

Peran Guru Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Bagi Tumbuh Kembang Anak Pada Kelompok B Usia 5-6 Tahun di TK ABA Aisyiah Kota Pekalongan

Putri Angel Lina¹, Ayu Rahmawati², Irfan Haris³

¹ UIN K.H. Abdurrahman Wahid

² UIN K.H. Abdurrahman Wahid

³ UIN K.H. Abdurrahman Wahid

e-mail: Putriangellinaa116@gmail.com¹

Abstrak

Makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak merupakan nutrisi yang cukup dan seimbang yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak-anak. Makanan bergizi memiliki peranan penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak, yang berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan optimal mereka. Di TK ABA Aisyiah Kota Pekalongan, peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peran guru dalam mengenalkan bergizi bagi tumbuh kembang anak di TK ABA Aisyiah Kota Pekalongan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan guru, dan analisis dokumen terkait kurikulum makanan disekolah. Dalam menunjukkan bahwa peran guru sangat penting dalam mengenalkan makanan bergizi kepada anak usia 5-6 tahun. Guru berperan sebagai fasilitator dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pemahaman dan apresiasi anak terhadap makanan bergizi. Guru menggunakan berbagai metode dan strategi, seperti cerita, permainan, dan aktivitas praktis, untuk memperkenalkan makanan bergizi secara menarik dan interaktif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi menunjukkan bahwa sebagai guru juga berperan dalam membimbing anak-anak untuk mengembangkan kebiasaan makan yang sehat dan memilih makanan yang baik bagi tubuh mereka. Guru berperan dalam memberikan informasi kepada orang tua tentang makanan bergizi, serta memberikan saran dan dukungan dalam mengatasi masalah terkait pola makan anak. Melalui kerja sama yang baik antara guru dan orang tua, upaya untuk mengenalkan makanan bergizi dapat dilakukan secara konsisten dan terintegrasi antara lingkungan sekolah dan rumah.

Kata Kunci: *Peran guru, Makanan bergizi, tumbuh kembang, anak usia dini*

Abstract

Nutritious food for children's growth and development is adequate and balanced nutrition needed to support children's physical growth and cognitive development. Nutritious food has an important role in meeting children's nutritional needs, which contributes to their optimal growth and development. At ABA Aisyiah Kindergarten, Pekalongan City, the teacher's role is in introducing nutritious food for optimal child growth and development. This research aims to evaluate the role of teachers in introducing nutrition for children's growth and development at ABA Aisyiah Kindergarten, Pekalongan City. The research method used is qualitative research with a case study approach. Data was collected through observation, interviews with teachers, and analysis of documents related to the school food curriculum. In showing that the role of teachers is very important in introducing nutritious food to children aged 5-6 years. Teachers act as facilitators in creating a learning environment that supports children's understanding and appreciation of nutritious food. Teachers use various methods and strategies, such as stories, games and practical activities, to introduce nutritious foods in an interesting and interactive way. The results of this research show that the role of teachers in introducing nutritious food shows that as teachers they also play a role in guiding children to develop healthy eating habits and choose foods that are good for their bodies. Teachers play a role in providing information to parents about nutritious food, as well as providing advice and support in overcoming problems related to children's eating patterns. Through good cooperation between teachers and parents, efforts to introduce nutritious food can be carried out consistently and integrated between the school and home environments.

Keywords: *: the role of the teacher, Nutritious food, growth and development, early childhood.*

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan sosok individu yang mengalami perkembangan yang pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia dini berada di rentang usia 0-8 tahun. Setiap anak bersifat unik, masing-masing anak berbeda satu sama lain, setiap anak memiliki bawaan, minat, kapabilitas dan latar belakang kehidupan masing-masing. Meskipun terdapat pola urutan umum dalam perkembangan anak yang dapat diprediksi, pola perkembangan dan belajar tetap memiliki perbedaan satu sama lain. Selain memiliki universalitas anak juga memiliki keunikan tersendiri seperti dalam gaya belajar minat dan latar belakang keluarga (Tatminingsih, 2016:8)

Makanan yang bergizi penting untuk anak-anak usia dini karena kualitas gizi memberikan tumbuh kembang serta kesehatan anak-anak dimasa depan. Tingkat awal kehidupan anak-anak adalah tahap kritis bagi konsep dan perilaku gizi yang sehat. Tujuan utama pendidikan gizi untuk anak-anak usia dini adalah supaya mereka belajar berkaitan makanan yang berkhasiat dan seimbang dengan menggalakkan mereka makan berbagai jenis makanan. Walau bagaimanapun, pendidikan gizi bukan saja berlaku pada anak usia dini tetapi di rumah, sewaktu anak-anak nonton televisi dan ketika membeli makanan di pasar. Selain itu, anak-anak datang dari berbagai latar belakang keluarga dan budaya. Ada keluarga yang menekankan gizi yang sehat, berkhasiat, dan seimbang, manakala ada pula keluarga yang tidak menghiraukan sama sekali anak-anak mereka makanan yang tidak berkhasiat, karena yang penting anak-anak itu kenyang atau sudah mencukupi. Maka dari itu, pengaruh dan latar belakang, peran guru pendidikan anak usia dini bagi menggalakkan gizi yang sehat itu sangat penting. Ini diharapkan sekali dilaksanakan selamanya sehingga anak-anak menjadi orang dewasa. Program gizi ini dalam pengajaran dan pembelajaran dapat sebagai pedoman bagi guru-guru pendidikan anak usia dini (Kurnia,2015:109)

Peran guru AUD merupakan aktivitas utama bagi kepribadian anak yang berhubungan dengan pengembangan kemampuan anak, agar anak mampu mencapai kesuksesan (Nurlaila, Ulfah & Yani, 2017). Peran guru berpengaruh pada karakter anak, peran guru identik dengan membimbing anak agar mempunyai kompetensi maupun keterampilan yang KUMARA CENDEKIA Vol. 9 No. 4 Desember 2021 227 baik dan dilain sisi guru sendiri juga harus mempunyai karakter-karakter mulia sehingga dapat menjadi contoh bagi anak-anak didiknya (Natalia, Fadillah & Lukmanulhakim, 2016). Bagi anak usia dini peran guru begitu dibutuhkan untuk dijadikan sebagai panutan dalam bertindak, karena peran guru merupakan sekumpulan perilaku-perilaku baik yang dimiliki oleh guru untuk

mengoptimalkan keterampilan, bakat, minat dan potensi yang dimiliki anak agar menjadi pribadi yang berkarakter baik serta berprestasi.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap makanan yang dibawa oleh setiap anak disekolah. Peneliti juga mengamati kegiatan anak saat makan bekal bersama disekolah yang diselenggarakan setiap hari. Dari hasil pengamatan terhadap bekal yang dibawa oleh anak ke sekolah, peneliti menemukan bahwa masih banyak anak yang membawa bekal berupa makanan cepat saji seperti mi goreng dan sosis. Banyak juga dijumpai anak hanya membawa bekal snack maupun jajanan yang kurang sehat bagi tubuh. Hasil pada penelitian yang dilakukan oleh Jadmikowati dkk, bahwa diketahui jenis makanan yang mereka bawa masih belum memenuhi syarat gizi seimbang. Hal tersebut menunjukkan bahwa peran guru dan orang tua akan gizi seimbang masih kurang (Jatmikowati, dkk, 2023: 1283).

Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap bekal makanan peserta didik disekolah, diketahui bahwa kebanyakan anak membawa bekal berupa snack maupun makanan cepat saji. Hal tersebut terjadi karena bekal yang dibawa ke sekolah hanya untuk penganjal lapar saja, serta orang tua hanya membawakan anak jajanan kesukaan mereka. Hanya beberapa anak saja yang membawa bekal makanan sehat yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asiyah Landungsari. Peneliti juga ingin mengidentifikasi dampak dari program ini terhadap pembelajaran dan kesehatan anak usia dini.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*) yang berupa pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati, pendekatan ini diarahkan pola latar dan individu secara holistik (Bogdan dan Taylor dalam Abdussamad, 2021:114). Penelitian kualitatif juga merupakan penelitian yang berpangkal pola pikir induktif, yang didasarkan atas pengamatan objektif partisipasi terhadap segala gejala(fenomena) sosial dengan 3 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi (Sazali,2020:21). Salah satu alasan yang mendasari peneliti memilih penelitian deskriptif kualitatif adalah peneliti hendak melakukan penelitian dengan mendeskripsikan data-data yang diperoleh dari lapangan mengenai peran guru dalam

mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari.

Subjek dalam penelitian yang dilakukan adalah siswa siswi TK ABA Asyiyah Landungsari Kelas B2. Jumlah subjek penelitian yang dilakukan adalah 13 orang dengan spesifikasi jumlah anak laki-laki 9 orang dan 4 orang untuk jumlah perempuan. Penelitian ini dilakukan di TK ABA Asyiyah Landungsari tepatnya di Jl.HOS Cokroaminoto Gg.13 No.1 Landungsari, Noyontaansari Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan. Kelas yang kita ambil untuk melakukan penelitian adalah kelas B2 karena anak belum mengenal makanan yang bergizi bagi tumbuh kembang pada dirinya sendiri yang sesuai pedoman gizi seimbang. Waktu penelitian yang kita laksanakan pada hari Sabtu, 4 Mei 2024. Dalam penelitian ini, yang menjadi sasaran penelitian atau objek oleh peneliti adalah siswa siswi kelas B2 TK ABA Asyiyah Landungsari.

Prosedur Observasi:

1. Mengamati aktivitas guru dalam mengenalkan makanan bergizi kepada siswa siswi
2. Mengamati metode yang digunakan guru dalam menyampaikan informasi tentang makanan bergizi,
3. Mendokumentasikan proses pembelajaran pada saat guru mengenalkan makanan bergizi
4. Mengadakan wawancara singkat dengan siswa, tentang pendapat mereka mengenai makanan yang bergizi
5. Mendiskusikan dengan guru mengenai proses penyampaian makanan yang bergizi bagi tumbuh kembang anak.

Adapun metode perolehan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini, yaitu menggunakan Triangulasi. Sugiyono menyatakan bahwa dalam teknik pengumpulan data, triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Triangulasi teknik, berarti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk sumber data. Data yang diambil adalah data peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari Kota Pekalongan.

1. Observasi

Teknik pengumpulan data dalam observasi pada penelitian tentang peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia

5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari Kota Pekalongan dilakukan peneliti yang datang langsung ke lokasi untuk mengamati siswa siswi kelas B2. Fokus observasi ini adalah pada guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak.

2. Wawancara

Teknik pengumpulan data saat wawancara pada penelitian tersebut dengan cara peneliti mengumpulkan data dan informasi dengan cara *interview* langsung kepada pihak yang terkait untuk mendapatkan data dan informasi, baik dalam bentuk terstruktur, dan tak terstruktur, pihak yang diwawancarai yaitu kepala sekolah dan wali kelas.

3. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dokumentasi pada penelitian tersebut dengan mengumpulkan data dengan menganalisis dokumen-dokumen, baik dokumen tertulis maupun gambar yang ada pada sekolah tersebut, di antaranya dokumen yang berupa sejarah, visi misi TK ABA Asyiyah Landungsari, Profil TK ABA Asyiyah Landungsari, dan lainnya.

Peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari Kota Pekalongan dapat melibatkan beberapa teknik analisis data yang dapat digunakan, penelitian ini menggunakan teknik analisis data model Miles dan Huberman. Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari catatan lapangan, hasil wawancara, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun dalam bentuk pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain (Sugiyono,2019).

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan proses mengumpulkan seluruh sumber-sumber yang berhubungan serta mendukung tujuan penelitian. Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti di TK ABA Asyiyah Landungsari Kota Pekalongan menggunakan tiga pengumpulan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi atau gabungan ketiganya (triangulasi). Observasi dilakukan sesuai dengan menggunakan alat instrumen pedoman wawancara dan lembar observasi. Wawancara dilakukan kepada informan pendukung dengan mengacu pada pedoman wawancara dan dokumentasi yang dilakukan yaitu berkaitan dengan kegiatan yang berlangsung di TK ABA Asyiyah Landungsari Kota Pekalongan berkaitan dengan tujuan penelitian.

2. Reduksi Data

Mereduksi data yang berarti merangkum, memfokuskan pada hal-hal yang pokok, mencari tema dan polanya. Reduksi data yang dilakukan peneliti di TK ABA Asiyah Landungsari Kota Pekalongan pada anak kelompok B2 yaitu dengan memfokuskan semua temuan data yang diperoleh di lapangan tentang mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak yang dilakukan dengan menggunakan berbagai metode pengumpulan data. Kemudian data-data tersebut dikaitkan dengan kajian pustaka.

3. Penyajian Data

Langkah selanjutnya setelah mereduksi data adalah menyajikan data. Pada tahap penyajian data ini, peneliti menjelaskan dan mampu memahami data-data yang diperoleh dari lapangan berkaitan dengan mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang pada anak kelompok B2 di TK ABA Asiyah Landungsari berdasarkan data hasil yang telah direduksi dalam bentuk teks narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan mengenalkan makanan yang bergizi bagi tumbuh kembang anak untuk memperkenalkan makanan bergizi sejak dini akan membantu anak terbiasa dengan pola makan yang sehat, untuk meningkatkan hal tersebut informasi dari pelaku dan pendidik di TK tersebut. Mengenalkan makanan yang bergizi bagi tumbuh kembang anak juga dapat memahami dan mengetahui makanan dan minum yang dapat meningkatkan tumbuh kembangnya, seperti adanya protein (daging, ikan, telur, dan lain-lain), karbohidrat (nasi, roti, kentang, dan lain-lain), sayuran (wortel, bayam, brokoli, dan lain-lain), dan buah-buahan. Sebagai seorang guru agar dapat membuat pembelajaran yang menarik dan inovatif agar anak dapat memahami makanan bergizi bagi tumbuh kembangnya.

Sering kali sayuran kurang diminati anak padahal sayuran sangat penting karena berfungsi sebagai zat pengatur dalam tubuh, mengandung vitamin dan mineral, memiliki kandungan air yang tinggi dan merupakan sumber serat makanan serta keseimbangan kadar asam basa dalam tubuh Dinyatakan dalam Kemenkes, 2017, Adanya menu sayur dan terbiasa makan sayur tentu saja sangat bermanfaat dalam pemenuhan gizi seimbang sehingga dapat membantu tumbuh kembang anak lebih optimal dan menjauhkan anak dari

penyakit, karna sebagian vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan untuk membantu proses metabolisme di dalam tubuh, sedangkan antioksidasi berfungsi untuk menangkal senyawa-senyawa hasil oksidasi, radikal bebas, yang mampu menurunkan kondisi kesehatan tubuh (Maya Sefiana,2021).

Mengenai peran guru dalam pembelajaran sepertinya perlu adanya pengertian terlebih dahulu mengenai apa itu pembelajaran. Pembelajaran berasal dari kata ajar menjadi “belajar” yang mendapat awalan “pe” dan akhiran “an” yang berarti proses, cara menjadikan orang atau makhluk hidup belajar” (Anwar, 2011:21). Dalam undang-undang sistem pendidikan nasional No.20 Tahun 2003, pembelajaran merupakan suatu proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada sebuah lingkungan belajar.

Dalam artikel ini di tulis berdasarkan kajian teoritis serta observasi dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang pada anak. Dengan adanya kesadaran guru dalam mengenalkan makanan yang bergizi bagi tumbuh kembang anak pada usia 5-6 tahun. Dengan itu bisa adanya data dan fakta yang disajikan, analisis kebutuhan para siswa, analisis keadaan sekolah, dan lain sebagainya. Guru juga berperan sebagai perantara yang tidak hanya mentransfer pengetahuan akademis tetapi juga melakukan apa saja terkait pengenalan makanan sehat kepada anak.

Sebagai seorang guru, memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak didik melalui pemberian asupan nutrisi yang seimbang. Seorang guru dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak, seperti menjelaskan kepada anak-anak tentang nutrisi yang terkandung dalam berbagai jenis makanan, dan mengaitkan asupan gizi dengan pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan kesehatan anak. Dalam memastikan makanan yang disajikan higienis, aman, dan sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Pada proses kegiatan pembelajaran dikelas memasukkan topik makanan bergizi, mengajak anak untuk mengamati, mendeskripsikan, dan membandingkan berbagai jenis makanan. Dengan peran aktif guru dalam mengenalkan makanan bergizi, diharapkan anak-anak dapat memiliki kebiasaan makanan yang sehat, sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landung sari sudah dapat dikatakan berhasil. Dikarenakan adanya Program kerja sekolah

terkait pengenalan makanan bergizi yang baik bagi tumbuh kembang adalah program pemberian makan sehat tambahan yang dilakukan setiap seminggu sekali. Seluruh kelas akan mendapatkan bekal sehat tersebut dan membebaskan guru itu wajib untuk mengenalkan pada anak tentang makanan bergizi melalui kegiatan dilingkungan terdekat dan untuk melakukan apa saja terkait pengenalan makanan sehat yang telah disediakan sekolah. Makanan sehat yang disediakan sekolah setiap bulannya seperti sate buah, pudding, dan apabila ada anak yang tidak menyukai sayur maka sayur tersebut akan dicampur dengan telur dan di goreng lalu dibentuk bunga atau karakter hewan tertentu. Biasanya guru sebelum meminta anak menikmati makanan sehatnya, guru terlebih dahulu menjelaskan manfaat dari makanan yang akan dimakan anak tersebut.

Pertumbuhan dan perkembangan seorang anak sangat penting dengan mengenalkan pengetahuan mengenai makanan bergizi terutama bagi anak usia dini. Gizi yang sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal. Peran sebuah lembaga pendidikan seperti TK ABA Asyiyah Landungsari dalam memberikan kontribusi positif terhadap gizi anak-anak melalui program pemberian makan sehat tambahan yang dilakukan setiap seminggu sekali. Untuk menanamkan kebiasaan makan yang sehat dan bergizi dapat dimulai sejak dini.

Pembahasan

Pembelajaran dan pemahaman gizi seimbang pada anak usia dini maupun orang tua merupakan hal yang penting dilakukan, hal ini dikarenakan sangat berpengaruh untuk perkembangan dan pertumbuhan anak . Gizi seimbang menurut Sandjaja, 2015 adalah menu makanan harian yang mengandung berbagai nutrisi yang berkualitas dalam jumlah dan porsi yang sesuai untuk pemeliharaan dan perbaikan sel tubuh serta berguna untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan manusia. (Umami, 2019)

Pemenuhan gizi seimbang ini sangat ditentukan oleh pola makan sehat anak yang dapat dilakukan melalui pendidikan gizi. Pendidikan gizi dapat dibentuk oleh sekolah dalam rangka memberikan lingkungan yang kondusif bagi orang tua untuk menyiapkan dan memberi motivasi makanan sehat untuk anak dan bagi guru untuk memberikan stimulasi pendidikan gizi bagi anak dalam memilih makanan yang sehat sebagai dasar pembentukan pola makan sehat. Pendidikan gizi merupakan pengajaran mengenai pengetahuan, keterampilan dan sikap untuk makanan yang sehat, bergizi dan sopan sewaktu makan (Maulani,dkk,2021:155).

Sedangkan Novianti,2019, menyebutkan bahwa mengonsumsi makanan sehat yang mengandung nutrisi akan dapat meningkatkan kekebalan tubuh sehingga orang tersebut akan memiliki jasmani dan rohani yang sehat. Gizi seimbang adalah nutrisi dan zat gizi yang mencukupi kebutuhan tubuh, yang mengandung zat besi dengan jumlah dan jenis yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh (Aziza & Mil,2021: 110).

Program kerja sekolah terkait pengenalan makanan bergizi yang baik bagi tumbuh kembang adalah program pemberian makan sehat tambahan yang dilakukan setiap seminggu sekali. Dengan adanya kegiatan makan bersama anak bisa menambah perbendaharaan pengetahuannya mengenai berbagai makanan bergizi serta fungsinya bagi tubuh. Yang tentunya perlu jadi perhatian semua pihak, baik guru, orang tua, dan juga anak (Budiarti,dkk,2022:226)

Dalam pelaksanaan kegiatan mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak guru akan mengolah sendiri dan mengkreasikan menu untuk anak semenarik mungkin agar anak-anak tertarik dan lahap saat menyantap menu yang telah di siapkan oleh guru, menyantap menu yang telah di siapkan oleh guru, guru juga mengajak anak bercakap-cakap terlebih dahulu tentang manfaat apa saja yang terkandung di dalam makanan yang telah di sajikan. Dengan cara menjelaskan tentang kelebihan atau kebaikan apabila kita memakan makanan yang bergizi dan akibatnya dan jika kita kekurangan makanan yang bergizi atau juga guru memberikan contoh makanan yang bergizi.

Untuk strategi pembiasaan itu sendiri guru selalu mengajak atau menghimbau pada anak untuk selalu membawa bekal dari rumah setiap harinya, dan guru selalu rutin memberikan tambahan makanan bergizi setiap bulan pada anak. Dengan memberikan jadwal makanan satu kali seminggu, contohnya menggunakan menu makan nasi ayam katsu, sayur dan buah. Untuk melengkapi gizi seimbang bisa membawa minuman seperti susu atau jus dari rumah.

Adanya kendala dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak adalah kurangnya dukungan dari orang tua terhadap program kerja yang dilaksanakan disekolah atau guru. Masih banyak orang tua yang tidak membiasakan anak untuk mengonsumsi makanan yang bergizi dan membiarkan anak jajan sembarangan. Serta kurangnya kepedulian orang tua terhadap menu yang diberikan pada anak masih banyak orang tua yang menyepelekan menu yang diberikan pada anak masih banyak orang tua yang menyepelekan menu makanan yang akan diberikan kepada anak. Faktor yang menghambat yaitu pada saat anak tidak berangkat di waktu penjelasan tentang makanan bergizi. Sehingga

anak tidak tahu apa itu makanan bergizi? Apalagi pada zaman sekarang yang kebanyakan siap saji atau instan dan kebanyakan Msg. Dan kemungkinan ada juga orang tua yang sibuk dengan akan pekerjaannya maka memberikan makanan untuk anaknya siap saji.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yaitu tentang peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari, Kecamatan Pekalongan timur, maka penelitian dapat disimpulkan bahwa: Peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok B usia 5-6 tahun di TK ABA Asyiyah Landungsari, Kecamatan Pekalongan Timur sudah berjalan dengan baik dan bisa dikatakan berhasil. Peran guru ini memberikan dampak positif bagi tumbuh kembang anak serta menambah wawasan orang tua. Keberhasilan atar peran guru ini dapat terlihat dari catatan hasil analisis data deteksi dini tumbuk kembang anak yang setiap bulannya selalu mengalami perubahan yang baik pada pertumbuhan anak, selain itu keberhasilan peran guru dapat dilihat dari sebagian besar anak mulai menyukai buah dan sayur, pada saat guru memberikan sayur dan buah saat makan bersama anak-anak terlihat sangat menikmati dengan lahap. Guru juga mengikut sertakan wali murid untuk terlibat atau ikut berperan dalam pengenalan makanan bergizi yang baik bagi tumbuh kembang anak, salah satu langkah yang dilakukan oleh guru untuk meningkatkan pengetahuan wali murid tentang pentingnya makanan bergizi bagi tumbuh anak ialah dengan cara memberikan sosialisasi kepada para wali murid.

DAFTAR PUSTAKA

Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.

EDUCHILD Vol. 4 No. 2 Tahun 2015

Aziza, N. A., & Mil, S. (2021). Pengaruh Pendapatan Orang Tua terhadap Status Gizi Anak Usia 4-5 Tahun pada Masa Pandemi COVID-19. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(3), 109-120. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.63-01>

BUDIARTI, E., ROHMAH, S., KASIATI, K., PERTIWI, H., & UMILIA, U. (2022). Meningkatkan Pemahaman Pentingnya Makan Makanan Bergizi

774

Seimbang Melalui Kegiatan Makan Bersama Di Ra Al Fata Rokan Hulu. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 218-229. <https://doi.org/10.51878/healthy.v1i4.1817>

Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1279-1294. <https://10.31004/obsesi.v7i2.3223>

Maulani, Siti, dkk. 2021. Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Seimbang pada Anak Usia 4-5 Tahun. Bandung: *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 154-168. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v2i2.4186>.

Natalia, S. E., Fadillah., & Lukmanulhakim. (2016). Peranan guru dalam mengembangkan kepercayaan diri anak usia 4-5 tahun di tk mazmur 21 pontianak selatan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(10) <http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v8i10.36360>

Nurlaila., Ulfah, M., & Yani, A. (2017). Peran guru dalam menstimulasi kemampuan menggambar pada anak usia dini di raudhatul athfal kuningan jawa barat. *Journal of Studies in Early Childhood Education*. <https://doi.org/10.31331/sece.v1i1.587>

Tatminingsih, S., & Cintasih, I. (2016). Hakikat anak usia dini. *Perkembangan dan konsep dasar pengembangan anak usia dini*, 1, 1-65. <https://pustaka.ut.ac.id/lib/wp-content/uploads/pdfmk/CAUD010102-M1.pdf>

Sazali, H. (2020). Penelitian Kualitatif. *Medan: Wal Ashri Publishing*.

Sefiana, M. (2021). *FAKTOR–FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA (STUDI LITERATUR)* (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).

Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif Dan R & D, Bandung: Alfabeta, 2019

Umami, Naviatul. 2019. “Pemahaman Gizi Seimbang Anak Usia 5-6 Tahun Berdasarkan Pada Penerapan Nutrition Pop-Up Book Di Ra Al-Iman Banaran.