

**PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) PADA ANAK
KELOMPOK A1 DI PAUD AL-QONITA PALANGKA RAYA**



Oleh:

LILI ZULAIHA

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALANGKA RAYA
2020 M/1442 H**

**PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) PADA ANAK
KELOMPOK A1 DI PAUD AL-QONITA PALANGKA RAYA**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**LILI ZULAIHA
NIM : 1601180018**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALANGKA RAYA
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN TARBIYAH
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
TAHUN 2020 M/1442 H**

PERNYATAAN ORISINALITAS

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lili Zulaiha

NIM : 1601180018

Jurusan / Prodi : Tarbiyah / Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu keguruan

Menyatakan skripsi dengan judul “Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya”, adalah benar karya sendiri. Jika kemudian hari karya ini terbukti merupakan duplikat atau plagiat, maka skripsi dan gelar yang saya peroleh dibatalkan.

Palangka Raya, 15 Oktober 2020
Yang Membuat Pernyataan,



Lili Zulaiha
NIM.1601180018

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya
Nama : Lili Zulaiha
NIM : 1601180018
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Tarbiyah
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Jenjang : Strata 1 (S1)

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, dapat disetujui untuk disidangkan oleh Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palangka Raya.

Palangka Raya, September 2020

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Ali Iskandar Zulkarnain, M.Pd
NIP. 19700725 200312 1 001



Ridha Nirmalasari, S.Si, M. Kes
NIP. 19860521 201503 2 001

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ketua Jurusan Tarbiyah,



Dr. Nurul Wahdah, M.Pd
NIP. 19800307 200604 2 004



Sri Hidayati, M.Pd
NIP. 19720929 199803 2 002

NOTA DINAS

Hal : Mohon Diujikan Skripsi
Saudari Lili Zulaiha

Palangka Raya, Oktober 2020

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Tarbiyah
FTIK IAIN Palangka Raya
di-
Palangka Raya

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa Skripsi saudara :

Nama : Lili Zulaiha
NIM : 1601180018
Judul : Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Sudah dapat dimunaqosahkan untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya, demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

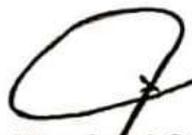
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pembimbing I,



Ali Iskandar Zulkarnain, M.Pd
NIP. 19700725 200312 1 001

Pembimbing II,



Ridha Nirmalasari, S.Si, M.Kes
NIP. 19860521 201503 2 001

PENGESAHAN SKIRIPSI

Judul : Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Nama : Lili Zulaiha

NIM : 1601180018

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Jurusan : Tarbiyah

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Telah diujikan dalam Sidang/Munaqasah Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palangka Raya:

Hari : Kamis
Tanggal : 15 Oktober 2020 M/ 27 Safar 1442 H

TIM PENGUJI

1. Sri Hidayati, MA
(Ketua Sidang/Penguji) (.....)
2. Nanik Lestariningsih, M. Pd
(Penguji Utama) (.....)
3. Ali Iskandar Zulkarnain, M. Pd
(Penguji) (.....)
4. Ridha Nirmalasari, S. Si, M. Kes
(Sekretaris/Penguji) (.....)

Mengetahui :

Dean Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palangka Raya



Dr. H. Rodhatul Jennah, M. Pd
NIP.19671003 199303 2 001

PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) PADA ANAK KELOMPOK A1 DI PAUD AL-QONITA PALANGKA RAYA

Abstrak

Pendidikan Anak Usia Dini selain memberikan layanan pendidikan juga berupa layanan kesehatan gizi anak usia dini yang dilaksanakan melalui pemberian asupan gizi yang seimbang untuk membantu pertumbuhan dan menunjang perkembangan jasmani dan rohani, serta juga membantu mengembangkan potensi kecerdasan spritual, intelektual, emosional, dan sosial anak usia dini melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT). PMT bagi anak di sekolah bertujuan untuk mencukupi kebutuhan gizi dalam pemberian makanan tambahan, hal tersebut salah satu cara untuk menghindari jajanan yang belum tentu terjaga kebersihan dan kesehatannya.

Tujuan penelitian di PAUD Al-Qonita : 1) Ingin Mengetahui Kandungan Gizi (Makro Dan Mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita. 2) Ingin Mengetahui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita. 3) Ingin Mengetahui Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif kualitatif*. Subjek dalam penelitian ini adalah 1 orang guru kelas kelompok A1 dan kepala sekolah sebagai informan pada penelitian ini, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Kandungan Gizi Makro dan Mikro Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya cukup terpenuhi untuk memenuhi kebutuhan gizi anak, namun kandungan gizi makro yang lebih dominan. (2) Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya dilaksanakan setiap hari dengan menu yang berbeda-beda, sehingga sangat membantu orang tua dalam memenuhi asupan kebutuhan zat gizi anak di rumah dan program ini sangat bagus. (3) Faktor Pendukung dalam Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini adanya dukungan dari orang tua, anak, guru serta yayasan. Sedangkan faktor penghambat dalam Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini adalah selera makan anak berbeda-beda dan kurangnya pemahaman pihak penyedia makanan tambahan (PMT) tentang makanan sehat dan bergizi.

Kata kunci : Pemberian Makanan Tambahan, PAUD

GIVING ADDITIONAL FOOD (PMT) IN GROUP A1 PAUD AL-QONITA PALANGKA RAYA

Abstract

Early Childhood Education, apart from providing educational services it was also in the form of early childhood nutrition health services which were carried out through the provision of balanced nutritional intake to help growth and support physical and spiritual development, as well as to help develop the potential for spiritual, intellectual, emotional, and social intelligence of children. early through the provision of supplementary food (PMT). PMT for children in schools aims to meet nutritional needs in providing additional food, this is one way to avoid snacks that were not necessarily kept clean and healthy.

The research objectives at PAUD Al-Qonita: 1) Want to know the nutritional content (macro and micro) in Supplementary Food Giving (PMT) to group A1 children in PAUD Al -Qonita. 2) Want to know about Supplementary Feeding (PMT) for group A1 children at PAUD Al-Qonita. 3) Want to know the supporting and inhibiting factors of supplementary feeding (PMT) in group A1 children at PAUD Al-Qonita. The method used in this research is descriptive qualitative. The subjects in this study were 1 A1 group class teacher and the principal as an informant in this study, with data collection techniques through interviews and documentation.

The result showed that: (1) Macro and Micro Nutrient Content in Supplementary Feeding (PMT) ini Children Group A1 ini PAUD Al-Qonita Palangka Raya is sufficiently fulfilled to meet the nutritional needs of children, but the macro nutrient content is more dominant. (2) Additional Feeding (PMT) in Group A1 Children in PAUD Al-Qonita Palangka Raya is carried out daily with different menus, so it is very helpful for parents in meeting the intake of nutritional needs of children at home and this program is very good. (3) Supporting Factors Additional Feeding (PMT) are support from parents, children, teachers and foundations. While the inhibitory factor in Additional Feeding (PMT) is the appetite of children varies and the lack of understanding of additional food providers (PMT) about healthy and nutritious foods.

Keywords : Giving Additional Food (PMT), PAUD

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah puji syukur senantiasa dipanjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, taufik dan juga inayah-Nya serta nikmat ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya”**. sholawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan umat sampai akhir zaman.

Penulis menyadari dalam penelitian ini tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari pihak-pihak yang konsen dengan dunia penelitian. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya Bapak Dr. H. Khairil Anwar, M.Ag yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu sesuai bidangnya di IAIN Palangka Raya.
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palangka Raya Ibu Dr. Hj. Rodhatul Jennah, M.Pd yang telah memberikan izin untuk penelitian skripsi.
3. Wakil Dekan Bidang Akademik Ibu Dr. Nurul Wahdah, M.Pd yang telah memberikan persetujuan naskah skripsi.
4. Ketua Jurusan Tarbiyah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palangka Raya, Ibu Sri Hidayati, MA yang telah mengesahkan judul skripsi dan menetapkan pembimbing skripsi.

5. Sekretaris Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) IAIN Palangka Raya Ibu Saudah, M.Pd.I yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
6. Bapak Ali Iskandar Zulkarnain, M. Pd sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan waktu, bimbingan dan arahan selama perkuliahan.
7. Bapak Ali Iskandar Zulkarnain, M. Pd dan Ibu Ridha Nirmalasari, S. Si, M.Kes sebagai Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
8. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang berjasa dalam membantu penyusunan skripsi.

Palangka Raya, 15 Oktober 2020

Penulis

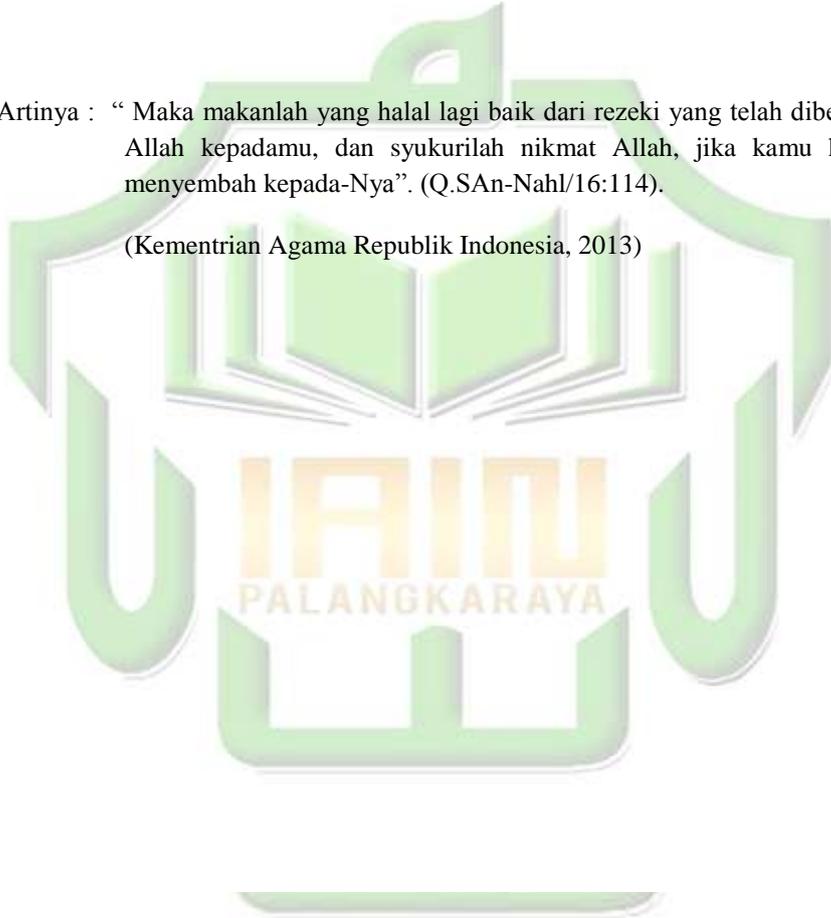
LILI ZULAIHA
NIM. 160 118 0018

MOTTO

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنَّ كُنتُمْ
إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

Artinya : “ Maka makanlah yang halal lagi baik dari rezeki yang telah diberikan Allah kepadamu, dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya menyembah kepada-Nya”. (Q.SAn-Nahl/16:114).

(Kementrian Agama Republik Indonesia, 2013)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Wa Syukurillah, tak henti-hentinya saya panjatkan kepada Allah SWT karena berkat pertolongan-Nya lah saya bisa mencapai titik ini. Shalawat serta salam tak lupa saya haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW serta keluarga beliau, sahabat dan umat beliau ila yaumul kiyamah.

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang yang paling istimewa dalam hidup saya yaitu kedua orang tua saya yang selalu berjuang dan memberikan semangat untuk keberhasilan dan kesuksesan anak-anaknya. Tak ada kata lelah yang mereka perlihatkan kata lelah dalam berusaha untuk memberikan hak anak-anaknya untuk menempuh pendidikan selama ini. Saya yakin doa kedua orang tua saya yang mereka kirimkan lewat sujud disepertiga malam selalu diijabah oleh Allah SWT yang mana saya bisa sampai berada pada titik ini. Untuk seluruh guru dan dosen yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat lagi berkah dan pengalaman yang berharga dalam hidup saya. Terutama untuk kedua dosen pembimbing saya yang sabar dalam membimbing saya selama ini.

Untuk paman saya paman fahri yang selalu memberikan semangat dan motivasi serta pencerahan kepada saya agar tetap menempuh pendidikan. untuk teman seperjuangan saya Bunda Tati, Bunda Emi, Siti Jum, Zainah, Risha cha, Wiwit, dan teman-teman PIAUD 2016 yang selalu membantu, memberikan pencerahan, semangat dan motivasi buat saya bangkit kembali hingga terselesainya skripsi ini. Terakhir buat adik-adik saya Nor Shaleha, Rahmat Hidayat dan Saibah mudah-mudahan kalian bisa lebih dari kakakmu ini dan selalu menjadi kebanggaan kedua orang tua.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
NOTA DINAS.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
MOTTO	x
PERSEMBAHAN.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xvix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	6
C. Fokus Penelitian	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	11

G. Definisi Operasional.....	11
H. Sistematika Penulisan.....	12
BAB II TELAAH TEORI.....	14
A. Deskripsi Teori.....	14
1. Makanan.....	14
a. Pengertian Makanan Tambahan.....	16
b. Manfaat Pemberian Makanan Tambahan.....	17
c. Tujuan Pemberian Makanan Tambahan.....	19
d. Bahan Makanan Tambahan.....	21
e. Syarat Makanan Tambahan di Lembaga PAUD.....	23
2. Makanan Bergizi.....	24
3. Pemberian Makanan Tambahan.....	26
a. Cara Pemberian Makanan Tambahan.....	27
b. Fungsi Pemberian Makanan Tambahan.....	28
c. Tahapan Pemberian Makanan Tambahan.....	29
4. Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan.....	31
B. Kerangka Pikir Dan Pertanyaan Penelitian.....	34
1. Kerangka Pikir.....	34
2. Pertanyaan Penelitian.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Alasan Menggunakan Metode Penelitian.....	37

B. Waktu Dan Tempat Penelitian	38
C. Instrumen Penelitian.....	38
D. Sumber Data Penelitian.....	39
E. Teknik Pengumpulan Data	39
F. Teknik Pengabsahan Data	41
G. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
1. Kandungan Gizi Makro dan Mikro Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	46
2. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	49
3. Faktor Pendukung Dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	53
B. Pembahasan.....	56
1. Kandungan Gizi Makro dan Mikro Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	56
2. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	61

3. Faktor Pendukung Dan Penghambat Pemberian Makanan
Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita
Palangka Raya..... 76

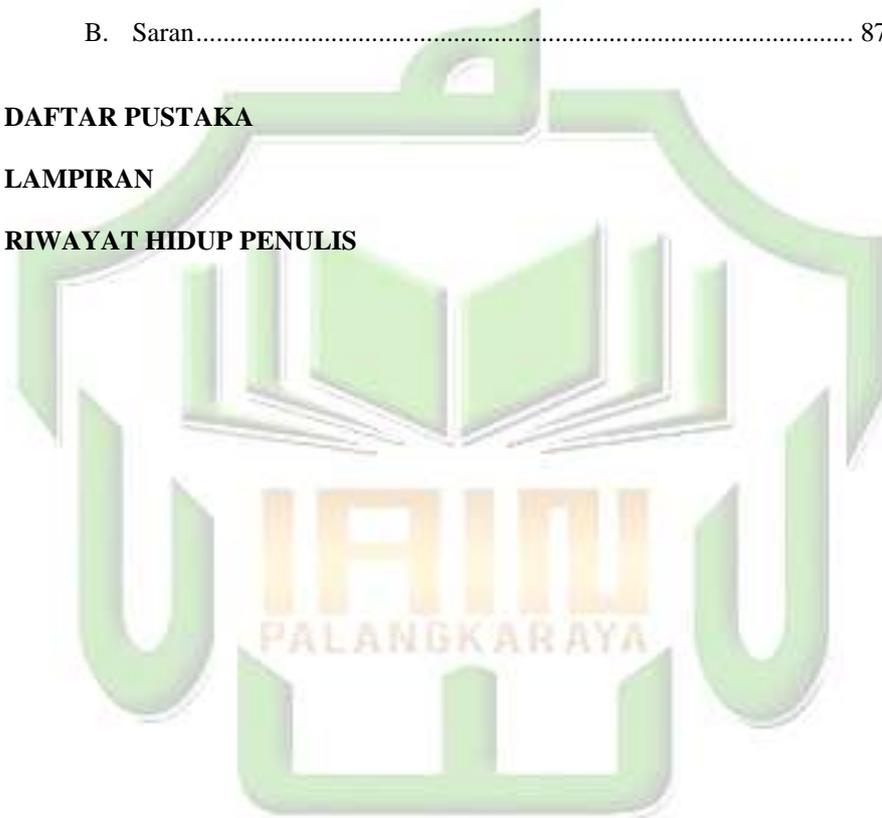
BAB V PENUTUP..... 86

A. Kesimpulan..... 86
B. Saran..... 87

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP PENULIS



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Gizi Makro dan Mikro	58
-----------	----------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.....	34
Gambar 3.1 Triangulasi Sumber Penelitian	43



DAFTAR SINGKATAN

PAUD : Pendidikan Anak Usia Dini

PMT : Pemberian Makanan Tambahan



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Instrument Penelitian
- Lampiran 2** Indikator Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya
- Lampiran 3** Kesesuaian Menu dengan Syarat Makanan Tambahan Untuk Anak Usia Dini (menu makanan berat)
- Lampiran 4** Kesesuaian Menu dengan Syarat Makanan Tambahan Untuk Anak Usia Dini (menu makanan selingan)
- Lampiran 5** Profil Sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya
- Lampiran 6** Dokumentasi Selama Penelitian
- Lampiran 7** Surat Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi
- Lampiran 8** Surat Persetujuan Proposal Skripsi
- Lampiran 9** Surat Keterangan Telah Melaksanakan Seminar Proposal Skripsi
- Lampiran 10** Berita Acara Proposal Skripsi
- Lampiran 11** Surat Ijin Penelitian Ditujukan Kepada Walikota Palangka Raya
- Lampiran 12** Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 13** Berita Acara Skripsi
- Lampiran 14** Riwayat Hidup Penu

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan anak usia dini memegang peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak karena merupakan pondasi atau peletak dasar pertama dan utama dalam pengembangan pribadi anak; baik berkaitan dengan karakter, kemampuan fisik, kognitif, kemandirian, seni, sosial-emosional, spiritual, maupun bahasa (Suyadi, 2015:17). Oleh karena itu, dalam memberikan layanan pendidikan, perlu dipahami karaktersitik perkembangan anak, cara-cara anak belajar dan bermain, kemampuan guru dalam memberikan pembelajaran, serta kemampuan guru dalam meningkatkan dan mengembangkan bahasa anak. Selain itu lembaga pendidikan anak usia dini juga harus memperhatikan dan memberikan layanan kesehatan untuk anak agar tercapainya anak usia dini yang sehat, cerdas dan ceria.

Kesehatan adalah harta yang paling berharga, sehat dapat diartikan keadaan baik dan bebas dari penyakit. Kondisi sehat dapat diwujudkan dengan mengkonsumsi zat gizi yang baik dan benar (Dimas, 2018:111).

Gizi merupakan zat makanan yang apabila dikonsumsi seseorang maka bisa mendatangkan kesehatan. Kesehatan anak usia dini baik secara fisik dan psikis dimulai dari asupan gizi yang baik yang diberikan sejak usia dini (Febriantia, 2019:3).

Penting untuk orangtua maupun pendidik mengetahui hal tersebut dan harus lebih memperhatikan kesehatan gizi anak usia dini agar terjaga. Pemberian asupan gizi yang salah akan memberikan dampak pada aspek-aspek perkembangan anak dan lambat laun akan menghambat perkembangan dan pertumbuhannya.

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No.51 Tahun 2016 tentang standar produk suplementasi gizi pasal 1:

“Untuk memenuhi kecukupan gizi bayi, balita, anak usia sekolah, wanita usia subur, ibu hamil dan ibu nifas, diberikan suplementasi gizi. Suplementasi gizi sebagaimana dimaksud merupakan penambahan makanan atau zat gizi yang diberikan dalam bentuk makanan tambahan, tablet tambah darah, kapsul vitamin A, dan bubuk tabur gizi. Suplementasi dalam bentuk makanan tambahan merupakan makanan tambahan dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan mineral yang diberikan kepada balita usia 6-59 bulan dengan kategori kurus; anak usia sekolah dasar dengan kategori kurus; dan ibu hamil” (Permenkes RI : 2016).

Kesehatan dan gizi ini sangat berhubungan. Dalam menyiapkan asupan gizi untuk anak usia dini hal yang penting untuk diperhatikan oleh orangtua karena asupan gizi yang diterima anak akan mempengaruhi tumbuh kembang mereka.

Sebagaimana telah dijelaskan dalam firman Allah SWT Q.S ‘Abasa/80:24 sebagai berikut:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ

Artinya:“Maka hendaklah manusia memperhatikan makanannya”.
(Q.S. ‘Abasa/80:24)

Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Baqarah/2:172

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ
كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

Artinya:“Hai orang-orang yang beriman, makanlah diantara rezeki yang baik-baik yang telah kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah”. (Q.S. al-Baqarah/2:172)

Juga firman Allah SWT dalam Q.S Al-Maidah : 88

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ
مُؤْمِنُونَ

Artinya : “Dan makanlah dari apa yang telah diberikan Allah kepadamu sebagai rezeki yang halal dan baik, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya”. (Q.S. Al-Maidah/3: 88)

Anak adalah aset berharga yang dimiliki dan amanah yang harus dijaga dan dipelihara. Termasuk dalam memelihara dan menjaga kesehatan anak, hal ini sangatlah penting untuk orangtua pahami karena anak dalam masa usia dini (0-6 tahun) merupakan masa keemasan dalam kehidupan anak, dimana anak mampu menyerap berbagai informasi yang masuk dengan sangat mudah. Dalam tahap ini (disebut juga dengan masa *golden age*), proporsi otak anak masih sangat optimal dalam menerima berbagai hal (Suyadi, 2015:2). Maka untuk menstimulasi otak anak, diperlukan perhatian orangtua untuk memberikan asupan/makanan bergizi seimbang yang memenuhi standar kesehatan.

Orangtua juga harus memahami kandungan-kandungan dalam makanan yang diberikan kepada anak seperti kandungan protein, karbohidrat, vitamin dan lainnya untuk membantu perkembangan otak anak sehingga anak lebih cerdas juga membentuk perkembangan kognitif, bahasa, fisik-motorik dan lainnya. Oleh karena itu, asupan gizi itu sangatlah penting untuk anak dan berpengaruh terhadap pembentukan perkembangan anak yang lebih baik dan cerdas.

Adapun pada kenyataannya dalam kehidupan masalah kesehatan tidak terlepas dari anak. Tidak sedikit anak usia dini yang mengalami permasalahan pada kesehatan. Jika kesehatan anak bermasalah maka akan berpengaruh pada perkembangan dan pertumbuhan anak itu sendiri seperti malnutrisi, flu, demam, cacangan, dan lain sebagainya. Yang mana permasalahan tersebut harus segera dicegah dengan memberikan asupan-asupan berupa makanan yang sehat dan bergizi. Selain berpengaruh pada pertumbuhan anak juga berpengaruh pada perkembangan fisik-motorik anak.

Anak usia dini belum bisa membedakan mana makanan yang sehat dan mana makanan yang tidak sehat atau tidak bergizi, maka dari itu peran orang tua dan guru sangat berpengaruh dalam hal ini. Anak hanya bisa menilai makanan yang ia makan atau yang diterimanya adalah makanan yang dimakan enak dan menyukai dari segi tampilan bentuk, warna, dan rasa. Dari fakta tersebut maka orang tua dan guru juga harus mengetahui dan memperhatikan hak-hak anak.

Anak memiliki beberapa hak yang harus dipenuhi oleh orangtua maupun lembaga pendidikan ditempat dia dititipkan. Adapun hak-hak anak berbagai penyakit, diberikan pendidikan, mendapatkan pengasuhan, terlindung dari kebakaran, dan mendapatkan asupan gizi yang seimbang (Annisa, 2018:154). Mewujudkan salah satu hak anak, maka lembaga pendidikan anak usia dini di PAUD Al-Qonita memberikan hak anak dalam menerima asupan gizi yang seimbang melalui kegiatan penyelenggaraan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yang diberikan setiap harinya kepada anak dengan menu yang berbeda-beda agar asupan gizi seimbang bagi anak terpenuhi. Walaupun dirumah mereka sudah berikan oleh orangtua makanan yang cukup dan seimbang tetapi lembaga pendidikan tetap melaksanakannya karena ini merupakan salah satu bentuk dari pemberian layanan kesehatan di sekolah atau lembaga PAUD.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di PAUD Al-Qonita salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang menggunakan prinsip pengembangan *Holistik-Intergratif* yang mana di PAUD tersebut selain memberikan layanan pendidikan juga layanan kesehatan gizi anak usia dini yang dilakukan melalui pemberian rangsangan seperti memberikan asupan gizi yang seimbang untuk membantu pertumbuhan dan menunjang perkembangan jasmani dan rohani, serta juga membantu mengembangkan potensi kecerdasan spritual, intelektual, emosional, dan sosial anak usia dini. PMT bergizi bagi anak di sekolah bertujuan untuk mencukupi kebutuhan gizi dalam pemberian makanan tambahan, hal tersebut salah satu cara untuk menghindari jajanan yang belum

tentu terjaga kebersihan dan kesehatannya. Maraknya penggunaan zat kimia berbahaya dalam makanan jajanan, seperti pewarna, penggunaan rasa hingga pengawet perlu diwaspadai.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan program yang harus dilaksanakan oleh sekolah sebagaimana yang telah dilaksanakan di PAUD Al-Qonita Palangka Raya. PAUD Al-Qonita Palangka Raya merupakan salah satu lembaga pendidikan usia dini yang menerapkan makanan tambahan yang diberikan kepada anak secara rutin yaitu setiap harinya dan pemberian menu yang berbeda-beda agar anak tidak jenuh.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di PAUD Al-Qonita didapat informasi yang menunjukkan pada lembaga PAUD Al-Qonita Palangka Raya tersebut telah memberikan pelayanan kesehatan di sekolah dalam bentuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk anak usia dini. Makanan yang diberikan kepada anak mengandung berbagai protein, karbohidrat, vitamin, mineral, lemak, dan serat, yang semua kandungan tersebut terdapat di dalam menu sehat kacang hijau yang diberikan kepada anak usia dini.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya”.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Mulia Rahayu dengan judul “Penanaman Nilai-Nilai Empat Pilar Gizi Seimbang Melalui Pelaksanaan PMT-As di TK IT Al-Farabi Perum Graha Prima Sejahtera Tamantirto

Kasih Bantul Yogyakarta”. Adapun hasil penelitian tersebut menggambarkan pelaksanaan pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilaksanakan oleh peneliti melalui kegiatan penyelenggaraan ini guru secara tidak langsung telah menanamkan nilai-nilai empat pilar gizi seimbang dari konsep menu yang beraneka ragam yang mana hal tersebut bermanfaat untuk anak itu sendiri agar mereka dapat mengetahui makanan apa yang mengandung gizi seimbang dan yang boleh dikonsumsi, pemantauan berat badan membiasakan perilaku hidup sehat yang harus seimbang antara di sekolah dengan di rumah. Oleh karena itu pengelola PMT-AS bekerjasama dengan kepala sekolah, guru, orang tua, dan tim layanan kesehatan agar nilai-nilai empat pilar gizi seimbang tertanam dalam pada anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Wafa Aerin dengan judul “ Pemenuhan Gizi Anak Melalui Program Makan Sehat di TK Al-Irsyad Al-Islamiyyah Purwokerto” penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hasil pemenuhan gizi anak usia dini melalui program makan sehat dan setelah melakukan penelitian, maka hasil penelitian ini menggambarkan implementasi pemenuhan gizi anak melalui program makan sehat yang dilaksanakan di TK Irsyad Al-Islamiyyah Purwokerto, penelitian ini juga menunjukkan variasi menu yang sesuai dengan kebutuhan gizi pada anak usia dini setiap harinya pada program makan sehat yang disusun oleh ahli gizi, sehingga dapat meningkatkan status gizi pada anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Elina Flora, dkk dengan judul “ Analisis Pemberian Makanan Bergizi Pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK Santa Gema”

menjelaskan tentang pengenalan makanan sehat kepada anak usia dini melalui program pemberian makanan bergizi yang dilaksanakan di sekolah. Dengan adanya program seperti ini anak akan mengenal makanan yang sehat dan baik untuk tubuh serta pemberian makanan bergizi ini untuk meningkatkan nafsu makan anak dan menambah kesukaan anak makan sayur yaitu dengan cara memberikan makanan yang bervariasi agar anak mau makan. Selain itu juga, dalam program ini guru secara tidak langsung mengajarkan anak mandiri saat makan. Karena program seperti ini berperan penting dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak, dan kesehatan anak usia dini.

Penelitian yang dilakukan oleh Aolia Mumtakhonah dengan judul “ Program Kerjasama Orang Tua dan Guru dalam Pemberian Makanan Gizi Seimbang Di TK Diponegoro 51 Batuanten Kecamatan Cilingok Kabupaten Banyumas ”. Menjelaskan tentang program pemberian makanan gizi seimbang yang dilaksanakan oleh sekolah melalui kerjasama dengan orang tua dan guru dalam pemberian gizi seimbang pada anak usia dini yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi dan agar anak-anak terbiasa mengkonsumsi sayur-mayur, yang mana sebelumnya anak-anak tidak suka makan sayur.

Program pemberian makanan gizi seimbang berdampak positif bagi anak-anak, yang mana anak-anak semakin terbiasa dengan mengkonsumsi makanan gizi seimbang sejak usia dini. Program ini berjalan dengan baik yaitu memaksimalkan mengikut sertakan orang tua anak untuk terlibat dalam pemberian makanan gizi seimbang yang diadakan setiap hari sabtu pada setiap minggunya di sekolah. Serta dapat mengoptimalkan perkembangan otak

(intelengensi), perkembangan fisik dan psikis anak, yang mana dalam program ini menyediakan menu makanan gizi seimbang yang beranekaragam dan yang menjadikan anak menjadi anak yang sehat, aktif dan dapat menerima apa yang disampaikan oleh guru serta dapat menunjang proses pembelajaran pada pendidikan anak usia dini.

Penelitian yang dilakukan Zuliani Putri Perdani, dkk dengan judul “Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 tahun Di Pos Gizi Desa Tegal Kunir Lor Mauk ”. Asupan nutrisi pada anak memegang peranan penting dalam tumbuh kembang pada anak, keadukuan asupan nutrisi dapat dinilai dengan keadaan status gizi. Anak Usia 3-5 tahun merupakan tahapan dimana anak mengalami tumbuh kembang dan aktivitas yang pesat, serta masih bergantung pada orang tua dalam hal pemberian makan, anak sudah bisa memilih makanan yang disukainya. Peran orang tua sangat menentukan asupan nutrisi pada anak, asupan nutrisi yang tidak sesuai akan menyebabkan anak kekurangan gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi Anak usia 3-5 Tahun.

Dari beberapa penelitian sebelumnya memiliki persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti program pemberian makanan bergizi yang diberikan oleh lembaga sekolah bagi anak usia dini. Dalam bentuk pemberian makanan tambahan. Adapun perbedaannya adalah tempat penelitian dan lebih ke segi positif dari pemberian makanan tambahan (PMT) di PAUD.

C. Fokus Penelitian

1. Penelitian ini dilaksanakan pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.
2. Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan observasi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana Kandungan Gizi (makro dan mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
2. Bagaimana Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
3. Apa Saja Faktor Pendukung Dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penulisan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui Kandungan Gizi (makro dan mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.
2. Mengetahui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.

3. Mengetahui Faktor Pendukung Dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Untuk mengembangkan pelayanan kesehatan anak usia dini melalui pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak di lembaga PAUD.
- b. Untuk memfasilitasi kebutuhan gizi anak usia dini di lembaga PAUD.
- c. Untuk menambah wawasan calon pendidik maupun pendidik di lembaga PAUD.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan informasi bagi calon guru PAUD tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Anak.
- b. Sebagai bahan informasi untuk Mahasiswa PIAUD tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak.
- c. Sebagai bahan informasi bagi sekolah atau lembaga PAUD lain tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak.
- d. Sebagai bahan informasi peneliti berikutnya.

G. Definisi Oprasional

1. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah cara membantu memperbaiki gizi yang dilaksanakan oleh sekolah dalam bentuk pemberian makanan tambahan yang diberikan kepada anak usia dini

dengan tujuan untuk mencukupi kebutuhan gizi anak di sekolah yang dilaksanakan oleh lembaga pendidikan anak usia dini.

2. Makanan bergizi adalah makanan yang mengandung gizi, aman untuk dikonsumsi, dan jika dimakan memberikan manfaat bagi tubuh. Yang mana di dalamnya harus terdapat kandungan karbohidrat, vitamin, mineral, lemak, serat, dan protein. yang diberikan sesuai dengan kebutuhan anak.

H. Sistematika Penulisan

Penelitian ini dirancang menjadi lima bab. Adapun sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini berisi tentang latar belakang, penelitian sebelumnya, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, dan sistematika penulisan.

BAB II : TELAAH TEORI

Bab ini berisi tentang deskripsi teori, kerangka pikir dan pertanyaan penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

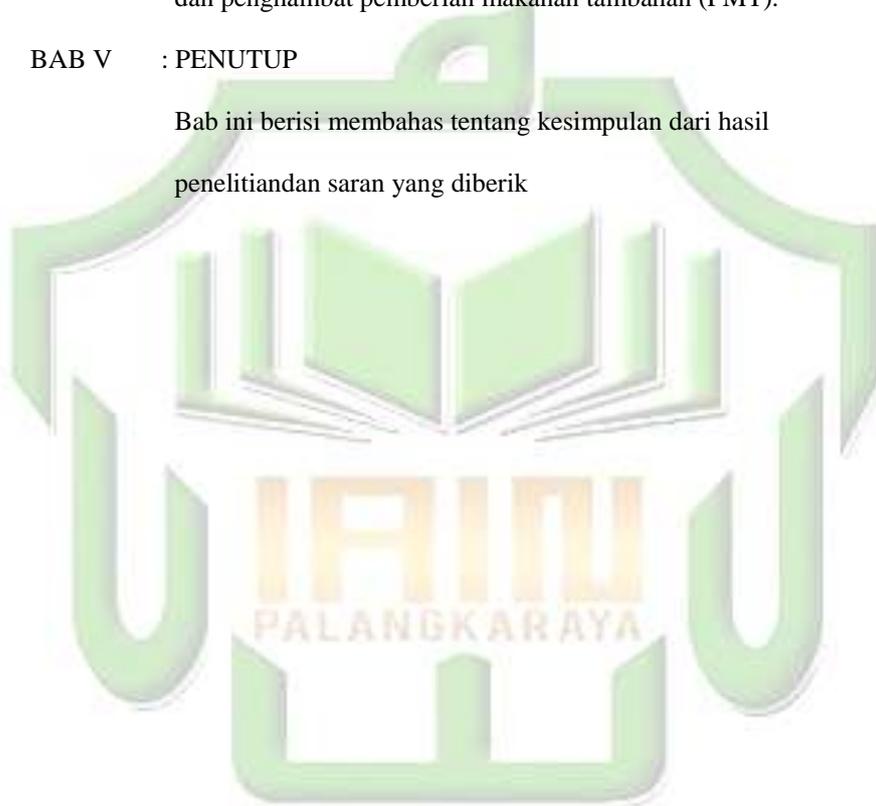
Bab ini membahas tentang yang akan dipaparkan yaitu tentang alasan menggunakan metode penelitian kualitatif, waktu dan tempat penelitian, sumber data penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, teknik pengabsahan data dan teknik analisis data.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini membahas tentang hasil dari penelitian yang telah diperoleh dilapangan yaitu hasil penelitian dan pembahasan tentang kandungan gizi pada pemberian makanan tambahan (PMT), pemberian makanan tambahan (PMT), faktor pendukung dan penghambat pemberian makanan tambahan (PMT).

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisi membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitiandan saran yang diberik



BAB II

TELAAH TEORI

A. Deskripsi Teori

Makanan yang baik dan halal berperan utama serta berpengaruh bagi perkembangan fisik dan psikis. Sebagaimana yang telah dijelaskan di dalam AL-Quran surah Al-Maidah ayat 88. Yang artinya “ *Dan makanlah dari apa yang telah kami berikan kepadamu sebagai rezeki yang halal dan baik, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu berikan kepada-Nya.*” Jadi dalam ayat ini telah tercantum bahwa dalam hal makanan pun kita sudah diatur, yaitu makanlah makanan yang halal dan baik. Makanan yang halal dan baik disini maksudnya adalah makanan yang bergizi seimbang agar tubuh menjadi sehat (Astria: 2016).

1. Makanan

Makanan merupakan kebutuhan mendasar bagi hidup manusia. Makanan yang dikonsumsi beragam jenis dengan berbagai cara pengolahannya. Di masyarakat dikenal pola makan atau kebiasaan makan yang ada pada masyarakat dimana seorang anak hidup. Pola makan kelompok masyarakat tertentu juga jadi pola makan anak (Ruslianti, 2015:132).

Pola makan mempengaruhi penyusunan menu, seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan yang terbentuk dari kebiasaan masyarakatnya. Jika menyusun hidangan untuk anak, hal ini perlu diperhatikan disamping kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat dan

bertumbuh kembang. Kecukupan zat gizi ini berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak, maka pengetahuan dan kemampuan dalam mengelola makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting.

Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan atau unsur-unsur/ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh, yang berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh (Syafrizar, Wilda Welis, 2008: 3). Sedangkan dalam Jurnal yang ditulis Rahayu mengutip dari (Fairuz Tsabit, 2013) makanan adalah segala bahan yang jika dimakan atau dimasukkan ke dalam tubuh akan membentuk atau mengganti jaringan tubuh, memberikan tenaga, atau mengatur semua proses dalam tubuh, selain itu juga makanan juga mengandung nilai tertentu bagi berbagai kelompok manusia, suku bangsa atau perorangan, yakni unsur kelezatan, memberikan rasa kenyang dan nilai yang dikaitkan dengan faktor lain, seperti emosi, perasaan tingkat sosial, agama, kepercayaan dan lainnya.

Selanjutnya dalam buku *All About Kesehatan Anak* (Murtie Alfin, 2014: 124) makanan adalah segala bentuk makanan yang terbuat dari bahan-bahan makanan yang dimasukkan ke dalam tubuh melalui mulut kemudian melalui proses pencernaan. Makanan mutlak dibutuhkan bagi tumbuh kembang anak baik secara fisik maupun psikis. Makan yang masuk ke dalam tubuh juga diolah menjadi energi yang bermanfaat bagi aktivitas anak sehari-hari.

Maka dari penjabaran di atas bahwa kita sebagai pendidik maupun orangtua harus memiliki pengetahuan dalam pemberian asupan makanan yang baik untuk anak usia dini. maka dari itu dalam hal ini akan diuraikan tentang makanan serta manfaat, tujuan dan syarat makanan yang harus diberikan kepada anak usia dini.

a. Pengertian Makanan Tambahan

Menurut Hana Shafiyah Zulaidah dalam Jurnal Gizi Klinik Indonesia (2014:69) Pemberian makanan tambahan adalah pemberian makanan selain makanan utama atau pokok yang diberikan pada anak usia dini.

Menurut Sekolah PAUD Al-Qonita makanan tambahan merupakan makanan bergizi seimbang yang diberikan kepada anak usia dini untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang mana makanan yang diberikan harus tercakup kedalam makanan 4 sehat 5 sempurna yang diberikan setiap hari pada anak didominasi seperti nasi, lauk-pauk dan sayur. Pemberian makanan tambahan ini sangat membantu orang tua dan guru dalam mencukupi kebutuhan asupan gizi pada anak usia dini dikarenakan tidak semua orang tua mengerti tentang makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi anak.

Pemberian makanan tambahan harus sesuai dengan kebutuhan anak dan sesuai dengan pedoman yang tertera pada (Juknis PAUD Pemberian Makanan Sehat: 2018) pemberian makanan sehat merupakan intervensi untuk pembiasaan makanan sehat dan pembiasaan hidup sehat

sebagai penerapan layanan *holistic integrative* di satuan PAUD/satuan Pendidikan Nonformal (PNF) yang menyelenggarakan program PAUD. Makanan Sehat adalah makanan bergizi seimbang sebagai makanan harian yang memenuhi kebutuhan gizi anak.

Makanan sehat adalah makanan yang mengandung banyak unsur, seperti karbohidrat, lemak, vitamin, protein, air dan mineral. Makanan dikelompokkan berdasarkan kegunaannya menjadi 3 kelompok, yaitu sumber tenaga yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, lemak dan protein; sumber zat pembangun yaitu makanan yang mengandung protein dan air, sumber zat pengatur yaitu makanan yang mengandung vitamin dan mineral. Dengan kata lain makanan sehat adalah makanan yang mengandung gizi seimbang (Ruslianti: 2015).

b. Manfaat Pemberian Makanan Tambahan

Adapun manfaat pemberian makanan tambahan ini adalah untuk memperbaiki pola makan anak dan mengubah kebiasaan anak dalam mengkonsumsi makanan siap saji.

Penyelenggaraan pemberian makanan tambahan di lembaga PAUD ini juga belajar mengenal makanan, menyukainya, memakai alat, dan tata cara makan. Pada usia 4-6 tahun anak merupakan konsumen aktif, yaitu sudah bisa memilih atau menolak makanan sehingga penanaman perilaku hidup sehat dapat ditanamkan. (Febrianta, 2019: 37).

Pemberian makanan tambahan di sekolah atau lembaga PAUD ini menanamkan nilai kebersamaan pada anak usia dini, yaitu suatu kegiatan makan yang dilakukan secara bersama-sama dalam suatu kelompok. Menurut Asmira Susanto (1980:55) manfaat makan bersama pada anak antara lain:

- 1) Dapat mengontrol penyebab obesitas pada anak

- 2) Makan bersama mendorong anak untuk mengonsumsi lebih banyak makanan yang bergizi seperti buah, sayuran, serat serta berbagai jenis makanan yang kaya kalsium dan vitamin
- 3) Dapat mengubah pola makan anak yang selalu mengonsumsi *junk food* dan *soft drink*
- 4) Anak akan cenderung memiliki pola makan yang baik
- 5) Anak akan cenderung memiliki prestasi yang lebih baik di sekolah

Melalui pemberian makanan tambahan di lembaga PAUD ini merupakan salah satu upaya sekolah dalam meningkatkan status gizi dan kesehatan anak dan membentuk perilaku makan anak serta berdampak terhadap semangat dan konsentrasi belajar anak. Adapun manfaat pemberian makanan tambahan di lembaga PAUD. Menurut (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral PAUDNI Direktorat PPTK PAUDNI, 2012:104) yaitu:

- 1) Membentuk kebiasaan makan yang baik
- 2) Memenuhi kebutuhan gizi anak minimal dapat memenuhi setengah kebutuhan anak sehari. Bagi lembaga PAUD yang *Full Day School*, kebutuhan gizi anak dapat memenuhi 2/3 kebutuhan gizi anak.
- 3) Meningkatkan kecerdasan spiritual anak melalui doa bersama dan mensyukuri nikmat Tuhan yang telah memberikan rezekinya.
- 4) Meningkatkan kecerdasan emosional dan interpersonal anak melalui kegiatan berbagi makanan dengan teman dan guru.

- 5) Menumbuhkan rasa tanggung jawab anak dengan meminta mengambil makanan dengan teman dan guru.
- 6) Menumbuhkan kemandirian anak melalui makan sendiri dan membereskan alat makan sendiri.
- 7) Melatih motorik halus dan kasar anak melalui integrasi makan dengan pembelajaran matematis (jumlah, klasifikasi warna dan bentuk) dan pengenalan berbagai sumber makanan nabati dan hewani.
- 8) Mengenalkan anak fungsi makanan, zat-zat gizi yang dibutuhkan, bahan-bahan kimia atau kontaminan yang dapat membahayakan bagi tubuh manusia.

c. Tujuan Pemberian Makanan Tambahan

Dalam Juknis PAUD Pemberian Makanan Tambahan 2018:

- 1) Meningkatkan dan kesehatan dan perkembangan kecerdasan peserta didik di Satuan PAUD/satuan PNF yang menyelenggarakan program PAUD.
- 2) Membiasakan anak mengkonsumsi makanan sehat dan seimbang.
- 3) Membiasakan anak berperilaku sesuai tata aturan dan norma saat makan.
- 4) Meningkatkan pelibatan orangtua dan masyarakat dalam penyiapan makanan sehat bagi anak usia dini.

Pemberian makanan tambahan di sekolah sudah menjadi kebutuhan penting untuk semua warga sekolah, terutama untuk anak

didik di lingkungan lembaga PAUD (TK/RA). Menurut (Pakar Gizi Indonesia: 2016) tujuan pemberian makanan adalah:

- 1) Menghasilkan makanan yang berkualitas baik.
- 2) Memberikan pelayanan yang cepat dan menyenangkan.
- 3) Menyediakan menu yang seimbang dan bervariasi sesuai dengan harapan konsumen.
- 4) Memberikan layanan dengan harga layak.
- 5) Memberikan layanan dengan fasilitas yang memadai.
- 6) Mengelola pengadaan makanan dengan menggunakan standar kebersihan dan sanitasi tinggi.

Tujuan dilaksanakannya pemberian makanan tambahan bagi anak menurut Dyah Umiyarni Purnamasari (2018 : 92) adalah:

- 1) Meningkatkan keadaan gizi, meningkatkan minat belajar, mengurangi absensi dan tinggal kelas serta mengurangi jumlah anak putus sekolah.
- 2) Mendukung program verifikasi pangan dengan menanamkan sikap dan perilaku menyukai makanan jajanan setempat dalam rangka pelaksanaan gerakan Aku Cinta Makanan Indonesia (ACMI) yang dimulai pada usia dini.
- 3) Menanamkan kebiasaan makan yang baik serta kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak anak-anak untuk perilaku hidup sehat yang didukung oleh sanitasi lingkungan yang baik.
- 4) Mendorong perkembangan ekonomi rakyat melalui pemanfaatan produk pertanian setempat untuk digunakan dalam PMT-AS.
- 5) Mendorong peran serta aktif masyarakat dalam pelaksanaan pendidikan anak dengan memperhatikan keadaan gizi dan kesehatannya sehingga apabila bantuan pemerintah selesai, masyarakat mau dan mampu melanjutkan dan melestarikan PMT-AS ini atas swadaya masyarakat sendiri.

Pemberian makanan tambahan merupakan salah satu dari bagian pemberian makanan sehat yang dilaksanakan oleh pihak sekolah

sebagaimana sudah diatur dalam Peraturan Direktur Jendral Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 27 Tahun 2019 Tentang Petunjuk Teknis Bantuan Pemberian Makanan Sehat Tahun 2019 (Juknis PAUD : 2019). Tujuan pemberian sehat adalah :

- 1) Meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak peserta didik di satuan PAUD atau satuan pendidikan nonformal yang menyelenggarakan program PAUD.
- 2) Menjaga peserta didik agar tetap dalam kondisi gizi seimbang.
- 3) Membiasakan anak mengonsumsi makanan sehat dan berperilaku sesuai tata aturan dan norma saat makan.
- 4) Meningkatkan pelibatan orangtua dan masyarakat dalam menyiapkan makanan sehat bagi anak usia dini.

d. Bahan Makanan Tambahan

Bahan makanan adalah makanan dalam keadaan mentah, dalam bahasa Inggris hanya digunakan untuk satu kata untuk menyatakan kata makanan, pangan dan bahan makanan yaitu *food* (Lilis Banowati, 2014:2).

Bahan makanan biasa sering disebut juga bahan pangan. Makanan yang dikonsumsi umumnya terdiri atas satu atau beberapa jenis bahan makanan. Sebagai contoh bahan makanan adalah telur, sayur, daging, ubi, dan sebagainya, setiap makanan terdiri atas beberapa zat makanan

atau zat gizi yang disebut sebagai nutrien. Berbagai jenis bahan makanan yaitu:

1). Bahan makanan pokok

Merupakan sumber utama karbohidrat atau energi. Contoh makanan yang mengandung karbohidrat yaitu : nasi, jagung rebus, roti gandum, kentang, oatmeal, nasi merah, kacang, ubi-ubian seperti singkong rebus/goreng, ubi jalar rebus, kolak ubi, kolak singkong, apem, bolu, bahun goreng, onde-onde.

2). Bahan makanan lauk-pauk

Pada umumnya makanan ini merupakan sumber utama protein di dalam hidangan yaitu protein hewani dan protein nabati. Jadi lauk pauk juga dapat tergolong hewan dan juga tergolong tumbuhan. Semua bahan pangan yang berasal dari hewan termasuk lauk pauk, misalnya daging, ikan, telur dan sebagainya. Bahan pangan nabati termasuk lauk-pauk ialah jenis kacang-kacangan seperti kacang kedelai dan hasil olahannya, yaitu tempe dan tahu, susu kedelai, susu, telur dadar, telur rebus, ikan goreng, sup ayam.

3). Bahan makanan sayur dan buah

Kedua kelompok bahan makanan ini termasuk bahan nabati. Bahan makanan buah dan sayur, umumnya merupakan penghasil vitamin dan mineral. Ada beberapa jenis sayur dan buah yang menghasilkan energi dalam jumlah cukup berarti, seperti nangka muda untuk sayur dan sukun. Pisang merupakan salah satu buah

yang banyak menghasilkan energi, demikian pula sawo dan alpukat. Kalau energi di dalam alpukat berasal dari lemak, maka dalam buah lainnya yang disebut terdahulu berasal dari karbohidrat.

Contoh makanan yang mengandung vitamin dan mineral : susu sapi, yoghurt, sereal, ikan sarden, susu kedelai, keju, bayam, brokoli, ubi jalar, sereal, biji bunga matahari, kentang, dan kacang kedelai.

Contoh makanan yang mengandung serat : tumis wortel dan kentang, sayur bening bayam, tumis kangkung, tumis buncis, pare, jus alpukat, jambu biji merah, apel, pepaya, mangga, nanas, kacang tanah, kacang almond, oatmeal dan roti gandum.

4). Bahan Makanan Sumber Lemak

Menurut sumbernya, lemak dibedakan menjadi dua yaitu lemak nabati dan lemak hewani. Lemak nabati berasal dari bahan makanan tumbuh-tumbuhan seperti keju, kacang tanah, selai kacang, dan coklat. Sedangkan lemak hewani berasal dari binatang termasuk ikan, telur, dan susu (Merryana adriani dan Bambang wijatmadi, 2016:145). Contoh makanan yang mengandung lemak yaitu : biskuit, sosis, mentega, yoghurt, telur, minyak ikan, sarden, keju.

e. Syarat makanan di lembaga PAUD

Adapun makanan yang akan diberikan kepada anak usia dini baik di lembaga PAUD maupun di rumah harus memenuhi syarat makanan (Febrianta, 2019: 93).

- 1) Makanan mudah untuk dicerna
- 2) Tidak merangsang (tidak pedas)
- 3) Pada anak 1-3 tahun anak bersifat konsumen pasif. Pada usia ini gigi anak sudah tumbuh, tetapi belum dapat digunakan dengan baik.
- 4) Anak umur 4-6 tahun bersifat konsumen aktif. Anak sudah dapat memilih makanan yang disukai sehingga pada masa ini hendaknya ditanamkan kebiasaan yang baik.
- 5) Mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan anak
- 6) Higienis dan tidak membahayakan anak
- 7) Mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang)
- 8) Porsi makan tak terlalu besar
- 9) Makan cukup basah karena berkuah
- 10) Potongan makanan atau ukuran makan cukup kecil sehingga mudah masuk mulut dan dikunyah.

2. Makanan Bergizi

a. Pengertian Makanan Bergizi

Istilah gizi berasal dari bahasa Arab giza yang berarti zat makanan, dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *nutrition* yang berarti bahan makanan atau zat gizi atau sering diartikan sebagai ilmu gizi. Pengertian lebih luas bahwa gizi diartikan sebagai proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan

kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga (Irianto, 2006: 2).

Selanjutnya menjelaskan bahwa gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi. Penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi (Suparisa, 2002: 17-18).

Makanan yang bergizi adalah makanan yang mengandung zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia zat gizi selain untuk pertumbuhan pembentukan tukan sel-sel baru penyedia energi zat gizi bagi tubuh juga akan digunakan sebagai pemeliharaan dan penggantian jaringan-jaringan yang hilang atau rusak agar sel-sel tersebut dapat berfungsi dengan baik. Makanan bergizi dan tepat pembagiannya merupakan salah satu wujud dari baiknya tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi seperti diketahui seperti yang diketahui status gizi sangat dominan dipengaruhi oleh ketetapan makanan yang ketepatan makanan yang diberikan (Rismayanti: 2014).

Makanan bergizi itu tidak selalu mahal, tapi harus sehat dan bergizi yang juga mengandung berbagai zat yang bermanfaat bagi tubuh kita, seperti karbohidrat, yang akan dipercah oleh tubuh menjadi sumber energi. Protein, yang dibutuhkan tubuh kita sebagai zat pembangun tubuh dan memperbaiki jaringan yang rusak. Lemak,

sebagai cadangan energi dan pelarut vitamin A,D,E, K. Vitamin dan mineral, yang menjaga daya tahan tubuh dan kesehatan tubuh. Air, yang sangat baik manfaatnya apabila dikonsumsi 7-8 gelas/hari. Serat yang dapat diperoleh dari sayuran dan buah-buahan yang bermanfaat menjaga kesehatan dan pencernaan tubuh (Kadarsih: 2019).

3. Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di lembaga pendidikan anak usia dini dilakukan setiap hari anak makan di sekolah, yaitu makanan disiapkan oleh pihak sekolah. Pemberian makanan tambahan ini perlu diperhatikan oleh pihak sekolah akan kandungan-kandungan yang terdapat di dalam makanan serta harus sesuai dengan kebutuhan anak. Selain itu pihak sekolah juga harus memahami fungsi program tersebut dan mampu melaksanakan persiapan dan pelaksanaannya, serta melakukan evaluasi terhadap kegiatan pemberian makanan tambahan kepada anak ini.

Pola pemberian makanan sangat penting diperhatikan, guru perlu memberikan makanan yang sehat secara rutin di sekolah melalui kegiatan makan bersama. Hal ini dilakukan agar dapat membantu mengatasi anak susah makan dan mengajarkan anak agar selalu mengkonsumsi makanan sehat serta melatih anak mengkonsumsi buah dan sayur. Pemberian makanan tambahan (PMT) untuk anak di sekolah termasuk dalam penyelenggaraan makan institusi. Ada yang bersifat non-komersil (orangtua membiayai atau subsidi dan sekolah sedikit pun tidak mencari keuntungan), semi komersil (keuntungan hanya sedikit untuk menutupi

kebutuhan tertentu) dan dapat juga bersifat sosial, yaitu tanpa pungutan biaya kepada orangtua anak (Santoso, 1999).

Asupan makanan anak-anak yaitu kebutuhan anak usia prasekolah pada dasarnya sama dengan kebutuhan mereka saat masih muda, tetapi jumlahnya berbeda sesuai dengan nafsu makannya. Jumlah makanan lebih ditingkatkan sesuai dengan ukuran tubuhnya yang semakin besar dan kebutuhan psikologisnya. Makanan untuk anak usia prasekolah atau usia dini bukan hanya dipertimbangkan pada fungsi zat gizi yang terkandung, tetapi kemampuan makanan tersebut untuk dimakan, tingkat penguasaan, serta nilai emosi dan sosial (Ruslianti, 2015:153).

a. Cara pemberian makanan di PAUD/TK/TPA

Adapun cara pemberian makanan di PAUD (Febriantia, 2019: 116) sebagai berikut:

- 1) Membuatnya tersedia dalam jumlah yang banyak untuk pembentukan tubuh, memberikan energi dan regulasi makan
- 2) Menyediakan makanan termasuk variasi makan ditawarkan dalam jumlah cukup untuk memenuhi kepuasan nafsu makan
- 3) Menambahkan susu dalam makanan lain, seperti custard pudding es krim, dan minuman lain, seperti coklat karena terdapat kecenderungan penurunan asupan susu
- 4) Bekal makan siang disiapkan dengan baik dari rumah atau makanan yang dimakan anak-anak saat disekolah harus memenuhi sedikitnya 1/3 dari kebutuhan makan harian

- 5) Cemilan bergizi disediakan sebagai sumber gizi tambahan harus direncanakan sebagai bagian dari makanan sehari-hari

b. Fungsi penyelenggaraan makan di sekolah

Pemberian makanan tambahan di PAUD mempunyai fungsi:

- 1) Menambah konsumsi zat gizi anak dalam menu makan sehari-hari.
- 2) Mendidik sopan santun dalam acara makan bersama.
- 3) Memupuk hidup kebersamaan.
- 4) Melatih anak makan berbagai jenis bahan makanan serta hidangan yang bergizi.
- 5) Melatih anak mandiri, dalam hal ini makan sendiri.
- 6) Melatih anak menggunakan peralatan makan dengan benar.

Perlu diingat bahwa anak usia TK/ usia dini sangat memerlukan makanan yang baik dan bergizi untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya. Selain itu, juga melalui program pemberian makanan tambahan ini anak yang sulit makan atau tidak suka makan menjadi mau makan karena suasana lingkungan sekolah dan teman yang ada di sekolah.

Pemberian makanan pada anak mempunyai 3 fungsi Menurut Judarwanto (2004: 96):

- 1) Fungsi Fisiologis, memberi nutrisi sesuai kebutuhan agar tercapai tumbuh kembang yang optimal.
- 2) Fungsi Psikologis, penting dalam pengembangan hubungan emosional ibu dan anak sejak awal.

- 3) Fungsi Sosial/edukasi, melatih anak mengenal makan, keterampilan makan, dan bersosialisasi dengan lingkungannya.

Pemberian makan pada anak secara tidak langsung menjadi alat untuk mendidik anak. Kebiasaan dan kesukaan anak terhadap makanan mulai dibentuk sejak kecil. Jika anak diperkenalkan dengan berbagai jenis makanan mulai usia dini, pola makan dan kebiasaan makan pada usia selanjutnya adalah makanan beragam. Sejak dini harus dibiasakan makan makanan sehat dan bergizi seimbang sebagai bekal dikemudian hari (Lestari: 2008).

c. Tahapan pemberian makan di sekolah

1) Persiapan

Tahap persiapan adalah tahap awal yang cukup memerlukan pemikiran dan usaha dari berbagai pihak yaitu:

- a) Kepala sekolah atau pimpinan sekolah mengatur jadwal kegiatan sekolah dalam hal penentuan dan waktu lama makan.
- b) Kepala sekolah dan staf guru menentukan frekuensi penyelenggaraan makan oleh sekolah
- c) Sekali seminggu, dua kali atau setiap hari. Sebelum menentukan frekuensi ini, perlu diketahui dan dipikirkan beberapa hal tentang:
 - (1) Berapa biaya yang tersedia
 - (2) Berapa biaya makanan sekali makan per anak.

(3) Bantuan atau sumber mana saja yang dapat dipergunakan.

Bantuan dapat berupa tenaga, bahan makanan, peralatan dan lainnya.

d) Kepala sekolah dan guru menentukan menu makanan dengan memperhitungkan anggaran yang tersedia dan bahan makanan yang ada, tenaga, dan peralatan yang ada serta kesukaan anak dan kemudahan untuk disantap anak TK. Pada tahap ini, dapat diminta bantuan informasi dari orangtua mengenai kebiasaan makan dan kesukaan makan anaknya. Juga masalah makan dari anak serta masalah kesehatan anak bila ada.

e) Libatkan orangtua pada waktu penyelenggaraan makan di sekolah. Sebaiknya orangtua diberitahu menu makan anak sehingga dapat bekerjasama yaitu:

(1) Ikut menjelaskan mengenai makanan kepada anak bahwa makanan itu untuk kesehatan anak.

(2) Memperhatikan pemberian makanan kepada anak sebelum dan sesudah makan di sekolah. Maksudnya, jika anak masuk pagi (pukul 07:00) dan mendapat makanan utama yang mengenyangkan, sebaiknya orangtua tidak memberikan makanan yang mengenyangkan sebelumnya di rumah. Jika anak sekolah siang (pukul 10:00), batasi makan anak sesudah itu jangan anak dipaksa makanan

kenyang jika anak menolak. Sebaliknya berlaku bila anak mendapat jenis makanan selingan di sekolah.

- (3) Hidangan untuk anak TK/PAUD umumnya hidangan sepingan yaitu satu jenis hidangan yang lengkap dengan berbagai bahan makanan seperti mie goreng, bubur ayam atau nasi dengan sop. Dapat juga dengan hidangan maksimum dua jenis lauk dan sayur seperti nasi putih dengan sayur asam dan ikan teri goreng.

Berikut ini beberapa contoh hidangan:

- (a) Makanan utama : nasi, sop, sayur, mie/bihun goreng, bubur ayam, sayur asam, dadar telur, ikan teri, sayur bening bayam, tempe goreng, kentang goreng, bola daging, nasi kuning.
- (b) Makanan selingan : bubur kacang hijau, ketan hitam, ketimun, singkong, jagung muda, pudding, singkong kukus, bolu, dan lain-lain.

4. Faktor Penghambat dan Pendukung Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Pemberian makanan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pemberian makanan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2011).

a. Ekonomi

Variabel ekonomi yang cukup dominan dalam meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kuantitas dan kualitas yang lebih baik, sebaliknya penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas.

b. Sosial Budaya

Pantangan dalam mengkonsumsi jenis makanan tertentu dapat dipengaruhi oleh faktor budaya/kepercayaan. Pantangan yang didasari pada kepercayaan pada umumnya mengandung perlambang atau nasihat yang dianggap baik ataupun tidak baik yang lambat laun akan menjadi kebiasaan/adat. Kebudayaan suatu masyarakat mempunyai kekuatan yang cukup besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan megolah pangan tersebut dikonsumsi.

c. Agama

Pandangan yang didasari agama, khususnya islam disebut haram dan individu yang melanggar hukumnya berdosa adanya pantangan terhadap makanan/minuman tertentu dari sisi agama dikearenakan makanan/minuman tersebut membahayakan jasmani dan rohani bagi yang mengkonsumsinya. Konsep halal dan haram sangat mempengaruhi pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi.

d. Pendidikan

Pendidikan dalam hal ini biasanya dikaitkan dengan pengetahuan, akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan

kebutuhan gizi. Salah satu contoh, prinsip yang dimiliki seseorang dengan pendidikan rendah biasanya adalah yang penting mengenyangkan, sehingga porsi bahan makanan sumber karbohidrat lebih banyak dibandingkan dengan kelompok bahan makanan lainnya. Sebaliknya dengan kelompok orang dengan berpendidikan tinggi memiliki kecendrungan memilih bahan makanan sumber protein dan akan berusaha menyeimbangkan dengan kebutuhan gizi.

e. Lingkungan

Faktor lingkungan ini cukup besar pengaruhnya terhadap pemberian makan. Lingkungan yang dimaksud dapat berupa lingkungan keluarga, serta adanya promosi melalui media elektronik maupun media cetak, kebiasaan makan dikeluarga sangat berpengaruh besar terhadap pemberian makanan seseorang, kesukaan seseorang terhadap makanan terbentuk dari kebiasaan makanan yang terdapat dalam keluarga.

Lingkungan sekolah, termasuk didalamnya guru, teman sebaya dan keberadaan tempat jajan sangat mempengaruhi terbentuknya pola makan, khususnya bagi siswa sekolah. Anak yang mendapatkan informasi yang tepat tentang makanan sehat dari gurunya dan didukung dengan tersedianya kantin atau tempat jajan yang menjual makanan sehat akan membentuk pola pemberian makanan yang baik pada anak (Sulistyoningsih: 2011).

B. Kerangka Pikir dan Pertanyaan Penelitian

1. Kerangka Pikir

Pemberian makanan tambahan di lembaga PAUD merupakan suatu program yang sudah biasa dilaksanakan di setiap lembaga PAUD setiap satu minggu atau satu bulan sekali. Diantara beberapa lembaga PAUD telah menerapkan pemberian makanan tambahan setiap hari. Pemberian makanan tambahan ini dilakukan untuk membantu kebutuhan dan kecukupan gizi anak usia dini terpenuhi. Penelitian ini berpusat pada guru dalam proses memberikan makanan tambahan pada anak usia dini.

Berdasarkan penjelasan di atas, berikut ini adalah kerangka pemikiran penelitian yang dapat dirumuskan sebagai acuan dalam pelaksanaan penelitian.



Gambar/Bagan 2.1 Kerangka Berpikir Pemberian Makanan Tambahan Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

2. Pertanyaan Penelitian

a. Bagaimana Kandungan Gizi (makro dan mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.

- 1). Pemahaman Guru Tentang Makanan Tambahan?
- 2). Pemahaman Guru Tentang Gizi?
- 3). Apakah Kandungan Zat Gizi Makro (karbohidrat, protein, dan lemak) Terdapat Pada Makanan Yang Diberikan Pada Anak?
- 4). Apakah Kandungan Zat Gizi Mikro (vitamin, mineral, dan serat) Terdapat Pada Makanan Yang Diberikan Pada Anak?

b. Bagaimana Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.

- 1). Jenis makanan apa saja yang diberikan pada anak?
- 2). Apakah makanan yang diberikan harus mengandung karbohidrat, protein, vitamin, serat dalam satu menu?
- 3). Menu makanan apa saja yang diberikan pada anak?
- 4). Apakah guru menjelaskan terlebih dahulu akan manfaat makanan yang diberikan pada anak?
- 5). Apakah anak mengambil makanan sendiri saat proses pemberian makanan tambahan?
- 6). Apakah setiap anak suka dengan menu yang diberikan dan mau makan?

c. Apa Saja Faktor Pendukung Dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di Al-Qonita Palangka Raya.

- 1) Apakah orang tua setuju dengan pemberian makanan tambahan yang diselenggarakan oleh sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
- 2) Bagaimana pendapat/ tanggapan orang tua dalam pemberian makanan tambahan yang dilaksanakan oleh pihak sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
- 3) Apakah guru mengetahui apa saja syarat makanan tambahan yang harus diberikan pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
- 4) Bagaimana kerjasama guru dengan orang tua dalam memberikan makanan tambahan pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya?
- 5) Apakah dari pihak sekolah sendiri yang membuat makanan tambahan tersebut atau bekerjasama dengan orang tua?
- 6) Apakah pihak sekolah atau yayasan mengkonsultasikan kepada dokter atau pihak puskesmas mengenai menu dan bahan makanan yang akan diberikan pada anak melalui pemberian makanan tambahan?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian Kualitatif

Jenis penelitian ini kualitatif, Penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada konsisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Sugiyono, 2018:9).

Alasan peneliti menggunakan metode kualitatif karena data yang dihasilkan dalam penelitian ini deskriptif yang didapat dari data, dokumen dari sumber yang dapat dipercaya. Yang mana penelitian kualitatif deskriptif ini metode yang sesuai dengan judul penelitian pemberian makanan tambahan pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Penelitian ini lebih menekankan pada pengamatan terhadap obyek yang akan diteliti dan peneliti harus tajam dalam menganalisis hasil dari penelitian tersebut. Pada penelitian ini alasan peneliti memilih kelompok A1 sebagai objek penelitian karena dari kelompok A merupakan tahap awal pemberian makanan tambahan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak khususnya kelompok A1 dan yang menjadi subjek pada penelitian ini adalah guru kelompok A1 karena guru kelompok A1 lebih responsif dalam memberikan data-data yang berkaitan dengan pemberian makanan tambahan di sekolah.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam 2 bulan yang terhitung dari 19 Juni sampai 23 Agustus atau setelah Surat Izin Penelitian dari IAIN Palangka Raya dikeluarkan. Tempat penelitian ini di PAUD Al-Qonita yang terletak di jalan Raying Suring No.07, langkai, Pahandut Kota Palangka Raya.

C. Sumber Data Penelitian

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder (Sugiyono : 2009).

- 1 Data primer yaitu data yang dibuat oleh peneliti untuk maksud khusus menyelesaikan permasalahan yang sedang ditanganinya. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan. Data ini diperoleh dengan melakukan wawancara dari sumber pertama guru kelompok A1 sebagai subjek penelitian dan pendapat-pendapat yang disampaikan oleh subjek dikuatkan oleh informan yaitu kepala sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya.
- 2 Data sekunder yaitu data yang telah dikumpulkan untuk maksud selain menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Data ini dapat ditemukan dengan cepat. Penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah literatur, artikel, jurnal serta situs di internet yang berkenaan dengan penelitian yang dilakukan. Adapun yang menjadi data sekunder pada penelitian ini berupa data dokumentasi yaitu profil sekolah, foto-foto saat

kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di PAUD Al-Qonita Palangka Raya.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrumen penelitian adalah peneliti itu sendiri (Sugiyono, 2016:222). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berupa pedoman wawancara, dan dokumentasi yang disiapkan oleh peneliti sebagai panduan dalam melakukan penelitian.

Untuk instrumen penelitian menggunakan wawancara yang dilakukan oleh peneliti untuk menanyakan bagaimana kandungan zat gizi makro dan mikro, Pemberian Makanan Tambahan (PMT), serta faktor pendukung dan penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Adapun instrumen yang digunakan sebagai pendukung data peneliti menggunakan instrumen berupa pedoman wawancara (terlampir), pedoman dokumentasi (terlampir), dan alat dokumentasi berupa alat rekam audio.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah triangulasi (gabungan) yaitu observasi melalui pengamatan yang dilakukan secara langsung terhadap pelaksanaan penelitian tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Selanjutnya wawancara dan dokumentasi

1. Wawancara

Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu (Sugiyono, 2013:316).

Adapun hasil dari teknik wawancara ini, maka diperoleh tentang :

- a. Proses pemberian makanan tambahan pada anak.: jenis makanan, menu makanan yang diberikan pada anak, guru menjelaskan makanan yang diberikan, mengetahui menu yang disukai anak.
- b. Faktor pendukung dan penghambat dalam proses pemberian makanan tambahan : orang tua setuju dengan pemberian makanan tambahan, pendapat/tanggapan orang tua dalam pemberian makanan tambahan, pengetahuan guru mengenai syarat makanan tambahan, kerjasama guru dan orang tua, pembuatan makanan tambahan. Dan melakukan konsultasi kepada dokter atau pihak puskesmas mengenai menu yang akan diberikan kepada anak.

2. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan dalam rangka mencari dan mengumpulkan data berupa dokumen atau data tertulis lain yang menginformasikan keadaan riil sekarang. Pengumpulan data melalui dokumentasi ini merupakan metode pengumpulan data dengan cara mencari data mengenai hal-hal atau variabel berupa catatan, surat-surat, dokumen dokumen, arsip-arsip, foto-foto dan yang lainnya. Dalam hal ini penulis mengumpulkan berbagai dokumen yang berbentuk tulisan yang berupa foto saat kegiatan

PMT berlangsung sebagai pelengkap data dokumen yang berkaitan dengan PMT yang penulis dapatkan dari PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Dengan teknik dokumentasi ini penulis akan berupaya untuk subyektif mungkin dalam mengambil kesimpulan.

F. Teknik Pengabsahan Data

Teknik pengabsahan data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yaitu:

1. Ketekunan Pengamatan

Ketekunan pengamatan berarti mencari konsisten interpretasi dengan berbagai cara dalam kaitannya dengan proses analisis yang konstan dan tentatif. Mencari suatu usaha membatasi berbagai pengaruh. Mencari apa yang dapat diperhitungkan dan apa yang tidak dapat. (Sugiyono, 2010: 371). Peneliti menganalisis data hasil wawancara yang dilakukan dengan guru kelas kelompok A1 dan dikuatkan dengan hasil wawancara kepada kepala sekolah.

2. Triangulasi

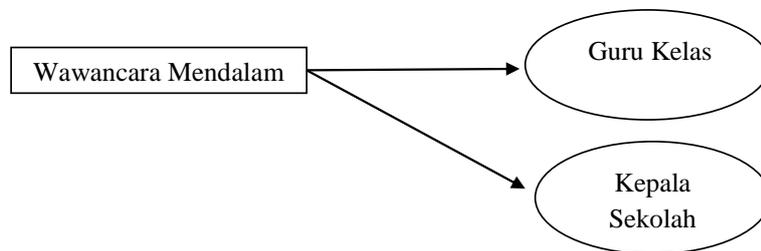
Triangulasi dalam pengujian ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi teknik pengumpulan data, triangulasi sumber, dan waktu. Tetapi, dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan 3 triangulasi yaitu triangulasi teknik, triangulasi sumber dan triangulasi waktu.

a. Trianggulasi Teknik

Trianggulasi teknik merupakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yaitu: observasi, wawancara mendalam kepada sumber data, dan dokumentasi (Sugiyono, 2018:125). Pada trianggulasi teknik ini peneliti mengumpulkan data melalui wawancara dengan guru kelas kelompok A1 dan kepala sekolah PAUD Al-Qonita serta dokumentasi.

b. Trianggulasi Sumber

Trianggulasi sumber digunakan untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan tehnik yang sama (Sugiono, 2013:330). Pada penelitian ini peneliti melakukan wawancara yang mendalam kepada guru kelas kelompok A1 dan kepala sekolah PAUD Al-Qonita. Wawancara yang dilakukan kepada guru kelas kelompok A1 yaitu tentang kandungan gizi makro dan mikro pada makanan tambahan, dan proses pemberian makanan tambahan itu sendiri. Sedangkan wawancara kepada kepala sekolah yaitu tentang faktor-faktor penghambat dan pendukung dalam pelaksanaan pemberian makanan tambahan tersebut. Selain itu juga peneliti melakukan Jika digambarkan dalam bentuk bagan maka trianggulasi sumber dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar Bagan 3.1 Triangulasi Sumber Data Penelitian

c. Triangulasi Waktu

Dalam upaya untuk mengecek konsistensi, kedalaman dan ketepatan suatu data dengan melakukan triangulasi waktu. Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, dan observasi dalam waktu atau situasi yang berbeda. (Sugiyono, 2016: 274)

G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan cara menganalisa atau memeriksa data, mengorganisasikan data, memilih dan memilahnya menjadi sesuatu yang dapat diolah, mencari dan menemukan pola, yang penting berdasarkan kebutuhan dalam penelitian dan memutuskan apa yang dapat dipublikasikan. Langkah analisis data akan melalui beberapa tahap yaitu pengumpulan data, mengelompokkannya, memilih dan memilah data, kemudian menganalisisnya. Analisa data berupa narasi dari rangkaian hasil penelitian yang muaranya akan menjawab rumusan masalah.

Penelitian kualitatif ini menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman untuk menganalisis data hasil penelitian dengan beberapa tahapan (Sugiyono, 2018:134).

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi atau gabungan ketiganya (triangulasi) yang dilakukan oleh peneliti.

2. Reduksi Data

Data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak, maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Oleh sebab itu perlu dilakukan analisis data melalui reduksi data. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencari data yang diperlukan.

3. Penyajian Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya yaitu mendisplaykan atau menyajikan data. Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Penyajian data yang sering digunakan pada penelitian kualitatif yaitu dengan teks yang bersifat naratif.

4. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang mana setelah diteliti menjadi jelas



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data ini didapat melalui wawancara dan dokumentasi. Data ini digunakan untuk mengetahui jawaban dari guru dan kepala sekolah tentang pemberian makanan tambahan (PMT) yang diberikan kepada anak kelompok A1 yang dilaksanakan di sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah kepala sekolah dan guru kelas kelompok A1.

Subjek penelitian pertama adalah Ibu E merupakan kepala sekolah PAUD Al-Qonita, kualifikasi pendidikan terakhir Ibu E adalah S1 PAUD. Subjek penelitian kedua adalah Ibu M. Ibu M merupakan seorang guru kelas kelompok A1 di PAUD Al-Qonita. Kualifikasi pendidikan terakhir S1 PAUD. Jadi latar belakang pendidikan guru sangat berpengaruh terhadap pemahaman tentang gizi anak usia dini.

1. Kandungan Gizi (Makro dan Mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Kandungan gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak maupun kandungan gizi mikro seperti vitamin, mineral dan air sangat diperlukan oleh tubuh guna memenuhi kebutuhan gizi seimbang yang terdapat pada makanan yang dikonsumsi. Hal ini diperlukan pemahaman guru tentang apa saja kandungan gizi makro dan mikro pada makanan

untuk dikonsumsi. Berdasarkan wawancara tentang pemahaman gizi makro dan mikro dengan guru kelas yaitu ibu M mengatakan bahwa:

“Makanan yang diberikan pada anak sebaiknya mengandung karbohidrat terdapat dari nasi, vitamin terdapat dari sayur, protein dan lemak terdapat dari ikan, daging, telur kami berikan” (Wawancara, 19 Juni 2020).

Hal serupa dikuatkan oleh kepala sekolah yaitu ibu E sebagai informan. Ibu E mengatakan bahwa:

“Pada anak usia dini khususnya anak usia TK/PAUD makanan yang diberikan pada anak diperlukan kandungan gizi yang cukup seperti karbohidrat, protein, lemak dan vitamin yang terdapat pada sayur-sayuran, telur, ikan, daging dan buah” (Wawancara, 19 Juni 2020).

Pemberian makanan tambahan sangat bermanfaat untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi seimbang harian anak usia dini. Hal ini diperlukan pemahaman guru tentang pemberian makanan tambahan. Berdasarkan hasil wawancara mengenai pemahaman guru tentang makanan tambahan yang akan diberikan kepada anak di sekolah dengan Ibu M. Ibu M mengatakan bahwa:

“Makanan tambahan adalah makanan yang diberikan pada anak TK/PAUD untuk memenuhi kebutuhan gizi anak usia dini yang diberikan sesuai dengan menu 4 sehat 5 sempurna yang mengandung gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin terdapat pada nasi, ikan, telur, daging, sayur, ayam, buah, tempe dan tahu” (19 Juni 2020).

Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan kepala sekolah sebagai informan dalam penelitian ini yang mengatakan bahwa:

“Makanan tambahan adalah makanan yang mengandung gizi sesuai dengan pedoman 4 sehat 5 sempurna yang diberikan kepada anak untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sekaligus membantu menstimulasi perkembangan anak dan membiasakan anak agar

menyukai makanan yang sehat dan bergizi seperti buah, sayur, ikan, tempe, tahu dan ayam” (Wawancara, 19 Juni 2020).

Kandungan gizi pada pemberian makanan tambahan perlu diperhatikan agar dapat membantu memenuhi kebutuhan asupan gizi anak usia dini. Kebutuhan zat gizi dapat dilihat dari jenis makanan yang diberikan dan zat gizi seperti zat gizi makro dan mikro. Zat gizi makro bisa dilihat dari beberapa jenis makanan yang mengandung karbohidrat, lemak dan protein sedangkan zat gizi mikro dapat dilihat dari makanan yang mengandung vitamin, mineral dan serat. Berdasarkan wawancara mengenai kecukupan zat gizi makro dan mikro pada makanan tambahan yang diberikan kepada anak di sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu M mengatakan bahwa:

“Kandungan zat gizi makro dan zat gizi mikro sudah tercukupi dalam pemberian makanan tambahan yang diberikan kepada anak. Karena dalam makanan tambahan yang diberikan mengandung karbohidrat yang terdapat dari nasi, protein dari lauk pauk, vitamin dari sayur, dan air putih” (Wawancara, 19 Juni 2020).

Kemudian hal serupa dikuatkan oleh pernyataan kepala sekolah sebagai informan dalam penelitian ini yang mengatakan bahwa :

“Untuk kandungan gizi makro dan mikro dalam makanan yang diberikan kepada anak sudah tercukupi karena dalam menu makanan yang diberikan terdapat kandungan gizi seperti pada sayur, lauk-pauk ikan, ayam, tempe dan tahu yang mengandung gizi” (Wawancara, 19 Juni 2020).

Berdasarkan wawancara di atas bahwa kandungan gizi makro dan mikro pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya sudah cukup terpenuhi dilihat dari beberapa menu makanan yang diberikan oleh guru untuk anak di

sekolah. Namun, pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini sebagian besar kandungan zat gizi makro yang lebih dominan dalam memenuhi kecukupan gizi anak usia 4-5 tahun atau anak kelompok A1.

2. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 kisaran anak usia 4-5 tahun dalam memberikan pmt di sekolah juga harus memperhatikan jenis makanan yang akan diberikan pada anak. Jenis makanan yang diberikan dalam setiap harinya berbeda-beda agar anak tidak mudah bosan. Menu yang diberikan berupa makanan pokok, lauk-pauk, sayur dan buah.

Wawancara dilakukan kepada guru kelas kelompok A1 di PAUD Al-Qonita kepada Ibu M untuk mengumpulkan data penelitian tentang pemberian makanan tambahan (PMT) yang diberikan pada anak, khususnya anak kelompok A1 di PAUD mengenai alokasi waktu pada dan jenis makanan yang diberikan pada saat pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita terkait jenis makanan yang diberikan pada anak. Berdasarkan hasil wawancara Ibu M mengatakan bahwa:

“Alokasi waktu pemberian makanan tambahan (PMT) dilaksanakan setiap hari dari hari senin, selasa, rabu, kamis dan jumat. Pmt ini diberikan pada anak pada pukul 10.30 WIB saat anak istirahat” (Wawancara, 24 Juni 2020).

Hal tersebut serupa dikuatkan oleh pernyataan ibu E mengatakan bahwa:

“Waktu dalam pemberian makanan tambahan (PMT) ini pada jam istirahat pukul 10.30 WIB. Pmt ini dilaksanakan setiap hari mulai dari hari senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Jumat. Jadi tidak dilaksanakan dalam 1 bulan sekali” (Wawancara, 24 Juni 2020).

Anak usia dini terutama anak kelompok A (usia 4-5) tahun anak sudah mulai memilih-milih makanan. Sebagian anak ada yang menyukai dan terkadang ada juga yang tidak menyukai makanan yang diberikan oleh sekolah pada saat Pmt. Maka dari sinilah pihak penyedia maupun guru harus mengetahui jenis makanan apa saja yang anak sukai dan tidak anak sukai. Berdasarkan wawancara kepada ibu M mengatakan bahwa:

“Jenis makanan yang diberikan pada anak seperti makanan berkuah, kue basah seperti bolu, roti gembung, pudding atau agar-agar. Sedangkan bubur kacang hijau dan susu tidak diberikan pada anak karena anak-anak kurang menyukai bubur kacang hijau. Sedangkan susu tidak diberikan karena sebagian anak alergi terhadap susu dan mereka masing-masing memiliki merk susu berbeda-beda. Sehingga tidak diberikan dan dianjurkan membawa susu dari rumah masing-masing.” (Wawancara, 24 Juni 2020).

Hal serupa dikuatkan oleh Ibu E selaku Kepala Sekolah dan juga sebagai informan dalam penelitian ini yang mengatakan bahwa:

“Jenis makanan yang diberikan pada anak di sekolah seperti makanan berkuah dan tidak berkuah. karena anak-anak usia TK atau PAUD ini mereka menyukai jenis makanan yang berkuah seperti sup ayam dan sayur bening. Jenis makanan yang diberikan berbeda-beda dalam setiap harinya sehingga tidak menimbulkan kebosanan terhadap jenis makanan tersebut” (Wawancara, 24 Juni 2020).

Sebelum memberikan pmt pada anak usia dini dilakukan maka pihak lembaga PAUD penting mengetahui syarat makanan yang mana

harus terdapat kandungan gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral pada makanan yang akan diberikan pada anak.

Berdasarkan wawancara mengenai syarat makanan yang diberikan pada anak ibu M mengatakan bahwa:

“Syarat makanan tambahan yang diberikan pada anak yaitu makanan yang mengenyangkan, sehat dan bergizi seimbang sesuai dengan menu 4 (empat) sehat 5 (lima) sempurna. Adapun tujuan pemberian makanan tambahan (PMT) ini dilaksanakan oleh sekolah agar dapat membantu memenuhi tambahan kebutuhan gizi anak-anak” (Wawancara, 30 Juni 2020).

Hal serupa dikuatkan oleh ibu E selaku kepala sekolah yang mengatakan bahwa:

“Pada makanan tambahan yang diberikan pada anak syarat utama untuk makanan yaitu makanan yang sesuai dengan 4 sehat 5 sempurna dan bergizi seimbang dengan tujuan untuk mencukupi kebutuhan gizi anak usia dini” (Wawancara, 30 Juni 2020).

Menu makanan yang diberikan berpengaruh dengan selera makan anak yang berbeda-beda pada makanan yang diberikan. Maka pihak sekolah maupun pihak penyelenggara pmt di sekolah memberikan berbagai macam menu makanan yang berbeda-beda pada setiap harinya. Berdasarkan wawancara dengan ibu M mengenai menu Pmt di sekolah.

Ibu M mengatakan bahwa:

“Menu makanan yang diberikan berupa makanan berat dan selingan. Pada hari senin, selasa, rabu dan kamis diberikan makanan berat seperti nasi, sup, capcay, ayam suwir, ikan, ayam kecap, tempe dan tahu goreng, mie kuah, mie goreng dengan tambahan sayur, sayur bening, ampal jagung. Sedangkan pada hari jumat berupa menu selingan seperti roti gembung, puding atau agar-agar dan kue basah seperti bolu. Semua anak menyukai menu yang diberikan telah sesuai dengan kebutuhan gizi anak” (Wawancara, 30 Juni 2020).

Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan kepala sekolah oleh ibu

E mengatakan bahwa:

“untuk menu makanan biasanya diberikan selang-seling misal hari senin minggu ini sayur capcay, senin depannya sayur bening. Setiap harinya menu yang diberikan berbeda-beda agar anak tidak mudah bosan dan anak menyukai menu makanan yang diberikan.” (Wawancara, 30 Juni 2020).

Pemberian makanan tambahan (PMT) ini merupakan salah satu cara mendidik anak agar anak terbiasa hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan baik untuk kesehatan tubuhnya. Sebelum kegiatan makan dimulai anak dibiasakan untuk mencuci tangan sebelum menyentuh makanan dan berdoa sebelum makan. Guru juga memberikan penjelasan mengenai berbagai manfaat di dalam makanan tersebut. Berdasarkan wawancara pada ibu M mengenai kegiatan makan saat pemberian Pmt. Ibu M mengatakan bahwa:

“Untuk makanan sudah disediakan oleh guru sehingga anak tidak mengambil makanan sendiri. Sebelum kegiatan makan dimulai anak dibiasakan untuk mencuci tangan terlebih dahulu dan berdoa sebelum makan bersama” (Wawancara, 02 Juli 2020).

Hal serupa dikuatkan oleh kepala sekolah ibu E mengatakan bahwa:

“anak terbiasa mencuci tangan sebelum makan, berdoa sebelum dan sesudah makan. Anak yang dulunya tidak menyukai sayur sekarang jadi suka sayur. Terkadang ada anak yang tidak selera makan sayur dalam hal ini biasanya guru menjelaskan manfaat sayur tersebut untuk kesehatan pada anak agar anak mau makan” (Wawancara, 02 Juli 2020).

Berdasarkan hasil wawancara di atas bahwa Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita makanan yang diberikan telah memenuhi syarat makanan untuk anak usia dini,

PMT diberikan pada anak setiap hari dan menu makanan yang diberikan berbeda-beda pada setiap harinya agar anak tidak bosan dan anak dibiasakan untuk menjaga kebersihan seperti mencuci tangan sebelum makan, dan dibiasakan berdoa sebelum dan sesudah makan.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 yang dilaksanakan di sekolah PAUD Al-Qonita Palangka Raya. Bahwa sekolah ini telah memberikan pelayanan dibidang kesehatan dan gizi anak usia dini yang mana dengan adanya pelayanan tersebut dapat membantu menstimulasi atau merangsang perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini atau tumbuh kembang anak usia dini agar berkembang sesuai umur dengan diberikan gizi yang baik dan seimbang melalui program pemberian makanan tambahan (PMT) di sekolah PAUD Al-Qonita. Adapun pendapat/tanggapan orang tua mengenai pemberian makanan tambahan pada anak. Berdasarkan hasil wawancara Ibu E mengatakan bahwa:

“Pendapat orang tua dalam menanggapi program pemberian makanan tambahan (PMT) ini yang diberikan sekolah kepada anak mereka menyetujui. Karena di awal masuk sekolah guru sudah menjelaskan program apa saja yang dilaksanakan di sekolah seperti pemberian makanan tambahan ini yang bertujuan membantu orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Sehingga, orang tua sangat terbantu dengan adanya program seperti ini” (Wawancara, 08 Juli 2020).

Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan Ibu M yang mengatakan bahwa:

“Orang tua senang dengan adanya program pemberian makanan tambahan ini. Karena sangat terbantu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Untuk respon orang tua positif dan sangat antusias dalam mendukung program Pmt ini” (Wawancara, 08 Juli 2020).

Pelaksanaan program pmt ini biasanya diadakan kerjasama orang tua dan guru dalam pemberian makanan tambahan pada anak. Ibu E mengatakan bahwa:

“Guru tidak pernah melibatkan orang tua dalam pemberian makanan tambahan karena pemberian makanan tambahan ini adalah program sekolah. Akan tetapi orang tua menyetujui Pmt tersebut” (Wawancara, 08 Juli 2020).

Hal tersebut serupa dikuatkan oleh pernyataan ibu M mengatakan bahwa:

“Pmt ini tidak bekerjasama dengan orang tua, karena pada pembuatan makanan tambahan ini dibuat oleh yayasan. Sehingga, pihak sekolah menerima makanan dan tidak ada campur tangan orang tua.” (Wawancara, 08 Juli 2020)

Pada penyusunan menu makanan tambahan biasanya sekolah melakukan kerjasama dengan puskesmas atau dokter. Wawancara dilakukan dengan ibu E yang mengatakan bahwa:

“Untuk penyusunan menu Pmt ini sudah ditentukan oleh yayasan, karena yayasan yang memasaknya. Program Pmt ini tidak bekerjasama dengan orang tua dan dokter atau pihak puskesmas karena yayasan sendiri yang sudah menentukannya” (Wawancara, 08 Juli 2020)

Hal tersebut serupa dengan pernyataan ibu M yang mengatakan bahwa:

“Untuk penyusunan menu tidak ada berkonsultasi terkait syarat makanan makanan untuk anak usia dini antara pihak sekolah dengan pihak kesehatan. Langsung diberikan, sehingga dari dulu sampai sekarang baik dari PAUD, SD dan SMP semuanya dari yayasan yang menyusun menu untuk Pmt ini” (Wawancara, 08 Juli 2020).

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) tidak terlepas dari faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu E mengatakan bahwa:

“Faktor pendukung pada Pmt ini yaitu anak, orang tua dalam segi ekonomi tergolong mampu, guru dan kepala sekolah selalu mengontrol pemberian makanan tambahan dan yayasan yang rutin memberikan makanan tambahan pada anak. Adapun faktor penghambat dari Pmt ini selera makan anak yang berbeda-beda” (Wawancara, 08 Juli 2020).

Hal serupa dikuatkan oleh guru kelas kelompok A1 yaitu ibu M yang mengatakan bahwa:

“Pada Pmt ini faktor pendukungnya yaitu adanya dukungan dari orang tua. Orang tua mampu dalam hal ekonomi, anak, guru dan yayasan yang selalu menyediakan makanan tambahan pada anak di PAUD. Sedangkan faktor penghambat pada Pmt ini anak memiliki selera makan yang berbeda” (Wawancara, 08 Juli 2020)

Berdasarkan wawancara di atas maka faktor pendukung dalam Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yaitu anak, guru, dan adanya dukungan dari orang tua. Sedangkan faktor penghambat pada dalam Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya yaitu selera makan anak ada yang berbeda-beda, dan kurangnya pemahaman pihak penyedia makanan tambahan (PMT)

tentang makanan yang sehat dan bergizi sesuai dengan kebutuhan anak usia dini.

B. Pembahasan

1. Kandungan Gizi (makro dan mikro) Pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan Pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Berdasarkan hasil data yang diperoleh selama penelitian mengenai program pelayanan kesehatan dan perawatan anak usia dini yang diberikan oleh sekolah kepada anak melalui pemberian makanan tambahan (PMT).

Sekolah telah memberikan program pelayanan kesehatan dan perawatan untuk anak usia dini melalui kegiatan PMT yang dilakukan setiap hari. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu memenuhi asupan gizi anak dan tumbuh kembang anak sesuai umur dengan memberikan gizi yang baik dan seimbang.

Berdasarkan hal di atas perawatan kesehatan pada anak usia dini dapat diawali dari pemberian makanan yang sehat dan menjaga kebersihan seperti yang telah dilaksanakan oleh PAUD Al-Qonita yaitu dengan memberikan pmt untuk anak di sekolah. Adanya pemberian makanan yang bergizi dapat berperan menjaga kesehatan serta mendidik anak sejak usia dini untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat. Makanan yang diberikan kepada anak harus sesuai dengan kebutuhan gizi dan kebutuhan anak. Sebagian anak ada yang kurang menyukai sayur dan nasi. Akan tetapi pada anak yang alergi terhadap makanan tertentu, maka diberikanlah makanan

pengganti untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya seperti roti gandum dan susu.

Sebelum makanan tambahan diberikan kepada anak maka beberapa kandungan zat gizi harus diperhatikan terlebih dahulu. Adapun zat gizi yang harus ada pada makanan yaitu kandungan zat gizi makro (makronutrien) yaitu zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar yang memberi energi untuk tubuh terdiri dari karbohidrat, protein dan lemak. Sedangkan zat gizi mikro (mikronutrien) yaitu zat gizi yang membantu zat gizi makro berfungsi dengan baik dan dibutuhkan tubuh dalam bentuk kecil terdiri dari vitamin dan mineral.

Menurut pemahaman guru kelompok A1 yaitu ibu M dan kepala sekolah tentang makanan tambahan dan makanan bergizi merupakan makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna yang mana pada makanan tersebut jenis bahan makanannya harus ada sayur, buah, daging, ikan dan lauk pauk yang dapat mencukupi kebutuhan anak usia dini. Makanan yang dimaksud telah sesuai dengan pedoman makanan 4 sehat 5 sempurna yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, protein, vitamin, yang mana terdapat dalam jenis pangan seperti nasi, sayur-sayuran, daging/ikan, dan buah-buahan yang mana bahan makanan ini mudah didapat dan dikonsumsi. Sejalan dengan Permenkes Republik Indonesia pemberian makanan tambahan (PMT) adalah upaya memberikan tambahan makanan untuk menambah asupan gizi untuk mencukupi kebutuhan gizi agar

tercapainya status gizi yang baik (Permenkes Republik Indonesia No.51 tahun 2016).

Dilihat dari beberapa menu makanan yang diberikan kepada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita bahwa zat gizi makro dan mikro sudah cukup terpenuhi dalam menu yang diberikan saat pemberian makanan tambahan pada anak yang terdapat dalam menu makanan tambahan seperti pada menu sayur bening, sup ayam, sup sosis, nasi goreng telur, sayur capcay, tempe dan tahu goreng, ayam kecap, mie goreng sayur, bihun wortel dan pada menu makanan selingan seperti kue bolu, roti gandum, puding, dan lainnya. Akan tetapi yang lebih dominan kandungan gizi makro yang terdapat pada menu makanan yang diberikan. Adapun pembagian kandungan zat gizi makro dan mikro dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Gizi makro dan mikro

No.	Zat Gizi	Jenis Zat Gizi	Contoh Bahan Makanan Yang Mengandung Zat Gizi
1.	Makro	Karbohidrat	Ubi jalar, jagung, gandum,
		Lemak	Susu, susu kedelai, kuning telur, minyak ikan kod, mentega.
		Protein	Kacang-kacangan, telur, ikan, ayam, daging sapi,
2.	Mikro	Vitamin	Kuning telur, hati sapi, hati ayam, wortel, aneka sayuran hijau seperti sawi, kangkung, daun katuk, brokoli, dan bayam, jagung, pisang, jeruk, semangka, kentang, ubi jalar merah, mentega, keju, susu.

		Mineral	Kentang, singkong, kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, seperti buah-buahan (pisang, alpukat, jambu monyet, pepaya, mangga, durian, anggur, jeruk, nanasa, semangka) keju, yogurt, udang kering, susu sapi segar, ikan, daging sapi, ayam, tahu, sayuran hijau (sawi, bayam, daun katuk, daun singkong), jagung, gula kelapa, roti putih, biskuit, telur bebek, telur ayam.
--	--	---------	--

a. Karbohidrat

Fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan energi bagi tubuh. Apabila asupan karbohidrat tidak mencukupi, maka protein digunakan untuk memenuhi kebutuhan energi. Sebaliknya, apabila konsumsi karbohidrat cukup, protein akan digunakan sebagai zat pembangun (Purbani, 2019:37).

b. Lemak

Lemak dan minyak merupakan zat makanan yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh manusia. Lemak dan minyak merupakan sumber energi yang lebih efektif dibandingkan dengan karbohidrat dan protein. Sumber utama lemak adalah minyak tumbuhan, mentega, margarin dan lemak hewan. Sumber lainnya berasal dari kacang-kacangan, susu, kedelai, kuning telur dan sebagainya. Lemak hewan ada yang berbentuk padat antara lain susu, lemak sapi, dan berbentuk cair seperti minyak ikan paus dan minyak ikan kod (Purbani, 2019:37).

c. Protein

Fungsi protein dalam tubuh adalah untuk pertumbuhan dan pemeliharaan, pembentukan ikatan-ikatan esensial tubuh, pengatur keseimbangan air, pemelihara netralitas tubuh, pembentuk antibodi, pengangkut zat-zat gizi dan sumber energi. Protein dapat diperoleh yang baik seperti telur, susu, daging, unggas, ikan, dan kerang. Sumber protein nabati seperti tempe, tahu dan kacang-kacangan (Purbani, 2019:37).

d. Vitamin

Vitamin merupakan zat organik yang dibutuhkan untuk proses metabolisme dan fungsi normal tubuh. Vitamin tidak dapat dibuat oleh tubuh dalam jumlah yang sangat cukup. Oleh karena itu harus diperoleh dari asupan makanan (Purbani, 2019:37).

e. Mineral

Mineral merupakan bagian dari tubuh yang memegang peranan penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh secara keseluruhan. Mineral juga berperan dalam berbagai tahap metabolisme, pembentukan hormone, tulang, gigi dan darah (Purbani, 2019:37).

f. Air

Air atau cairan tubuh merupakan bagian utama tubuh yaitu 50-80% dari berat badan seseorang. Cairan dalam tubuh berfungsi untuk mengatur suhu tubuh, sebagai pelarut mineral, vitamin, glukosa, asam amino, dan molekul kecil lainnya (Purbani, 2019:38).

Hal ini menunjukkan bahwa anak usia dini membutuhkan makanan yang mengandung zat gizi seimbang dalam setiap harinya. Zat gizi

tersebut terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin ditambah cairan/air yang bermanfaat untuk membantu perkembangan otak anak dan fisik anak.

Berdasarkan pembahasan di atas maka yang perlu dilihat bahwa zat gizi makro dan mikro cukup terpenuhi pada makanan yang diberikan kepada anak kelompok A1 melalui kegiatan pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilaksanakan di sekolah. Namun, pada pemberian makanan tambahan (PMT) ini sebagian besar kandungan gizi makro yang dominan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak kelompok A1 (usia 4-5 tahun) di PAUD Al-Qonita.

2. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Berdasarkan hasil data yang diperoleh selama penelitian yang telah dilakukan di PAUD Al-Qonita Palangka Raya melalui wawancara kepada guru kelas kelompok A1 yaitu Ibu M. Hasil yang didapat mengenai pemberian makanan tambahan yang diberikan kepada anak-anak. Pemberian makanan tambahan ini dilaksanakan disekolah bertujuan untuk membantu memenuhi asupan gizi harian anak dalam membantu mengoptimalkan tumbuh kembang anak, membentuk perilaku makan anak, menanamkan sikap kemandirian pada anak, serta berdampak terhadap semangat dan konsentrasi belajar anak.

Pemberian makanan tambahan (PMT) di PAUD Al-Qonita ini pada anak usia kisaran 4-5 tahun yang mana pada kisaran usia ini anak berada di

kelompok A. Pada usia ini merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Pada pemberian makanan tambahan (PMT) ini bermanfaat dapat membantu menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini melalui pemberian makanan yang mengandung gizi yang dibutuhkan oleh tubuh anak usia dini, menumbuhkan kebiasaan makan yang bergizi, mengenalkan kepada anak makanan bergizi sejak dini.

Penjabaran di atas sejalan dengan manfaat pemberian makanan tambahan di lembaga PAUD. Menurut (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral PAUDNI Direktorat PPTK PAUDNI, 2012:104) yaitu :

a. Membentuk kebiasaan makan yang baik

Melalui pemberian makanan tambahan (PMT) ini anak-anak ditanamkan kebiasaan yang baik seperti suka dan terbiasa makan makanan yang baik untuk kesehatan tubuhnya dengan memberikan makanan yang sehat dan bergizi. Anak yang berada pada fase usia 4-5 tahun anak mudah menyerap berbagai informasi dan perintah dengan baik, termasuk kebiasaan makan. Pada usia inilah saat yang tepat untuk mulai menanamkan kebiasaan-kebiasaan baik seperti melatih anak untuk menerapkan dan memilih makanan dan minuman yang sehat serta melatih anak cara makan yang santun.

Pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilaksanakan di PAUD Al-Qonita memberikan dampak yang baik bagi anak kelompok

A1 yakni anak mulai terbiasa melakukan kebiasaan cara makan yang baik dan menyukai makanan tersebut.

- b. Meningkatkan kecerdasan spiritual anak melalui doa bersama dan mensyukuri nikmat Tuhan yang telah memberikan rezekinya.

Kecerdasan spritual anak harus diasah dan dilatih sejak dini. Karena pada usia dini ini merupakan masa keemasan atau *golden age* (usia 0-6 tahun). Salah satu meningkatkan kecerdasan spiritual anak yaitu melalui doa bersama di PAUD Al-Qonita Palangka Raya yang dilakukan sebelum dan sesudah anak makan dan menanamkan rasa syukur pada anak atas nikmat yang telah diberikan. Hal ini perlu pembiasaan dan praktek karena dalam mendidik kecerdasan spiritual ini tidak semudah mendidik kecerdasan intelektual.

- c. Meningkatkan kecerdasan emosional dan interpersonal anak melalui kegiatan berbagi makanan dengan teman dan guru.

Saat anak makan bersama (pmt) dengan teman di PAUD Al-Qonita dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan interpersonal dengan cara anak berinteraksi sesama teman sebayanya.

- d. Menumbuhkan rasa tanggung jawab anak dengan meminta mengambil makanan kepada teman dan guru.

Rasa tanggungjawab harus ditanamkan sejak usia dini agar nantinya anak sudah terbiasa bertanggungjawab dengan apa yang dilakukannya.

- e. Menumbuhkan kemandirian anak melalui makan sendiri dan membereskan alat makan sendiri.

Menanamkan kemandirian pada anak dengan cara melalui pembiasaan seperti membiasakan anak untuk menyuap makanan sendiri, menggunakan sendok dengan tangan kanan, membereskan alat makan sendiri. PAUD Al-Qonita ini salah satu contoh sekolah yang menanamkan sikap kemandirian sejak dini yang mana sikap seperti ini memang harus ditanamkan pada anak sejak dini tergambar dari sikap anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita yang sudah mulai terbiasa membereskan alat makannya sendiri setelah selesai makan bersama, anak saling berbagi lauk dengan temannya apabila ada yang lauknya berlebihan. Pada tahapan ini anak lama-lama akan terbiasa melakukannya tanpa disuruh orang lain, kemampuan mengurus dirinya sendiri merupakan sebuah proses pembelajaran dan perlahan-lahan akan membuat anak siap bergaul dimasyarakat dalam perkembangan selanjutnya.

- f. Melatih motorik halus dan kasar anak melalui integrasi makan dengan pembelajaran matematis (jumlah, klasifikasi warna dan bentuk) dan pengenalan berbagai sumber makanan nabati dan hewani.

Melatih motorik halus anak tidak melulu pada menulis, meronce, menggambar, mencore-coret tetapi bisa menstimulasinya melalui aktivitas ketika pada saat makan. PMT yang dilaksanakan di PAUD Al-Qonita ini sangat bermanfaat untuk membantu menstimulasi

perkembangan motorik halus dan kasar anak. Pada saat anak memegang sendok makan dan menyuap makanan, selain itu juga anak mulai mengenal makanan nabati dan hewani.

- g. Mengenalkan anak fungsi makanan, zat-zat gizi yang dibutuhkan, bahan-bahan kimia atau kontaminan yang dapat membahayakan bagi tubuh manusia.

Melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilaksanakan di PAUD Al-Qonita ini anak kelompok A1 (usia 4-5 tahun) sudah mulai mengenal makanan apa saja yang bergizi dan makanan apa saja yang berbahaya bagi kesehatan tubuhnya.

Pemberian menu makanan tambahan (PMT) untuk anak di PAUD Al-Qonita berbeda-beda dalam setiap harinya agar anak tidak mudah bosan dan jenuh dengan menu yang diberikan. Selain itu tidak semua zat gizi lengkap terkandung dalam satu jenis makanan karena dalam setiap bahan makanan berbeda-beda kandungannya contohnya sayur yang kaya akan kandungan zat gizi mikro seperti ada vitamin, mineral dan serat yang baik untuk tubuh akan tetapi minim kandungan lemak dan karbohidrat. Demikian juga lauk-pauk yang kaya akan kandungan lemak dan protein akan tetapi tidak mengandung serat.

Alokasi waktu dalam pemberian makanan tambahan ini pada pukul 10:30 WIB diberikan setiap hari disesuaikan dengan jadwal sekolah anak yang hanya lima hari saja dalam satu minggu anak bersekolah. Jadi pemberian makanan tambahan (PMT) di PAUD Al-Qonita hanya lima hari

saja meliputi hari senin, selasa, rabu, kamis, dan jumat. Pada hari senin, selasa, rabu dan kamis anak diberikan menu makanan berat yang dominan mengandung gizi makro. Sedangkan pada hari jumat anak diberikan makanan selingan yang sebagian mengandung zat gizi mikro.

Jenis makanan yang diberikan pada anak di sekolah yaitu makanan berkuah seperti sup ayam, sup sosis dan sayur bening dan tidak berkuah seperti nasi goreng telur, capcay, dan lainnya. Jenis makanan yang diberikan pada anak-anak berbeda pada setiap harinya agar anak tidak mudah bosan dengan menu yang diberikan. Selain itu untuk menu makanan selingan yang diberikan seperti kue basah, kue bolu, puding, salad buah, dan lainnya. Semua anak menyukai jenis makanan dan menu yang diberikan, untuk menu makanan ini sendiri biasanya diberikan berbeda- beda pada setiap harinya. Hari senin, selasa, rabu dan kamis anak diberikan berupa menu makanan berat seperti nasi goreng telur, capcay, ayam suwir, ikan goreng, ayam goreng, ayam kecap, tempe dan tahu goreng, ampal jagung, mie kuah dan mie goreng. Sedangkan pada hari jumat berupa menu selingan seperti kue bolu, roti gandum, puding atau agar-agar, salad buah dan susu kedelai. Adapun untuk minuman seperti susu tidak diberikan pada anak karena sebagian anak ada yang alergi terhadap susu dengan merk tertentu dan anak diperbolehkan membawa susu dari rumah. Contoh menu makanan berat sebagai berikut:

1. Sayur Bening

Pada menu sayur bening telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar, makanan cukup basah dan berkuah.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

2. Sop Sosis

Pada menu sop sosis telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar, makanan cukup basah dan berkuah.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan

wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

3. Sayur Capcay

Pada menu sayur capcay telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar, makanan cukup basah.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

4. Nasi Goreng Telur

Pada menu nasi goreng telur telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

5. Tempe dan Tahu Goreng

Pada menu tempe dan tahu goreng telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

6. Ayam Kecap

Pada menu ayam kecap telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, higienis

tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar, makanan cukup basah dan berkuah.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

7. Mie Goreng Sawi

Pada menu mie goreng sawi telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

8. Bihun Wortel

Pada menu bihun wortel telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung semua zat gizi yang

dibutuhkan anak seperti karbohidrat, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

Sedangkan untuk menu selingan yang diberikan juga berbeda-beda dalam setiap minggunya. Menu selingan ini sudah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini atau anak PAUD/TK. Contoh menu makanan selingan dapat dijelaskan bahwa:

a. Bolu

Pada menu selingan yang diberikan pada setiap hari jumat yaitu kue bolu telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan

wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

b. Roti Gambung

Pada menu selingan yang diberikan pada setiap hari jumat yaitu roti gambung telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, higenis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

c. Puding

Pada menu selingan yang diberikan pada setiap hari jumat yaitu puding telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti karbohidrat, protein, lemak, higenis tidak membahayakan anak,

mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu tersebut sudah mencukupi syarat makanan tambahan dan anak menyukai menu yang diberikan. Hal itu sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M. Hal senada juga disampaikan oleh ibu E bahwa anak menyukai menu yang telah diberikan oleh PAUD Al-Qonita.

d. Salad Buah

Pada menu selingan yang diberikan yaitu salad buah telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak usia dini yaitu makanan mudah dicerna, tidak merangsang (tidak pedas), mengandung beberapa zat gizi yang dibutuhkan anak seperti protein, lemak, vitamin, higienis tidak membahayakan anak, mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang), porsi makanan tidak terlalu besar.

Menu makanan yang diberikan pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita telah sesuai dengan syarat makanan tambahan untuk anak di PAUD (dapat dilihat lebih rinci pada tabel lampiran III). Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu M dan ibu E tentang kesesuaian menu dengan syarat makanan untuk anak.

Hal senada juga telah sesuai dengan syarat makanan untuk anak usia dini baik di lembaga PAUD maupun di rumah harus memenuhi syarat makanan sejalan dengan teori berikut (Febrianta, 2019 : 93).

- 1) Makanan mudah untuk dicerna
- 2) Tidak merangsang (tidak pedas)

- 3) Pada anak 1-3 tahun anak bersifat konsumen pasif. Pada usia ini gigi anak sudah tumbuh, tetapi belum dapat digunakan dengan baik.
- 4) Anak umur 4-6 tahun bersifat konsumen aktif. Anak sudah dapat memilih makanan yang disukai sehingga pada masa ini hendaknya ditanamkan kebiasaan yang baik.
- 5) Mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan anak
- 6) Higenis dan tidak membahayakan anak.
- 7) Mudah dan praktis (tidak ada duri/tulang)
- 8) Porsi makan tak terlalu besar.
- 9) Makan cukup basah karena berkuah.
- 10) Potongan makanan atau ukuran makan cukup kecil sehingga mudah masuk mulut dan dikunyah.

Tahapan pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita yaitu anak-anak terlebih dulu di arahkan untuk mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun sebelum kegiatan makan bersama dimulai. Kemudian setelah semua anak selesai mencuci tangan, anak-anak kelompok A1 di arahkan oleh guru kelasnya untuk berdoa sebelum makan bersama dimulai agar makanan yang dimakan menjadi berkah ketika dimakan. Dalam hal ini terkadang guru menjelaskan terlebih dulu tentang manfaat makanan untuk kesehatan yang akan dimakan oleh anak yang bertujuan agar selera makan anak bertambah. Setelah berdoa sebelum makan anak-anak kelompok A1 memulai makan bersama, anak-anak tidak mengambil makanan sendiri karena telah disediakan oleh guru dalam bentuk siap saji dipiring makan. Jadi dalam hal ini anak sudah siap makan dan duduk bersama teman-teman sebayanya. Kemudian, setelah makan bersama selesai anak-anak kelompok A1 di arahkan untuk berdoa sesudah makan, membereskan alat makan dan mengembalikan piring makan ke tempat yang sudah disediakan serta

mencuci tangan sesudah makan. Hal ini dapat melatih anak mandiri, memupuk kebersamaan serta menerapkan pola hidup sehat.

Hal tersebut sejalan dengan fungsi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di PAUD menurut Soegeng yaitu:

- 1) Menambah konsumsi zat gizi anak dalam menu makanan sehari-hari.
- 2) Mendidik sopan santun dalam acara makan bersama.
- 3) Memupuk hidup kebersamaan.
- 4) Melatih anak makan berbagai jenis bahan makanan serta hidangan yang bergizi.
- 5) Melatih anak mandiri, dalam hal ini makan sendiri.
- 6) Melatih anak menggunakan peralatan makan dengan benar.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat dilihat bahwa alokasi waktu pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak dari hari senin sampai jumat, yang mana pada hari senin, selasa, rabu dan kamis diberikan berupa menu makanan berat dan pada hari jumat menu selingan berupa kue basah, salad buah, puding dan susu kedelai. Adapun menu makanan yang diberikan sekolah untuk anak kelompok A1 telah memenuhi syarat makanan untuk anak usia dini. Melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini anak-anak kelompok A1 mulai terbiasa dengan pola hidup sehat dan berdoa sebelum dan sesudah makan baik di sekolah maupun di rumah.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A di PAUD Al-Qonita Palangka Raya

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari wawancara yang dilakukan kepada kepala sekolah dan guru kelas tentang program pemberian makanan tambahan (PMT) telah berjalan sejak sekolah berdiri sampai sekarang menurut guru kelas dan kepala sekolah. Pemberian makanan tambahan di PAUD Al-Qonita untuk anak berjalan dengan lancar, anak-anak suka dan senang dengan berbagai jenis makanan yang telah diberikan sekolah akan tetapi terkadang ada sebagian anak yang tidak selera makan karena anak merasa kenyang dan ada juga anak yang tidak menyukai nasi kecuali susu dan roti. Jadi, dalam hal ini tidak ada pemaksaan untuk anak agar bisa makan nasi karena kalau dipaksakan anak tersebut makan nasi bisa mengalami muntah. Selain itu, kadang ada juga anak-anak yang tidak mau ikut makan karena dia asik bermain sama teman-temannya.

Sebagai orang tua dan guru harus bisa membuat sayuran menjadi makanan yang paling lezat bagi anak. Misalnya, dalam memasak sayuran bisa dibuat variasi yang lebih menarik lagi seperti dalam penataan makanan yang sudah masak untuk disajikan dipiring agar lebih menarik selera anak untuk makan sesuai dengan anak kelompok A1 (usia 4-5 tahun). Karena anak pada usia 4-5 tahun ini mereka lebih suka bereksplorasi atau mencoba hal-hal baru dan mampu mengklasifikasikan

Comment [a1]:

bentuk. Selain itu juga kemampuan fisik motorik anak semakin berkembang dan menjadi lebih meningkat dan terampil.

Pada usia 4-5 tahun ini anak juga lebih sedikit makan, memiliki rasa cemburu yang kuat, tidur siang lebih sedikit (susah tidur siang). Jika anak selera (susah makan), maka orang tua perlu memberikan obat penambah nafsu makan, namun kandungan gizi yang ada dalam makanan harus diperhatikan pat disukai anak.

Pemberian makanan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pemberian makanan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2011).

a. Ekonomi

Variabel ekonomi yang cukup dominan dalam meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kuantitas dan kualitas yang lebih baik, sebaliknya penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas. .

b. Sosial Budaya

Pantang dalam mengkonsumsi jenis makanan tertentu dapat dipengaruhi oleh faktor budaya/kepercayaan. Pantangan yang didasari pada kepercayaan pada umumnya mengandung perlambang atau nasihat yang dianggap baik ataupun tidak baik yang lambat laun akan menjadi kebiasaan/adat. Kebudayaan suatu masyarakat mempunyai kekuatan

yang cukup besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan megolah pangan tersebut dikonsumsi.

c. Agama

Pandangan yang didasari agama, khususnya islam disebut haram dan individu yang melanggar hukumnya berdosa adanya pantangan terhadap makanan/minuman tertentu dari sisi agama dikarenakan makanan/minuman tersebut membahayakan jasmani dan rohani bagi yang mengkonsumsinya. Konsep halal dan haram sangat mempengaruhi pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi. Hal tersebut perlu ditanamkan sejak dini, anak-anak dikenalkan dengan makanan dan minuman yang tidak membahayaka bagi tubuh seperti pada pemberian makanan tambahan yang dilaksanakan oleh PAUD Al-Qonita.

f. Pendidikan

Pendidikan dalam hal ini biasanya dikaitkan dengan pengetahuan, akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi. Salah satu contoh, prinsip yang dimiliki seseorang dengan pendidikan rendah biasanya adalah yang penting mengenyangkan, sehingga porsi bahan makanan sumber karbohidrat lebih banyak dibandingkan dengan kelompok bahan makanan lainnya. Sebaliknya dengan kelompok orang dengan berpendidikan tinggi memiliki kecendrungan memilih bahan makanan sumber protein dan akan berusaha menyeimbangkan dengan kebutuhan gizi.

Hal tersebut mengharuskan orang tua maupun pendidik PAUD Al-Qonita memahami kebutuhan gizi anak usia dini agar makanan yang diberikan dapat mencukupi kebutuhan zat gizi anak dan dapat membantu pertumbuhan anak berkembang secara optimal.

g. Lingkungan

Faktor lingkungan ini cukup besar pengaruhnya terhadap pemberian makan. Lingkungan yang dimaksud dapat berupa lingkungan keluarga, serta adanya promosi melalui media elektronik maupun media cetak, kebiasaan makan dikeluarga sangat berpengaruh besar terhadap pemberian makanan seseorang, kesukaan seseorang terhadap makanan terbentuk dari kebiasaan makanan yang terdapat dalam keluarga.

Lingkungan sekolah, termasuk didalamnya guru, teman sebaya dan keberadaan tempat jajan sangat mempengaruhi terbentuknya pola makan, khususnya bagi siswa sekolah. Anak yang mendapatkan informasi yang tepat tentang makanan sehat dari gurunya dan didukung dengan tersedianya kantin atau tempat jajan yang menjual makanan sehat akan membentuk pola pemberian makanan yang baik pada anak (Sulistyoningsih : 2011)

Dilihat dari faktor pendukung pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya berkesinambungan dengan teori di atas maka rata-rata ekonomi orang tua anak tergolong mampu, dan juga dalam bidang sosial budaya, pendidikan serta lingkungan seperti anak dan guru serta yayasan yang secara rutin

memberikan makanan tambahan, maupun cooking class (masak bersama) yang dilakukan oleh PAUD Al-Qonita setiap 1 semester yang sangat mendukung dalam penyelenggaraan program pemberian makanan tambahan ini tetap terlaksana dengan baik. Sejalan dengan beberapa hal dibawah ini adalah merupakan faktor pendukung antara lain (Muhammad Kasim, Jurnal Scientific Pinisi, 2017:25):

1. Anak

Anak yang mudah diberi pengertian dan arahan oleh guru disekolah.

2. Guru

- a. Guru memiliki kemauan keras untuk mengontrol, mengevaluasi bekal anak setiap hari disekolah
- b. Guru memasukkan dalam program pembelajaran seperti dalam tema Kebutuhanku, sub tema makanan dan Minuman, guru memperkenalkan langsung makanan dan minuman yang bergizi pada anak.
- c. Dilakukannya secara rutin cooking class di sekolah oleh guru dengan berbagai menu sehat seperti membuat jus wortel, tomat, scotell mie, dll, sehingga anak merasa senang.

3. Orang tua

- a. Mau menyediakan bekal yang sehat untuk anaknya
- b. Mematuhi kesepakatan dan aturan sekolah tentang bekal yang harus dibawa.
- c. Mau berpartisipasi aktif dalam kegiatan penerapan makanan sehat

4. Dinas Kesehatan/Puskesmas

Petugas puskesmas rutin melakukan kunjungan dengan memberi penyuluhan pola hidup sehat kepada anak-anak maupun orang tua siswa.

5. Dinas Pendidikan

Adanya Bantuan dana BOP dari dinas pendidikan yang menghususkan untuk peningkatan gizi anak.

6. Yayasan

Yayasan yang rutin memberikan anak makanan tambahan berupa bubur kacang hijau, sup jagung, masakan lainnya dan menyiapkan sarana prasarana untuk pelaksanaan parenting, lomba, maupun cooking class (Masak bersama).

Faktor penghambat dari pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A di PAUD Al-Qonita Palangka Raya terlihat dari selera anak yang berbeda-beda dalam menerima menu makanan itu sendiri. Selain dari beberapa faktor di atas, pada usia 4-5 tahun ini anak sudah mulai mengenal *junk-food* yang mana memberikan rasa gurih pada makanan dan minuman yang manis dari faktor inilah terkadang anak menolak terhadap sayur yang diberikan. Untuk mengatasi hal tersebut agar kecukupan gizi anak tetap seimbang maka sementara sayur bisa diganti dengan buah karena kandungannya relatif sama dengan sayur. Bagi anak yang kurang suka dengan buah dan sayur bisa mengolahnya dengan kreatif seperti sop buah, jus, salad atau dengan cara

penyajianya yang lebih unik dan menarik agar anak suka dan selera untuk makan.

Anak usia 4-5 tahun dalam kemampuannya bersosialisasi sudah lebih matang dari usia sebelumnya dan ia mulai suka bermain dengan anak sebayanya. Akan tetapi dalam hal ini membuat anak lebih memilih bermain dengan temannya daripada makan. Pada usia seperti ini juga anak mulai suka menunda makan dan lebih memilih bermain dengan temannya, mengikuti selera makan temannya seperti senang makan yang manis-manis, suka jajan, tidak suka sayuran dan pilih-pilih makanan dan banyaknya iklan-iklan di TV yang menampilkan beberapa makanan siap saji dengan tampilan dengan menarik.

Disisi lain anak usia 4-5 tahun ini masa pertumbuhan dan perkembangannya sangat pesat maka dalam hal ini asupan nutrisi anak harus lebih banyak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya dan juga untuk meningkatkan daya tahan tubuh anak agar tidak mudah terserang penyakit. Adapun faktor penghambat dalam penerapan pemberian makanan tambahan ini sebagai berikut (Muhammad Kasim, Jurnal Scientific Pinisi, 2017:25):

1. Banyaknya iklan di TV yang mempromosikan berbagai jenis makanan yang menarik minat anak-anak untuk mencobanya, walaupun makanan tersebut tidak memberikan manfaat kepada anak itu sendiri.

2. Kurangnya kontrol atau pengawasan dari orang tua dirumah terlebih orang tua yang semua bekerja, anak bebas jajan yang belum tentu bagus untuknya.
3. Kebiasaan orang tua yang memberikan uang jajan kepada anaknya tanpa mengontrol penggunaannya.
4. Masih adanya orang tua yang malas ikut parenting yang dilaksanakan disekolah dengan alasan kesibukan pekerjaan

Berdasarkan hal tersebut, di dalam Al-Quran sudah dijelaskan bahwa manusia diperintahkan untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi baik dari segi kehalalan maupun dari segi kualitas makanan. Kualitas makanan disini maksudnya adalah makanan yang baik (bergizi) yang mana apabila dikonsumsi dapat memberikan dampak positif bagi tubuh dalam meningkatkan aktivitas fisik, kesehatan dan kecerdasan.

Beberapa surah dalam Al-Quran sudah menjelaskan bahwa pentingnya memilih dan mengkonsumsi makanan yang halal lagi baik (bergizi). Salah satunya dalam firman Allah SWT yang terdapat pada surah Al-Baqarah ayat 168:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا
خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Artinya:

“ Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu” (Q.S Al-Baqarah/2:168)

Pada surah Al-Baqarah ayat 168 ini, mengajak seluruh manusia tanpa kecuali untuk makan dan menggunakan yang halal lagi baik/proposional dari apa yang terdapat di bumi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagai manusia khususnya umat Islam diperintahkan Allah SWT memilih makanan yang boleh untuk dikonsumsi oleh umat Islam adalah yang memenuhi dua syarat yaitu halal artinya diperbolehkan untuk dikonsumsi/dimakan dan tidak dilarang oleh hukum syara', dan baik/Thayyib yang artinya makanan itu bergizi dan bermanfaat untuk kesehatan (Quraish Shihab, 2012: 54).

Anjuran dalam memilih makanan yang halal lagi baik bukan hanya untuk orang-orang beriman tetapi untuk seluruh umat manusia. Tidak semua yang ada di bumi otomatis halal dimakan atau digunakan. Allah menciptakan ular berbisa bukan untuk dimakan, tetapi bisanya digunakan sebagai obat. Burung-burung diciptakan-Nya untuk memakan serangga yang merusak tanaman. Demikian tidak semua yang ada di bumi menjadi makanan yang halal karena bukan semua yang diciptakan untuk manusia. Allah SWT memerintahkan untuk makan makanan halal, makanan halal adalah makanan yang tidak haram dan tidak dilarang oleh agama (Quraish Shihab, 2009:456).

Makanan yang baik khususnya untuk anak usia dini adalah makanan yang diberikan sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu makanan yang diberikan pada anak harus benar-benar diperhatikan kandungan gizinya yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang

mana zat-zat gizi tersebut bermanfaat untuk kesehatan anak, membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, serta terhindar dari berbagai macam penyakit. Hal ini menunjukkan bahwa Islam dan kesehatan pada hakikatnya memiliki tujuan yang sama untuk kebaikan manusia khususnya untuk anak usia dini.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat dilihat bahwa faktor pendukung dalam Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangka Raya diantaranya adanya anak, guru dan kepala sekolah yang selalu mengontrol berjalannya program ini, dan adanya dukungan orang tua yang terlihat dari kemampuan orang tua dalam segi ekonomi serta yayasan yang selalu menyediakan makanan tambahan untuk anak. Adapun faktor penghambat dari Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini yaitu selera makan anak berbeda-beda dan kurangnya pemahaman pihak penyedia makanan tambahan (PMT) tentang makanan sehat dan bergizi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dapat disimpulkan dalam pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak kelompok A di PAUD Al-Qonita yaitu sebagai berikut :

1. Kandungan zat gizi makro dan mikro yang terkandung di dalam makanan yang diberikan melalui program pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilaksanakan sekolah cukup terpenuhi pada makanan yang diberikan kepada anak kelompok A1. Namun, pada pemberian makanan tambahan (PMT) ini sebagian besar kandungan zat gizi makro yang dominan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak kelompok A1 (usia 4-5 tahun di PAUD Al-Qonita).
2. Program pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilakukan dengan memberikan makanan setiap hari pada anak. Pemberian dilakukan pada hari senin, selasa, rabu, kamis diberikan menu makanan berat dan pada hari jumat menu selingan berupa kue basah, salad buah, puding. Adapun menu makanan yang diberikan sekolah untuk anak kelompok A1 telah memenuhi syarat makanan untuk anak usia dini dan melalui PMT ini anak kelompok A1 mulai terbiasa dengan pola hidup sehat dan terbiasa berdoa sebelum dan sesudah makan baik di sekolah maupun di rumah. PMT yang dilaksanakan oleh sekolah telah membantu orang tua dalam

3. memenuhi asupan kebutuhan zat gizi anak di rumah. Dan pemberian makanan tambahan ini sangat bagus dilaksanakan di sekolah atau lembaga PAUD.
4. Faktor pendukung dalam pemberian makanan tambahan (PMT) ini adanya anak, guru dan kepala sekolah yang selalu mengontrol berjalannya program ini, dan adanya dukungan dari orang tua yang terlihat dari kemampuan orang tua dalam segi ekonomi serta yayasan yang selalu menyediakan makanan tambahan untuk anak. Sedangkan faktor penghambat dalam pemberian makanan tambahan (PMT) ini adalah selera anak berbeda-beda dan kurangnya pemahaman pihak penyedia makanan tambahan (PMT) tentang makanan sehat dan bergizi.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka disarankan dalam pemberian makanan tambahan (PMT) ini yaitu :

1. Untuk yayasan memberikan jadwal menu makanan yang mengandung zat gizi makro dan mikro (memenuhi 4 sehat 5 sempurna) agar dapat terpenuhi secara maksimal kebutuhan gizi anak usia dini dan Perlu adanya sosialisasi makanan sehat dan bergizi di sekolah.
2. Untuk sekolah pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan dalam menjaga gizi anak maka diperlukanlah sekolah berkordinasi dengan ahli gizi atau puskesmas tentang menu-menu makanan yang akan diberikan pada anak.

3. Untuk peneliti selanjutnya sebelum mengambil judul tentang gizi, terlebih dahulu perdalam tentang ilmu gizi terutama gizi anak usia dini yang penting dipahami oleh calon pendidik PAUD.



DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Merryana, Bambang Wijatmadi, 2016. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana.
- Aerin, Wafa. 2019. *Pemenuhan Gizi Anak Melalui Program Makan Sehat di TK Al-Irsyad Al-Islamiyyah Purwokerto*. Purwokerto: Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Purwokerto.
- Aidid, Muhammad Kasim dkk, 2017. Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Anak Didik TK Bunga Asya. *Jurnal Jurnal Scientific Pinisi, Volume 3, No.1*
- Alfin, Murtie, 2014. *All About Kesehatan Anak* (cetakan pertama). Yogyakarta : Trans Idea Publishing.
- Annashy, An Nisa Fitriah, 2018. Tanggung Jawab Negara Terhadap Perlindungan Hak-Hak Anak Di Bidang Kesehatan. *Jurnal Lex Et Societatis, Vol.VI, No.10*
- Asrita, dkk, 2013. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu dan Pemberian Makanan Tambahan Kepada Balita Umur 6-12 Bulan di Gampong Blang Gandai Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. *Jurnal Edukasi dan Sains Biologi, Vol.2, No.3*
- Banowati Lilis, 2014. *Ilmu Gizi Dasar*. Yogyakarta : Penerbit Deepublish (Grup Penerbitan CV Budi Utama).
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, 2015. *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan PAUD Holistik Integratif di Satuan PAUD*. Jakarta.
- Direktorat Jendral Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018. *Petunjuk Teknis Bantuan Pemberian Makanan Sehat Tahun 2018*. Jakarta.
- Febrianta Yudha, Dian Novita Sari, 2019. *AKU ANAK SEHAT : Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*. Yogyakarta : UIN Sunan Kalijaga (CV. Istana Agency).
- Flora Elina, Busri Endang, Muhammad Ali, 2016. Analisis Pemberian Makanan Bergizi Pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK Santa Gema. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa. Vol.5, No.2*.

- Hana Shafiyah Zulaidah, Istiti Kandarina, Mohammad Hakimi, 2014. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada ibu hamil terhadap berat lahir bayi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol.1, No.2 hlm. 61.*
- Irianto Djoko Pekik, 2006. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahraga.* Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral PAUDNI Direktorat PPTK PAUDNI, 2012. *Pedoman dan Bahan Ajar Diklat Berjenjang PTK PAUD : Program Gizi dan Kesehatan Anak Usia Dini.*
- Lestari, Ernawati. 2008. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Pemberian Makanan Balita Pada Keluarga Petani di Dusun Mandungan Srimartani Piyungan Bantul Yogyakarta.* Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Boga dan Busana UIN Yogyakarta.
- Mumtakhonah, Aolia. 2019. *Program Kerjasama Orang Tua dan Guru dalam Pemberian Makanan Gizi Seimbang Di TK Diponegoro 51 Batuanten Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.* Purwokerto: Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
- Pakar Gizi Indonesia, 2016. *Ilmu Gizi : Teori dan Aplikasi.* Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran Gizi EGC.
- Perdani, Zulia Putri, dkk. 2016. Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun di Pos Gizi Desa Tegal Kunir Lok Mauk. *Jurnal JKFT Edisi Nomor 2.*
- Purbani, 2019. *Implementasi Kebijakan Penyediaan Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS) di TK Islam Plus Mutiara Banguntapan Bantul.* Yogyakarta : Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN Sunan Kalijaga.
- Purnamasari Dyah Umiyarni, 2018. *Panduan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah.* Yogyakarta : Andi.
- Rahayu, Muliya. 2015. *Penanaman Nilai-Nilai Empat Pilar Gizi Seimbang Melalui Pelaksanaan PMT-AS Di TKIT Al Farabi Perum. Graha Prima Sejahtera Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta,* Yogyakarta : Program Studi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga.
- Rahayu Nurliyati, Erni Munastiwi, 2018. Manajemen Makanan Sehat di PAUD. *Golden Age Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. Volume , No.2,hlm.68.*

- Ruslianti, dkk, 2015. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Santoso Soegeng, Anne Lies Ranti, 2013. *Kesehatan dan Gizi (Cetakan ke tiga)*. Jakarta: PT Rineka Cipta Abadi.
- Shihab, M. Quraish. 2009. *Tafsir Al-Misbah: pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an / M. Quraish Shihab*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D (Cetakan ke-8)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D (Cetakan Ke-23)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi ke-3)*. Bandung: Alfabeta.
- Suparisa, I Dewa Nyoman, 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suyadi, Maulidya Ulfah, 2015. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Syafizar, Wilda Welis, 2008. *Ilmu Gizi*. Padang : Wineka Media.

