

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang di dapatkan oleh peneliti dan pembahasan oleh peneliti tentang implementasi pola pembiasaan konsumsi makanan bergizi bagi anak usia dini di TK Inklusi Pelita Hati Banjarmasin yang terletak di Km.4,5 AMD Besar Pekapuran Raya Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin berikut penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Implementasi pola pembiasaan konsumsi makanan bergizi bagi anak usia dini di TK Inklusi Pelita Hati Banjarmasin adalah dengan membuat perencanaan kegiatan bersama orang tua peserta didik hingga penjadwalan kegiatan yang dilaksanakan dengan teratur yang dilaksanakan oleh orang tua, komite dan sekolah. Pihak sekolah memberikan olahan makanan berat di setiap hari rabu, orang tua murid memberikan buah buahan dihari senin juga dari komite berupa sayuran yang dilaksanakan. Kegiatannya dilaksanakan secara teratur.

Namun dalam pelaksanaannya pihak sekolah tidak memberikan jenis makanan yang dapat dikatakan memenuhi gizi untuk anak, kemudian dari pihak komite tidak memberikan makanan yang sesuai dengan jadwal yang sudah dibuat yaitu berupa sayuran, serta dari orang tua belum sepenuhnya memberikan anak mereka bekal yang sehat untuk dibawa kesekolah juga lalainya guru dalam mengawasi peraturan yang

dibuat karena masih terdapat anak yang membawa *snack* yang berMSG serta tidak ada konsultasi dengan ahli gizi sehingga asupan gizi anak tidak dapat diatur berdasarkan kecukupan gizi setiap anak karena berdasarkan kecukupan gizi setiap anak dapat berbeda. Sehingga diperlukan konsultasi dengan ahli gizi.

2. Faktor pendukung implementasi pembiasaan konsumsi makanan bergizi bagi anak usia dini di TK Inklusi Pelita Hati Banjarmasin karena adanya kesadaran dari semua pihak diantaranya dimuali daeri kepala sekolah, guru, orang tua dan pihak komite, keberhasilan dari kegiatan ini dimulai dari perencanaan yang matang hingga adanya penjadwalan kegiatan yang teratur. Faktor penghambat dari pelaksanaan kegiatan ini dimana anak memiliki prefrensi makan yang berbeda karena anak sebelumnya berada dilingkungan rumah yang memiliki berbagai preferensi terhadap makanan sehingga hal ini menjadikan faktor penghambat dalam kegiatan karena anak belum terbiasa mengonsumsi makanan bergizi. Kemudian karena tidak tersedianya ahli gizi di sekolah ini menjadikan kebutuhan gizi yang di perlukan anak dapat berbeda. Apabila tersedia ahli gizi maka jenis makanan akan terkontrol dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan dengan apa yang peneliti telah paparkan melui hasil dan pembahasan penelitian yang berhubungan dengan implementasi pzalola pembiasaan konsumsi makanan bergizi bagi anak usia dini di TK Inklusi Pelita Hati Banjarmasin Jl. A. Yani. Km.4,5 AMD Besar Banjarmasin Timur

Kalimantan Selatan, sebagai bentuk rekomendasi maka peneliti menyarankan kepada berbagai pihak diantaranya:

1. Kepada pihak sekolah, guru, orang tua TK Inklusi Pelita Hati Banjarmasin perlu adanya komitmen yang lebih terkait pembiasaan konsumsi makanan bergizi bagi anak usia dini, dimulai dari penyesuaian menu agar tercukupi kebutuhan gizi bagi anak, serta komitmen juga terhadap jadwal kegiatan agar berlangsung secara teratur, untuk pihak guru juga perlu ditingkatkan kesadaran apabila anak ada yang membawa dan mengonsumsi makanan yang dilarang dan mungkin dapat diperhatikan lagi dengan menyampaikan dan mengingatkan kepada orang tua terkait peraturan sekolah tentang makanan yang dibawa anak. Untuk pihak komite juga diharapkan agar menyediakan makanan yang sekiranya sesuai dengan jadwal yang sudah ada serta berkomitmen penuh melaksanakan kegiatan sesuai dengan jadwal. Dan perlu adanya konsultasi dengan ahli gizi agar kebutuhan gizi anak dapat terpantau dan asupan gizi anak dapat terpenuhi sesuai dengan usia anak.
2. Saran dari peneliti kepada pihak sekolah dan orang tua perlu kontrol pada setiap menu yang diberikan pada anak agar selalu terpantau asupan gizi yang di peroleh anak dalam setiap makanan yang di konsumsi anak sesuai kebutuhan anak yang berada pada usia kelompok A dan KelompokB. Guru diharapkan dapat membiasakan anak anak untuk mencukupi minum air putih anak, guru dapat mengajak anak untuk minum air putih secara teratur agar kebutuhan minum anak terpenuhi.

Karena anak-anak rentan untuk dehidrasi mengingat kegiatan anak yang aktif apabila kurang mendapatkan asupan minum air putih menjadikan anak kekurangan cairan. Kepada orang tua juga agar selalu mengontrol apa yang di berikan kepada anak sebagai bekal agar pembiasaan konsumsi makanan bergizi dapat dilaksanakan secara konsisten dari semua pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidid, Muhammad Kasim, Sulaiman Sulaiman, and Syafruddin Side. "PENGARUH PEMBERIAN POLA MAKANAN SEHAT TERHADAP STATUS GIZI ANAK ANAK DIDIK TK BUNGA ASYA." *Indonesian Journal of Fundamental Sciences* 3, no. 1 (n.d.): 17–26.
- Arifin, Zainul. "Gambaran Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun Dengan Gizi Kurang Di Pondok Bersalin Tri Sakti Balong Tani Kecamatan Jabon–Sidoarjo." *Jurnal Kebidanan Midwiferia* 1, no. 1 (2016): 16–29.
- Auliana, Rizqie. "Gizi Seimbang Dan Makanan Sehat Untuk Anak Usia Dini." *Online*, (<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pengabdian/rizqie-auliana-dra-mkes/gizi-seimbang-dan-makanan-sehat-untuk-anak-usia-dini.pdf>), diakses pada 5 Oktober 2016) (2011).
- Cahanar, P, and Irwan Suhandi. *Makan Sehat Hidup Sehat*. Penerbit Buku Kompas, 2006.
- Hanifah, Erma. *Cara Hidup Sehat*. PT Balai Pustaka (Persero), 2011.
- Husain, Zulfa. "Sumber Zat Gizi Dan Penilaian Zat Gizi" (2021).
- Inten, Dinar Nur, and Andalusia Neneng Permatasari. "Literasi Kesehatan Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Eating Clean." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3, no. 2 (2019): 366–376.
- Kurnia, Rita. "Pendidikan Gizi Untuk Anak Usia Dini." *Jurnal Educhild: Pendidikan dan Sosial* 4, no. 2 (2014): 109–114.
- Marianna, Siswani, and Eltia Hardyanti. "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Prasekolah." *The Shine Cahaya Dunia D-Iii Keperawatan* 4, no. 2 (2019).
- Nurfadilah, Nurfadilah. "Pelaksanaan Program Pembiasaan Konsumsi Makanan Sehat Di Dandelion Daycare Plus Depok." *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)* 3, no. 1 (2021): 36–41.
- Rahardjo, Mudjia. "Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif" (2011).
- Rezkiyanti, Futri Alifia. "SUMBER ZAT GIZI DAN PENILAIAN STATUS GIZI" (2021).
- Rijali, Ahmad. "Analisis Data Kualitatif." *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* 17, no. 33 (2019): 81–95.

- Rosad, Ali Miftakhu. "Implementasi Pendidikan Karakter Melalui Manajemen Sekolah." *Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan* 5, no. 02 (2019): 173–190.
- Syafrizal, Syafrizal, and Wilda Welis. "Ilmu Gizi" (2008).
- Tabi'in, Ahmad. "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan COVID 19." *JEA (Jurnal Edukasi AUD)* 6, no. 1 (2020): 58–73.
- Uce, Loeziana. "Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia Dini." *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak* 4, no. 2 (2018): 79–92.
- Wardhani, Wahyu Dyah Laksmi, Tri Endang Jatmikowati, and Angraeny Unedia Rahman. "PANGAN TOYYIBAH: MENGENALKAN PERSPEKTIF GAYA HIDUP SEHAT UNTUK PENDIDIKAN ANAK USIA DINI." *Early Childhood: Jurnal Pendidikan* 3, no. 2 (2019): 1–14.
- Wiranata, I Gusti Lanang Agung. "Penerapan Positive Parenting Dalam Pembiasaan Pola Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Anak Usia Dini." *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2020): 82–88.
- Yeni, Dea Ismi, Heny Wulandari, and Eti Hadiati. "Pelaksanaan Program Pemberian Makanan Sehat Anak Usia Dini: Studi Evaluasi Program CIPP." *MURHUM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* (2020): 1–15.
- "Al-Ma'idah - المائدة | Qur'an Kemenag." Accessed May 25, 2022. <https://quran.kemenag.go.id/sura/5/87>