



PENGAWASAN ASUPAN GIZI ANAK USIA DINI MELALUI PROGRAM MUSIM SEMI DI LEMBAGA PAUD DUSUN TANGGUNG KELURAHAN BENICE KECAMATAN GARUM KABUPATEN BLITAR PROVINSI JAWA TIMUR

Raras Ayu Prawinda¹, Laela Luthfiana Rachmah², Dessy Farantika³, Hardining Estu Murdinar⁴

^{1,2,3,4}Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

Article Information

Article history:

Received Maret 20, 2023

Approved Maret 27, 2023

Keywords:

Makanan Sehat, Nutrisi, Kesehatan Anak

ABSTRAK

Gizi yang merupakan peran besar dalam pertumbuhan dan perkembangan anak haruslah menjadi bagian yang terawasi dan terprogram. Asupan gizi pada anak usia dini tidak dapat dipisahkan dan erat kaitannya dengan kesehatan dan kecerdasan anak. Selain itu, melalui asupan gizi yang diterima anak akan menjadi faktor pendukung dari pertumbuhan dan perkembangan anak. Pola makan yang tidak seimbang dan asupan gizi yang kurang atau lebih, menjadi penyebab terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak. Tidak seimbangnya asupan gizi yang masuk ke tubuh anak dengan penggunaan zat gizi yang dibutuhkan kinerja tubuh dan otak akan mengakibatkan anak menjadi kekurangan gizi dan energi. Permasalahan kurang maksimalnya pengawasan pendidik dalam asupan gizi anak saat berada di lembaga PAUD di kecamatan Garum Kabupaten Blitar cukup menjadi masalah yang serius dalam lingkup PAUD. Tujuan pelaksanaan pengabdian ini adalah untuk menumbuhkan pemahaman kepada pendidik di Lembaga PAUD mengenai keselamatan, Kesehatan, dan nutrisi bagi anak usia dini dengan tepat sehingga dapat berinovasi dalam membuat menu alternatif yang mengandung nilai gizi lengkap dan diterima oleh anak usia dini program MUSIM SEMI. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini merujuk pada pembahasan penelitian yang searah dengan program yang dipilih. Hasil dari program "MUSIM SEMI" adalah pendidik diarahkan untuk membuat atau menyediakan makanan yang telah ditakar dan diukur sesuai gizi dan kalori yang dibutuhkan anak usia dini sehingga motivasi dan

inovasi pendidik di lembaga PAUD dalam menentukan dan menyajikan jenis makanan yang kaya akan gizi dan akan disukai anak akan terasah dan ide-ide baru akan muncul

ABSTRACT

Nutrition which is a big role in the growth and development of children must be part of the supervised and programmed. Nutritional intake in early childhood cannot be separated and is closely related to the health and intelligence of children. In addition, through the nutritional intake that children receive will be a supporting factor for the growth and development of children. An unbalanced diet and less or more nutritional intake are the causes of stunted growth and development of children. Unbalanced nutritional intake that enters the child's body with the use of nutrients needed by the body and brain performance will result in children becoming malnourished and energy deficient. serious in the scope of PAUD. The purpose of implementing this service is to foster understanding for educators in PAUD institutions regarding safety, health and nutrition for early childhood appropriately so that they can innovate in making alternative menus that contain complete nutritional value and are accepted by early childhood in the MUSIM SEMI program. The method used in this service refers to research discussions that are in line with the selected program. The result of the "MUSIM SEMI" program is that educators are directed to make or provide food that has been measured and measured according to the nutrients and calories needed by early childhood so that the motivation and innovation of educators in PAUD institutions is in determining and serving the types of food that are rich in nutrition and will be liked children will be honed and new ideas will emerge.

© 2023 EJOIN

*Corresponding author email: rarasprawinda@gmail.com

PENDAHULUAN

Lembaga PAUD merupakan tempat paling aman bagi anak usia dini selain keluarga untuk mendapatkan hak dan perlindungan berupa pengasuhan, pendidikan, kesehatan, keselamatan, nutrisi dan sebagainya. Perihal perlindungan kesehatan ini salah satunya dapat diberikan oleh pendidik PAUD sebagai tenaga profesional melalui pemberian menu makanan sehat dengan gizi lengkap sebagai pendukung pertumbuhan dan perkembangan anak di ruang lingkup sekolah. Para pendidik PAUD dapat memberikan variasi menu makanan bergizi, namun di lapangan masih banyak permasalahan kurang maksimalnya pengawasan pendidik sehingga makanan bergizi yang disajikan terkesan kurang memenuhi standar kecukupan gizi untuk AUD. Program MUSI SEMI atau Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi dapat menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan kreatifitas pendidik di lembaga PAUD untuk mendukung asupan gizi yang tepat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Melalui program "MUSIM SEMI" pendidik diarahkan untuk membuat atau

menyediakan makanan yang telah ditakar dan diukur sesuai gizi dan kalori yang dibutuhkan anak usia dini. Pendidik haruslah memiliki catatan dari menu yang telah dihitung segala aspeknya seperti kandungan gizi, porsi dan juga kesesuaian dengan keuangan lembaga PAUD. Marotz, L, R (2012) merumuskan hal-hal yang harus dilakukan oleh pendidik ataupun orangtua disaat memberikan makanan kepada anak usia dini seperti membuat rencana menu makanan per-minggu atau sesuai dengan jadwal program, makanan yang disajikan harus kaya akan nutrisi untuk anak usai dini, suasana saat makan haruslah membuat anak nyaman, sajikan makanan dengan tampilan yang menarik untuk meningkatkan daya tarik anak terhadap makanan.

Pengawasan asupan gizi anak bukan hanya diupayakan oleh orangtua namun juga oleh pendidik guna memastikan anak terawasi dan tercukupi gizinya dalam lembaga PAUD. Selain sebagai pengawasan, pendidik juga dapat memanfaatkan program gizi dalam pengajaran dan pembelajaran sebagai pedoman pendidik di lembaga PAUD. Pendidik PAUD haruslah memiliki pedoman serta ilmu terkait gizi dan kesehatan anak. Selain tercantum dalam Permendikbud No 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD, diatur pula dalam Permendikbud No 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum PAUD. Dalam pengadaan atau perumusan kurikulum PAUD harus mendukung terlaksananya layanan holistik-integratif dengan memadukan layanan pendidikan, gizi, kesehatan, pengasuhan, perlindungan dan kesejahteraan anak.

Pengawasan asupan gizi anak bukan hanya diupayakan oleh orangtua namun juga oleh pendidik guna memastikan anak terawasi dan tercukupi gizinya dalam lembaga PAUD. Selain sebagai pengawasan, pendidik juga dapat memanfaatkan program gizi dalam pengajaran dan pembelajaran sebagai pedoman pendidik di lembaga PAUD. Pendidik PAUD haruslah memiliki pedoman serta ilmu terkait gizi dan kesehatan anak. Selain tercantum dalam Permendikbud No 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD, diatur pula dalam Permendikbud No 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum PAUD. Dalam pengadaan atau perumusan kurikulum PAUD harus mendukung terlaksananya layanan holistik-integratif dengan memadukan layanan pendidikan, gizi, kesehatan, pengasuhan, perlindungan dan kesejahteraan anak.

Permasalahan kurang maksimalnya pengawasan pendidik dalam asupan gizi anak saat berada di lembaga PAUD cukup menjadi masalah yang serius dalam lingkup PAUD. Gizi yang merupakan peran besar dalam pertumbuhan dan perkembangan anak haruslah menjadi bagian yang terawasi dan terprogram.

Manajemen gizi yang disebutkan memang tidak diterapkan oleh semua lembaga PAUD. Beberapa lembaga PAUD lebih memilih untuk memberikan kewenangan penuh dari orangtua terhadap asupan gizi yang anak dapatkan. Maka dari itu tidak sedikit beberapa lembaga PAUD yang kurang awas dalam memperhatikan isi bekal makanan dari anak karena dirasa orangtua sudah mengatur semua gizi anak.

Pengawasan Asupan Gizi Anak Usia Dini Melalui Program MUSIM SEMI di Lembaga PAUD Kelurahan Bence Kecamatan Garum Kabupaten Blitar Provinsi Jawa Timur. "MUSIM SEMI" merupakan singkatan dari kata makanan untuk anak usia dini menu sehat, enak, murah dan bergizi (Herawati, 2020). Program "MUSIM SEMI" merupakan salah satu langkah yang dapat diambil pendidik dalam mengawasi gizi anak secara langsung karena program ini merupakan penyediaan makanan oleh lembaga PAUD untuk anak yang telah ditakar kalori dan gizi serta porsi yang dibutuhkan oleh anak. Dengan adanya program ini diharapkan pendidik di lembaga PAUD akan lebih memahami dan peka terhadap keselamatan, kesehatan dan nutrisi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini secara optimal.

METODE PELAKSANAAN

Dalam kegiatan pengawasan asupan gizi anak usia dini melalui program MUSIM SEMI di lembaga paud Kelurahan Bence Kecamatan Garum Kabupaten Blitar Provinsi Jawa Timur, tim pengabdian telah melakukan survey dan metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Sebagai stimulasi agar terjadi diskusi yang menarik, akan ditampilkan gambaran melalui video mengenai kesehatan dan asupan gizi atau nutrisi yang tepat bagi anak usia dini dan intervensi apa yang dapat dilakukan jika pendidik dan orangtua mengalami hambatan baik secara moril dan materiil dalam menyajikan menu yang mengandung kelengkapan gizi bagi anak usia dini. Pelaksanaan program asupan gizi ini dilakukan dengan cara memberikan pengawasan asupan gizi anak usia dini melalui program MUSIM SEMI di lembaga paud Kelurahan Bence Kecamatan Garum Kabupaten Blitar Provinsi Jawa Timur. Pelaksanaan program asupan gizi ini dilakukan dengan cara memberikan pengawasan asupan gizi anak usia dini melalui program MUSIM SEMI di lembaga paud Kelurahan Bence Kecamatan Garum Kabupaten Blitar Provinsi Jawa Timur. Tahapan kegiatan meliputi: (1) melakukan koordinasi dengan mitra (2) melaksanakan pengawasan asupan gizi dalam bentuk penyuluhan program MUSIM SEMI, (3) tindak lanjut dilaksanakan oleh kader posyandu yang berkoordinasi dengan lembaga setempat, (4) monitoring dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan layanan bimbingan sosial ini dilakukan dengan kelas kolektif, yaitu pelaksanaan pemberian bimbingan dengan peserta banyak, seperti halnya seminar maupun workshop. Tahapan kegiatan meliputi: 1) melakukan koordinasi dengan mitra terkait peserta pengawasan program MUSIM SEMI lingkungan Lembaga PAUD Kecamatan Garum, Kabupaten Blitar, 2) melaksanakan program inovasi Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi, 3) pendampingan dan pelatihan secara penuh hingga selesai serta tindak lanjut mandiri terkait program Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi sehingga dapat meningkatkan wawasan dan pemilihan menu yang tepat untuk anak usia dini di lembaga masing-masing. Pada tahapan ini tim berbincang dengan para pendidik di lembaga PAUD terkait hambatan dalam menyajikan menu makanan sehat dan bergizi untuk anak namun disesuaikan dengan kondisi finansial kemudian menawarkan penyuluhan dan pengawasan terhadap menu makanan sehat yang mudah didapat, tidak mahal namun tetap memiliki kandungan gizi lengkap dan tinggi sehingga menyehatkan untuk anak dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Setelah disepakati, tim langsung memberikan penyuluhan mengenai makanan sehat kepada para pendidik di Lembaga PAUD yang mengikuti pelatihan. Setiap peserta pengabdian mendengarkan paparan dari narasumber sekaligus ikut terlibat langsung dalam proses pengawasan menu makanan sehat. Selama proses pelatihan berlangsung, peserta diberi kesempatan untuk bertanya secara langsung bersamaan setelah itu tim juga memberikan pengalaman bagaimana memulai memilih jenis bahan makanan yang mengandung gizi lengkap dan mengasah kreativitas dan inovasi dalam membuat menu makanan sehat melalui Program MUSI SEMI atau Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi dapat menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan kreatifitas pendidik di lembaga PAUD untuk mendukung asupan gizi yang tepat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Melalui program "MUSIM SEMI" pendidik diarahkan untuk membuat atau menyediakan makanan yang telah ditakar dan diukur sesuai gizi dan kalori yang dibutuhkan anak usia dini. Tahap terakhir yaitu tahap evaluasi dengan melakukan pengamatan langsung di lapangan terhadap peserta yang melakukan praktek pelatihan. Evaluasi yang dilakukan

dengan mengecek inovasi pendidik di Lembaga PAUD dalam Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi.

Tahap selanjutnya dapat diketahui hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan sesuai rencana kegiatan dan menghasilkan target yang diharapkan. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan tertib dan diikuti oleh peserta pengawasan Menu untuk Anak Usia Dini Menu Sehat, Enak, Murah dan Bergizi yang terdiri dari kelompok pendidik Lembaga PAUD dan beberapa kader masyarakat di lingkungan Lembaga PAUD. Kegiatan pengabdian ini memberikan hasil positif bagi peserta kegiatan karena menambah wawasan, mengisi waktu luang, mengasah kreatifitas serta keterampilan peserta yang terdiri dari praktisi Pendidikan tersebut.



Gambar 1. Pelaksanaan penyuluhan

KESIMPULAN

1. Meningkatnya wawasan dan ide-ide tentang manfaat pemberian menu gizi seimbang untuk anak usia dini di lingkungan Lembaga PAUD.
2. Peserta dapat menyediakan menu makanan di sekolah dengan takaran sesuai gizi dan kalori dalam porsi yang dibutuhkan anak usia dini.
3. Peserta turut serta mendukung program posyandu di lingkungan Lembaga masing-masing bersama dengan orangtua anak usia dini

SARAN

Untuk meningkatkan kreatifitas pendidik di lembaga PAUD untuk mendukung asupan gizi yang tepat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini diharapkan dapat memperbaiki pemilihan menu sehat yang mudah di dapat dan diolah dengan menarik sehingga membuat anak tertarik dengan menu yang disajikan.

1. motivasi dan inovasi pendidik di lembaga PAUD dalam menentukan dan menyajikan jenis makanan yang kaya akan gizi dan akan disukai anak akan terasah dan ide-ide baru akan muncul. Kegiatan pelatihan dapat diaplikasikan dengan mudah sesuai kemampuan dan kondisi lingkungan serta masyarakat
2. Posyandu dan Lembaga PAUD harus melakukan Kerjasama untuk mendukung pemberian asupan gizi yang sesuai standard nutrisi anak usia dini
3. Para pendidik anak usia dini sering memberikan parenting dan sosialisasi kepada orangtua pentingnya nutrisi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini di periode emas anak secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Herawati, Dian .(2020). Pengawasan Asupan Gizi Anak Usia Dini di Lembaga PAUD oleh Pendidik Melalui Program “MUSIM SEMI”. *Ejournal.unp.ac.id*. Vol 7, No. 2, 114-123
- [2] Nurhidayati, V, A, Martianto, D, Siana, T. (2017). Energi dan Zat Gizi dalam Penyelenggaraan Makanan di Taman Kanak-Kanak dan Perbandingannya Terhadap Subjek Tanpa Penyelenggaraan Makanan. *Jurnal Gizi dan Pangan*. Vol 12 (1), 69 – 78. <http://dx.doi.org/10.25182/jgp.2017.12.1.6978>. Santi, A, U, P, Bahij, A, A. (2018). Analize of Additional Food in Children Snacks of Elementary School in Tangerang Selatan. *Journal Proceedings of The International Conference on Social Sciences (ICSS)*. Vol 1 (1), 633-637.
- [3] Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. Permendikbud Nomor 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini.