Juraliansi : Jurnal Lingkup Anak Usia Dini
ISSN (online) : 2715-7032, ISSN (Print) : 2715-7024
Vol. 2, No. 1, (Mei, 2022), pp. 51-59
http://ejournal.alqolam.ac.id/index.php/Juraliansi

OPTIMALISASI PENGADAAN MAKANAN SEHAT DALAM PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK DI RA MAMBA'UL HUDA JAMBESARI PONCOKUSUMO-MALANG

Dewi Umniyah [1*], Evi Nurhalimah [2]

[1*] Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam (IAI) Al-Qolam Malang

[2] Program Studi Pendidikan Islan Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam (IAI) Al-Qolam Malang

evinurhalimah@alqolam.ac.id

Info Artikel

Riwayat Artikel
Diterima : 25-April-2022
Disetujui : 5-Mei-2022

Kata Kunci :
Pengadaan, Makan Sehat, Pemenuhan Gizi Seimbang

ABSTRAK

***Abstract**: Procurement of healthy food in schools aims to maintain health, especially in children's intelligence. There are foods that are sold without paying attention to the nutritional side. The purpose of this study was to describe the provision of healthy eating in terms of the nutritional content of children in a balanced manner. The research method uses descriptive-qualitative with the type of study cassus research. The results showed that the procurement of healthy food has 4 stages, namely preparation of coordinating food prices that are economical, healthy and can make children taste good. Implementation can pay attention to the rules before starting to eat together. Supervision is carried out when preparing and managing food related to its nutritional content and evaluating assessments related to nutritional content including carbohydrates, proteins, fats, vitamins, and minerals which are coordinated at a monthly meeting. Suggestions made by parents can be to prepare healthy food supplies. As well as, the sorting of natural food ingredients and nutritional content in an organized manner.*

Abstrak: Pengadaan makanan sehat di sekolah bertujuan untuk menjaga kesehatan terutama pada kecerdasan anak. Terdapat makan yang terjual tidak memperhatikan dari segi gizinya. Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan pengadaan makan sehat dari segi kandungan gizi anak secara seimbangan. Metode penelitian menggunakan deskriptif-kualitatif dengan jenis penelitian *study cassus*. Hasil penelitian menunjukkan pengadaan makanan sehat ada 4 tahapan yaitu persiapan mengenai koordinasi harga makanan yang ekonomis, sehat serta dapat membuat anak selera untuk makan. Pelaksanaan dapat memperhatikan aturan sebelum memulai makan bersama. Pengawasan dilakukan saat mempersiapkan dan mengelolah makanan terkait kandungan gizinya dan evaluasi penilaian terkait segi kandungan gizi meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang di koordinasikan saat rapat satu bulan sekali. Saran yang dilakukan orangtua dapat mempersiapkan bekal makanan sehat. Serta, pemilahan bahan alami makanan dan kandungan gizi secara terorganisir.

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia sekolah sangat senang sekali melakukan aktifitas di luar rumah. Aktivitas bermain dengan teman-teman sebayanya yang menyebabkan anak menjadi lupa makan dan lebih senang membeli makanan di luar atau sembarangan, inilah yang membuat anak-anak tidak bisa memilih makanan yang sehat dan bergizi karena tidak bersama orangtuanya. Wiradnyani,dkk., (2016) membahas tentang gizi seimbang yang memiliki kandungan zat tenaga untuk dapat di respon oleh tubuh dan dikelolah menjadi energi tubuh dalam meningkatkan kecerdasan otak anak . Hal terpenting pengawasan orangtua terhadap anak mengenai makanan yang harus dikonsumsi. Melihat mereka sudah dapat memilih makanan yang diinginkan tanpa memikirkan kandungan zat gizinya. Redaksi Health Secret, (2013) menjelaskan mengenai komponen kandungan zat makanan yang diperlukan sebagai kebutuhan untuk perkembangan anak usia sekolah meliputi karbohidrat, protein, dan kalsium . Melihat aktivitas di sekolah kegiatan makan anak dilewati bersama teman-temanya. Selain itu, sangat rentan dan berpengaruh terhadap kondisi tubuh kembang anak dengan membeli makanan di lingkungan luar sekolah jika tidak ada pengawasan pendidik. Hasil penelitian yang dilakukan Aprillia & Dieny (2011) menjelaskan temuan bahwa adanya faktor yang menyebabkan anak makan sembarangan terutama ketika anak tidak dibiasakan untuk melakukan aktivitas sarapan pagi, kemudian kebiasaan tidak sarapan pagi membuat anak-anak lebih suka membeli makanan di sekolah. Selain itu, anak lebih suka makanan yang siap saji dari pada sayur-sayuran, buah-buahan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurbiyati & Wibowo (2014) menjelaskan tentang keperluan kebutuhan nutrisi anak dapat dikontrol oleh peran serta orangtua dalam mengatur pola pembiasaan untuk melakukan aktivitas sarapan pagi selain itu membawakan bekal makanan sesuai dengan gizi seimbang seperti kandungan karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral . Hal tersebut menjadi tugas orangtua dalam memperhatikan nutrisi makanan untuk bisa dijadikan energi anak saat beraktivitas.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak dari segi faktor lingkungan posnatal adalah gizi. Sulistyawati (2014) mengemukakan bahwa apabila asupan gizi dalam makanan yang di konsumsi anak tidak baik maka akan mempengaruhi tumbuh kembang anak. Santi (2009) menjelaskan bahwa apabila asupan gizi baik dan cukup akan berdampak pada kecerdasan anak akan mempengaruhi pertumbuhan yang sesuai dengan perkembangan pada tahap usianya. Tahap usia anak usia dini masuk pada pra- oprasional dalam mengeksplorasi rasa ingin tahunya. Salah satunya rasa ingin tahu terhadap rasa makanan yang berbeda-beda di sekitar lembaga pendidikannya. Kondisi yang terlihat di sekitar lembaga pendidikan RA Mamba'ul Huda banyak anak-anak yang setiap hari membeli makanan di luar sekolah serta memiliki kandungan pewarna buatan dan bahan pengawet. Hal tersebut dapat diatasi melalui perencanaan program makanan sehat untuk mengurangi permasalahan ini. Makanan sehat merupakan makanan yang telah diprogram dalam memperhatikan kandungan gizinya sepeti kacang hijau, donat, salad buah, sayur sop, sate lontong, dan nasi goreng untuk memperhatikan dalam mengatur ukuran gizi seimbang terkait makanan yang diberikan kepada peserta didik saat berada di lingkungan sekolah.

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

Lokasi RA Mamba'ul Huda banyak penjual makanan yang tidak sehat seperti yang menggunakan MSG, pewarna makanan serta minuman yang mengandung pemanis buatan dan yang menggunakan bahan pengawet. Lembaga sekolah telah menerapkan kebijakan yaitu memberikan makanan sehat dengan membayar 1000 melalui kerjasama pendidik, dan wali murid. Hal tersebut bertujuan untuk mengurangi kekhawatiran pendidik dan orangtua dalam memperhatikan kesehatan peserta didik. Sembering & Ampera, (2018) menjelaskan tentang pemilihan dapat berpengaruh pada aspek kesehatan yang mengarah tumbuh kembang peserta didik untuk jangka panjang jika diprogram secara baik. Hal tersebut menjadi program makanan sehat di RA Mamba'ul Huda akan diterapkan pada setiap harinya. Pemenuhan gizi di dalam makanan di lihat dari proses pembuatan yang di kelolah oleh wali murid. Wali murid tidak mengeluh dengan harga yang sangat murah anak-anak tetap mendapatkan makanan yang sehat dan bergizi. Selain itu, menu yang disiapkan setiap hari dilakukan secara bergantian. Hal tersebut akan meningkatkan rasa antusias peserta didik terkait makanan sehat yang telah disediakan oleh lembaga sekolah. Serta, peserta didik melatih diri untuk bersodaqoh kepada wali murid yang telah membantu mempersiapkan makanan sehat di lembaga sekolah.

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan pengadaan makanan sehat dalam pemenuhan gizi seimbang dan mendeskripsikan peran makanan sehat dalam pemenuhan gizi pada anak usia dini di RA Mamba'ul Huda Jembesari Poncokusumo-Malang

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan untuk mendiskripsikan tentang pengadaan makanan sehat dalam pemenuhan gizi seimbang di RA Mamba'ul Huda Jembesari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif digunakan untuk mengungkapkan data deskriptif melalui informan yang memahami tentang apa yang dilakukan, dirasakan, dan dialami terhadap fokus penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Data yang diperoleh akan diproses dengan beberapa tahapan kualitatif meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, dan pengambilan kesimpulan. Sehingga, hasil keabsahan data dalam proses penelitian kualitatif lebih menekankan makna serta dapat di generalisasi (Sarwono,2006 ; Sugiono, 2016).

Jenis penelitian yang digunakan berupa studi kasus di RA Mamba'ul Huda dengan menggunakan data deskriptif-kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan proses pengadaan makanan sehat untuk memenuhi gizi dan untuk mendeskripsikan peran makanan sehat dalam memenuhi kebutuhan gizi anak usia dini melalui kerjasama bersama wali murid. Menurut Sugiono (2016) mengemukakan bahwa data yang akan diperoleh sesuai dengan tahap penelitian kualitatif secara lebih mendalam. Data yang berlandasarkan indikator makanan sehat yang meliputi indikator zat makanan yang terdiri kandungan karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Berdasarkan paparan di atas, salah satu upaya untuk memperoleh konteks pemahaman mengenai makanan sehat untuk anak usia dini secara mendalam, peneliti berusaha menganalisis data dengan segala kemampuan memperoleh makna dalam mewujudkan data yang ada. Penelitian kualitatif memandang bahwa tidak ada sesuatu yang sepele, segala sesuatu bisa memberikan petunjuk

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

untuk pemahaman orang tua yang lebih utuh tentang apa yang sedang di teliti. Deskripsi akan berhasil sebagai metode pengumpulan data jika rinciannya dapat memberikan penjelasan yang sebenar-benarnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pengadaan makanan sehat untuk memenuhi gizi anak di RA Mamba'ul Huda Jambesari Poncokusumo. Penelitian ini dilakukan dengan tehnik wawancara, observasi dan dokumentasi. Untuk mengetahui kegiatan pengadaan makanan sehat yang dilakukan di RA Mamba'ul Huda. Hasil wawancara di lakukan pada beberapa informan, kepada kepala sekolah untuk mengetahui proses awal adanya makanan sehat, guru dan orangtua berkerjasama untuk mengetahui proses pelaksanaan makanan sehat. Hasil observasi di laksanakan ketika pada proses sebelum persiapan pemberian makanan sehat , waktu pemberian makanan sehat, dan kegiatan setelah pemberian pengadaan makanan sehat.

Teori proses pengadaan makanan sehat dilakukan dengan tiga tahap-tahapan, meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap pengawasan, dan tahap penilaian (Santoso & Ranti, 1999 ; Wiyanti, 2018). Temuan data yang dihasilan dari tiga tahapan tersebut, diantaranya *Pertama,* tahap persiapan adalah tahap awal yang membutuhkan pemikiran, usaha dan kerja sama, meliputi (1) kepala sekolah, melakukan musyawaroh dengan dewan guru menunjuk salah satu koordinator sebagai penanggung jawab dalam pengadaan sehat. Setelah, ditunjuk sebagai penanggung jawab beliau mengadakan musyawaroh koordinasi. (2) pembuatan jadwal dan penanggung jawab,dalam frekuensi setiap hari meliputi menentukan menu dalam satu minggu sekali, merancang jadwal dalam menentukan menu dan memasak makanan untuk 81 peserta didik. Biaya yang ditentukan dalam pengadaan makanan sehat yaitu sejumlah Rp.1000 Rupiah x 81 anak total keseluruhan Rp. 81000.

Berdasarkan pada tahap persiapan menekankan pengadaan mengatur jadwal dan penanggung jawab sebagai koordinator pengadaan makanan sehat seperti menentukan frekuensi waktu pengadaan, menentukan menu makanan dan jawal masak. *Kedua*, tahap pelaksanaan ada dua tahap meliputi tahap pelaksanaan proses memasak dan pemberian makanan sehat kepada anak. Pada proses pelaksanaan memasak dilakukan oleh orangtua dan didampingi oleh penanggung jawab. Terlihat dari tabel 4.1 Jadwal pelaksanaan masak dan menentukan menu untuk pengadaan makanan sehat di setiap satu minggu sekali kepada peserta didik, sebagai berikut:

Tabel 4.1 Jadwal Pelaksanaan Masak Untuk Pengadaan Sehat di RA Mamba'ul Huda

No	Minggu	Menu	Peserta Didik
1	I	Buah Segar/Camilan	Kelas A/B
2	II	Makanan Berat/Minuman	Kelas A/B
3	III	Camilan Basah/Kering	Kelas A/B
4	IV	Olahan Buah (molen, ,jus) dan susu	Kelas A/B

Pada tabel 4.1 tersebut dilaksanakan setiap hari dengan menu yang berbeda setiap minggunya. Tahap pemberian makan di kelas meliputi *Pertama,* proses menyiapkan alat makan dan menyesuaikan porsi anak. *Kedua,* Makanan dibagikan pada anak setelah melaksanakan

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

kegiatan belajar, mencuci tangan, berdo'a sebelum makan. Namun sebelum makan anak- anak diberi penjelasan tentang yang telah dibagikan bahwa yang di makan dari komposisi makanan, proses pembuatannya dan kesehatan makanan tersebut. Hasil wawancara dari guru dan orangtua dapat diketahui bahwa tahap pelaksanaan proses makanan sehat dilakukan secara terjadwal. Kemudian, melatih karakter anak dalam berdoa sebelum dan sesuadah makan. Sebelum makan anak di beri penjelasan tentang sehat yang akan diberikan pada anak-anak dan manfa'at makan jajajan sehat, dan anak-anak di jelaskan tentang tata cara makan yang benar. Terlihat pada gambar 4.1 kegiatan pelaksanaan makan bersama saat di dalam kelas, sebagai berikut:

Gambar 4.1 Kegiatan Makan Bersama Secara Mandiri Dengan Ambil Makanan Secukupnya

Pada gambar 4.3 bahwa ketika pelaksanaan sehat anak-anak di ajarkan untuk mengambil makanan secara mandiri dan tidak berlebihan. Selain itu, anak dapat melatih tanggung jawab dalam menghabiskan makanan. Hasil wawancara, proses yang telah dipersiapkan cukup membutuhkan waktu lama untuk memasak kacang hijau untuk mendapatkan makanan yang bergizi. Kemudian, sistem pembagian makanan sesuai dengan porsi terkadang telah di atur oleh koordinator. Namun, disini anak diajarkan untuk belajar mengambil makanan secukupnya dan tidak berebut. Tujuan untuk melatih sikap anak dalam sabar menunggu giliran, dan menjalin keeratan antar teman sejawat dengan pengawasan guru saat di dalam kelas. *Ketiga*, tahap pengawasan dilakukan saat di rumah dan di sekolah. Adapun pengawasan saat di rumah dilakukan meliputi pengawasan dilaksanakan secara tidak langsung melalui pendekatan dengan wali murid dan diingatkan secara perlahan dan pengawasan dilakukan pada setiap musyawaroh satu bulan sekali dalam memberikan makanan yang sehat dan bergizi. Sedangkan, pengawasan di sekolah meliputi makan harus menggunakan tangan kanan, membaca do'a sebelum dan sesudah makan, anak bertanggung jawab dalam menghabiskan makanannya, dan anak bertanggung jawab dalam membereskan alat makan sendiri.

Keempat, tahap penilaian dalam program pengadaan makanan sehat adalah belum ada ketentuan kriteria penilaian secara khusus hanya sekedar penilaian secara tidak terstruktur seperti menilai ketika anak yang tidak mau makan, menilai makanan yang tidak dimasak sendiri dan mengevaluasi perkembangan tentang pengadaan makanan sehat. Makanan yang di olah dengan baik seperti kacang hijau, salad buah, nasi goreng. Penilaian dilakukan kepada koordinator menjadi proses pelaporan kepada kelembagaan, seperti (CLA_1) mengemukakan bahwa pengadaan sehat itu bagus buat perkembangan tubuh anak agar tidak mudah sakit dan menjadikan anak lebih mudah

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

dalam menerima pelajaran. Diharapkan, untuk dilakukan secara lebih terjadwal. Karena dari kegiatan ini dapat di evaluasi terkait nilai-nilai sikap seperti tidak boleh saling berebut, belajar untuk mengambil makan secukupnya, dan menjalin antar teman sejawat untuk makanan bersama.

Hasil penyajian temuan data dalam proses pengadaan makanan sehat yang dilaksanakan di RA Mamba'ul Huda, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini sudah baik sekali. Peneliti melakukan kegiatan dimulai dari awal hingga akhir kegiatan. Makanan sehat ini sangat bermanfaat bagi anak-anak dalam mencegah (*stunting)* dengan memperhatikan gizi seimbang dalam makanan tersebut. Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah, mencapai tujuan dalam membentuk bekerja sama bersama orangtua. Meskipun proses persiapan tidak mudah dan cukup membutuhkan waktu dalam merancang agar mencapai keberhasilan program kelembagaan terkait pengadaan makanan sehat untuk peserta didik. Kisaran biaya yang telah ditentukan untuk peserta didik sejumlah Rp.1000 Dengan patokan harga Rp.1000-2000 yang sudah di tentukan sekolah. Kemudian, respons orangtua yang telah bersukarelawan, jika ada kekurangan dana maka saling membantu dengan mengkoordinir uang dari paguyuban melalui hasil iuran orangtua sejumlah Rp.5000 setiap bulan. agar program berjalan dengan lancar dengan kerjasama bersama *steakholder* kelembagaan.

Hasil temuan dari peneliti terkait peran makanan sehat yang bergizi bagi anak di RA Mambaul Huda, yaitu (1) adanya sehat, maka kebutuhan gizi anak terpenuhi. Selain itu, proses pengawasan memasak juga baik dan higienis (bersih tanpa zat adiktif yang berbahaya). Hal ini dibuktikan dengan adanya sehat absensi anak setiap bulannya biasanya dari 80 anak sampai 20 anak yang tidak masuk dengan alasan sakit, maka setelah adanya sehat maka absensi berkurang sekitar 5 anak yang tidak masuk dengan alasan sakit. (2) adanya sehat dapat meningkatkan rasa antusias anak ketika setelah kegiatan belajar dia serasa mendapatkan hadiah setelah capek menerima pelajaran. Anak mendapatkan makanan sehat yang menunya setiap hari berganti untuk anak. (3) adanya sehat dapat mempererat hubungan guru dengan orangtua. Karena guru atau penanggung jawab setiap harinya selalu berkomunikasi dan bertanya dengan orangtua tentang pelaksanaan mengolah makanan sehat. (4) adanya makanan sehat dapat meningkatkan kemandirian anak, karena anak dibiasakan makan secara mandiri dan menghabiskan makanannya, dan juga membereskan alat makan. (4) adanya sehat anak bisa belajar berhemat tidak jajan sembarangan. Karena dengan adanya sehat anak cukup membayar uang Rp.1000-2000 anak sudah mendapatkan makanan yang sehat, bergizi juga puas.

Peraturan dalam pengadaan program pengadaan makanan sehat selalu mendapatkan pengawasan setiap jam 09.00 WIB di sekolah. Dan adanya aktifitas olahraga akan membantu dalam memperoleh energi yang di butuhkan untuk gerak-gerak anak. Data dari hasil dokumentasi beberapa buku KMS anak, bahwa dengan adanya sehat sangat berperan baik untuk pemenuhan gizi anak hal ini di tunjukkan dengan buku KMS anak yang BB dan TB anak tumbuh dengan baik, dan absensi anak yang sangat aktif sekali jarang yang sakit. Beberapa hasil dari observasi dan dokumentasi pada pemberian sehat beberapa macam yang di berikan, meliputi (a) *Kacang hijau* ini terbuat dari kacag hijau dan santan dan gula, kandungan gizi pada kacang hijau. kacang-kacangan atau kacang hijau mengandung vitamin B dan protein yang meningkatkan nafsu makan

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

dan kacang hijau mengandung protein, gula mengandung karbohidrat dan kelapa mengandung lemak. (b) Molen terbuat dari tepung terigu dan pisang tepung terigu mengandung karbohidrat. Tepung terigu mengandung karbohidrat dan buah pisang mengandung vitamin dan mineral. (c) Salad buah terbuat dari buah-buahan dan coklat dan susu. Buah-buahan mengandung vitamin dan susu mengandung protein, vitamin A dan lemak. Buah-buahan mengandung mineral dan vitamin, susu mengandung protein. (d) Dawet terbuat dari tepung sagu, santan dan gula. Tepung sagu mengandung karbohidrat, santan kelapa mengandung lemak, gula mengandung karbohidrat. Tepung sagu mengandung karbohidrat dan gula mengandung karbohidrat, santan kelapa mengandung lemak. (e) Nasi goreng terbuat dari nasi, telur dan minyak, garam. Nasi mengandung karbohidrat dan telur mengandung protein, lemak, vitamin D dan minyak mengandung lemak. Nasi mengandung karbohidrat, telur mengandung protein, minyak mengandung lemak dan garam mengandung mineral.

Hasil observasi peran sehat dalam memenuhi gizi anak di RA Mamba'ul Huda dapat diketahui bahwa peran makanan sehat memperhatikan daftar komposisi bahan yang telah dianjutkan oleh DepKes RI sudah terpenuhi dengan baik. Di RA Mamba'ul Huda ada kegiatan pengadaan sehat yang berperan dalam memenuhi gizi anak. Menurut Sudarsini & Pramono (2015) menjelaskan terkait kandungan gizi pada beberapa makanan tersebut bisa menyumbang kebutuhan gizi anak dalam sehari bahwa kebutuhan gizi anak usia 4-6 tahun membutuhkan energi 1720 Kkal dan 32 gr protein. Terlihat Tabel 4.2. Kecukupan gizi RA Mamabaul Huda Jambesari, sebagai berikut:

Tabel 4.2 Kecungkupan Gizi RA Mamabaul Huda Jambesari

Jenis Makanan	Kandungan Gizi				
	Karbohidrat	Protein	Lemak	Vitamin	Mineral
Salad Buah				V	V
Kacang Hijau	V	V	V		
Molen	V			V	V
Nasi Goreng	V	V	V	V	V
Dawet	V		V		

Berdasarkan tabel diatas adalah beberapa sampel sehat yang diberikan pada anak RA Mamba'ul Huda, bisa disimpulkan bahwa dengan aneka makanan yang diberikan sudah terpenuhi zat gizinya yaitu karbohidarat, protein, lemak, vitamin, mineral. Peran sehat dalam memenuhi gizi anak sangat diperhatikan komposisinya dengan bahan yang telah teruji oleh BPOM sebagai bahan dasar makanan. Program yang dilakukan minimal satu minggu sekali dalam satu bulan. Tentu, membutukan manajemen pengelolah dalam segi pendataan dan pendanaan untuk memberikan makanan sehat yang bersih dan terjamin kualitasnya. Selain itu, program pengadaan makanan sehat untuk peserta didik memberikan manfaat antar orangtua dalam menjalin kerjasama secara komunikatif dalam melakukan diskusi aktif dalam mempersiapkan makanan sehat. Hal tersebut tidak kalah pentingnya bahwasannya rancangan konsep terkait makanan sehat untuk anak, diharapkan anak lebih memperhatikan kesehatan diri untuk tidak makanan terlebih lagi makanan yang mengandung pemanis buatan, makanan yang mengandung minyak berlebihan. Guru juga

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

mengajarkan pentingnya nilai-nilai sikap kebersamaan antar teman sejawat untuk saling berbagi, tidak berebut, dan melatih bertanggung jawab dalam menghabiskan makanan yang telah di dapat.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian dapat disimpulkan dari proses pengadaan sehat di RA Mamba'ul Huda ada beberapa tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, pengawasan, penilaian. (1) tahap persiapan melakukan rapat koordinasi bersama *steakholder* terkait penanggung jawab pengadaan makanan sehat secara terjadwal dan biaya makanan secara ekonomis untuk anak sebanyak Rp.1000. (2) tahap pelaksanaan terkait pengaturan pola pembiasaan anak sebelum makan bersama seperti proses mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, serta berdo'a sebelum dan sesudah makan. (3) tahap pengawasan saat mempersiapkan dan mengelolah makanan terkait kandungan gizinya. (4) tahap penilaian terkait cangkupan evaluasi tentang makanan sehat dari segi kandungan gizi meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang di koordinasikan saat rapat satu bulan sekali. Saran penelitian meliputi proses pengadaan makanan sehat yang di laksanakan dapat diatur kembali dari segi kepanitiaan dalam lingkup lembaga. Diharapkan anggota dapat menjalin kerjasama antara wali murid lainnya. Pengaturan pengawasan makanan sehat sesuai dengan tupoksi anggota yang ditugaskan seperti pemilahan bahan alami makanan, kandungan gizi secara terorganisir.

DAFTAR RUJUKAN

Aprillia, B.A. & Dieny.F.F.(2011). *Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Pada Anak Sekolah Dasar*. Thesis, Semarang : Universitas Diponegoro. Diakses 2 Oktober 2020. (Online) http://eprints.undip.ac.id/32606/1/403_Bondika_Ariandani_aprillia_G2C007016 .pdf.

Nurbiyati,T & Wibowo, A.H. (2014). *Pentingnya Memilih Jajanan Sehat Demi Kesehatan Anak*. Jakarta : Universitas Islam Indonesia. Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan, Vol 3 No. 3, pp 192-196. Diakses, 2 Oktober 2020. (Online) https://journal.uii.ac.id.

Redaksi Health Secret, (2013). *Siasat Gizi anak lebih sehat Supaya Pintar di Sekolah,* cetakan I . Jakarta : PT. Gramedia

Santi,D. (2009). *Pendidikan Anak Usia Dini Antara teori dan praktik*. Jakarta : Indeks

Sarwono,J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif* . Yogyakarta : Graha Ilmu. Diakses 2 oktober 2020, (online) https://www.academia.edu/21354427/Metode_penelitian kuantitatif_and_kualitatif_Jonathan_Sarwono.

Sembering.N. & Ampera.D. (2018). *Persepsi Siswa Tentang Makanan Sehat Dengan Pemilihan Jajanan di Sekolah Dasar*. Sumatra utara : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasin Riau. Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan: Vol. 20 No. 1. Diakses, 2 oktober 2020. (online)https://www.researchgate.net/publication/333110611_Persepsi_Siswa_Tentang_Makanan_Sehat_dengan_Pemilihan_Jajanan_di_Sekolah_Dasar.

Copyright (c) 2022 Dewi Umniyah, Evi Nurhalimah

Sulistyawati, A. (2014). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : Salemba Medika

Santoso,S. & Ranti.A.L. (1999). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta : Rineka Cipta

Sudarsini & Pramono. (2015). *Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*. Malang : Universitas Negri Malang

Sugiono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Wiradnyani,Luh. A.A, et al. (2016). *Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta : SEAMEO RECFON.

Wiyanti, N.A. (2018). *Manajemen Program Pembiasaan Bagi Anak Usia Dini.* Yogyakarta : Gava Media.