berbasis pengalaman dan masalah keluarga, di mana orang tua merefleksikan kondisi, mengakses materi melalui platform, dan menerapkan perubahan kecil secara bertahap dengan pendampingan fasilitator.

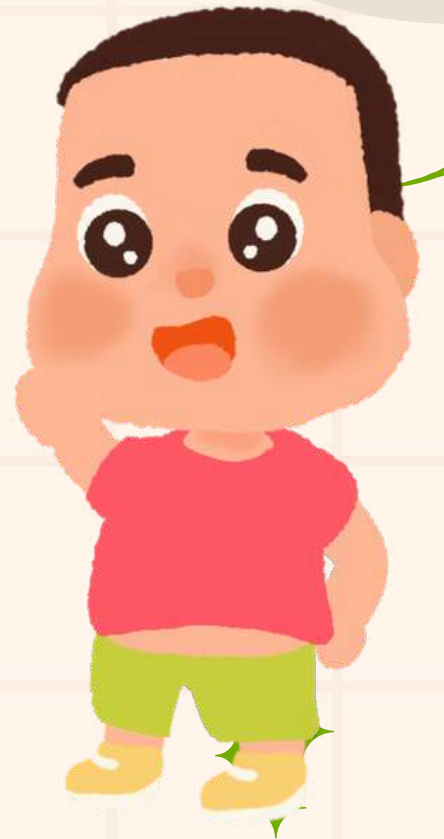
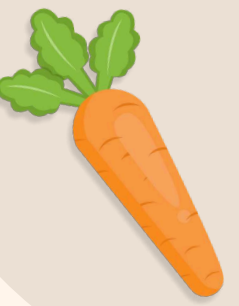


# Apa Saja 5 Langkah PASTI ?

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

## 1 Orientation & Reflection (Mengenali dan merefleksikan kondisi keluarga)

Tahap pertama dalam PASTI membantu orang tua mengenali kondisi keluarganya dan pola pengasuhan. Fasilitator mendorong orang tua untuk merefleksikan kebiasaan sehari-hari, seperti penggunaan gawai dan pola makan anak, melalui aktivitas sederhana seperti checklist dan jurnal foto. Refleksi ini menunjukkan bahwa setiap keluarga memiliki titik awal yang berbeda dan tidak ada yang benar atau salah. Kesadaran ini menjadi dasar untuk proses pendampingan selanjutnya.







2

## Sharing Experience (Berbagi pengalaman pengasuhan)



Pada tahap ini, orang tua berbagi pengalaman pengasuhan sehari-hari terkait teknologi, waktu makan, dan interaksi keluarga dalam suasana yang aman dan hangat. Fasilitator membantu menciptakan ruang nyaman untuk refleksi terarah, membantu orang tua mengidentifikasi pola kebiasaan yang tidak disadari. Melalui berbagi, mereka menyadari bahwa tantangan pengasuhan adalah pengalaman bersama, memperkuat keterhubungan emosional dan motivasi untuk melakukan perubahan kecil yang realistis.

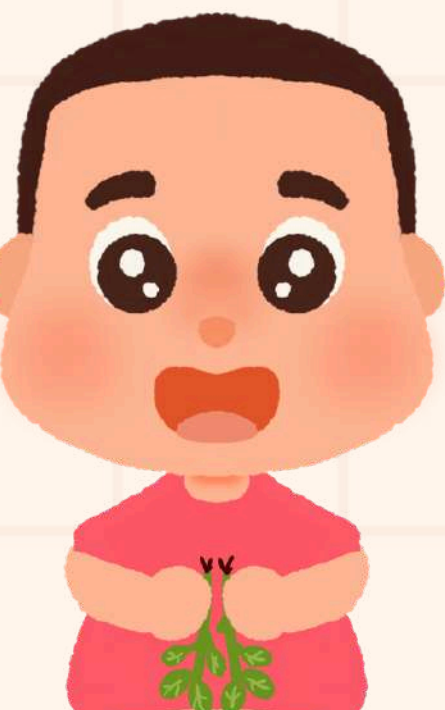


**3**

### **Elaboration & Exploration**

**(Mengeksplorasi materi melalui platform sesuai kebutuhan)**

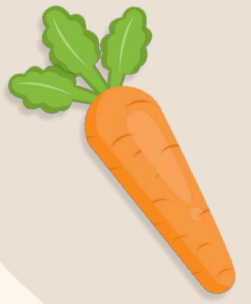
Setelah kesadaran terbentuk, orang tua memasuki tahap elaborasi dan eksplorasi. Fasilitator membantu mereka menggali pengetahuan baru melalui media PASTI, seperti video edukatif dan komik gizi. Orang tua diajak mengeksplorasi informasi kesehatan, batas penggunaan gawai, dan praktik pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang anak. Proses belajar bersifat dialogis, menghubungkan pengalaman pribadi dengan pengetahuan baru agar relevan dan mudah diterapkan.







4

## **Finding (Menentukan perubahan kebiasaan yang realistis)**



Pada tahap finding, orang tua dibantu memilih satu atau dua kebiasaan kecil yang realistis untuk dilakukan di rumah. Fokusnya adalah pada komitmen yang sesuai dengan kondisi keluarga, seperti makan tanpa gawai sehari sekali atau meluangkan waktu tanpa gawai. Fasilitator menekankan bahwa perubahan kecil yang konsisten lebih berdampak daripada perubahan besar yang sulit dipertahankan.



## 5 Summarization (Merefleksi dan merencanakan tindak lanjut)

Tahap terakhir PASTI adalah summarization, yang merangkum pengalaman, mengevaluasi praktik, dan merencanakan langkah selanjutnya. Orang tua diajak untuk merefleksikan keberhasilan, tantangan, dan perubahan dalam keluarga. Evaluasi bersifat reflektif, bukan formal, dengan bantuan fasilitator untuk memahami bahwa pengasuhan adalah perjalanan dinamis. Orang tua didorong untuk mempertahankan kebiasaan positif dan mengembangkan praktik pengasuhan yang sehat, responsif, dan sadar teknologi.

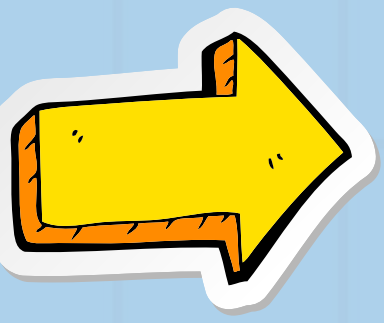
**Kelima tahapan ini mencerminkan proses pembelajaran berbasis pengalaman yang menekankan refleksi, interaksi sosial, dan perubahan perilaku secara bertahap.**

# Apa Saja Komponen Model PASTI ?



**Dalam implementasinya, Model PASTI didukung oleh beberapa komponen yang saling terintegrasi sebagai alat bantu pembelajaran. Komponen ini digunakan secara bertahap untuk membantu orang tua merefleksikan pengalaman, memperoleh pemahaman baru, serta menerapkan perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari berbasis kondisi nyata keluarga.**

**Komponen tersebut bukan merupakan inti dari model, melainkan sarana operasional yang digunakan untuk mengimplementasikan sintaks Model PASTI dalam praktik pendampingan.**



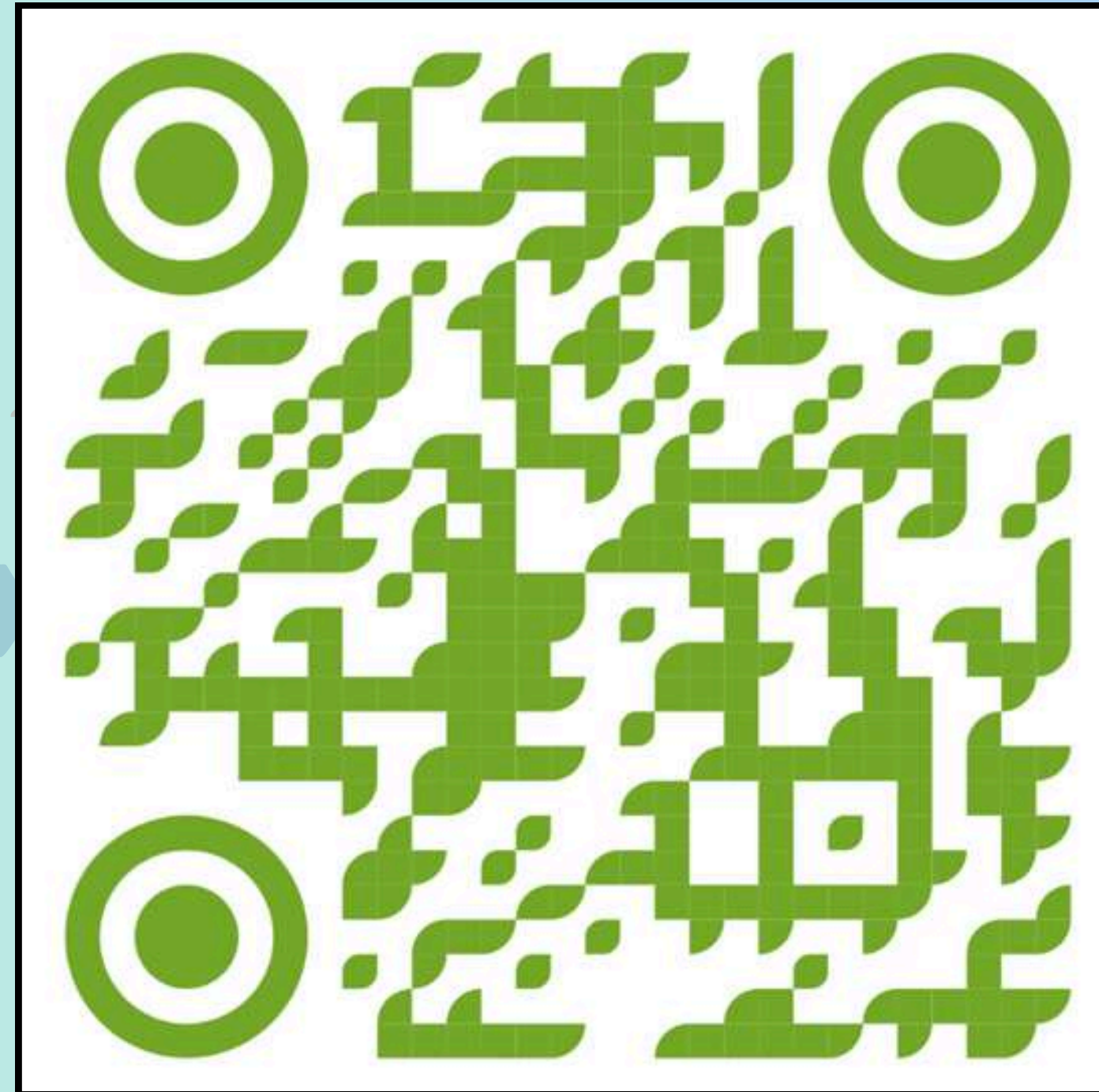
# Platform Digital Budaya Sehat

Platform *budayasehat.com* berfungsi sebagai alat bantu pembelajaran dalam implementasi Model PASTI. Melalui platform ini, orang tua dapat mengenali kondisi keluarga, mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, serta mendokumentasikan refleksi pengalaman sehari-hari secara lebih terarah.

Selain itu, platform juga mendukung keterhubungan antara proses refleksi dengan akses terhadap berbagai sumber belajar yang relevan dengan kebutuhan masing-masing keluarga. Penggunaan platform bersifat fleksibel dan disesuaikan dengan kesiapan serta kondisi orang tua, sehingga tidak menjadi satu-satunya media dalam proses pembelajaran.

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

# Scan Platform Disini



# Sintaks Pembelajaran Model PASTI

Sintaks Model PASTI merupakan alur pembelajaran yang terstruktur dan reflektif, yang terdiri dari lima tahapan, yaitu: Orientation and Reflection, Sharing Experience, Elaboration and Exploration, Finding, dan Summarization.

Kelima tahapan ini dirancang untuk membantu orang tua secara bertahap:

- mengenali kondisi nyata keluarga,
- memahami pengalaman pengasuhan,
- memperoleh pengetahuan baru,
- serta menentukan perubahan perilaku yang realistis.

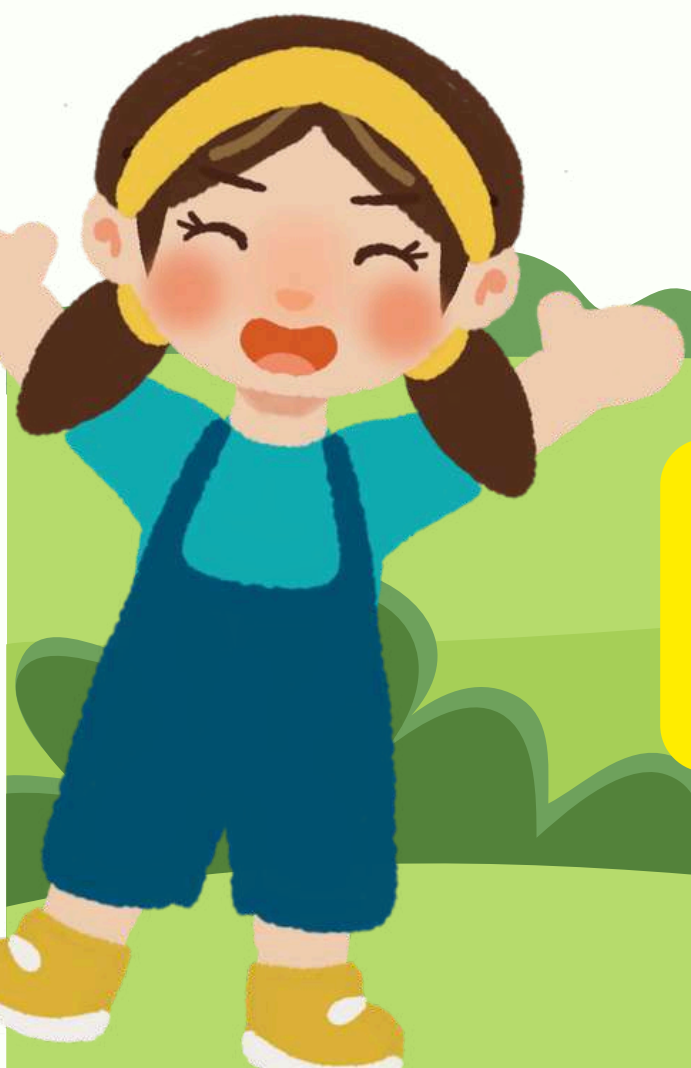


# Modul Pembelajaran (2 Modul Inti)

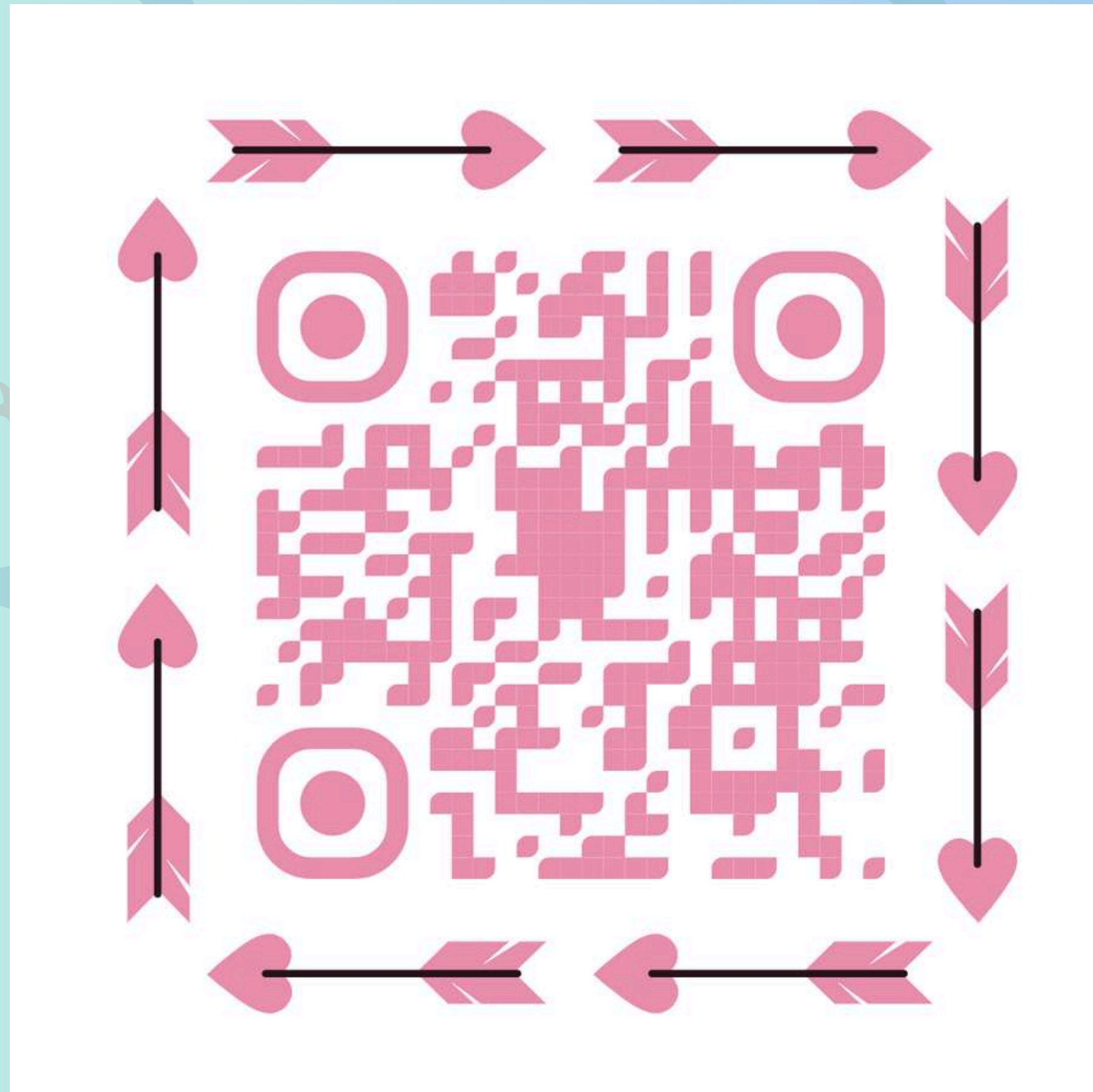
Modul berfungsi sebagai sumber belajar utama yang diakses berdasarkan kebutuhan orang tua, yaitu:

- Modul Keluarga Sehat di Era Digital
- Modul Keluarga Cerdas Gizi

Modul membantu orang tua memahami konsep serta contoh praktik yang relevan dengan kondisi keluarga.



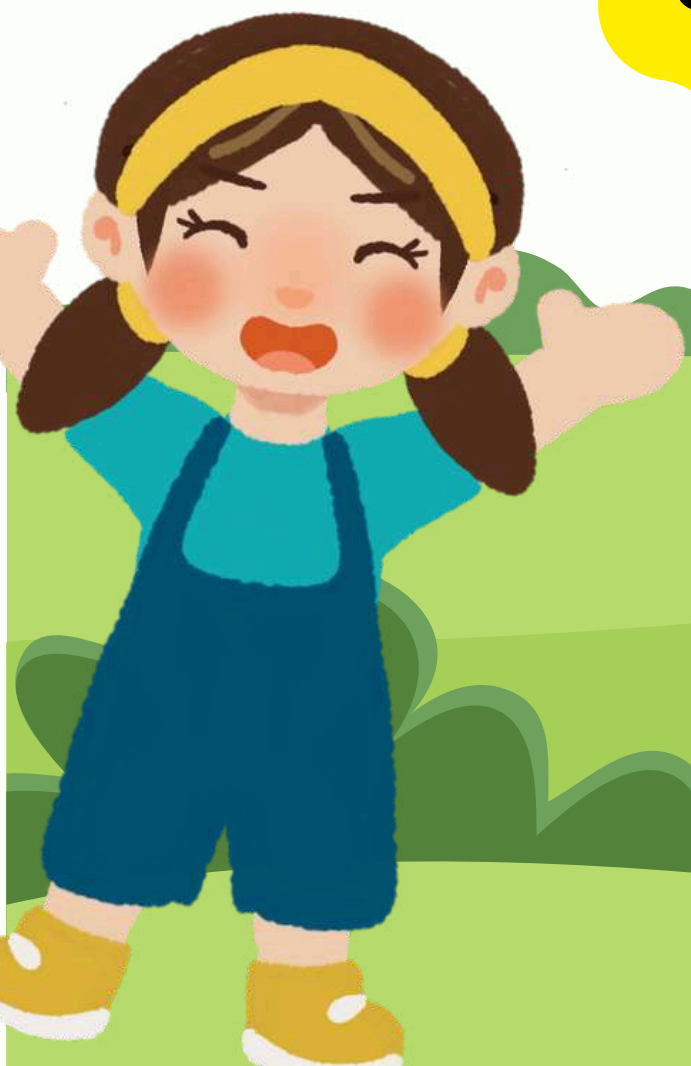
# Scan Modul Disini



# Media Edukasi Digital (Artikel, Komik dan Video)

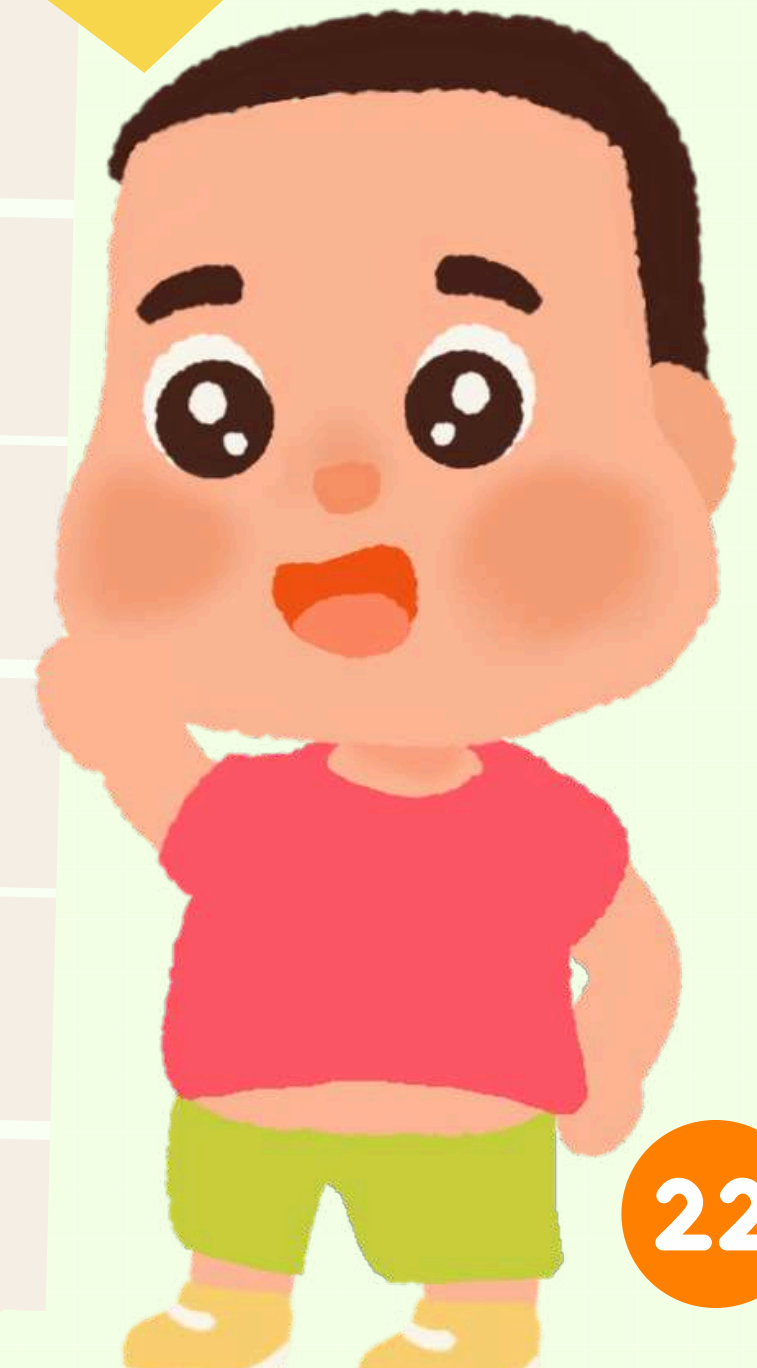
Media edukasi berupa artikel, komik dan video digunakan sebagai penguat pembelajaran yang:

- mudah dipahami
- kontekstual dengan kehidupan keluarga
- dapat diakses sesuai masalah yang dipilih





# Scan Untuk Membaca Komik



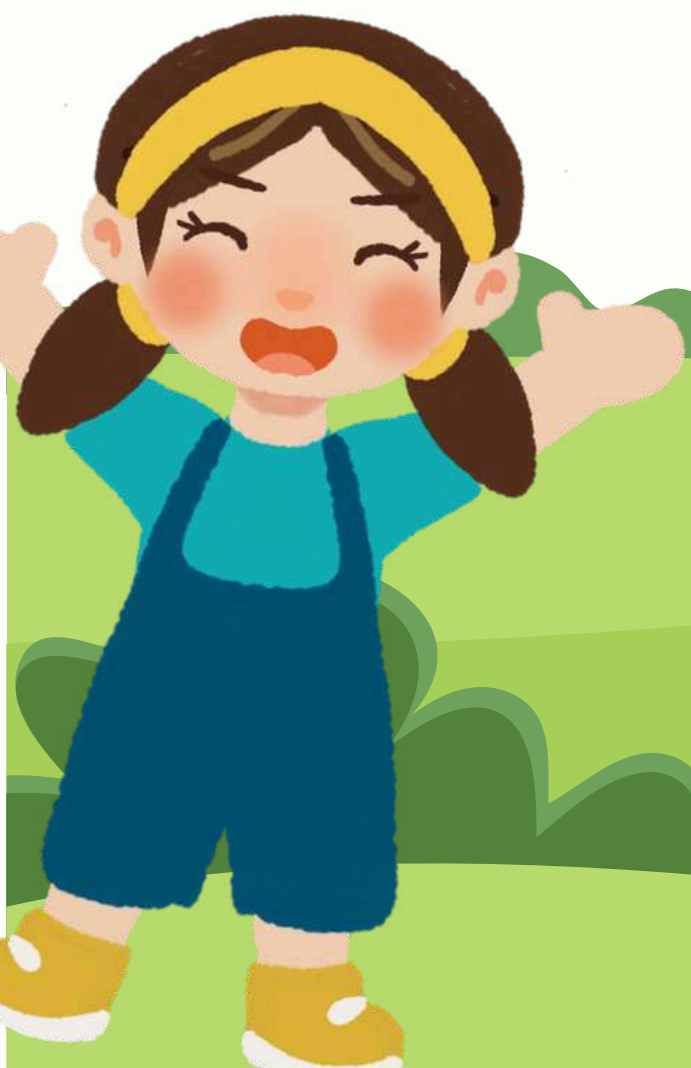
# Scan Video Disini



# Pendampingan Fasilitator

Fasilitator berperan dalam:

- memfasilitasi refleksi pengalaman orang tua
- mengarahkan penggunaan platform dan materi
- membantu orang tua menghubungkan pembelajaran dengan praktik nyata
- mendampingi proses perubahan perilaku





## Bagaimana Alur Pembelajaran Parenting dalam Model PASTI?

Pembelajaran dalam Model PASTI dilaksanakan melalui sesi pendampingan yang bersifat reflektif, kontekstual, dan berbasis pengalaman orang tua. Setiap sesi dirancang untuk membantu orang tua mengenali kondisi keluarga, mengeksplorasi pengetahuan melalui platform, serta menerapkan perubahan kecil dalam kehidupan sehari-hari.

Alur ini merupakan bentuk operasional dari sintaks Model PASTI dalam praktik pendampingan.

NEXT »

# 1. Pembukaan (5-10 menit)

## Tujuan:

membangun suasana nyaman & kesiapan belajar

## Peran Fasilitator:

- menyapa orang tua
- menciptakan suasana aman (tidak menghakimi)
- menyampaikan tujuan sesi secara singkat

## Contoh ucapan fasilitator:

*"Ibu/Bapak, hari ini kita tidak belajar teori ya, tapi kita akan melihat pengalaman kita sendiri di rumah."*

*"Tidak ada jawaban benar atau salah, kita belajar dari pengalaman masing-masing."*

## 2. Kegiatan Inti (30–40 menit)

**a**

### Menggali pengalaman & refleksi

Fasilitator mengajak orang tua menceritakan kondisi nyata.

**Contoh:**

*“Bagaimana kebiasaan makan anak di rumah?”*

*“Apa yang biasanya dilakukan saat anak sulit makan?”*

**b**

### Identifikasi masalah

Fasilitator membantu orang tua menyadari masalah utama.

**Contoh:**

- “Dari cerita tadi, kira-kira hal apa yang paling sering terjadi?”



## 2. Kegiatan Inti (30–40 menit)

**C**

**Akses pembelajaran  
melalui platform**

Orang tua diarahkan membuka [budayasehat.com](http://budayasehat.com) sesuai masalahnya.

**Contoh:**

*“Silakan isi biodata dan pilih kondisi yang paling sesuai dengan yang dialami di rumah.”*

*“Setelah itu, kita lihat bersama materi yang muncul.”*

**d**

**Diskusi & pemaknaan**

Fasilitator membantu mengaitkan materi dengan kondisi nyata.

**e**

**Menentukan perubahan  
kecil**

Orang tua memilih 1 kebiasaan realistis.

## 3. Refleksi (10-15 menit)

### Tujuan:

memperkuat kesadaran orang tua

### Peran Fasilitator:

- mengajak orang tua menyimpulkan
- bukan menguji atau menilai

### Contoh ucapan fasilitator:

*"Apa hal baru yang Ibu/Bapak sadari hari ini?"*

*"Apa yang ingin dicoba di rumah?"*

## 4. Penutup (5-10 menit)

### **Tujuan:**

memastikan komitmen & keberlanjutan

### **Peran Fasilitator:**

- merangkum
- memberi penguatan

### **Contoh ucapan fasilitator:**

*“Tidak perlu banyak perubahan, cukup satu kebiasaan kecil tapi dilakukan konsisten”*

# PEMBELAJARAN MANDIRI MELALUI PLATFORM

Model PASTI memungkinkan orang tua untuk belajar secara mandiri melalui platform [www.budayasehat.com](http://www.budayasehat.com) tanpa harus selalu didampingi fasilitator. Pembelajaran mandiri ini tetap berada dalam kerangka sintaks Model PASTI, sehingga proses yang dilakukan tetap terarah dan kontekstual sesuai kondisi keluarga.



# Dalam pembelajaran mandiri:

1

orang tua mengidentifikasi masalah yang dialami

2

mengisi refleksi berdasarkan pengalaman

3

membaca materi (modul, komik, video, artikel, resep)

4

mengisi lampiran yang tersedia dan menentukan perubahan kecil yang akan dilakukan



# PENUTUP

Model PASTI menempatkan orang tua sebagai pembelajar aktif yang berperan utama dalam membangun kebiasaan sehat dalam keluarga. Melalui proses refleksi, eksplorasi, dan penerapan perubahan kecil, orang tua didorong untuk memahami kondisi keluarga secara lebih sadar dan bertahap.

Model ini tidak berfokus pada benar atau salah, tetapi pada proses belajar dari pengalaman nyata dalam kehidupan sehari-hari. Setiap keluarga memiliki kondisi yang berbeda, sehingga perubahan dilakukan secara kontekstual dan realistis.

Melalui dukungan platform digital, modul pembelajaran, serta media edukasi yang dapat diakses secara fleksibel, Model PASTI memungkinkan orang tua untuk terus belajar, mencoba, dan merefleksikan praktik pengasuhan secara berkelanjutan.

Dengan demikian, Model PASTI bukan hanya kegiatan sesaat, tetapi menjadi proses pembelajaran yang dapat diterapkan secara mandiri maupun dengan pendampingan fasilitator dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

# Catatan Penting :



Orang tua tidak diwajibkan mengakses seluruh bahan belajar sekaligus.



Model PASTI hadir untuk menemani proses pengasuhan, bukan untuk menambah beban keluarga



Silakan gunakan bahan belajar sesuai kebutuhan dan kesiapan keluarga. Perubahan kecil yang dilakukan secara konsisten lebih bermakna dibandingkan upaya besar yang sulit dipertahankan.



# Refleksi Akhir Model PASTI

Refleksi akhir merupakan bagian dari tahap summarization dalam Model PASTI yang membantu orang tua menyadari perubahan serta merencanakan langkah pengasuhan selanjutnya.

Orang tua diajak melihat kembali pengalaman, mengenali kebiasaan yang terbentuk, dan menentukan perubahan kecil yang dapat dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

Refleksi ini menegaskan bahwa pengasuhan adalah proses berkelanjutan berbasis kesadaran, sehingga Model PASTI diharapkan menjadi praktik yang terus berkembang secara mandiri dalam keluarga.

## 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 dalam memahami dan menerapkan informasi terkait kesehatan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak 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.



## Daftar Istilah Ringkas (Glossary)

### ➤ **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 Budaya Sehat**

Media digital pendukung yang berisi bahan belajar, asesmen sederhana, dan catatan perkembangan keluarga dalam Model 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 adalah dosen dan peneliti di Pendidikan Anak Usia Dini, yang fokus pada pengasuhan keluarga, literasi kesehatan, gizi anak, dan pencegahan stunting. Ia memiliki gelar magister dari Universitas Negeri Jakarta dan sedang menempuh pendidikan doktor. Fitria aktif dalam penelitian, pengabdian masyarakat, dan Model parenting komunitas, serta menjadi narasumber pelatihan keluarga. Dengan Model PASTI, ia mengembangkan pendekatan pendampingan keluarga yang reflektif dan berkelanjutan untuk mendukung pengasuhan berbasis literasi kesehatan dan gizi.

## PROFIL PENULIS



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

Prof. Dr. R. Sri Martini Meilanie, M.Pd adalah Guru Besar di Universitas Negeri Jakarta, ahli dalam Pendidikan Anak Usia Dini. Beliau fokus pada pengembangan kurikulum, pembelajaran, dan evaluasi PAUD, serta aktif dalam pengajaran dan penelitian untuk meningkatkan kualitas pendidikan anak. Kontribusinya penting bagi praktik pendidikan yang relevan dengan kebutuhan masyarakat, mendorong pembelajaran berkualitas dan perkembangan optimal anak di Indonesia.

## PROFIL PENULIS



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

Prof. dr. Fasli Jalal, PhD, SpGK adalah akademisi dan tokoh nasional yang berkontribusi dalam kebijakan pendidikan, kesehatan, dan pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Ia meraih gelar PhD di Ilmu Gizi Masyarakat dari Cornell University dan diangkat sebagai Guru Besar. Prof. Fasli pernah menjabat sebagai Wakil Menteri Pendidikan Nasional dan Kepala BKKBN, memperkuat kebijakan pendidikan dan pembangunan keluarga. Selain itu, ia aktif sebagai pembicara dan peneliti di bidang pendidikan, kependudukan, gizi, dan pembangunan sosial. Kontribusinya dalam pendidikan anak usia dini dan kebijakan pendidikan berkelanjutan sangat signifikan untuk masa depan bangsa.

# BUDAYA PENGASUHAN YANG SADAR, ANAK LEBIH SEHAT

