

# Sinar Silau



Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar,  
dan Pendidikan Menengah  
Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini



# Sinar Silau



## **Hak cipta dilindungi undang-undang.**

Isi buku ini, baik sebagian maupun seluruhnya, dilarang diperbanyak dalam bentuk apapun tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali dalam pengutipan untuk keperluan penulisan artikel atau karangan ilmiah. Buku ini merupakan dokumen hidup yang senantiasa diperbaiki, diperbaharui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan yang dialamatkan melalui alamat surel buku [paud@kemdikbud.go.id](mailto:paud@kemdikbud.go.id) diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.

### **Sinar Silau**

Buku Cerita Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif  
Cetakan Pertama 2021

Pengarah	: Muhammad Hasbi
Penanggungjawab	: Maryana
Pengarah Materi	: Maryana, Muhammad Ngasmawi, Aria Ahmad Mangunwibawa, Jakino
Penulis	: Shahaja Putri
Penelaah	: Maryana, Aria Ahmad Mangunwibawa, Azhari Dasman, Kity Karenisa, Adi Budiwiyanto, Hidayat Widiyanto, Atikah Sholihah, Agus Wahyu Mohamad Roland Zakaria, Beryana Evridawati
Ilustrator	: Qaharu Aulia
Penata Letak	: Taofik Hidayat
Sekretariat	: Irawati, Sri Sugiarti, Samijah, Badarussalam Suci, Maryanto

ISBN : 978-623-6806-34-0

*Diterbitkan oleh*



**Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar,  
dan Pendidikan Menengah  
Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini**

# Kata Pengantar

Bermain merupakan makna pembelajaran di PAUD, “Merdeka Belajar, Merdeka Bermain”. Bermain adalah belajar, dan bermain-belajar merupakan kegiatan yang esensial untuk perkembangan anak yang optimal. Di PAUD penguatan literasi dini dan penanaman karakter yang sesuai dengan profil pelajar Pancasila dilakukan melalui kegiatan bermain-belajar berbasis buku bacaan anak, selain tentunya juga untuk membangun minat baca anak sejak dini.

Dalam mendukung hal tersebut Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini menyusun sumber belajar Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif sejumlah 20 buku dalam bentuk buku cerita dan dogeng, buku ini didalamnya berisi berbagai pesan nilai-nilai karakter dan berbagai tema terkait kebutuhan esensial pendidikan, kesehatan dan gizi, perlindungan, pengasuhan dan kesejahteraan.

Semoga buku ini bermanfaat dan dapat digunakan oleh orang tua dan guru melalui kegiatan bermain-belajar melalui buku bacaan anak dalam menstimulasi seluruh aspek perkembangan secara holistik sehingga mereka siap untuk jenjang berikutnya.

Terakhir, Saya ucapkan terimakasih dan apresiasi kepada penyusun, kontributor, penelaah, dan seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan buku ini. Semoga penyusunan ini menjadi proses yang memberikan banyak pembelajaran dan berkah bagi kita semua.

Direktur Pendidikan Anak Usia Dini,



Dr. Muhammad Hasbi  
NIP 197306231993031001



Melalui cerita dan kegiatan yang terdapat di dalam buku ini, ada banyak manfaat yang dapat diperoleh Ananda, seperti:

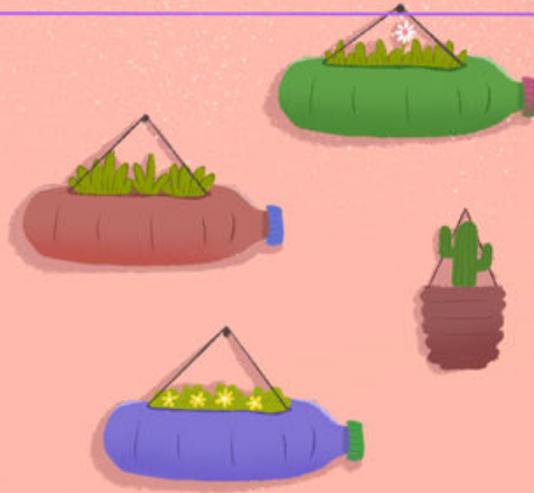
- Melatih kelenturan otot jari tangan
- Mendukung kepekaan panca indra
- Mengarahkan energi berlebih ke arah yang positif
- Mengembangkan daya nalar dan pemahaman anak
- Memperkuat daya fokus dan konsentrasi
- Memperkuat kemampuan berimajinasi secara detail
- Terasahnya kemampuan motorik halus Ananda dari kegiatan membuat kipas. Hal ini penting untuk melatih kelenturan otot jari tangan, mengarahkan energi berlebih ke arah yang positif, dan memperkuat daya fokus serta konsentrasi anak. Hal-hal tersebut baik untuk **kesehatan fisik anak**.

- Menambah ilmu pengetahuan tentang **kesehatan dan gizi**, khususnya tentang aneka jenis dan sumber vitamin. Penambahan wawasan tersebut juga baik untuk pendidikan anak.
- Menyadari nilai **pengasuhan** dari kedua orang tua atau keluarganya, dengan melihat kekompakan keluarga Kirai di dalam cerita ini.



# Sinar Silau





Kirai bersemangat pergi ke sekolah.  
Di sana, dia bisa bermain. Saat bermain, Kirai  
berlajar sesuatu.

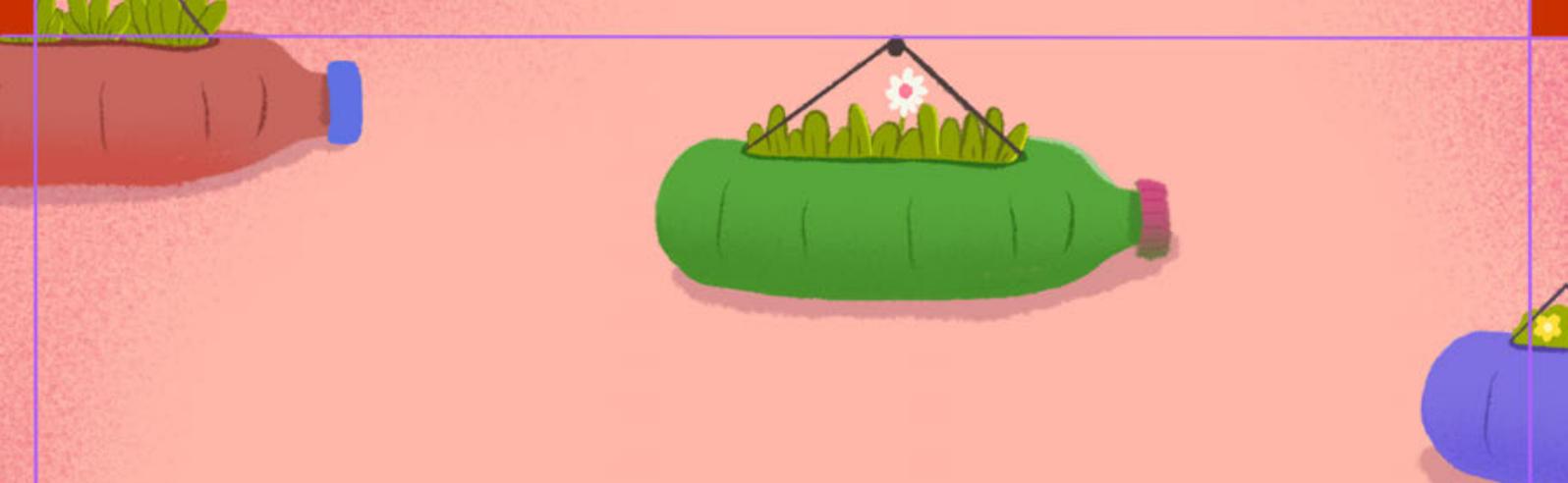




Ada satu yang Kirai tidak suka.  
Bermain di luar! Sinar matahari  
membuatnya silau dan gerah!



Kirai paling suka dibacakan buku cerita.  
Pikirannya bisa berimajinasi.



Hari ini ibu guru membacakan buku.  
Bukunya tentang vitamin.



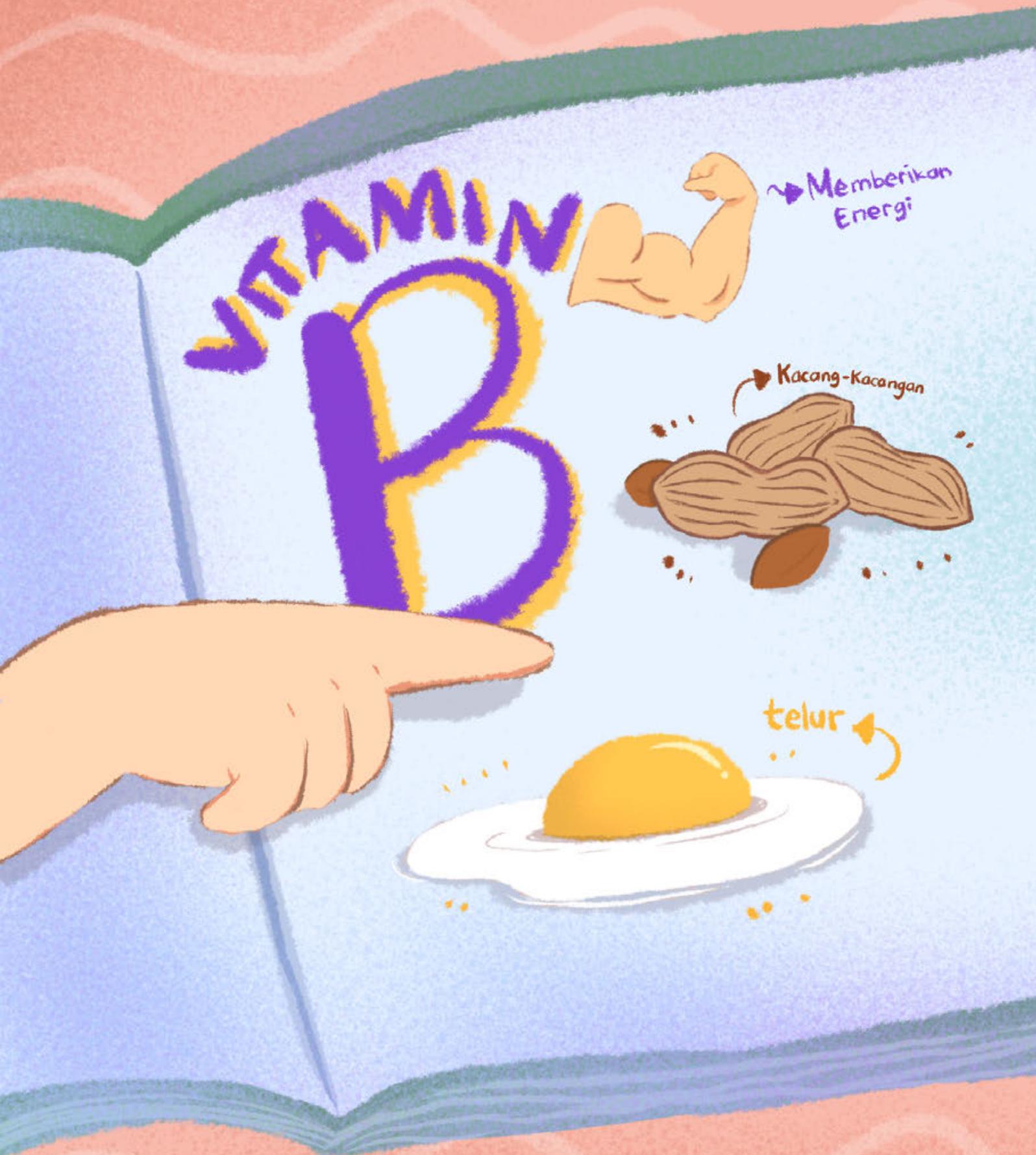


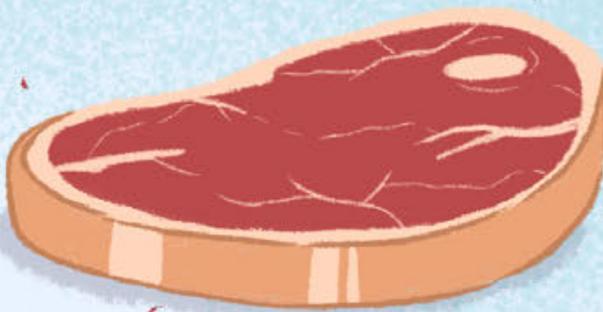
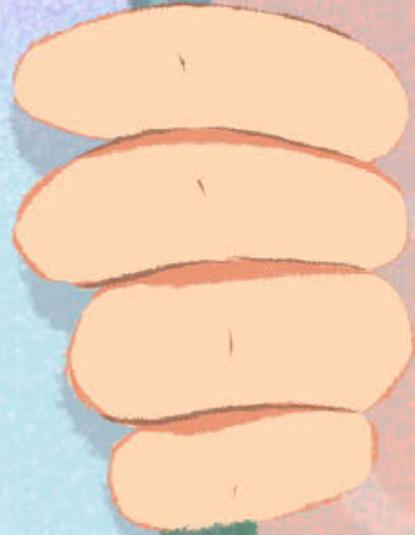
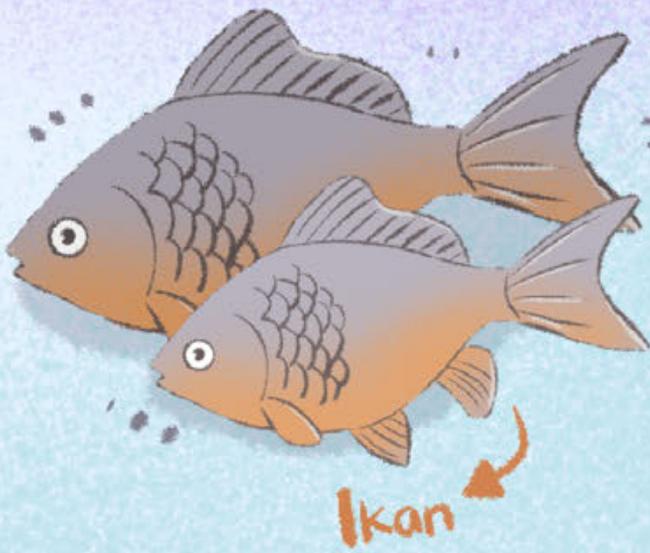
Dimulai dengan vitamin A.

Vitamin A bagus untuk mata.  
Wortel, ubi, dan bayam contohnya.



Vitamin B dapat memberikan energi.





Daging Sapi

Ini makanan sumber vitamin B.  
Melihatnya Kirai jadi lapar.

Vitamin C dapat menutup luka.  
Sumbernya buah-buahan yang Kirai suka.



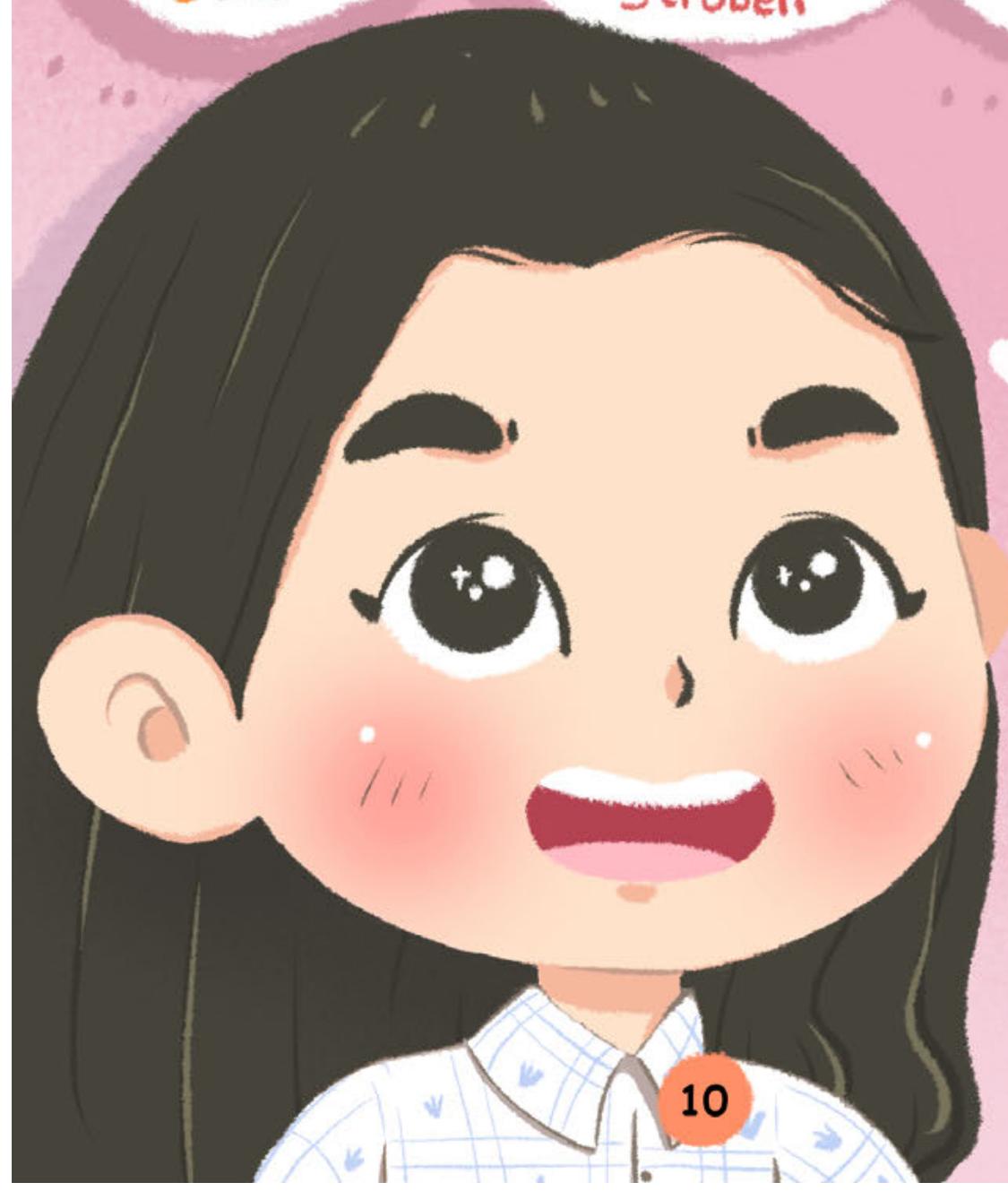
Jeruk



Stroberi

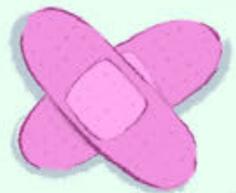


Kiwi



Buah apa yang kamu suka?

# Vitamin C



↳ Dapat Menutup Luka



Brokoli



Jeruk



Sawi



Stroberi



Kiwi

Vitamin D juga penting.

Vitamin D bagus untuk tulang dan gigi.

# Vitamin

# D



↳ Untuk  
Tulang dan Gigi



Hati  
Sapi

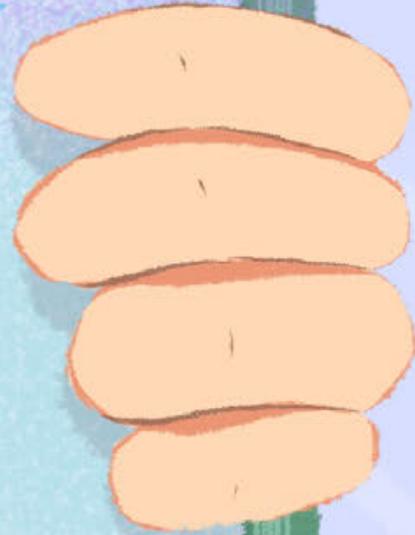


Hati Ayam

Kuning  
Telur



Sereal



Susu



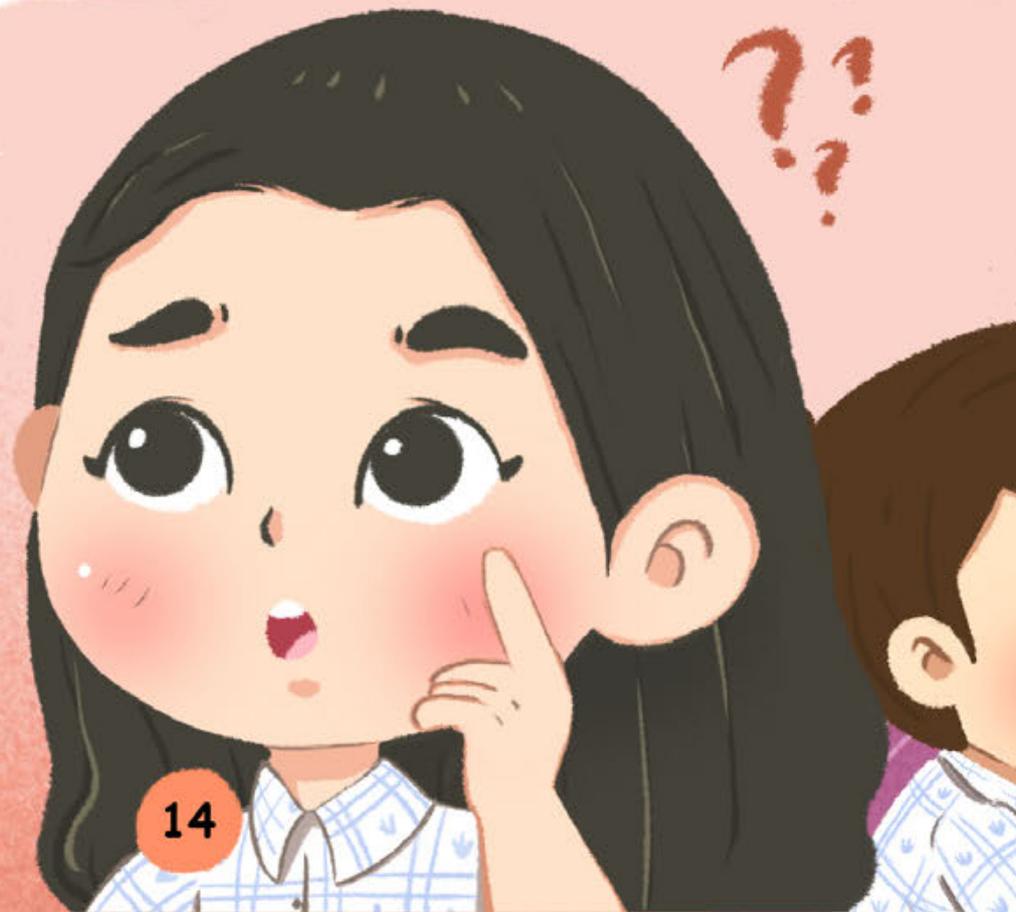
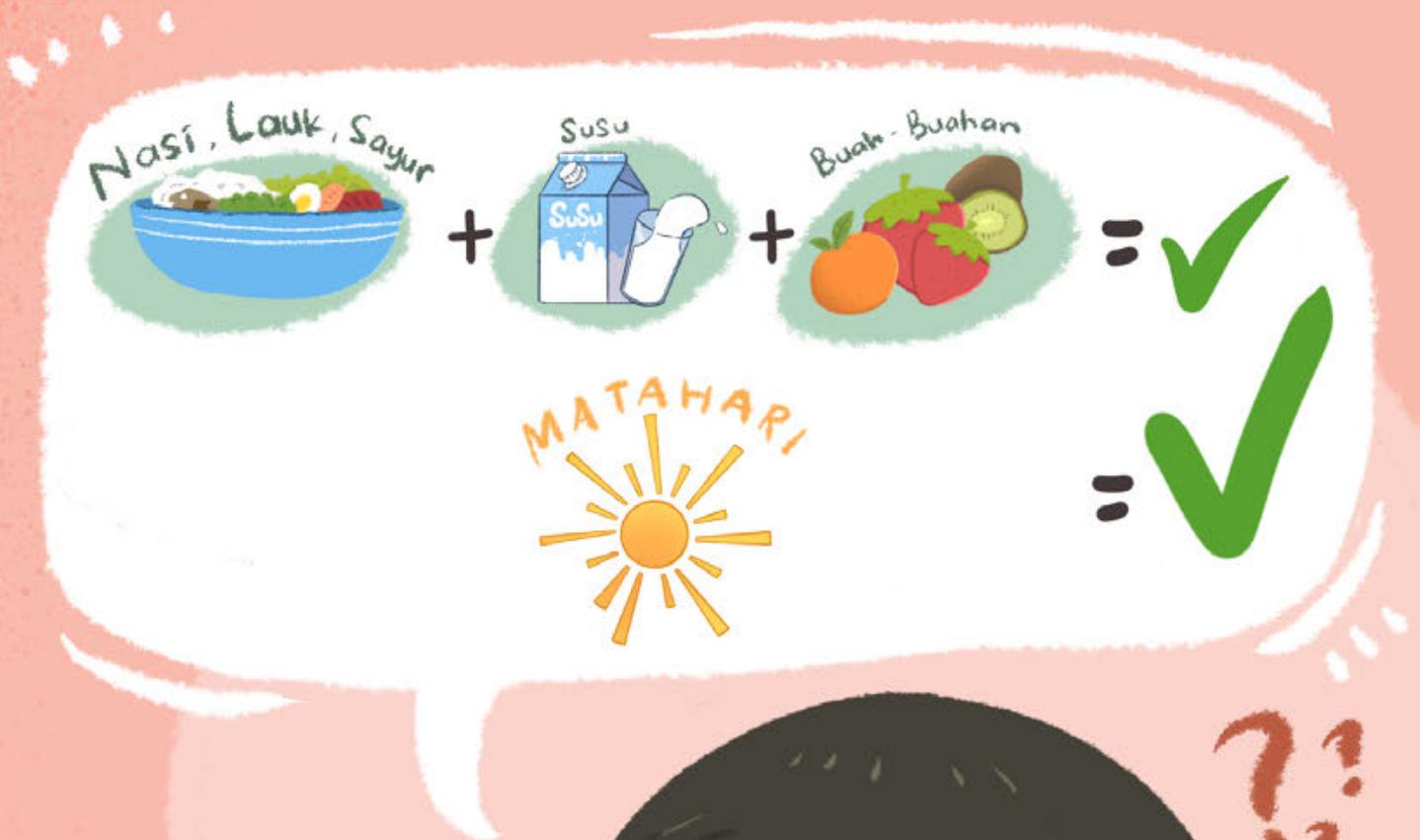
Susu

Sinar  
Matahari



Makanan ini mengandung vitamin D.  
Kamu pernah makan yang mana?

Sinar matahari juga mengandung vitamin D.



Kirai pikir makanan bergizi saja cukup.



Ternyata sinar matahari bermanfaat juga.



Pantas Mande\* suka menjemur adik.



\*Mande: panggilan ibu dalam bahasa Padang/Minang

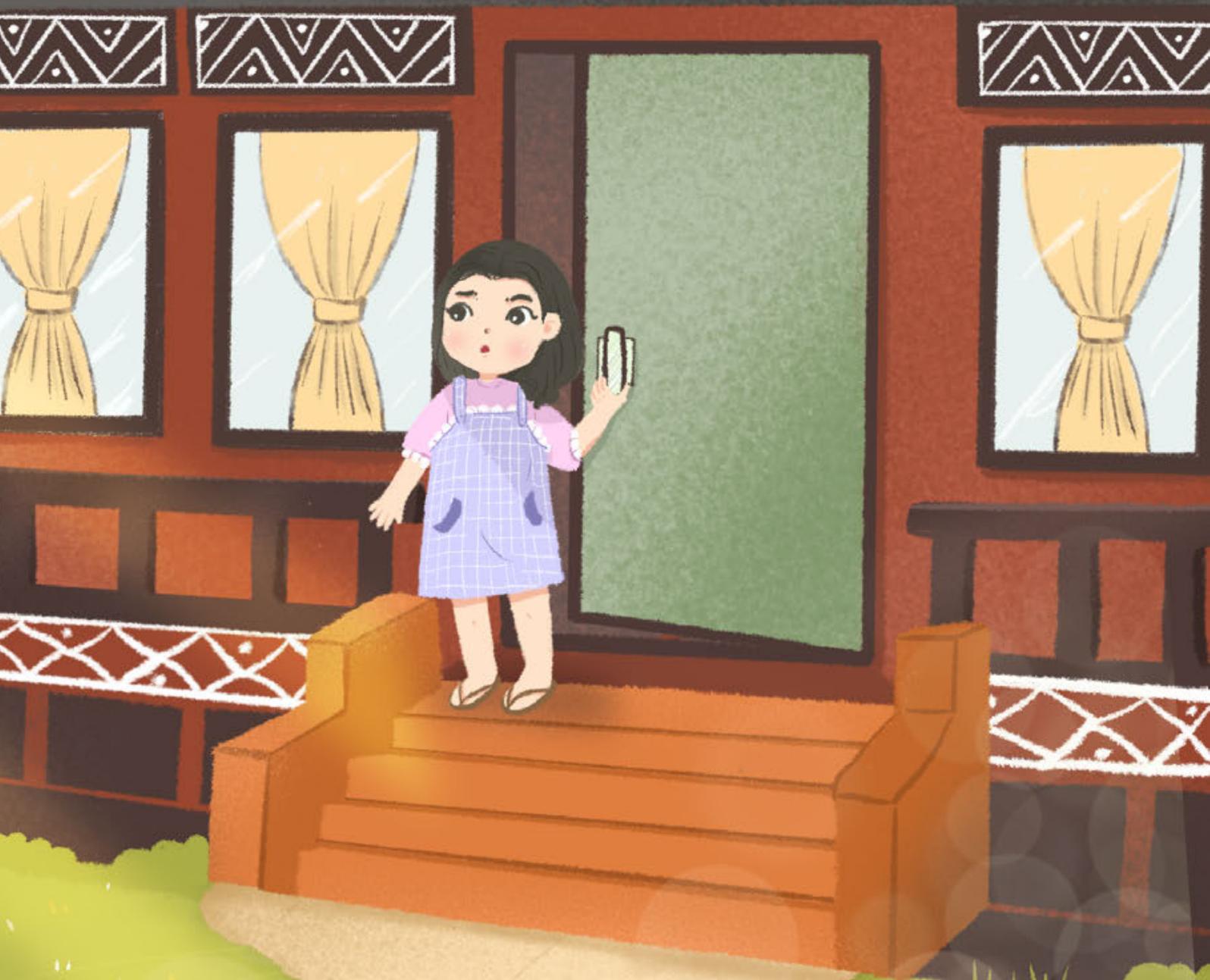


Silau dan gerah tidak apa-apa.



Keesokan hari...  
Matahari bersinar cerah..  
Keluarga Kirai sedang berjemur bersama.





Kirai ingin berjemur juga!

Olala...  
Sinarnya terasa silau!  
Rasanya gerah juga!



Aha! Kirai punya ide!  
Kini Kirai tidak silau dan gerah lagi.



# "Sekarang" Aku Tahu!

☀️ Sinar matahari dapat membantu mengaktifkan vitamin D yang ada di dalam tubuh.

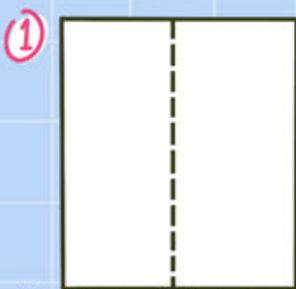
☀️ Ada beberapa manfaat dari vitamin D, seperti:

- Menjaga kesehatan tulang dan gigi
- Menjaga daya tahan tubuh agar kuat
- Menjaga kesehatan jantung dan paru-paru

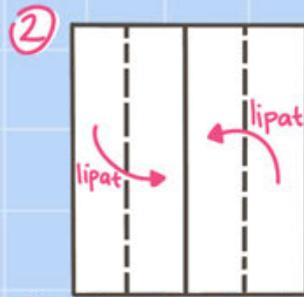
☀️ Waktu yang direkomendasikan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) untuk berjemur adalah sebelum pukul 10.00 pagi atau sesudah pukul 16.00 sore selama 5-30 menit.

# Buat Kipas Yuk!

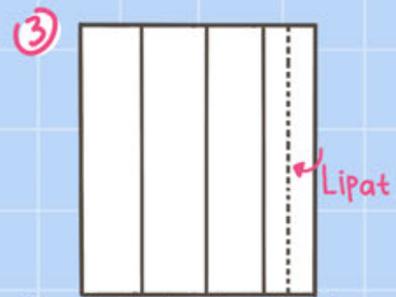
Apakah kamu dapat membuat kipas tangan, seperti punya Kirai? Buat kipas tangan yuk pakai kertas origami dan lem! Silakan minta bantuan ya jika mengalami kesulitan.



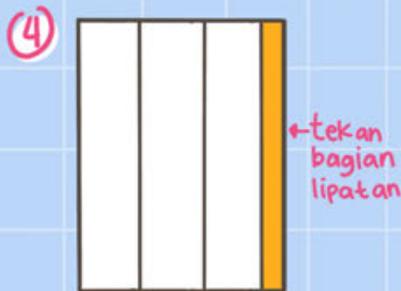
① Lipat kertas di tengah seperti ini, lalu buka kembali



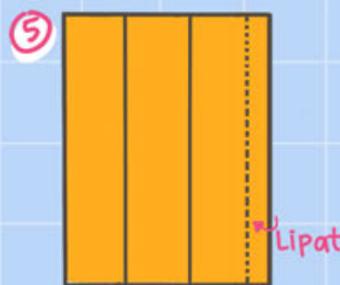
② Lipat dan pertemukan dengan garis di tengah, lalu buka kembali



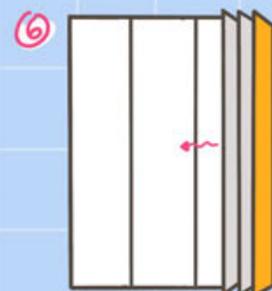
③ Lipat ke arah garis paling ujung seperti ini



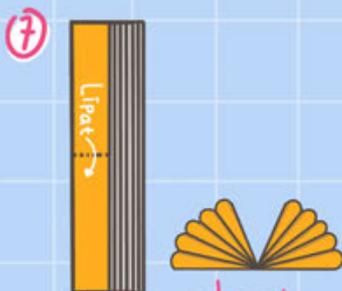
④ Balik kertas dan tekan lipatan pada garis yang sudah terbentuk



⑤ Balik kertas dan buat lipatan dengan ukuran yang sama



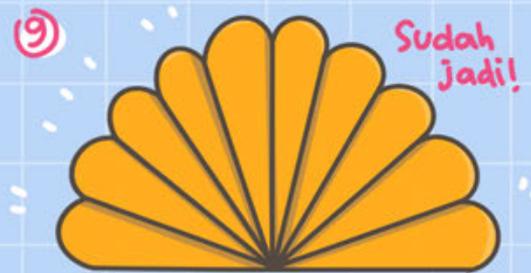
⑥ Lanjutkan terus hingga kertas menjadi seperti ini



⑦ Lipat bagian kertas seperti ini



⑧ Berikan lem pada bagian tengah kertas dan tekan hingga kertas menempel sempurna



⑨ Kini kipas origaminya sudah siap dimainkan!

Selain dari kertas, kita bisa membuat kipas dari bahan apa lagi ya?

# BIODATA



## Biodata Penulis

**Shahaja Putri** adalah seorang ibu dari 3 orang anak, yang lahir pada tahun 1986. Setelah lulus dari S1 Fakultas Psikologi di Universitas Airlangga, dia sempat bekerja sebagai guru Bahasa Inggris dan supervisor HRD di salah satu perusahaan elektronik besar asal Jepang. Sejak memutuskan untuk berhenti dari pekerjaan kantornya, dia memusatkan perhatiannya untuk merawat dan mendidik langsung anak-anaknya di rumah.

Sejak kecil, Shahaja sudah gemar menulis cerita dan mulai menjadi penulis buku anak profesional dari tahun 2018. Kini sudah ada 8 karyanya yang terbit, seperti buku seri “Aku Bisa Baca Sendiri”, Nisa yang Beruntung, Pertandingan Bola Basket Pertama Ihsan, Antologi Cerita Anak Muslim di Mancanegara, dan Aku Anak Istimewa, yang diterbitkan oleh PT. Remaja Rosdakarya, GPU, dan BiP Gramedia. Shahaja berharap buku-bukunya dicintai dan bermanfaat bagi anak-anak Indonesia. Jika ingin kenal lebih dekat dengan penulis, silakan mampir ke IG-nya: **shahaja.putri\_books**.



## Biodata Ilustrator

**Qaharu Aulia** adalah seorang ilustrator berasal dari D.I.Yogyakarta. Saat ini aktif bekerja sebagai freelance ilustrator dan desain grafis.

Memulai dunia ilustrasi bertema anak-anak sejak tahun 2018, saat itu masih kuliah di salah satu universitas di kota Yogyakarta. Sebelum terjun ke dunia ilustrasi, ia pernah bekerja sebagai Coloring Artist dan Animator di studio house di Yogyakarta. Ia menggeluti dunia ilustrasi bertema anak-anak

karena menyukai hal-hal yang berbentuk imut, lucu dan berwarna cerah. Ada beberapa ilustrasi yang dikerjakan untuk penerbit dan proyek personal. Untuk melihat karya-karya lain dari Aulia atau ingin berkomunikasi, silakan kunjungi instagram **@xauliyax**.



# Sinar Silau

Kirai senang bermain di sekolah. Hanya ada satu hal yang tidak Kirai suka, yaitu bermain di luar. Bermain di luar membuat Kirai terkena sinar matahari. Itu membuatnya merasa silau dan gerah!

Suatu hari, Ibu guru membaca buku tentang vitamin. Wah, ternyata sinar matahari bisa memberi vitamin ke tubuh kita!

Bagaimana sikap Kirai sesudah tahu kalau sinar matahari yang silau dan gerah itu ternyata bermanfaat? Yuk, ikuti cerita Kirai selengkapnya di dalam buku ini!

