

**PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN
GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI
KELOMPOK BERMAIN MANDA WONOSARI
NGALIYAN TAHUN 2019**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas
Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Oleh:

ISMI MAULIDA YULIANTI

1503106067

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2019**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ismi Maulida Yulianti
NIM : 1503106067
Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA WONOSARI NGALIYAN TAHUN 2019

Secara keseluruhan adalah hasil karya sastra sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya.

Semarang, 28 September 2019
Pembuat pernyataan,



Ismi Maulida Yulianti
NIM: 1503106067



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN
Jl. Prof.Dr. Hamka (Kampus II) (024) 7601295 Fax. 7615387 Semarang
50185

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : **Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019**

Nama : Ismi Maulida Yulianti

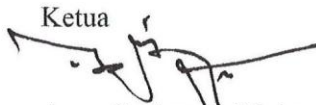
NIM : 1503106067


Program Studi : Pendidikan Islam AnakUsiaDini


Telah diajukan dalam sidang munaqasyah oleh Dewan Penguji Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Pendidikan Islam Anak Usia Dini.


Semarang, 23 Oktober 2019


DEWAN PENGUJI


Ketua

Agus Sutiyono, M.Ag
NIP:197307102005011004
Penguji I

Sekretaris

Sofa Muthohar, M.Ag
NIP: 197507052005011001
Penguji II


H. Mursid, M.Ag
NIP:19670305200112001
Pembimbing I


Ang Khunaepi, M.Ag
NIP: 197712262005011009
Pembimbing II


Dr. Dwi Istiyani, M.Ag
NIP: 197506232005012001


Sofa Muthohar, M.Ag
NIP: 197507052005011001



NOTA DINAS

Semarang, 28 September 2019

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi naskah skripsi dengan:

Judul : **Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019**
Nama : Ismi Maulida Yulianti
NIM : 1503106067
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Pembimbing I



Dr. Dwi Istiyani, M.Ag

NIP: 197506232005012001

NOTA DINAS

Semarang, 28 September 2019

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
UIN Walisongo
Di Semarang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi naskah skripsi dengan:

Judul : **Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019**
Nama : Ismi Maulida Yulianti
NIM : 1503106067
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Pembimbing II



Sofa Muthohar, M.Ag
NIP: 19750705 2005011001

ABSTRAK

Judul : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019

Penulis : Ismi Maulida Yulianti

NIM : 1503106067

Lunch Box merupakan faktor pendukung dalam memenuhi gizi anak. Kelompok bermain manda Merupakan lembaga pendidikan yang memprogramkan khusus mengenai pembawaan bekal makanan. Untuk menghindari anak jajan sembarangan yang kurang baik dikonsumsi oleh tubuh anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman orang tua mengenai pemenuhan gizi dalam kegiatan lunch box di Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Dalam mengumpulkan data peneliti menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Data yang diperoleh diperiksa keabsahan datanya melalui proses teknik triangulasi.

Hasil dari penelitian ini adalah Pertama, Kegiatan pemenuhan gizi melalui lunch box di kelompok bermain Manda baik. Bisa dilihat dari jenis makanan lunch box anak yang sudah Mencakup 4 sehat 5 sempurna, Kebutuhan gizi anak di kelompok bermain manda cukup baik terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. kegiatan ini sangat efektif dilakukan karena mempermudah pembawaan makanan dan anak menjadi mandiri. guru kelompok bermain manda cukup kreatif dalam memberikan lunch box pada anak.

Kedua, Pemahaman orang tua dalam pemenuhan gizi anak tentunya orang tua dimulai dari Kesadaran orang tua untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal melalui pemenuhan gizi melalui lunch box dan pemenuhan gizi melalui pengecekan kesehatan anak yang bekerja sama dengan pihak puskesmas tambak aji. Guru dan orang tua pasti mempunyai kendala untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang berbeda-beda. Secara garis besar orang tua sudah memahamit tentang pemenuhan gizi anak.

Kata Kunci: Pemahaman orang tua, gizi, Lunch box

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi huruf-huruf arab latin dalam skripsi ini berpedoman pada Menteri Agama dan Menteri pendidikan dan Kebudayaan R.I Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Penyimpangan penulisan kata sandang (al-) disengaja secara konsisten supaya sesuai teks arabnya.

ا	A	ط	T
ب	B	ظ	Z
ت	T	ع	'
ث	S	غ	G
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Z	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	'
ص	S	ي	Y
ض	D		

MOTTO

يَبْنِي أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ

لَا يَأْيَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

Artinya: Hai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir (QS Yusuf:87)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Sholawat serta salam tidak lupa penulis ucapkan kepada Nabi besar Muhammad SAW sebagai rahmatan lil'alamin yang telah membimbing umatnya ke jalan yang benar.

Skripsi yang berjudul *Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Tahun 201 9* disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang.

Skripsi yang penulis susun tidak lepas dari bantuan berbagai pihak sehingga segala kendala dan hambatan dapat teratasi. Atas bantuan yang telah diberikan selama penelitian maupun dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih, kepada yang terhormat:

1. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang Dr. Hj Lift Anis Ma'sumah M.Ag
2. Ketua dan Sekretaris Jurusan Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang H. Mursid, M. Ag dan Sofa Muthohar, M.Ag

3. Dosen wali studi Dr. Agus Sutiyono, M.Ag.,M.Pd.
4. Pembimbing I Dr. Dwi Istiyani, M.Ag yang sudah memberikan arahan, ide dan ilmunya dalam menyusun skripsi ini sampai akhir.
5. Pembimbing II Sofa Muthohar, M.Ag yang sudah memberikan arahan, ide dan ilmunya dalam menyusun skripsi ini sampai akhir.
6. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang yang memberikan ilmu dan pengalamannya kepada penulis.
7. Kepala sekolah KB-RA Via El Milla S,Pdi dan ST. Maesaroh, S. Ag. yang sudah berkenan memberikan izin bagi penulis untuk melakukan penelitian.
8. Guru kelas Kelompok Bermain Manda Lutfiana, S. HI. yang sudah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian diruang kelasnya dengan sangat baik dan terbuka.
9. Orang tua penulis Ibu Junarti dan bapak Istakhori, adik penulis Ulil Albab serta keluarga besar penulis yang tak henti-hentinya memberikan do'a dan dukungan.
10. Rempong Squad, Family Cibinong, Squad Smp, Keluarga Kendal Mengajar, Pimpinan Ranting IPNU-IPPNU desa Karangmulyo, Pimpinan Anak Cabang Kecamatan Pegandon dan Pimpinan Cabang Kabupaten Kendal yang selalu memberikan dukungan dan do'a untuk kelancaran dalam skripsi penulis.

11. Teman angkatan PIAUD 2015 yang selalu mendukung dan selalu membagi ilmunya kepada penulis.
12. Adik-adik angkatan PIAUD semuanya yang selalu memberikan dukungan dan do'a untuk kelancaran dalam skripsi penulis.
13. Teman KKN posko 28 Getas dan segenap keluarga besar Getas-Wonosalam yang secara tidak langsung telah memberikan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
14. Teman baik yang selalu mendukung penulis menyelesaikan skripsi disaat keadaan down maupun tidak.
15. Segenap guru dan kepala sekolah Kb-Ra Manda yang selalu mendukung, memberikan arahan untuk kelancaran dalam penulis menyelesaikan skripsi.

Semarang, 28 Oktober 2019
Penulis,

Ismi Maulida Yulianti
NIM: 1503106067

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
ABSTRAK	vi
TRANSLITERASI	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	8
BAB II PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG	
 PEMENUHAN GIZI ANAK DAN KEGIATAN	
 LUNCH BOX	
A. Deskripsi Teori.....	10
1. Pemahaman	10
2. Orang Tua	11
a. Definisi Orang Tua	11
b. Tugas Orang Tua	14

c. Pertumbuhan dan Perkembangan anak usia dini.....	16
3. Zat Gizi dan Bahan Makanan	18
a. Definisi Gizi	18
b. Definisi Gizi Seimbang	19
c. Pemberian Makanan Orang Tua Kepada Anak Dalam Konteks Islam.....	23
d. Menu makanan sehat	25
e. Bahan Makanan dan zat gizi.....	27
f. Faktor yang mempengaruhi gizi pada balita dan prasekolah	33
g. Parameter status gizi anak	35
h. Kartu menuju sehat.....	37
i. Kriteria pemenuhan gizi	38
4. Bekal Makanan	40
a. Definisi Bekal dan Makanan	40
b. Manfaat Bekal Makanan.....	41
c. Tips Menyiapkan Bekal Makanan.....	41
d. Cara Pengolahan Makanan yang umum dilakukan dan tips agar zat gizinya tetap terjaga	43
e. Pemahaman gizi orang tua.....	43
B. Kajian PustakaRelevan.....	44
C. Kerangka Berpikir	46

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Sumber Data	48
D. Fokus Penelitian	49
E. Teknik Pengumpulan Data	50
F. Uji Keabsahan Data.....	52
G. Teknik Analisis Data	54

BAB IV DESKRIPSI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Kelompok Bermain Manda....	57
B. Deskripsi Data Khusus Penelitian	65
C. Analisis Data.....	115
D. Keterbatasan Penelitian.	133

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	135
B. Saran	136
C. Kata Penutup.....	136

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Instrumen Penelitian
- Lampiran 2 Pedoman wawancara dengan kepala Kelompok Bermain
- Lampiran 3 Pedoman wawancara Orang Tua Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak di Kelompok Bermain Manda
- Lampiran 4 Pedoman wawancara Orang Tua Kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain Manda
- Lampiran 5 Pedoman Wawancara Guru Kelas Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak di Kelompok Bermain Manda
- Lampiran 6 Pedoman Wawancara Guru Kelas Kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain Manda
- Lampiran 7 Pedoman Observasi
- Lampiran 8 Pedoman Dokumentasi
- Lampiran 9 Hasil Transkrip Wawancara dengan kepala Kelompok Bermain
- Lampiran 10 Hasil Transkrip Wawancara Orang Tua
- Lampiran 11 Hasil Transkrip Wawancara Guru
- Lampiran 12 Hasil Transkrip Observasi
- Lampiran 13 Hasil Transkrip Dokumentasi
- Lampiran 14 Surat Penunjukkan Pembimbing
- Lampiran 15 Transkrip Ko-Kurikuler

Lampiran 16	Surat Izin Riset
Lampiran 17	Surat Keterangan Riset
Lampiran 18	Sertifikat Toefl
Lampiran 19	Sertifikat Imka
Lampiran 20	Sertifikat PPL
Lampiran 21	Sertifikat KKN
Lampiran 22	Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sejak lahir, manusia telah dibekali berbagai potensi yang perlu dikembangkan agar kelak dapat menjalankan fungsi dan perannya sebagai manusia secara efektif dan produktif dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu manusia harus dibekali pendidikan sejak usia dini. Sebagai makhluk individu dan sosial, anak berhak mendapat pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya.¹

Anak usia dini merupakan masa yang sangat cemerlang untuk diberikan pendidikan. Banyak ahli menyebutkan masa tersebut sebagai *Golden Age*, yakni masa-masa keemasan yang dimiliki oleh seorang anak, atas masa dimana anak mempunyai potensi yang sangat besar untuk berkembang. Pada usia ini 90% dari fisik otak anak sudah terbentuk.²

Anak usia 0-6 tahun sangatlah membutuhkan suatu pendidikan karena pada usia tersebut adalah usia kritis bagi perkembangan dan pertumbuhan semua anak tanpa memandang dari suku atau budaya mana anak itu berasal. Pada masa itu adalah

¹ Bernadib Imam, *Filsafat Pendidikan*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1987), hlm 33.

² Maimunah Hasan, *Pendidikan Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Diva Press, 2009), hlm. 30.

masa-masa titik tumbuh otak yang sangat pesat sekali. Perkembangan otak anak menunjukkan betapa pentingnya membentuk saraf-saraf anak usia dini. Jika seorang anak tidak mendapat gizi, nutrisi yang cukup, interaksi yang baik, perhatian dari orang tua dan orang-orang disekitarnya, maka pembentukan itu akan berjalan kurang baik.

Pada masa usia ini perkembangan kemampuan bahasa, kreativitas, kesadaran sosial, kesadaran emosional dan intelegensi berjalan sangat cepat. Perkembangan psiko-sosial sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan interaksi antara anak dengan orang tuanya. Perkembangan anak akan optimal bila interaksi sosial diusahakan sesuai dengan kebutuhan anak pada berbagai tahap perkembangan.³

Pendidikan manusia dimulai dari keluarga. Keluarga adalah tempat pertama dan utama bagi pembentukan dan pendidikan anak. Jika ingin membentuk anak yang saleh salehah, cerdas serta terampil, maka harus dimulai dari keluarga. Agar terbentuk keluarga yang sehat dan bahagia pun para orang tua perlu pengetahuan yang cukup sehingga mampu membimbing dan mengarahkan setiap anggota keluarganya menuju tujuan yang diharapkan.⁴

³ Mursid, *Belajar dan Pembelajaran Paud*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 135-136.

⁴Helmawati, *Pendidikan Keluarga*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), hlm.1.

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangannya normal dan wajar, yaitu sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya. Selain itu, anak yang sehat tampak senang, mau bermain, berlari, berteriak, meloncat, memanjat, tidak berdiam diri saja. Anak yang sehat kelihatan berseri-seri, kreatif, dan selalu mencoba sesuatu yang ada disekelilingnya. Jika ada sesuatu yang tidak diketahuinya ia bertanya, sehingga pengetahuan yang dimilikinya selalu bertambah.⁵

Setiap ibu mendambakan seorang anak yang sehat, namun beberapa dari mereka tidak mengetahui mengenai gizi-gizi yang harus dipenuhi seorang anak agar dapat berkembang dengan baik. Mereka hanya menyediakan makanan, yang seharusnya menjadi sumber gizi bagi tubuh, dengan kurang berhati-hati. beberapa faktor yang menyebabkan banyaknya masalah timbul mengenai gizi buruk pada balita .⁶

Konggres gizi internasional diselenggarakan di Roma, membahas pentingnya gizi seimbang untuk menghasilkan kualitas SDM yang handal. Hasilnya adalah rekomendasi untuk semua Negara yang menyusun PUGS (Pedoman Umum Gizi Seimbang).

⁵ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 21013), hlm. 1.

⁶ Eva Ellya Sibagariang, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, (Jakarta: CV Trans Info Media, 2010), hlm. 95-96.

Di Indonesia, pada tahun 1950 pernah diperkenalkan pedoman 4 sehat 5 sempurna, kemudian dikembangkan pada tahun 1955. Pedoman makna berslogan “4 Sehat 5 Sempurna” (4S5S) yang dipopulerkan oleh Prof. Poerwo Soedarmo, di tahun 1950-an. Sejak tahun 1990-an, pedoman tersebut dianggap tak lagi sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi gizi. Hal ini sesuai dengan adanya perubahan pedoman “Basic Four” di Amerika Serikat yang merupakan acuan awal 4S5S pada masa itu menjadi “Nutrition Guide For Balance Diet”. Sesuai dengan Undang-Undang Kesehatan No. 36 tahun 2009 yang menyebutkan secara eksplisit “Gizi Seimbang” dalam program perbaikan gizi.⁷

Sehat Menurut UU No. 9 tahun 1960 tentang pokok-pokok kesehatan, sehat adalah sehat badan, rohani (mental), dan soisal. Kesehatan rohani atau jiwa adalah kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik intelektual, dan emosional yang optimal dari seseorang. Sedangkan kesehatan jasmani yaitu kondisi yang memungkinkan pertumbuhan serta perkembangan badan.⁸

Maka anak usia taman kanak-kanak yaitu Usia 3-6 tahun, termasuk golongan masyarakat yang disebut kelompok rentan gizi yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi, sedangkan pada masa ini mereka mengalami proses

⁷ Marmi, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013). hlm. 186.

⁸ Mursid, *Belajar dan Pembelajaran Paud*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 136.

pertumbuhan yang relatif pesat, dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Khususnya untuk anak usia dini, sedang dalam masa perkembangan (non fisik) dimana mereka sedang dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan dengan lingkungan, peningkatan berbagai kemampuan, dan berbagai perkembangan lain yang membutuhkan fisik yang sehat. Maka kesehatan yang baik ditunjang oleh keadaan gizi yang baik, merupakan hal yang utama untuk tumbuh kembang yang optimal bagi seorang anak. Kondisi ini hanya dapat dicapai melalui proses pendidikan dan pembiasaan serta penyediaan kebutuhan yang sesuai, khususnya melalui makanan sehari-hari bagi seorang anak.⁹

Menurut Ari Istiyani dan Rusilanti, Makanan anak sekolah perlu mendapatkan perhatian, mengingat masih dalam masa pertumbuhan, maka keseimbangan gizinya harus dipertahankan supaya tetap sehat. Anak usia dini (4-6 tahun) membutuhkan sekitar 1600 kkal. Makanan sehari anak usia sekolah sebaiknya terdiri atas tiga kali makanan lengkap dua kali snack diantara waktu makan. Susunan hidangan terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah, dan susu. Karena makanan tersebut mengandung zat makro dan mikro yang dibutuhkan oleh tubuh.¹⁰

⁹ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 21013), hlm. 88-89.

¹⁰ Ari Istiyani dan Rusilanti, *Gizi Terapan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), hlm.159-160.

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh berkembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang.

Ruang lingkup Kurikulum Kelompok Bermain Manda berdasarkan Permendikbud Kelompok Bermain Nomor 160 Tahun 2014 tentang Pemberlakuan Kurikulum tahun 2006 dan Kurikulum 2013, sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan, maka aspek perkembangan dan pengembangannya meliputi Nilai-nilai agama dan moral, Fisik dan Motorik, Kognitif, Bahasa, Sosial Emosional, Seni atau pengembangan diri. Kegiatan yang digunakan dalam pembelajaran menggunakan Klasikal yang diambil dari silabus dan dituangkan dalam Prota, Promes, RPPM dan RPPH. Kegiatan pemberian menu gizi pada anak di Kelompok Bermain Manda juga mengacu pada silabus yang menjadi panduan guru untuk pembuatan RPPM dan RPPH. Salah satu dari indikatornya terdapat makan bersama makanan yang bergizi, pada kesehatan fisik anak.

Berdasarkan hasil pengamatan di Kelompok Bermain Manda, Ngaliyan Semarang. Peran orang tua dalam membiasakan anak makan sehat dirasa masih kurang dalam pemenuhan gizi. Orang tua mempunyai kecenderungan tidak mau repot dalam menyiapkan makanan. Terlebih pada orang tua hal ini ibu yang bekerja dan mempunyai kesibukan. Ibu menyiapkan seadanya yang praktis bahkan mereka membeli diluar. Ada juga ibunya keluar negeri anaknya diasuh oleh bapak atau neneknya, sehingga pemenuhan makanan seimbang atau gizi anak kurang.

Disisi lain anak Kelompok Bermain Manda, ada beberapa anak yang tidak mau makan pagi atau sarapan pagi sebelum berangkat sekolah. Anaknya lebih suka ngemil makanan atau jajanan instan yang diperjual belikan diwarung maupun di lingkungan sekolah. Padahal makanan instan tidak baik untuk kesehatan, terlebih pada anak dapat menghambat tumbuh dan kembang anak.

Program menu bergizi yang sering dikenal dengan makan bersama setiap satu bulan sekali di Kelompok Bermain Manda sudah ada tetapi makanan bergizi yang disajikan tetap saja tidak menarik bagi anak. Ketika makan bersama beberapa anak ada yang tidak suka makanan yang disajikan, karena tidak terbiasa dan memang suka jajan diluar sekolah. Setiap hari senin-kamis anak Kelompok Bermain Manbaul Huda diharuskan membawa bekal nasi untuk melatih kemandirian dan memberikan pemahaman kepada anak tentang makanan yang menyehatkan dengan gizi yang

seimbang, tetapi masih banyak anak yang tidak membawa bekal nasi dan menu gizi dari rumah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti membuat sebuah judul penelitian “PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah tersebut, rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini:

1. Bagaimana kegiatan pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019?
2. Bagaimana pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan dan manfaat dari penelitian ini adalah:

Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui Kegiatan pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019
2. Untuk Mengetahui pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019

Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan tentang pemahaman orang tua tentang

pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box di Kelompok Bermain Manda tahun 2019.

2. Bagi Akademisi

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih pemikiran dan pengetahuan bagi akademisi dalam pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box di Kelompok Bermain Manda tahun 2019.

3. Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kesadaran untuk orang tua agar memberikan pemenuhan gizi anak supaya tumbuh dan berkembang dengan baik.

BAB II

PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK DAN KEGIATAN LUNCH BOX

A. Deskripsi Teori

1. Definisi Pemahaman

Kata “pemahaman” itu sendiri dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia juga memiliki arti, yaitu proses, cara, perbuatan, memahami atau memahamkan. Seseorang dikatakan paham terhadap sesuatu hal, apabila orang tersebut mengerti benar dan dapat menjelaskan tentang sesuatu hal tersebut. Pemahaman berasal dari kata “paham” terdapat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, paham berarti pengertian, pengetahuan, pendapat, pikiran atau pandangan. Dikatakan demikian, karena untuk menuju kearah pemahaman perlu diikuti dengan belajar dan berpikir.¹

Pemahaman merupakan kemampuan untuk memahami materi atau bahan, proses pemahaman terjadi karena adanya kemampuan menjabarkan suatu materi/bahan ke materi/bahan lain. Seseorang yang mampu memahami sesuatu antara lain dapat menjelaskan narasi (pernyataan kosa kata) ke dalam angka, dapat menafsirkan sesuatu melalui pernyataan dengan kalimat sendiri atau dengan rangkuman. Pemahaman dapat ditunjukkan dengan kemampuan memperkirakan

¹ Pusat Bahas Indonesia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: PT Grandmedia Pustaka Utama, 1990), hlm. 998.

kecenderungan, kemampuan meramalkan akibat-akibat dari berbagai penyebab suatu gejala. Hasil belajar dari Pemahaman lebih maju dari ingatan sederhana, hafalan, atau pengetahuan tingkat rendah.²

Pemahaman merupakan terjemahan dari *understanding*, diartikan sebagai penyerapan arti suatu materi yang dipelajari. Untuk memahami suatu objek secara mendalam seseorang harus mengetahui: objek itu sendiri; relasinya dengan objek lain yang sejenis; relasinya dengan objek lain yang tidak/sejenis; relasi-dual dengan objek lainnya yang sejenis dan relasinya dengan objek dalam teori lainnya.³

Menurut pendapat diatas pemahaman dapat diartikan sebagai proses, cara, perbuatan, memahami atau memahamkan. Pemahaman berasal dari kata “paham” yang artinya pengetahuan, pendapat, atau pandangan. Pemahaman merupakan kemampuan untuk memahami materi atau bahan yang dipelajari.

2. Orang Tua

a. Definisi Orang Tua

Kingsley Price berpendapat bahwa *the formation of the child,s character is varacity*. Setiap orang tua

² EllaYulaelawati, *Kurikulum dan Pembelajaran Filosofi, Teori dan Aplikasi*, (Jakarta: Pakar Karya, 2007), hlm. 72.

³ Muhsin, Peningkatan Kemampuan Pemahaman Dan Pemecahan Masalah Matematis Melalui Pembelajaran Dengan Pendekatan Kontekstual, *Jurnal Peluang*, Volume 2, Nomor 1, Oktober 2013, hlm. 15.

mengharapkan anak-anaknya menjadi anak yang soleh dan berperilaku yang baik (ihsan), oleh karena itu dalam membentuk karakter anak harus Secermat mungkin dan seteliti mungkin. Karena pendidikan pertama yang diterima oleh anak adalah pendidikan dari orang tua.⁴

Orang tua merupakan suatu basis penting dalam menanggulangi kenakalan anak anaknya, sedang sekolah hanya sekedar faktor penunjang Maka jangan terlalu banyak berharap dari sekolah belum sebelum dasarnya ditanamkan dengan kokoh. Oleh karena itu orang tua dalam menerapkan pola asuh pada anak-anaknya harus berdasarkan nilai nilai atau norma Islami. orang tua tidak hanya cukup menanamkan ketauhidan saja, tetapi yang lebih penting adalah mensosialisasikan ketauhidan tersebut dalam perbuatan nyata.⁵

Keberhasilan anak tergantung dari seberapa banyak pengetahuan pendidikan dan ketekunan orang tua membimbing mereka serta seberapa dalam keyakinan (agama) yang telah ditanamkan pada anak-anaknya. Melalui ilmu pendidikan yang dimilikinya, tentu orang tua akan lebih mudah untuk membantu anak mencari jati dirinya. Dikemudian hari, tentu orang tua ingin melihat anak yang

⁴ Mansur, *Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 351.

⁵ Mansur, *Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, ... hlm. 352.

dirawat dan didiknya dapat menjadi manusia yang berakhlak baik, berilmu, memiliki keterampilan (*life skills*) untuk bertahan hidup, dan mampu mempertanggungjawabkan apa-apa yang diperbuatnya baik di dunia maupun diakhirat.⁶

Setiap Orang tua muslim hendaknya menyadari bahwa anak adalah amanat Allah yang dipercayakan kepada orang tua. Dengan demikian maka orang tua muslim pantang mengkhianati amanat Allah berupa karuniannya anak kepada mereka. Diantara sekian perintah Allah berkenaan dengan amanatNya yang berupa anak adalah bahwa setiap orang tua muslim wajib mengasuh dan mendidik anak-anak dengan baik dan benar. Hal itu dilakukan agar tidak menjadi anak-anak yang lemah iman dan lemah kehidupan duniawinya, namun agar dapat tumbuh dewasa menjadi generasi yang saleh, sehingga terhindar dari siksa api neraka. Jika para orang tua benar-bener menempuh jalan yang benar dalam mengemban amanat Allah, yakni mendidik anak-anak mereka dengan baik dan benar, niscaya fitrah islamiah anak akan tumbuh dan lebih bisa diharapkan dapat masuk surga. Sebaliknya jika para orang tua lengah dalam mengemban amanat Allah, niscaya fitrah Islamiah anak akan tercoreng atau bahkan hilang sama sekali dan tergantikan oleh akidah lain, mungkin menjadi Yahudi, Nasrani, Majusi atau

⁶ Helmawati, *Pendidikan Keluarga*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), hlm: 22.

menjadi kafir. Dengan demikian yang harus ditata dan ditingkatkan adalah kadar iman dan taqwanya kepada Allah.⁷

b. Tugas Orang Tua

Orang tua memiliki peran strategis dalam mendidik dan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa informasi yang kiranya penting diketahui dan dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang optimal bagi anaknya adalah; 1) Memenuhi kebutuhan anak akan makanan yang memenuhi standar emas Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) yaitu; Melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), Memberikan ASI Eksklusif; Memberikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) mulai usia 6 bulan dan Melanjutkan menyusui sampai dua tahun atau lebih; 2) Menjaga kesehatan anak; 3) Berinteraksi dengan anak dengan penuh kasih sayang lewat berbagai kegiatan yang sesuai anak, orang tua dapat memberikan belaian, senyuman, dekapan, penghargaan dan bermain, mendongeng, menyanyi serta memberikan contoh-contoh tingkah laku sehari-hari yang baik dan benar kepada anak.

Setiap orang Tua dalam menjalani kehidupan Berumah tangga tentunya memiliki tugas dan peran yang sangat penting, adapun tugas dan peran orang Tua terhadap

⁷ Mansur, *Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm: 7-8.

anaknya dapat dikemukakan sebagai berikut. (1). Melahirkan, (2). Mengasuh, (3). Membesarkan, (4). Mengarahkan Menuju kepada kedewasaan serta menanamkan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku. Disamping Itu juga harus mampu mengembangkan potensi yang ada pada diri anak, memberi teladan dan mampu mengembangkan pertumbuhan pribadi dengan penuh tanggung jawab dan penuh kasih sayang. Anak---anak Yang tumbuh dengan berbagai bakat dan kecenderungan masing-masing adalah karunia yang sangat berharga, yang digambarkan sebagai perhiasan dunia.

Menurut Johnson dan Leny (2010:8) menyebutkan bahwa keluarga memiliki tugas berjumlah delapan, yaitu:

- 1) Pemeliharaan fisik keluarga dan para anggotanya.
- 2) Pemeliharaan sumber-sumber daya yang ada di dalam keluarga.
- 3) Pembagian tugas masing-masing anggotanya sesuai dengan kedudukan masing-masing.
- 4) Sosialisasi antar anggota keluarga.
- 5) Pengaturan jumlah anggota keluarga.
- 6) Pemeliharaan ketertiban anggota keluarga
- 7) Membangkitkan dorongan dan semangat para anggotanya.⁸

⁸ Johnson L. & Leny R, *Keperawatan Keluarga*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2010) hlm. 8

Berdasarkan keterangan di atas, dapat disimpulkan bahwa orang tua adalah sosok orang dewasa yang menjadi percontohan untuk anak-anak, mereka merupakan sosok keluarga yang pertama kali, sebelum anak-anak mengenal lingkungan masyarakat, orang tua merupakan bagian pendidikan yang paling awal untuk anak-anaknya sebelum melanjutkan ke pendidikan yang ada di sekolah.

c. Pertumbuhan dan Perkembangan anak usia dini

Pertumbuhan anak usia dini

Islam memandang bahwa keluarga mempunyai peranan penting dalam pendidikan, baik dalam lingkungan masyarakat Islam maupun non-Islam. Karena keluarga merupakan tempat pertumbuhan anak yang pertama di mana dia mendapatkan pengaruh dari anggota anggotanya pada masa yang amat penting dan paling kritis dalam pendidikan anak, yaitu tahun-tahun pertama dalam kehidupannya (usia pra-sekolah).⁹

Allen dan Marotz dalam buku mengemukakan ukuran pertumbuhan anak sebagai berikut:

- a) usia 4 tahun, berat badan bertambah kira-kira 4 sampai 5 pon (1,8 - 2,3 kg) per tahun, rata-rata berat badanya 32 - 40 Pon (14,5 - 18,2 kg) dan bertambah tingginya badan 2

⁹ Padjrin, *Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Jurnal Intelektualita (Program Pascasarjana UIN Raden Fatah Palembang), Vol 5, No 1, Juni 2016, hlm. 2-3.

sampai 2,5 inci (5,0 – 6,4 cm) per tahun; kurang lebih tingginya 40 - 45 inci (101,6 – 114 cm). lingkaran kepala biasanya tidak diukur setelah umur 3 tahun.

- b) Usia 5 sampai 6 tahun, berat badan anak bertambah 4 sampai 5 Pon (1,8 – 2,3 kg) per tahun, berat badannya rata-rata 38 sampai 45 pon (17,3 – 20,5 kg). dan bertambah tinggi 2 sampai 2,5 inci (5,1 – 6,4 cm) per tahun. tingginya rata-rata 42 sampai 46 inci (106,7 – 116,8 cm). ukuran kepala kira-kira hampir sama dengan ukuran orang dewasa. proporsi tubuh seperti pada orang dewasa.¹⁰

Islam memandang bahwa kedua orang tua memiliki tanggung jawab terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis anaknya bahkan lebih dari itu membebaskan anaknya dari siksaan api neraka.¹¹

Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak :

1. Faktor internal

- a. Ras, Anak yang dilahirkan dari ras/bangsa Amerika tidak memiliki hereditas ras/bangsa Indonesia atau sebaliknya.

¹⁰ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 134-135.

¹¹ Padjrin, *Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Jurnal Intelektualita (Program Pascasarjana UIN Raden Fatah Palembang), Vol 5, No 1, Juni 2016, hlm. 1.

- b. Keluarga
Ada kecenderungan keluarga yang memiliki postur tubuh tinggi, pendek, gemuk, atau kurus.
- c. Umur
Kecepatan pertumbuhan yang pesat adalah pada masa prenatal, tahun pertama kehidupan, dan masa remaja.
- d. Jenis kelamin
Fungsi reproduksi pada anak perempuan berkembang lebih cepat daripada laki-laki. Akan tetapi setelah melewati masa pubertas, pertumbuhan anak laki-laki akan lebih cepat
- e. Genetik
Genetik adalah bawaan anak, yaitu potensi anak yang akan menjadi ciri khasnya. Ada beberapa kelainan genetic yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak, contohnya seperti kerdil.
- f. Kelainan kromosom
Kelainan kromosom umumnya disertai dengan kegagalan pertumbuhan seperti pada *sindroma down's* dan *sindroma turner's*¹²

3. Zat Gizi dan Bahan Makanan

a. Definisi Gizi

¹² Dian Adriana, *Tumbuh Kembang dan Terapi Pada Anak*, (Jakarta: Salemba Medika. 2017), hlm 10-11.

Istilah Gizi berasal dari bahasa Arab *Gizzah*, yang artinya zat makanan sehat. Untuk menjadi sehat setiap orang harus memiliki dan memnuhi kebutuhan gizi yang masing-masing berbeda tergantung usia dan kondisi tubuhnya.¹³

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi.¹⁴

Gizi merupakan segala sesuatu tentang makanan yang mengandung 6 macam zat, yaitu air, karbohidrat, lemak, protein, mineral dan vitamin dalam hubungannya dengan kesehatan dalam arti yang luas.¹⁵

b. Definisi Gizi Seimbang

Gizi Seimbang Merupakan Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku

¹³ Asmoro Achmadi, *Makanan Halalan Thoyyiban*, (Semarang: Puslit IAIN Walisongo Semarang, 2008), hlm. 94.

¹⁴ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm 1.

¹⁵ Tien Ch. Tirtawinata. *Makanan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Ilmu Gizi*. (Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.2006) hlm. 8.

hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.



Gambar 2.1 Piramida Gizi Seimbang Empat Pilar Gizi Seimbang

Pedoman Gizi Seimbang yang telah diimplementasikan di Indonesia sejak tahun 1955 merupakan realisasi dari rekomendasi Konferensi Pangan Sedunia di Roma tahun 1992. Pedoman tersebut menggantikan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” yang telah diperkenalkan sejak tahun 1952 dan sudah tidak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam bidang gizi serta masalah dan tantangan yang dihadapi.

Dengan mengimplementasikan pedoman tersebut diyakini bahwa masalah gizi beban ganda dapat teratasi. Prinsip Gizi Seimbang terdiri dari 4 (empat) Pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur.

Empat Pilar tersebut adalah:

1. Mengonsumsi makanan beragam.

2. Membiasakan perilaku hidup bersih *Perilaku hidup bersih sangat terkait dengan prinsip Gizi Seimbang* :
3. Melakukan aktivitas fisik.
4. Mempertahankan dan memantau Berat Badan (BB) normal¹⁶

Gizi Seimbang untuk Anak usia 2-5 tahun

Kebutuhan zat gizi anak pada usia 2-5 tahun meningkat karena masih berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya tinggi. Demikian juga anak sudah mempunyai pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan. Oleh karena itu jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus dari ibu atau pengasuh anak, terutama dalam “memenangkan” pilihan anak agar memilih makanan yang bergizi seimbang. Disamping itu anak pada usia ini sering keluar rumah sehingga mudah terkena penyakit infeksi dan kecacingan, sehingga perilaku hidup bersih perlu dibiasakan untuk mencegahnya.¹⁷

Pada Anak Prasekolah Masa prasekolah merupakan bagian dari masa kanak-kanak. Masa Kanak-kanak meliputi masa kanak-kanak awal dan masa kanak-

¹⁶ Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*, (Jakarta: 2014). hlm. 3.

¹⁷ Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*, ...hlm. 9.

kanak akhir. Masa Prasekolah adalah masa peralihan antara masa bayi dan masa anak sekolah. Anak pada usia ini dalam menjalani tumbuh kembangnya membutuhkan zat gizi yang esensial mencakup protei, lemak, karbohidrat, mineral, vitamin, dan air yang harus dikonsumsi secara seimbang.

Anak usia ini memerlukan kalori sebesar 50 kkal per kg berat badan. Anak-anak di setiap tahapan usia membutuhkan penanganan berbeda seiring dengan pertumbuhannya. Hal ini disebabkan oleh pada setiap tahapan pertumbuhan, karakter anak berbeda-beda sehingga penyesuaian kebutuhan anak di setiap tahapan usia sangat penting guna menghadirkan pertumbuhan optimal.

Berdasarkan Gambaran tersebut, maka tujuan pemberian nutrisi pada Anak pra sekolah adalah:

- 1) Untuk membangun tubuh/ memelihara dan memperbaiki bagian-bagian tubuh yang rusak (zat pembangun; misalnya protein, mineral, dan air);
- 2) Untuk memberi tenaga (zat tenaga; misalnya lemak, karbohidrat, dan protein);
- 3) Untuk mengatur pekerjaan tubuh (zat pengatur; misalnya vitamin, air, dan mineral).¹⁸

Pesan Gizi Seimbang untuk Anak Usia 2 – 5 Tahun

¹⁸ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 147.

- a) Biasakan makan 3 kali sehari (pagi, siang dan malam) bersama keluarga
- b) Perbanyak mengonsumsi makanan kaya protein seperti ikan, telur, tempe, susu dan tahu.
- c) Perbanyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
- d) Batasi mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin dan berlemak.
- e) Minumlah air putih sesuai kebutuhan.
- f) Biasakan bermain bersama dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.¹⁹

c. Pemberian Makanan Orang Tua kepada anak dalam konteks islam

Menurut Jalaluddin makanan dan minuman seyogyanya memenuhi persyaratan *halal* (hukumnya) dan *thayyib* (bahannya). *Halal* dari segi mencari dan mendapatkannya seperti berdagang, menjadi guru, dan berbisnis. *Thayyib* dari segi kandungan gizinya seperti nasi, daging, jagung, susu, tempe, tahu atau yang dikenal dengan makanan *empat sehat lima sempurna*. Makanan dan minuman yang *halal* dan *thayyib* agar diperhatikan dan

¹⁹ Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*, (Jakarta: 2014). hlm. 31-36.

sebagai syarat pokok dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Sebagaimana Allah Swt. berfirman: ²⁰

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوْا 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: 168)*²¹

Ayat di atas menjelaskan bahwa manusia diperintah untuk mencari makan dan minum yang bersumber dari Allah Swt di manapun dan kapanpun dengan syarat sesuai dengan kebutuhan atau tidak berlebihan. Selanjutnya dalam pencarian rizki Allah dianjurkan memperhatikan dari ke-halal-an dan ke-thayyib-annya. Setan terus menggoda manusia agar tidak memperhatikan kedua hal tersebut. Salah satu proses pencarian rizki yang tergoda oleh langkah setan adalah melalui praktek riba, perjudian, korupsi, merampok, dan lain sebagainya.

²⁰ Padjrin, *Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Jurnal Intelektualita (Program Pascasarjana UIN Raden Fatah Palembang), Vol 5, No 1, Juni 2016, hlm. 4.

²¹ Al Quran Surah Al-Baqarah ayat 168, (Semarang: Al Waah Jln Margoyoso III no 17), hlm 25.

Jalaluddin menjelaskan fitrah dapat dimaknai suci, potensi berupa fisik dan psikis, dan kesadaran untuk melakukan kebaikan dan keburukan. Potensi tersebut dapat terbentuk dan berkembang oleh pengaruh dari luar yang disebut dengan karakter.

Ketiga, membiasakan anak sesuai dengan perintah agama. Tugas ini fokus pada pembiasaan aturan agama kepada anak. Aturan agama yang berkaitan dengan syariat dan sistem nilai dalam bermasyarakat.²²

d. Menu Makanan Sehat

Menu berasal dari bahasa Perancis yang berarti kecil atau detail. Ada beberapa pengertian menu. menu diartikan sebagai susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan, daftar makanan yang bisa dipesan, misalnya pada suatu pesta, acara tertentu, dan lain-lain. daftar makanan yang akan dihidangkan.²³

Makanan yang sehat adalah makanan yang higienis serta banyak mengandung gizi. Makanan yang higienis adalah makanan yang bebas dari kuman penyakit dan tidak boleh bersifat meracuni tubuh manusia.

²² Padjrin, *Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Jurnal Intelektualita (Program Pascasarjana UIN Raden Fatah Palembang), Vol 5, No 1, Juni 2016, hlm. 4.

²³ Kokom Komariah Marwanti, *Pemantapan dan Pengembangan Pengetahuan Menu dan Resep*, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2010), hlm. 6.

Jadi menu makanan sehat adalah susunan hidangan yang siap disajikan sebagai makanan yang higienis serta banyak mengandung gizi.

Syarat makanan sehat antara lain

1. Menu yang disediakan sebaiknya cukup mengandung kalori sesuai yang dibutuhkan tubuh pada usia, aktivitas, kondisi, individu.
2. Segala jenis vitamin harus terkandung dalam menu makanan sehari-hari.
3. Harus cukup mengandung mineral dan air.
4. Kebutuhan komponen-komponen makanan, seperti karbohidrat, lemak, dan protein harus seimbang.
5. Sebaiknya memilih makanan yang mudah dicerna oleh alat-alat pencernaan.
6. Tidak bersifat meracuni, termasuk tidak mengandung peptisida dan harus bersih higienis.
7. Jumlah harus secukupnya jangan berlebihan dan jangan kekurangan.
8. Makanan maupun minuman tidak boleh terlalu panas karena yang demikian akan menyebabkan kesehatan yang tidak baik termasuk untuk kesehatan gigi geligi.
9. Makanan bisa dibentuk secara menarik dan enak rasanya.²⁴

e. Bahan Makanan dan Zat Gizi

Bahan Makanan

Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan atau unsure-unsur/ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh, yang berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh. Bahan makanan merupakan makanan makanan dalam keadaan mentah.²⁵

Makanan halal adalah pangan yang tidak mengandung unsur atau bahan yang haram atau dilarang untuk dikonsumsi umat Islam, baik yang menyangkut bahan baku pangan, bahan tambahan pangan, bahan bantu dan bahan penolong lainnya termasuk bahan pangan yang diolah melalui proses rekayasa genetika dan iradia pangan, dan yang pengelolaannya dilakukan sesuai dengan ketentuan hukum agama Islam.²⁶

Kata *halâl* berasal dari bahasa Arab yang berarti “melepaskan” dan “tidak terikat”, secara etimologis *halâl* berarti hal-hal yang boleh dan dapat dilakukan karena bebas

²⁴ Hesti Widuri, *Komponen Gizi dan Bahan Makanan Untuk Kesehatan*, (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2013), hlm. 173-174.

²⁵ Sunita Almatsier, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 3.

²⁶ Pasal 1 angka 5 PP No. 69 Tahun 1999 tentang Label dan Iklan.

atau tidak terikat dengan ketentuan-ketentuan yang melarangnya.²⁷

Konsep halal dan haram dalam islam sangat penting bagi kaum muslim untuk menjalani kehidupan sehari-hari konsep tersebut akan didefinisikan, dijelaskan dan dikaitkan dengan makanan diet dan nutrisi.²⁸

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, makanan adalah segala sesuatu yang dapat dimakan seperti lauk-pauk, kue; segala bahan yang kita makan atau masuk kedalam tubuh yang membentuk atau mengganti jaringan tubuh, memberikan tenaga, atau mengatur semua proses dalam tubuh.²⁹

Bahan Makanan

Dalam kehidupan sehari-hari, bahan makanan disebut juga bahan pangan, dapat diperoleh dalam berbagai sumber dan bentuk. Ada bahan makanan yang disebut sayuran, daging, dan buah. Masing-masing bahan makanan terdiri atas berbagai jenis seperti sayur bayam, sayur kangkung,, dan sayur lainnya. Kelompok daging seperti

²⁷ Panji Adam, *Kedudukan Sertifikasi Halal Dalam Sistem Hukum Nasional Sebagai Upaya Perlindungan Konsumen Dalam Hukum Islam*, Jurnal Amwaluna, Vol.1, No.1, Januari 2017, Hlm.151.

²⁸ Ahmad H. Syakr, *Petunjuk Memilih Makanan Secara Islam*, (Bandung: Penerbit Nuansa, cet III, 2016) hlm. 31.

²⁹ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 2.

daging sapi, daging ayam, ikan, dan lainnya. Setiap bahan makanan mengandung beberapa zat gizi. Umumnya ada zat gizi yang dominan dalam jumlah yang terkandung suatu bahan makanan sehingga bahan makanan tersebut disebut sebagai sumber zat gizi.³⁰

Sedangkan menurut Leily Amalia Furkon, bahan makanan adalah semua hasil pertanian perikanan dan peternakan yang dapat dijadikan makanan tetapi belum siap untuk dimakan karena sebagai bahan perlu diolah lebih dahulu. Sedangkan definisi pangan menurut UU pangan nomor 7 tahun 1996 adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan baku pangan dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan atau pembuatan makanan dan minuman.³¹

Bahan Makanan terbagi menjadi 3 Kelompok :

- a. Bahan Makanan nabati yaitu bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan seperti sayuran.

³⁰ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 102-103.

³¹ Leily Amalia Furkon, *Ilmu Kesehatan dan Gizi*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2013), hlm 2.3.

- b. Bahan makanan Hewani yaitu bahan makanan yang berasal dari hewan seperti telur.³²
- c. Bahan Makanan Olahan adalah makanan yang sudah mengalami proses pengolahan baik yang berasal dari kelompok makanan nabati maupun hewani. Seperti keju dan susu.³³

Zat Gizi

Pengertian Zat Gizi berdasarkan kebutuhannya bagi tubuh, dibagi ke dalam dua bagian, yaitu gizi makro dan zat gizi mikro. sebagaimana namanya, zat gizi makro adalah zat gizi yang diperlukan tubuh dengan jumlah besar, yaitu dalam 1 gram / orang / hari, sedangkan zat gizi mikro adalah zat gizi yang diperlukan dalam jumlah kecil, yaitu dalam satuan miligram / orang / hari. zat gizi makro terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak ; sedangkan zat gizi mikro terdiri dari berbagai jenis vitamin dan mineral.³⁴

Gizi memiliki peranan yang tidak diragukan lagi pada tumbuh kembang anak terutama dalam kaitannya

³² Tim Bina Karya SMK, *Ilmu Lengkap Bahan Makanan*, (Bantul: Indoeduka, 2017), hlm. 1.

³³ Henny Nuraini, *Memilih & Membuat Jajanan Anak Yang Sehat dan Halal*, (Jakarta: Qultum Media, 2007), hlm. 12.

³⁴ Leily Amalia Furkon, *Ilmu Kesehatan dan Gizi*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2013), hlm 1.3

dengan lingkungan anak sejak dalam kandungan hingga balita.³⁵

Zat gizi atau zat makanan, merupakan bahan dasar penyusun bahan makanan. menurut Sediaoetama ada lima fungsi zat gizi yaitu sebagai berikut:

1. Sumber energi atau tenaga. jika fungsi ini terganggu, orang menjadi berkurang gerakanya atau kurang giat dan merasa cepat lelah.
2. Menyokong pertumbuhan badan, yaitu penambahan sel baru pada sel yang sudah ada.
3. Memelihara jaringan tubuh, mengganti yang rusak atau aus terpakai, yaitu mengganti sel yang tampak jelas pada luka tubuh yaitu terjadinya jaringan penutup luka.
4. Mengatur metabolisme dan berbagai keseimbangan dalam cairan tubuh (keseimbangan air, asam basa, dan mineral).
5. Berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit sebagai antioksidan dan antibodi lainnya.³⁶

Manfaat dan Sumber Zat Gizi

Zat gizi digolongkan menjadi 2 (dua), yaitu zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) dan zat gizi mikro

³⁵ Zerlina Lalage, *Menu Bayi Balita Sehat dan Lezat*, (Klaten: Abata Press cet. I, 2013), hlm. 15.

³⁶ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 21013), hlm. 107

(vitamin dan mineral). Tubuh manusia membutuhkan aneka ragam pangan untuk memenuhi semua zat gizi tersebut. Kebutuhan zat gizi tersebut divisualisasikan dalam bentuk piramida makanan.



Menurut gambar diatas kebutuhan zat dibagi menjadi :

- a) **Zat Tenaga** diantaranya **Karbohidrat dan Lemakk**
- b) **Zat Pembangun** diantaranya **Protein** berperan penting sebagai zat pembangun dalam struktur dan fungsi sel.
- c) **Zat Pengatur** seperti **Vitamin, Mineral, Air dan Serat**

Penentuan status gizi anak sekolah

Kecukupan gizi dapat diketahui dengan mengevaluasi status gizi. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari pangan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. (Almatsier, 2005). Salah satu caranya dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan sesuai dengan usia dan jenis kelamin. Indikator status gizi yang digunakan adalah indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U)

Langkah-langkah penentuan status gizi anak sekolah adalah:

1. Pengukuran antropometri
 - a) Penimbangan berat badan
 - b) Pengukuran tinggi badan
2. Penentuan status gizi
 - a) Menghitung nilai IMT, dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{tinggi badan (m)}}$$

Hasil perhitungan IMT dibulatkan satu desimal.

- b) Membandingkan nilai IMT dengan Tabel IMT/U berdasarkan standar WHO.
- a) Menentukan status gizi anak dalam kelompok kurus, normal, gemuk dan obesitas, sesuai dengan Tabel IMT/U.³⁷

f. Faktor yang mempengaruhi gizi pada balita dan anak prasekolah

1. Faktor yang mempengaruhi gizi pada balita

Faktor yang mempengaruhi gizi pada balita lebih ditekankan pada konsumsi gizi yang baik dan cukup.

³⁷ Badan POM RI, *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang*, (Jakarta : Direktorat SPP, Deputi III, Badan POM RI, 2013), hlm. 5-9.

Namun, sering kali tidak bisa dipenuhi oleh seorang anak 1-3 tahun karena faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal menyangkut keterbatasan ekonomi keluarga sehingga uang yang tersedia tidak cukup untuk membeli makanan. Adapun faktor internal adalah faktor yang terdapat di dalam diri anak yang secara psikologis muncul sebagai problem makan pada anak.³⁸

2. Faktor yang mempengaruhi gizi pada Anak Prasekolah

Terdapat dua faktor yang memengaruhi gizi pertumbuhan dan perkembangan anak usia balita, yaitu faktor internal dan eksternal

1) Faktor Internal yang Memengaruhi Gizi Perumbuhan dan Perkembangan Anak

Faktor internal, antara lain kesehatan dan asupan zat gizi ibu hamil semasa pre-natal (masa janin) dan asupan zat gizi anak usia balita semasa post-natal (masa setelah lahir).

2) Faktor Eksternal yang Memengaruhi Gizi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Adapun faktor eksternal, antara lain: 1) keluarga: kemiskinan, pendidikan. pola asuh dalam pemberian makan, dan perilaku hidup bersih dan sehat, 2) lingkungan: budaya, sumber daya lingkungan,

³⁸ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 128-129.

pelayanan kesehatan, sanitasi lingkungan, dan ketersediaan air bersih, serta 3) pemerintah: kebijakan pemerintah dalam bidang kesehatan, pangan, ekonomi, dan politik.³⁹

g. Parameter Status Gizi Anak

Ada beberapa jenis parameter yang dilakukan untuk mengukur tubuh manusia yaitu:

1. Umur

Faktor umur sangat penting dalam penentuan status gizi. Hasil pengukuran berat badan dan panjang tidak akan berarti kalau penentuan umur yang salah, batasan umur yang digunakan adalah tahun penuh dan untuk anak 0-24 bulan digunakan bulan penuh. Contoh: bulan usia penuh, umur 4 bulan 5 hari dihitung 4 bulan, dan 3 bulan 27 hari dihitung 3 bulan.

2. Berat badan

Berat badan Merupakan pengukuran yang terpenting pada bayi baru lahir dan hal ini digunakan menentukan apakah bayi termasuk normal atau tidak. Berat badan sebagai indikator yang terbaik pada saat untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak.

³⁹ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 162.

Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang.

3. Tinggi badan

Tinggi badan merupakan ukuran antropometri kedua yang cukup penting. Keistimewaannya bahwa ukuran tinggi badan akan meningkat terus pada waktu pertumbuhan sampai mencapai tinggi yang optimal.

4. Lingkar kepala

Lingkar kepala dipakai untuk mengetahui volume intracranial dan dipakai untuk menaksir pertumbuhan otak. Apabila kepala tumbuh tidak normal maka kepala akan mengecil dan menunjukkan retardasi mental sebaliknya bila kepala membesar kemungkinan ada penyumbatan aliran cerebrospinal seperti hidrosepalus yang akan meningkatkan volume kapala.

5. Lingkar lengan atas

Pengukuran ini mencerminkan tumbuh kembang jaringan lemak dan otot yang tidak berpengaruh oleh keadaan cairan tubuh dibandingkan berat badan.

6. Lipatan kulit

Tebalnya lipatan kulit bagian triseps dan subskapular menggambarkan refleksi tumbuh kembang jaringan

lemak dibawah kulit yang mencerminkan kecukupan energi.⁴⁰

h. Kartu Menuju Sehat

Pertumbuhan merupakan parameter kesehatan gizi yang cukup peka untuk dipergunakan dalam menilai kesehatan anak terutama anak bayi dan balita. Dalam upaya memonitor kesehatan gizi anak ini dipergunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) di pusat kesehatan masyarakat (puskesmas) maupun di klinik kesehatan anak dan psyandu di wilayah-wilayah Indonesia.

Dalam KMS terdapat jalur-jalur berwarna yang menunjukkan derajat kesehatan anak tersebut dari sudut gizi. Anak sehat digambarkan dengan jalur berat badan yang berwarna hijau. Anak yang sedang diteliti dicatat umurnya dan ditimbang berat badannya. Data yang didapat ditempatkan pada jalur KMS. Anak sehat akan memperlihatkan grafik pertumbuhan yang terletak didalam jalur hijau, kalau garis grafik menurun keluar dari jalur hijau berarti ada sesuatu yang tidak beres dengan pertumbuhan anak tersebut.

Dengan melihat KMS si Ibu atau mereka yang bertanggung jawab atas pemeliharanya akan segera mengetahui kondisi kesehatan anak tersebut. Kalau kurva

⁴⁰ Hasdianah dkk, *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), hlm. 34-36

pertumbuhan masih dijalar hijau anak tersebut dalam kondisi keshatan gizi baik, dan bila menurun kedaerah jalur kuning menunjukkan daerah kurang, kalori dan protein (KKP) ringan, jadi anak mulai memperlihatkan gangguan pertumbuhan ringan. Bila keadaan anak lebih jelek lagi garis kurva pertumbuhan anak akan meurun lagi kedaerah dibawah garis merah. Daerah dibawah garis merah ini menunjukkan KKP berat. Disini anak sudah jelas menderita gizi kurang dan terganggu kesehatannya.

Pada KMS dicatat pula segala keterangan lain mengenai kesehatan anak dan tindakan pemeliharaan kesehatan yang harus ataupun yang sudah dilaksanakan, seperti jadwal vaksinasi dan sebagainya.⁴¹

i. Kriteria Pemenuhan Gizi

Ada beberapa cara untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur dengan pemantauan berat badan dan juga tinggi badannya, salah satunya derngan mengetahui hasil pengukuran dicocokkan dengan tabel angka kecukupan gizi sehingga status gizi anak dapat diketahui.

Angka Kecukupan Gizi Anak Usia 1-3 Tahun

Berat Badan	13 Kg
Tinggi Badan	91 Cm

⁴¹ Ahmad Jauhari, *Dasar-dasar Ilmu Gizi*, (Yogyakarta: Jaya Ilmu, 2015), hlm. 248-251.

Energi	1125 Kkal
Protein	25 Gram
Lemak	44 Gram
Karbohidrat	155 Gram
Serat	16 Gram
Air	1200 mL

Tabel AKG Berdasarkan Permenkes No 75 Tahun 2013

Angka Kecukupan Gizi Anak Usia 4-6 Tahun

Berat Badan	19 Kg
Tinggi Badan	112 Cm
Energi	1600 Kkal
Protein	35 Gram
Lemak	62 Gram
Karbohidrat	220 Gram
Serat	22 Gram
Air	1500 mL

Tabel AKG Berdasarkan Permenkes No 75 Tahun 2013⁴²

Berdasarkan tabel diatas dijelaskan bahwa dalam perkembangan dan peryumbuhan anak ada beberapa kriteria yang ditampilkan untuk mengetahui tumbuh kembang anak dan kecukupan gizi anak apakah sudah sesuai dengan tahap perkembangan atau tidak, keadaan tersebut bisa dilihat dari berat badan, tinggi badan, jumlah energi, protein, lemak dan

⁴² Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa.

sebagainya yang didapatkan dari asupan makanan dan dicocokkan dengan tabel yang sudah disediakan, sehingga pertumbuhan dan status gizi anak bisa terpantau dengan baik.

4. Bekal Makanan

a. Definisi Bekal dan Makanan

Bekal adalah sesuatu yang disediakan (seperti makanan, uang) untuk digunakan dalam perjalanan atau sesuatu yang dapat digunakan kelak apabila perlu.⁴³ Sedangkan Makanan merupakan bahan yang berasal dari hewan atau tumbuhan yang dibutuhkan oleh makhluk hidup untuk memperoleh asupan nutrisi dan tenaga.⁴⁴

Sedangkan menurut Hindah Muaris bentuk makanan bekal anak harus praktis, baik dalam bentuk olahannya, kemasannya, maupun cara memakannya. Yang lebih penting harus tetap mengandung nilai gizi yang lengkap. Jadi sebaiknya bentuk makanan bekal anak sekolah adalah “one dish meal” atau hidangan satu piring. Artinya dalam satu hidangan sudah lengkap kandungan zat gizinya, yaitu mencakup karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral.⁴⁵

⁴³ Pusat Bahasa Indonesia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: PT Grandmedia Pustaka Utama, 1990), hlm.

⁴⁴ Tim Bina Karya SMK, *Ilmu Lengkap Bahan Makanan*, (Bantul: Indoeduka, 2017), hlm 1.

⁴⁵ Hindah Muaris, *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hlm. 8.

Dari pengertian diatas Bekal Makanan dapat diartikan sebagai sesuatu yang disediakan untuk digunakan dalam perjalanan berupa bahan yang berasal dari hewan atau tumbuhan dan bersifat praktis, baik dalam bentuk, olahannya, kemasannya, maupun cara memakannya.

b. Manfaat Bekal Makanan

- a. Mencegah anak untuk tidak jajan sembarangan
- b. Menjamin mutu kebersihan dan nilai gizi makanan
- c. Membuat anak lebih paham tentang makanan
- d. Membiasakan membawa bekal makanan pada saat sekolah merupakan gaya hidup yang baik
- e. Membawa bekal makanan dapat menjadikan suasana yang menyenangkan
- f. Dapat mendidik anak mengetahui jenis makanan yang ia makan⁴⁶

c. Tips Menyiapkan Bekal Makanan

- a. Dikreasikan dalam bentuk menarik
- b. Disajikan dalam bentuk one dish meal
- c. Dibuat dari bahan yang beraneka ragam
- d. Dikemas dengan menggunakan peralatan yang aman bagi anak
- e. Sebaik dikemas dan ditaruh pada satu wadah agar anak tidak repot membawa

⁴⁶ Indah Muaris, *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hlm. 6-7.

- f. Usahakan menyajikan makanan dalam bentuk bersih dan higienis hindari menggunakan tambahan yang dapat membahayakan kesehatan anak kelak
- g. Lengkapilah bekal makanan dengan piranti makan sendok, pisau dan garpu yang terbuat dari plastic
- h. Usahakan memberi keterangan pada anak anda jenis makanan apa yang anda bawaikan pada waktu itu
- i. Buat jadwal jenis menu yang akan dibawakan
- j. Persiapkan bekal pada malam hari untuk diolah pada pagi hari⁴⁷

d. Cara Pengolahan Makanan yang umum dilakukan dan tips agar zat gizinya tetap terjaga

1. Menggoreng, Mengolah makanan dengan menggunakan minyak banyak.
 - a. Jangan menggunakan api yang besar dan waktu yang terlalu lama agar kandungan proteinnya tidak rusak.
 - b. Jangan menggunakan minyak yang telah sering digunakan karena bisa memicu kehadiran sel kanker.
2. Menumis, mengolah makanan dengan menggunakan sedikit minyak.

⁴⁷ Hindah Muaris, *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hlm. 8-9.

3. Merebus, mengolah makanan dengan menggunakan air.
4. Mengetim, mengolah makanan dengan menggunakan dua buah panci.
5. Mengukus, mengolah makanan dengan menggunakan panci pengukus dan air yang banyak.
6. Memanggang, mengolah makanan dengan memanaskannya didalam oven.
7. Membakar, mengolah makanan dengan memanaskannya langsung diatas api.⁴⁸

e. Pemahaman Orang Tua

Anak prasekolah belum mampu memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri, sehingga masih tergantung pada orang tua atau dewasa.

Pada pemenuhan gizi seorang balita, ibu memegang peranan yang sangat penting. Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak, orang pertama yang berhubungan dengan anak, dan yang memberikan alokasi waktu lebih banyak dalam pengasuhan anak.⁴⁹

pemenuhan kebutuhan dasar anak baik dan cukup, serta perkembangan anak yaitu motorik halus, motorik kasar,

⁴⁸ Rusilanti dan Mutiara Dahlia, *Menu Sehat untuk Kecerdasan Balita*, Jakarta: Agromedia Pustaka, 2008, hlm 11-12

⁴⁹ Sanny Rachmawati Setyaningsih, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita*, Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17, No. 3, November 2014, hlm 89.

bahasa dan personal sosial perkembangannya cepat, normal, peringatan, terlambat dan tak ada kesempatan.⁵⁰

Pemahaman orangtua untuk pemenuhan gizi yang baik dapat meningkatkan status gizi anak, diantaranya:

- a. Pengetahuan yang baik tentang gizi balita.
- b. Menyiapkan hidangan dan mutu makanan yang disajikan untuk anggota keluarga termasuk balita.⁵¹
- c. Memiliki kemauan dan keinginan untuk mencegah masalah gizi pada anak.
- d. Ketersediaan dan keterjangkauan Pelayanan Kesehatan.
- e. Penghasilan yang memadai, dapat memfasilitasi perilaku Ibu dalam memenuhi gizi anak.
- f. Dukungan pemenuhan gizi dari Keluarga, kader posyandu, tokoh masyarakat.⁵²

B. Kajian Pustaka Relevan

Peneliti melakukan tinjauan terhadap bahan perbandingan dari peneliti sebelumnya. Selain itu, peneliti juga menggali informasi yang ada, berkaitan tujuan penelitian. Adapun yang

⁵⁰ Ayu Thabita Agustus Werdiningsih dan Kili Astarani, *Peran Ibu Dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak Terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah*, Jurnal STIKES Volume 5, No. 1, Juli 2012, hlm 86.

⁵¹ Sanny Rachmawati Setyaningsih dan Nur Agustini, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita*, Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17, No. 3, November 2014, hlm 89.

⁵² Sanny Rachmawati Setyaningsih dan Nur Agustini, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita,...* ,hlm 92.

menjadi perbandingan peneliti adalah media dan materi pembelajaran yang digunakan.

Yang pertama, Penelitian yang dilakukan oleh Inggit Dwi Lestari dengan judul “Upaya Pembiasaan Mengkonsumsi Makanan Sehat Melalui Variasi Kudapan Sehat Pada Anak Kelas Kecil Di *Playgroup* Milas”. Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tindakan penelitian kelas (PTK). Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui bagaimana pembiasaan mengkonsumsi makanan sehat dan respon anak didik terhadap variasi kudapan sehat di *playgroup* Milas. Pembiasaan mengkonsumsi makanan sehat dimulai dengan tindakan siklus 1 untuk memperkenalkan makanan sehat. Sebagian besar anak sudah dapat memahami arti makanan sehat.

Persamaan skripsi ini dengan skripsi yang saya akan buat adalah membahas tentang makanan bergizi. Tetapi tidak membahas secara khusus tentang pemenuhan gizi anak.

Yang kedua, Penelitian ini dilakukan oleh Dahlia Rahmawati dengan judul “peningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di kelompok b tk darul ulum ngembalrejo kecamatan bae kabupaten kudas”. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara meningkatkan kesadaran anak terhadap makanan yang mengandung gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan dan

mengetahui apakah kegiatan kreasi membentuk kreasi makanan dapat meningkatkan pemahaman gizi seimbang anak.

Persamaan skripsi ini dengan skripsi yang saya buat adalah tentang pemahaman gizi seimbang melalui kreasi makanan. Perbedaannya adalah skripsi yang saya buat pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak dan kegiatan lunch box.

Dari skripsi yang telah dipaparkan diatas tidak ada yang sama persis dengan peneliti karena peneliti berfokus pada pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak dan faktor-faktor mempengaruhi orang tua dalam memberikan kebutuhan gizi melalui kegiatan lunch box yang sesuai dengan pemenuhan gizi.

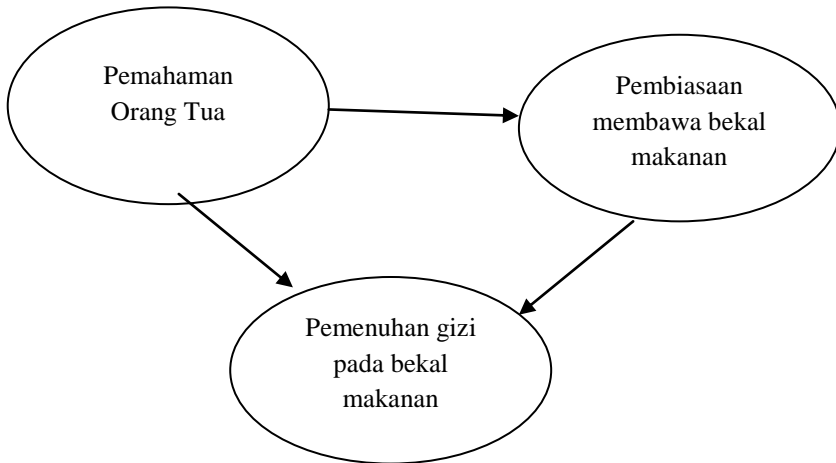
C. Kerangka Berpikir

Pemahaman orangtua mengenai pemenuhan gizi dalam bekal makanan memiliki pandangan yang berbeda setiap individu, dengan latar belakang pendidikan dan pekerjaan yang berbeda. Bekal makanan merupakan hal yang *vital* dalam memenuhi kebutuhan gizi anak selama di sekolah, karena gizi anak dapat terpenuhi melalui bekal yang tersaji.

Pembiasaan membawa bekal pada anak di Kelompok Bermain Manbaul Huda diharapkan semakin membuat pemahaman orangtua terhadap pemenuhan gizi pada anak usia 3-5 tahun.

Untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman orangtua mengenai pemenuhan gizi anak melalui *lunch box*, maka dilakukanlah penelitian tentang pemahaman orangtua mengenai gizi di Kelompok Bermain Manbaul Huda Mangkang. Berdasarkan

penelitian yang dilakukan, maka dibuat kerangka berfikir penelitian, digambarkan sebagai berikut: Bagan Kerangka Berfikir.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang bersifat kualitatif, maksud dari penelitian lapangan adalah penelitian yang datanya penulis peroleh dari lapangan, baik data secara lisan maupun secara tertulis (dokumen).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian adalah tempat dilakukannya penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Kelompok Bermain Manbaul Huda Wonosari Mangkang.
2. Waktu penelitian direncanakan pada:
Bulan April – Juli 2019 proses dilakukannya penelitian.

C. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah subyek dari mana data dapat diperoleh.¹ Peneliti dalam penelitian ini dapat memperoleh data dari berbagai sumber seperti buku-buku maupun karya tulis lainnya yang mendukung dan relevan dengan penelitian.

Berdasarkan sumbernya, data dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu sumber data primer dan

¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1991, hlm. 102.

sumber data sekunder. Adapun penjelasan lebih rincinya adalah sebagai berikut:

1. Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data.² Dalam hal ini data diperoleh langsung dari sumber data yaitu pihak kepala sekolah Kelompok Bermain Manbaul Huda, semua staf di sekolah Kelompok Bermain Manbaul Huda khususnya orang tau dari subyek penelitian terkait.
2. Data sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Sumber data sekunder yang dimaksud di sini adalah sumber yang berupa data yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, seperti, buku-buku, laporan-laporan, maupun media lainnya yang bersifat menunjang dalam penelitian ini.

D. Fokus Penelitian

Untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas, maka peneliti memfokuskan penelitiannya Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain Manbaul Huda Wonosari Mangkang.

² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2009, hlm. 225.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara:

1. Observasi

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian apapun, termasuk penelitian kualitatif, dan digunakan untuk memperoleh informasi atau data sebagaimana tujuan penelitian.³

Metode Observasi merupakan sebuah teknik pengumpulan data yang mengharuskan peneliti turun kelapangan mengamati hal-hal yang berkaitan dengan ruang, tempat, perilaku, kegiatan, benda-benda, waktu, peristiwa, tujuan, dan perasaan.⁴

Menurut Nasution menyatakan observasi adalah dasar ilmu pengetahuan. Para ilmuan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia yang diperoleh mengenai observasi.⁵

2. Wawancara

Wawancara atau kuesioner lisan, adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh

³ Rulam Ahmadi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jogjakarta: AR-RUZ MEDIA, 2016), hlm. 161.

⁴ M. Djunaidi Ghony, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jogjakarta: AR-RUZ MEDIA, 2016), hlm. 165.

⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 226.

dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.⁶

Wawancara merupakan pertemuan informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dari dalam suatu topik tertentu. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.⁷

Dengan metode ini peneliti akan wawancara langsung dengan Kepala Sekolah, para guru termasuk guru kelas dan juga orang tua atau Subkyek yang terkait. Yaitu berupa pertanyaan yang terkait dengan aktifitas pembelajaran, bagaimana sikap dan tanggapan mereka selama proses pembelajaran, antara pembelajaran sebelumnya dan sesudah menggunakan media gambar.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi, yaitu mengenai hal-hal/variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat

⁶ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2005), hlm. 186.

⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 233.

kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, agenda, dan sebagainya.⁸ Dengan metode ini peneliti akan melakukan dokumentasi berupa foto yang digunakan untuk menggambarkan secara visual kondisi yang terjadi selama pembelajaran berlangsung dan melihat secara detail peristiwa penting atau khusus yang terjadi selama pembelajaran.

F. Uji Keabsahan Data

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif maka menggunakan Triangulasi data. Triangulasi data adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu, untuk keperluan pengecekan atau pembandingan terhadap data tersebut.⁹ Dalam penelitian ini yang digunakan adalah triangulasi sumber dan triangulasi metode.

1. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber berarti membandingkan dan mengecek ulang derajat kepercayaan untuk informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda

⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1991), hlm. 188.

⁹ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2005), hlm. 178.

dalam metode kualitatif. Hal ini dapat dicapai dengan jalan:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara
 - b. Membandingkan apa yang dikatakan informan di depan umum dengan apa yang di katakana secara pribadi
 - c. Membandingkan apa yang dilakukan informan tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu
 - d. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat atau pandangan orang seperti rakyat biasa, orang yang berpendidikan tinggi/menengah/rendah, orang berada, orang pemerintahan.
 - e. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.
2. Tringulasi metode

Dalam tringulasi metode terdapat dua strategi, yaitu:

- a. Pengecekan derajat kepercayaan, proses hasil penelitian, beberapa teknik pengumpulan data
- b. Pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.

Penggunaan data triangulasi tersebut berupaya agar data yang diapat lebih akurat. Misalnya bertanya tentang pertanyaan yang sama pada subyek penelitian yang berbeda menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda, sehingga data yan dilaporkan menjadi akurat dan kredibel.

G. Teknik Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu proses yang digunakan untuk menelaah data secara mendalam. Menurut Meleong proses analisis data dilakukan pada saat yang bersamaan dengan pelaksanaan pengumpulan data meskipun pada umumnya dilakukan setelah data terkumpul.¹⁰

Guna memperoleh gambaran yang jelas dalam memberikan menyajikan, dan menyimpulkan data, maka dalam penelitian ini digunakan meetode analisa deskriptif kualitatif, yakni suatu analisa penelitian yang dimaksudkan untuk mendeskripsikan suatu situasi tertentu yang bersifat factual secara sistematis dan akurat.¹¹

Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai

¹⁰ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2005), hlm. 103.

¹¹ Sudarwan Danim, *Menjadi Peneliti Kualitatif*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2002), hlm. 41.

status gejala yang ada, yaitu keadaan gejala yang menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.¹² Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode analisa deskriptif kualitatif karena penulis ingin mendeskripsikan tentang Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box pada anak Kelompok Bermain Manbaul Huda Wonosari Mangkang.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif. Dalam model analisis ini, tiga komponen analisisnya yaitu reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Teknik analisis ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Dalam pengumpulan data model ini, peneliti selalu membuat reduksi data dan sajian data sampai penyusunan kesimpulan. Artinya data yang didapat dilapangan kemudian disusun pemahaman arti di segala peristiwa yang disebut reduksi data. Reduksi data dan sajian data ini disusun pada saat peneliti mendapatkan unit data yang diperlukan dalam penelitian.

Dengan demikian reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan

¹² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1991), hlm. 309.

mengorganisasi sehingga kesimpulan data akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi.

2. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan setelah data telah mengalami proses reduksi data dan diikuti penyusunan data yang berupa cerita yang sistematis. Data yang sudah tersusun secara sistematis, data siap untuk disajikan dan ditarik kesimpulan sebagai hasil dari proses penelitian.

3. Verifikasi atau Penarikan Kesimpulan

Analisis yang ketiga yang penting adalah menarik kesimpulan atau verifikasi. Pengumpulan data terakhir peneliti mulai melakukan usaha menarik kesimpulan dengan menarik verifikasi berdasarkan reduksi data dan sajian data. Kesimpulan yang diambil penelitian harus memberikan kesimpulan secara longgar, terbuka dan skeptis. Jika permasalahan yang diteliti belum terjawab dan atau belum lengkap, maka peneliti harus melengkapi kekurangan tersebut di lapangan terlebih dahulu. Reduksi data, penyajian data sampai penyajian data aktivitasnya dilakukan dalam bentuk interaktif dengan proses pengumpulan data sebagai suatu proses yang berlanjut, berulang dan terus menerus hingga membentuk sebuah siklus.¹³

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm.338-345.

BAB IV

PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUCH BOX DIKELOMPOK BERMAIN MANDA WONOSARI NGALIYAN SEMARANG

A. Gambaran Umum KELOMPOK BERMAINManda

Yayasan Lembaga Pendidikan Islam NU MandaWonosari ini mendirikan TK (dibawah naungan Diknas) atau RA (di bawah naungan Kemenag). Kelompok Bermain Manda letaknya sangat strategis, yaitu di Jl. Koptu Suyono RT. 02/V Wonosari Ngaliyan Semarang 50186 Ph. 081325913957 tepatnya belakang pasar Mangkang.

Yayasan Pendidikan RA MANDA, didirikan pada tahun 2018, Tokoh masyarakat yang berperan dalam pendirian RA ini antara lain Drs. Sahli, Kyai Turmuzi, H. Nur Ihsan, H. Nakhrowi, Ambarwati. Cikal bakal pendirian RA terus bergulir. Dan, pada izin operasional Kelompok Bermain Manda akhirnya turun pada tahun 2011. Pada awal-awal pendirian, jumlah siswa yang sekolah di Kelompok Bermain berjumlah 11 anak . Pada tahun ajaran 2019/2020 jumlah siswa Kelompok Bermain Manda 13 anak.

1. Latar Belakang Kelompok Bermain Manda

Gedung yang ditempati Kelompok Bermain Manda adalah milik Lembaga Pendidikan Manda Ranting Wonosari. Sekitar 20 tahun yang lalu para tokoh agama dan tokoh

masyarakat Wonosari (Khususnya Warga NU) sudah merintis lembaga ini dengan cara pembebasan tanah dilanjutkan membangun gedung TPQ dan Madin Manbaul Huda.

Bangunan lantai satu (rencana dua lantai) apabila hanya dimanfaatkan untuk madin dan TPQ pada sore hari, sekitar satu setengah jam dianggap kurang optimal dalam pemanfaatan gedung tersebut. Harapan mendapat (pahala/ridha Allah) yang banyak dari warga yang ikut beramal jariyah juga kurang terpenuhi apabila hanya dipakai untuk madin dan TPQ saja, maka dipandang perlu adanya kegiatan lain untuk mengoptimalkan/memanfaatkan gedung tersebut.

Banyaknya dukungan dari masyarakat sekitar yang menginginkan adanya Kelompok Bermain di lokasin madin dan TPQ Manbaul Huda.

Dari pemikiran tersebut, setelah dirapatkan bersama oleh pengurus lembaga bersama para tokoh agama dan tokoh masyarakat, maka dihasilkan maka kesepakatan untuk mendirikan Kelompok Bermain Manda di Lokasi Tersebut. Adapun Visi, Misi dan Tujuan Kelompok Bermain Manda yaitu :

2. Visi, Misi, dan Tujuan Kelompok Bermain Manda

a. Visi

Terwujudnya generasi muslim yang berkepribadian islami, berakhlak mulia, cerdas, sehat, ceria, dan mandiri.

Jabaran visi Kelompok Bermain :

Kita sebagai generasi muslim hendaknya jangan ketinggalan dengan yang lainnya, Kelompok Bermain Manda yang notabnya bagian dari lembaga islam berupaya maksimal untuk mewujudkan visi tersebut dengan metode pembelajaran aktif, inovatif, efektif, dan menyenangkan (PAIKEM)

b. Misi

- 1) Membiasakan peserta didik untuk berperilaku islami
- 2) Membentuk karakter peserta didik berbudi luhur
- 3) Mengajak peserta didik untuk berfikir kritis dan logis
- 4) Melakukan dan meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat
- 5) Mengadakan pembelajaran kreatif dan menyenangkan

c. Tujuan

Merujuk pada tujuan pendidikan Kelompok Bermain tersebut, tujuan Kelompok Bermain Manda adalah sebagai berikut :

- 1) Terwujudnya peserta didik yang islami
- 2) Menumbuhkan sikap dan perilaku yang baik
- 3) Menanamkan disiplin peserta didik
- 4) Mengembangkan berbagai potensi peserta didik baik psikis maupun fisik
- 5) Mengembangkan kemandirian dan seni untuk siap memasuki pendidikan selanjutnya

Adapun didirikannya Kelompok Bermain Manda ini adalah untuk ikut membentuk pribadi-pribadi yang handal baik dalam segi spiritualitas juga dalam memahami pengetahuan umum. bertujuan menciptakan akhlaqul karimah yang didasari dengan aqidah Islam, juga pendidikan ilmu pengetahuan umum dan Agama yang diperkenalkan sejak masa Kelompok Bermain dan Taman Kanak-Kanak merupakan langkah tepat guna terciptanya generasi muda yang berbudi luhur, sukses di Dunia dan Akhirat. Didasarkan guna kebutuhan masyarakat yang menginginkan adanya sekolah bernuansa Islami .Maka Kelompok Bermain Manda merupakan pilihan yang tepat bagi para orang tua.

3. Sarana dan Prasarana Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang

Sarana dan prasarana merupakan salah satu pendukung dan pelengkap dalam kegiatan belajar mengajar di pendidikan, tak terkecuali juga di PAUD. Dalam pembelajaran di sentra, sarana dan prasarana adalah salah satu kunci dalam meningkatkan setiap perkembangan peserta didik.

Sarana dan prasarana di sini berkaitan dengan semua benda yang bergerak ataupun tidak bergerak yang dibutuhkan untuk menunjang proses belajar mengajar. Adapun kegiatan dari administrasi sarana dan prasarana

adalah merencanakan kebutuhan, mengadakan sarana dan prasarana pendidikan, menyimpan sarana dan prasarana pendidikan, inventarisasi sarana dan prasarana. Berikut sarana prasana yang ada di Kelompok Bermain Manda:

a. Inventaris Kantor

NO	NAMA BARANG	JML	KONDISI
1	Meja	4	Baik
2	Kursi	9	Baik
3	Telephone	1	Baik
4	Komputer	1	Baik
5	Printer	1	Baik
6	Keyboard	1	Baik
7	Filling Cabinet	1	Baik
8	Dispenser	1	Baik
9	Etalase	2	Baik
10	Double Deck	2	Baik
11	Papan Struktur	1	Baik
12	Rak Susun Kecil	1	Baik
13	Timbangan Berat Badan	1	Baik
14	Megaphone	1	Baik
15	Tropy	58	Baik
16	Papan Bank Data	1	Baik
17	Papan Program	1	Baik
18	Papan Informasi	1	Baik
19	Gambar	1	Baik

	Presiden		
20	Kemucing	1	Baik
21	Pemotong isolasi	1	Baik
22	Kotak Amal	1	Baik
23	Data Kelas	4	Baik
24	Peralatan ATK	1 set	Baik
25	Box File	14	Baik
26	Jam dinding	1	Baik
27	Mesin Absen	1	Baik
29	Kipas Angin	1	Baik
30	Camera digital	1	Baik

b. Inventaris KB

No	Nama Barang	Jumlah	Kondisi
1	White Board	1	Baik
2	Meja Panjang	1	Baik
3	Kipas Angin	2	Baik
4	Rak Sepatu	1	Baik
5	Etalase	1	Baik
6	Karpet/Tikar	4	Baik
7	Jam Dinding	1	Baik
8	Kaset	1	Baik
9	Lap	1	Baik
10	Jaring Laba-Laba	1	Baik
11	Buku Majalah	20	Baik

12	Balok	1 Set	Baik
13	Pohon Hias	1	Baik
14	Meronce	1 Set	Baik

c. Inventaris Pusat Sumber Belajar Dan Audio Visual

NO	NAMA BARANG	JML	KONDISI
1	Meja	10	Baik
2	Rak	4	Baik
3	Kursi	-	-
4	Drumband	30	Baik
5	Buku Cerita Rakyat	56	Baik
6	Papa Tuis	1	Baik
7	Whiteboard	1	Baik
8	Buku Ensiklopedi Seri Aku Ingin Tahu Mengapa	20	Baik

d. Inventaris UKS

NO	NAMA BARANG	JML	KONDISI
1	Meja	2	Baik
2	Bed (tempat tidur)	1	Baik
3	Bantal	1	Baik
	Obat -obatan		
	• Paramek	2	Baik
	• Panadol anak	3	Baik
	• Minyak tawon	5	Baik
	• Minyak kayu	5	Baik

	putih		
	• Diapet	2	Baik
	• Decolgen	2	Baik
	• Bedak gatal	1	Baik
	• Formula 44	2	Baik
4	P3K		
	• Betadine	2 Pack	Baik
	• Tisu basah	1	Baik
	• Kapas	2	Baik
	• Plaster	2	Baik
	• Alkohol	1	Baik
	• Perban	1	Baik

4. Keadaan pendidik KB Manda Wonosari Ngaliyan Semarang.

NO	NAMA	TEMPAT, TANGGAL LAHIR	JABATAN	PENDIDIKAN	TMT
1	Via El Mila, S. Pd. I	Semarang, 05 Februari 1984	Guru KB / Kepala KB	S.1 IAIN Walisongo Semarang	2013
2	Lutfiana, S. HI	Demak, 27 Agustus 1990	Guru	S. 1 IAIN Walisongo Semarang	2011

**Tabel 4.1 Daftar Pendidik
KB Manda Wonosari Ngaliyan Semarang.**

B. Deskripsi Data Khusus Penelitian

Peneliti melakukan penelitian dengan jenis penelitian kualitatif, yakni penelitian lapangan atau disebut *field research*, maksud dari penelitian lapangan kualitatif adalah penelitian yang datanya peneliti peroleh dari lapangan, baik data secara lisan maupun secara tertulis. Peneliti melakukan penelitian di Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang.

Peneliti menggunakan tiga teknik dalam mengumpulkan data, diantaranya ada observasi, wawancara, dan dokumentasi. Untuk wawancara, sebagai narasumber untuk mengumpulkan data peneliti melakukan wawancara kepada kepala sekolah, guru kelas Kelompok Bermain dan wali murid Kelompok Bermain.

Kelompok Bermain Manda merupakan salah satu Kelompok Bermain yang ada di kota Semarang yang melakukan kegiatan lunch box. Kegiatan lunch box ini dimaksudkan untuk membiasakan anak agar tidak jajan sembarangan dan diharapkan dari kegiatan ini dapat memenuhi kebutuhan gizi anak dengan baik.¹

Peneliti telah melakukan penelitian di Kelompok Bermain Manda kurang lebih satu bulan tentang pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box, hasil dari penelitian tersebut sebagai berikut.

¹Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

1. Kegiatan pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019

a. Jenis menu makanan

Penerapan jenis-jenis menu makanan sehat diantaranya makanan pokok berupa nasi, berbagai macam lauk pauk seperti tempe, tahu, telur dan ikan, daging ayam, nugget yang dibawakan bekal makanan anak kesekolahan. kemudian ada buah dan sayur anak-anak dibawakan bekal dari rumah ada buah-buahan seperti kelengkeng dan anggur. Anak-anak ada juga yang dibawakan sayur bayam dimasak dengan wortel. Mereka pun menyantapnya dengan senang hati. karena banyak temennya.²

Hasil observasi didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 (anak membawa bekal buah)

²Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

Persiapan Kegiatan pemenuhan gizi melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda dimulai dengan mempersiapkan bekal dari rumah. Orang tua menyiapkan bekal makanan dari rumah dengan memilih bahan makanan yang baik dan dimasak sendiri untuk menjaga kebersihan makanan yang diberikan kepada anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru dari siswa Kelompok Bermain Manda.

“Cara mempersiapkan lunch box dari kelompok bermain manda yang pertama memastikan keheginisan makanan yang dibeli dan memastikan bahan-bahan yang digunakan untuk pemenuhan gizi 4 sehat 5 sempurna. Dari pihak sekolah sendiri yang menyiapkan bekal makanan waktu makan bersama bekerja sama dengan orang tua. Pastinya pilih bahan-bahan yang tidak layu seperti sayuran, pilih buah yang masih bagus tidak busuk, pilih daging dan ikan yang masih segar, pilih telur yang masih bagus dan tidak busuk. Setelah dipilih semua bahan diolah yang baik tidak kematangan, kemudian ditiriskan selanjutnya dimasukkan kedalam mika atau piring yang sudah disediakan. Biasanya kita menyediakan nasi kuning, nasi kudapan, atau Roti untuk makan bersama. Yang paling mudah untuk persiapan bekal makanan untuk makan bersama anak yaitu Roti yang dibentuk-bentuk seperti kepala beruang ada matanya, hidungnya, dan mulutnya. Untuk mempercantik rotinya biasanya pihak kelompok bermain menggunakan susu, meises, atau cha-cha.”³

³ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Hasil wawancara peneliti dengan guru didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 Dokumentasi (Peneliti dan Ibu Lutfiana)

Setiap anak berbeda ketika membawa bekal makanan ada yang membawa makanan ringan seperti cemilan, ada yang membawa agar-agar yang dibentuk karakter, ada juga yang membawa bubur lodeh, dan nugget sayur. Orang tua wali murid kelompok bermain munda juga kreatif dilihat bekal makanan anak.⁴

⁴ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019.

Hasil Observasi didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 Dokumentasi (Anak Membawa bekal agar-agar)

Orang tua kelompok bermain manda mempunyai cara untuk mempersiapkan bekal menu makanan yang baik dan sehat. Berbagai jenis menu makanan sehat yang diberikan kepada anak seperti nasi, tempe, tahu, telur, sayur, buah dan membawakan air mineral kepada anak serta makanan selingan lainnya. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Yang pertama, menyiapkan makanan yang baik dan bergizi Didalam lunch box harus ada nasi, tempe tahu,telur,sayur. Makanan harus dimasak dengan baik dan tidak menggunakan msg sebagai penyedapnya agar nilai gizi dalam makanan tetap terjaga. Yang kedua, tentunya ada tempat makan dan

tempat minum anak, supaya anak membawanya praktis.”⁵

Menu makanan sehat juga perlu memilih bahan makanan dari awal pembelian, selain itu juga orang tua tidak memasak makanan terlalu matang, dan mempersiapkan tempat makanan dan minuman yang bersih. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Makan sehat menurut saya ya mbak, pasti makanannya bersih sudah melewati pemilihn bahan makanan, kemudian diolah menjadi makanan tentunya tidak terlalu kematangan. Selanjutnya Menyiapkan makanan seperti nasi, sayur, lauk serta air minerl.K emudian saya mempersiapkan tempat makan dan tempat minum dipastikan dahulu wadahnya bersih.”⁶

Ada juga orang tua yang memasak makanan sendiri untuk anaknya, Seperti masak sayuran dan telur. mempersiapkan tempat makan dan mempersiapkan tempat minum yang di isi air putih. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

⁵ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

⁶ Wawancara dengan Ibu Suyati,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

“Dengan memasak sendiri jadi saya bisa memastikan makanan yang saya berikan itu sehat terjaga kebersihannya dan juga tentunya anak saya senang serta lahap ketika makan. Saya biasanya memberikan mie kepada anak saya sebulan sekali tapi harus ada sayurannya seperti wortel, brokoli, dan kol di atasnya ditambahkan separuh telur yang sudah diiris. Semua bahan dimasak kecuali brokoli dimasak setengah matang saja sebagian dibuat garnis, kemudian telur yang sudah direbus diparuh jadi dua dan telurnya dibuat garnis membentuk karakter bebek. Setelah itu semua makanan yang sudah dimasak dimasukkan kedalam tempat makan yang sudah dipersiapkan jangan lupa tutup rapat. Tak lupa juga persiapkan tempat minum yang di isi air putih. Kemudian dimasukkan ditas anak.”⁷

Hasil wawancara peneliti dengan guru didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (peneliti dan ibu suyati)

⁷ Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

Jenis-jenis menu makanan dikelompok bermain manda diperjelas lagi melalui wawancara peneliti dengan kepala kelompok bermain manda sebagai berikut.

Alhamdulillah mbak bervariasi, anak-anak dikelompok bermain manda jenis menu makannya bermacam-macam dimulai dari tempe,tahu,sayuran,nugget, bubur,nasi, agar-agar, buah, cemilan ringan. Setiap hari juga membawa makannya berbeda dengan hari sebelumnya.⁸

Dari semua wawancara dapat disimpulkan bahwa menu makanan sehat harus diawali dengan pemilihan bahan makanan dan jenis menu makanan yang dibawakan orang tua untuk anak bermacam-macam ada tempe, tahu, ikan, daging sayur, dan rata-rata anaknya dibawakan air putih mineral.

b. Kebutuhan gizi

Kebutuhan gizi anak di kelompok bermain manda cukup baik dilihat dari pembawaan bekal makanan atau lunch box setiap harinya. seperti Karbohidrat (nasi, mie, roti), protein (daging, telur, ikan, susu, tempe, tahu dan hasil olahan), vitamin (Buah, sayur dan hasil olahan), dan mineral/Air.⁹

⁸ Wawancara dengan Ibu Via El Milla, Kepala Sekolah Kelompok Bermain Manda , tanggal 20 Agustus 2019.

⁹ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

Kebutuhan gizi anak sangat diperlukan oleh tubuh anak diantaranya karbohidrat, protein, vitamin, mineral dan mencakup slogan 4 sehat 5 sempurna. Kegiatan pemenuhan gizi untuk kebutuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda dimulai dengan persiapan dari orang tua dan guru Kelompok Bermain Manda, anak-anak setiap hari membawa bekal dari rumah yang dipersiapkan orang tua selain itu ada pihak sekolah mewajibkan anak membawa bekal makanan dari rumah setiap hari dan kegiatan makan bersama yang dilakukan setiap satu bulan sekali. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Saya Menyiapkan bahan makanan anak seperti Nasi, telur, nugget, ikan, ayam dan lain sebagainya untuk dimasukkan kedalam kotak makanan atau tempat makan supaya anak tercukupi gizinya.”¹⁰

¹⁰ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

Hasil wawancara peneliti dengan pengasuh didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (peneliti dan ibu Istiqomah)

Selain itu ada cara khusus memilih buah dan sayur dari orang tua kelompok bermain manda untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Yaa itu mbak seperti biasanya, Memilih menu 4 sehat 5 sempurna didalam buku posyandu juga ada.Saya selain buka buku biasanya mencari digooglel sudah banyak mbak tinggal kita catat kemudian bisa dibuat untuk dibawakanbekal kepada anak. Cara khususnya kalau saya memilih buah, sayur, ikan, tempe, tahu, daging yang masih baru. Tidak layu, baunya ikan masih segar, dagingnya tidak keriput serta penjualnya bersih.”¹¹

¹¹ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

Makanan ringan juga diperlukan untuk tubuh anak dan membawakan makanan pokok supaya anak dapat memilih makanan sesuai selera untuk memenuhi kebutuhan gizi anak.

“Makanan ringan, nasi dan lauk, serta air putih. Makanan ringan diperlukan karena untuk menambah nafsu makan anak juga bisa menambah gizi anak.”¹²

Masih berhubungan kebutuhan gizi anak, dari guru kelompok bermain mempunyai tips untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan bergizi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Yang pertama, memastikan anak itu makanan kesukaanya. Yang Kedua, orang tua harus kreatif Membuat desain makanan dengan apa yang anak sukai. Yang Ketiga, kebanyakan anak tidak suka sayur maka sayur tersebut direkayasa dengan sedemikian rupa, Contoh dibuat nugget atau sosis sayur. Yang Keempat orang tua harus mencontohkan makan sayuran supaya anak yang tidak suka sayur mau makan.”¹³

¹² Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

¹³ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Dari pihak orang tua pun mempunyai tips pemberian makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak supaya anak minat dengan makanan yang bergizi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Dengan memberitau anak bahwa makanan yang bergizi atau sehat itu perlu untuk tubuh karena bersangkutan dengan pertumbuhan anak misalnya berat badan,tinggi badan dan supaya badan sehat selalu.Dibuat dengan hal yang menarik juga biar anak suka”¹⁴

Selain itu orang tua juga berinisiatif memberikan makanan terbaiknya untuk si buah hati. berbagai variasi tempat makanan dan minuman, berdiskusi dengan anak, dan membentuk makanan yang bervariasi. Semua itu sangat penting dalam pemberian makanan anak untuk kebutuhan tubuh anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Yang pertama harus memadupadankan tatanan makannya, dari mulai bahan, tekstur, warna dan rasanya.Yang kedua dala tepak makan minimal ada dua variasi makanan suapaya anak memilih dengan senang hati.yang ketiga sebelum menyusun makanan saya harus berdiskusi dengan anak, besok mau bawa bekal apa. Yang keempat harus

¹⁴ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

membentuk makanan supaya anak semangat makan bekal makannya.”¹⁵

Hasil wawancara peneliti dengan orang tua didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (peneliti dan ibu Maria ulfa)

Siasat untuk memenuhi kebutuhan gizi anak dalam pemberian makanan anak supaya anak minat dengan makanan yang bergizi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Biasanya anak-anak tidak suka dengan sayuran tips yang pertama kita sebagai orang tua harus Perkenalkan secara bertahap kepada anak tentang pengetahuan aneka Sayuran dan Buah-buahan, Selalu tersedia buah dan sayuran di rumah, Memberikan makanan yang disukai anak seperti makanan kesukaan misalnya nugget, saya juga membentuk makanan dengan bentuk yang menarik

¹⁵ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

agar anak minat untuk makan karena suka dengan bentuknya, saya mengusahakan hindari dan kurangi memberikan makanan dalam bentuk Kemasan kepada anak.”¹⁶

Kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda baik seperti wawancara peneliti dengan kepala kelompok bermain manda sebagai berikut.

Kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda baik mbak. Seperti biasanya ada nasi, tempe, buah, susu, air putih itu sudah termasuk golongan (Karbohidrat, protein, vitamin dan mineral).¹⁷

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda cukup baik dengan membawakan luch box anak seperti nasi, buah, sayur, air putih, roti.

c. **Kegiatan Lunch Box**

Pelaksanaan kegiatan lunch box dikelompok bermain manda sangat baik. Guru mewajibkan setiap anak membawa bekal dari rumah supaya tidak jajan sembarangan diluar sekolahan. T entunya menjaga kebersihan makanan anak, Karena orang tua atau guru

¹⁶ Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

¹⁷ Wawancara dengan Ibu Via El Milla, Kepala Sekolah Kelompok Bermain Manda , tanggal 20 Agustus 2019.

tidak akan tahu kebersihannya jika membeli makanan diluar sekolahan.

Anak-anak kelompok bermain manda selama saya observasi selalu senang dan lahap ketika makan jajan, snack ringan, atau nasi beserta lauknya. Sebelum makan sudah dibiasakan cuci tangan dengan mengantri membentuk barisan memanjang atau sepur-sepuran mengajarkan anak sabar menunggu giliran. Setelah itu anak-anak bersama-sama membaca doa sebelum makan dan selanjutnya langsung makan.

Anak-anak kelompok bermain manda dibiasakan sama gurunya selalu mandiri ketika makan. Gurunya selalu mengingatkan kalau makan harus duduk, dihabiskan dulu makannya setelah itu bermain.¹⁸

Hasil observasi didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (anak kelompok bermain manda ketika makan lunch box bersama teman sebayanya)

¹⁸ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

Kegiatan lunch box dilaksanakan setiap hari dan guru kelompok bermain mewajibkan membawa bekal makanan untuk anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Setiap hari anak-anak selalu membawa lunch box dan setiap sebulan sekali di kelompok bermain mada ada makan bersama mbak. dengan cara guru memberikan pengertian kepada anak supaya setiap hari membawa bekal makanan. Bahwa membawa bekal makanan dari rumah itu baik, uang jajannya bisa ditabung untuk membeli barang anak yang disukai. dengan membawa bekal anak bisa berbagi makanan kepada temannya.”¹⁹

Guru dan orang tua saling melibatkan dalam menyajikan makanan ketika ada program lunch box disekolahan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Iya mbak Orang tua dilibatkan dalam makan bersama setiap sebulan sekali ataupun ketika anak-anak membawa bekal setiap hari. Untuk makan bekal ketika istirahat biasanya orang tua mendampingi anak yang tidak mau makan, sedangkan ketika ada kegiatan makan bersama biasanya orang tua dilibatkan dalam hal memasak secara bergiliran atau sukarela. Jadi ada koordinasi yang baik mbak antara guru dan orang tua murid.”²⁰

¹⁹ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

²⁰ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

Dalam kegiatan lunch box tentunya ada berbagai macam respon anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Respon anak saya biasa saja karena sebelum berangkat sekolah sudah sarapan pagi terlebih dahulu, tidak terlalu antusias karena sudah sarapan jadi membawa bekal hanya sebagai rutinitas saja mbak. saya membawakan bekal makanan anak saya biasanya jajan atau cemilan yang ringan.”²¹

Respon anak dalam kegiatan lunch box sangat baik. Dalam kegiatan lunch box tentunya ada berbagai macam respon anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Respon anak sangat baik, alhamdulillah selalu senang membawa bekal makanan baik nasi, bubur, cemilan dan anak saya ketika makan selalu saya ajarkan mandiri supaya disekolahkan tidak tergantung pada guru.ketika saya lupa membawakan bekal, anak saya spontan langsung ngasih tau mah kok adek tidak bawa bekal makanan. Anak saya taat pada peraturan ketika dirumah atau diluar rumah.”²²

²¹ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

²² Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

Hasil wawancara peneliti dengan orang tua didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (Peneliti dan ibu Siti Aisyah)

Selanjutnya anak juga dapat membantu orang tua untuk menentukan makanan yang akan dibawa ketika kegiatan lunch box disekolahan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Respon Anak saya Alhamdulillah senang mbak, lunch box bisa membuat anak berinterkasi dengan temannya seperti kamu bawa bekal apa?, boleh saling berbagi makanan tidak? Dan lain sebagainya. Ketika temen sebaya anak saya membawa bekal makanan yang berbeda pasti anak saya memberitahu bahwa bekal makanan adek besok diganti. Anak saya juga sangat membantu ide-ide makanan walaupun sederhana.”²³

²³ Wawancara dengan Ibu Suyati, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

Selain respon anak yang baik, orang tua juga mempunyai respon yang baik juga mengenai kegiatan lunch box disekolahan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Respon orang tua baik, justru orang tua lebih senang ketika anak membawa bekal makanan sendiri bisa menyesuaikan makanan anaknya masing-masing. Karena orang tua juga pasti sudah faham anak umur 4 tahun ketika jajan sembarangan tubuh anak rentan terkena virus atau penyakit dimana daya imun anak rendah.”²⁴

Kegiatan lunch box dalam pemenuhan gizi sangat efektif dan membantu orang tua dan guru. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Menurut saya efektif tapi juga tergantung dengan anaknya mbak, karena tidak semua anak mudah makan, lunch box ini efektif membuat anak jadi senang makan bersamadengan teman-temannya. Seperti anak saya yang susah-susah gampang jika makan, maunya jajan mbak.”²⁵

Kemudian kegiatan lunch box juga dapat membantu memenuhi gizi anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara

²⁴ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

²⁵ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Sangat efektif mbak. Karena kita sendiri yang memberikan jadi kita bisa memastikan pemenuhan gizi anak dari lunch box ini. Berbagai cara untuk memenuhi gizi anak saya mbak, biasanya saya memberikan makanan yang ada serat, vitamin, karbohidrat.”²⁶

Kegiatan lunch box bisa mempermudah pembawaan bekal makanan anak kesekolah. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Menurut saya efektif, selain gizi anak tercukupi anak juga senang mengikuti kegiatan lunch box di sekolah. Karena membawa lunch box dari rumah itu memudahkan saya sebagai orang tua untuk mengetahui anak saya makan makanan yang aman tidak perlu khawatir lagi mbak.”²⁷

Guru kelompok bermain manda juga merasakan bahwa membawa lunch box dari rumah sangat efektif. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Sangat efektif mbak, karena kegiatan lunch box ini menurut saya simple,mudah, dan sederhana. Orang

²⁶ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

²⁷ Wawancara dengan Ibu Suyati, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019

tua tidak perlu repot membawakan banyak makanan dengan temat berbeda, cukup makanannya diisikan di tempat makanan yang sedang mempunyai sekat. Kalau saya harus menilai dari angka 1 sampai 10 maka nilainya 9.”²⁸

Beberapa Orang tua mempunyai kendala dalam menyiapkan lunch box untuk anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Kesulitannya Terkadang terburu-buru menyiapkan bekal makanan anak mbak, sehingga terkadang ada yang lupa makanan yang sudah disiapkan ada yang tidak dimasukkan kedalam tempat makan anak.”²⁹

Kesulitan menyiapkan lunch box dalam membuat kreasi bentuk penyajian. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Saya kadang kesulitan membuat kreasinya, karena sudah tidak terfikir mau buat gimana lagi, bentuk dan model makanan yang di lunch box kan harus selalu berbeda agar anak saya mau makan yang solusinya saya kadang mengulangi kresai yang sama tapi dengan jenis makanan yang berbeda.”³⁰

²⁸ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

²⁹ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

³⁰ Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

Adapun kendala program kegiatan lunch box dikelompok bermain. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Ohh.. Kendalanya kalau anak tidak suka atau alergi makanan yang kami siapkan waktu makan bersama. Terkadang kami juga lupa mbak sangking banyaknya mempersiapkan bekal makanan untuk makan bersama anak kelompok bermain dan raoudhlatul athfal manda.”³¹

Kegiatan pelaksanaan lunch box dikelompok bermain manda diperjelas lagi melalui wawancara peneliti dengan kepala kelompok bermain manda sebagai berikut.

Kegiatan lunch box dikelompok bermain manda baik mbak, sesuai dengan aturan sekolah, anak-anak diwajibkan membawa bekal (makanan/jajan minum) dari rumah. setiap hari tidak diperkenankan beli jajan diluar kelompok bermain karena diluar tanggung jawab pihak kelompok bermain. selanjutnya anak-anak melakukan cuci tangan sebelum melakukan makan bersama. kembali kekelas kelompok bermain manda untuk membaca doa sebelum makan dan melaksanakan makan bersama dengan duduk berjejeran. Setelah makan membereskan tempat makannya sendiri kedalam tas masing-masing anak.³²

³¹ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

³² Wawancara dengan Ibu Via El Milla, Kepala Sekolah Kelompok Bermain Manda , tanggal 20 Agustus 2019.

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan kegiatan lunch box sangat baik dimulai dari respon anak yang sangat Antusias, anak menikmati bekal makanan, dan anak menjadi lebih mandiri tidak disuapin orang tua atau guru ketika makan dikelompok bermain manda.

2. Pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box diKelompok Bermain Manda Tahun 2019

Untuk meningkatkan pemahaman orang tua dikelompok bermin manda pihak sekolah mengadakan seminar parenting. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Iya mbak pihak sekolah mengadakan seminar parenting, caranya ya kita rapat dahulu bersama team guru kelompok bermain dan raoudhlatul athfal manda dengan yayasan maarif yang mengelolah sekolahan ini. Setelah disetujui kami baru mencarari narasumber yang menguasai dan faham tentang ke-parentingan sesuai dengan tema.kemudian kita berkoordinasi dengan pihak narasumber ada jadwal kosong. selanjutnya kita membuat surat undangan, setelah surat undangan jadi. Surat undangan tersebut dibagikan kepada peserta didik untuk menyampaikan amanah kepada orang tua bahwa dapat surat undangan parenting. Supaya anak belajar tanggung jawab sedari dini mungkin.”³³

³³ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019.

Pihak kelompok bermain manda juga memberikan pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Yaa.. Guru memberikan pengertian kepada orang tua siswa, dengan gizi yang baik maka akan mendapatkan raga yang sehat maka akan mendapatkan jiwa yang sehat pula.biasanya guru memberikan pengertian kepada orang tua jika orang tua terlalu monoton memberikan makanan kepada anak. Pada waktu itu ada anak kelompok bermain manda yang setiap harinya dibawakan mie goreng. Kemudian saya Tanya kepada ibunya ternyata anaknya sendiri yang meminta dibawakan bekal makanan mie goreng.Saya sebagai guru memberikan pengertian ibu walaupun anaknya tidak mau bekal makanan selain mie goreng. Ibu bisa pakai jalan lain supaya anak mau makan sayur atau bergantian dengan makanan lain dengan cara perjanjian ibu dengan anak.”³⁴

Adapun faktor yang mempengaruhi pemahaman orang tua. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Yang pertama kesadaran orang tua, kesadaran orang tua itu kalau dianalisis baik Cuma terhambat karena keadaan waktu ataupun enggan mau memahaminya bagaimana asupan gizi yang lainnya untuk anak dan Yang kedua pendidikan, pendidikan adalah sumber dari segala ilmu, pengalaman. Dengan pendidikan yang tinggi biasanya seseorang mampu berfikir panjang untuk kebaikan dirinya,anaknya, maupun

³⁴ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

keluarganya.dikelompok bermain manda rata-rata pendidikan orang tuanya lulusan sma/ sederajat mbak.yang ketiga tentang pemenuhan gizi anak baik disekolah ataupun dirumah.”³⁵

Dari wawancara peneliti dengan guru diatas dapat disimpulkan bahwa pemahaman orang tua dapat meningkat jika mempunyai kesadaran tetntang pemenuhan gizi anak yang baik dan ada pendukungnya dari pihak keluarga, sekolahan, pemerintah.

Hal ini akan diperjelas wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain manda, Sebagai berikut.

a. Kesadaran Orang Tua

Kesadaran orang tua dapat dilihat dari pembawaan Lunch box makanan yang baik dikonsumsi anak disekolahan, rutin menimbang dan mengukur berat badan diposyandu terdekat dan mempunyai buku posyandu atau kms sehingga bisa memantau perkembangan anak dengan baik.³⁶

Hasil observasi didukung dengan dokumentasi sebagai berikut

³⁵ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

³⁶ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019.

“Sebagai orang tua harus rutin untuk menimbang anak selalu memeriksa kondisi kesehatan anak dengan mengetahui berat badan dan tinggi badan anak, orang tua akan lebih mengetahui kondisi dan tau seberapa gizi yang harus diberikan disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi anak sehingga orang tua bisa mendukung tumbuh kembang anak.”³⁷

Hasil observasi dan wawancara didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 dokumentasi (Menimbang Berat badan anak kelompok manda)

Ada pula orang tua yang selalu mendampingi anak melewati tumbuh kembangnya dan memberikan gizi yang baik untuk anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

³⁷ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

“IngsaAllah saya selalu mengawasi kebutuhan gizi anak mbk, selalu mendampingi anak melewati masa tumbuh kembangnya , dan memberikan gizi yang baik sehingga tumbuh kembang anak menjadi baik”³⁸

Untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal ada salah satu orang tua kelompok bermain manda mengajari anak tata cara hidup sehat dan makan secara teratur. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Biasanya itu mbak... mengajari anak saya tentang tata cara hidup sehat dan pola makan teratur seperti makan tiga kali dalam sehari serta memberikan asupan gizi yang baik. anak saya selalu cek kesehatan diposyandu mbak supaya bisa mengetahui tumbuh kembangnya.”³⁹

Kedua, upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak orang tua memberikan makanan 4 sehat 5 sempurna. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

³⁸ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

³⁹ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

“Apa yaa mbak...? mmm... Dengan cara membuat makanan anak sendiri, mulai dari memasak dan memilih bahan makanan sendiri karena dengan membuat makanan sendiri saya bisa tahu proses jadinya makanan dan aman untuk buah hati. kemudian setelah selesai semuanya sembari meniriskan masakan, saya mempersiapkan tempat makan anak yang sederhana mbak dan tentunya pastikan tutup tempat makannya tidak mudah lepas.”⁴⁰

Setiap harinya orang tua memberikan makanan yang terbaik buat anaknya dan orang tuanya membuat jus buah. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Menurut saya mbak, yaa... memaksimalkan Upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak seperti memberikan makanan seperti sayur, buah, ikan, ayam, susu setiap harinya. Karena dengan semua itu saya bisa memastikan anak saya insaAllah sudah terpenuhi gizinya. Selain itu biasanya saya membuat jus buah secara bergantian biasanya saya membuat jus jambu untuk anak saya supaya lebih semangat untuk minumnya.”⁴¹

⁴⁰ Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

⁴¹ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

Salah satu orang tua kelompok bermain upaya untuk memenuhi kebutuhan anak selain memenuhi 4 sehat 5 sempurna juga memberikan vitamin. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Oh... Saya memberikan makanan yang bergizi 4 sehat 5 Sempurna mbak, upayanya tentu dengan memberikan makanan nasi, lauk, sayur buah dan susu yang secara teratur. Berbagai macam vitamin yang dianjurkan bidan ataupun dokter anak ketika anak kesehatannya mulai menurun.”⁴²

Hasil wawancara peneliti dengan orang tua didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 Dokumentasi (peneliti dan ibu Siti Witrofah)

⁴² Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

Ketiga, kesadaran orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Itu mbak.., Biasanya saya sebelum membeli bahan pokok ataupun lauk, sayur mayur, buah, tahu, tempe, ikan harus dipilih mbak, karena khawatirnya bahan makanan tersebut tidak layak untuk dikonsumsi. Apalagi anak-anak mudah terkena penyakit, dan saya sebagai orang tua harus memberikan makanan yang bersih dan higienis dan banyak mengandung gizi yang dibutuhkan tubuh anak.”⁴³

Tidak hanya memilih makanan yang baik tapi juga harus menjaga selera makan anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Menurut saya yaa memberikan makanan dan sayuran secara berganti mbak, supaya tidak bosan memilih makanan yang tinggi gizi tetapi juga tetap menjaga selera makan anak, bisa juga dengan memberikan makanan yang disukai tapi harus tetap memperhatikan tingkat kebutuhan gizi.”⁴⁴

⁴³ Wawancara dengan Ibu Suyati, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019

⁴⁴ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 1 Agustus 2019

Selanjutnya memilih buah, sayur, ikan, daging, telur dalam keadaan baik yang bisa dikonsumsi untuk anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Yaa itu mbak seperti biasanya, Memilih menu 4 sehat 5 sempurna didalam buku posyandu juga ada.Saya selain buka buku biasanya mencari digooglel sudah banyak mbak tinggal kita catat kemudian bisa dibuat untuk dibawakan bekal kepada anak. Cara khususnya kalau saya memilih buah, sayur, ikan, tempe, tahu, daging yang masih baru. Tidak layu, baunya ikan masih segar, dagingnya tidak keriput serta penjualnya bersih.”⁴⁵

Keempat, kesadaran orang tua mempunyai tips dalam mengatur pola makan anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Saya dan keluarga saya selalu makan bersama dengan anak-anak mbak, membiasakan anak saya makan tiga kali dalam sehari, minum susu pada pagi hari dan malam hari, Jadilah orang tua yang menyukai banyak makanan seperti sayuran dan tunjukkan kepada anak-anak kalau orang tua juga makan sayuran, saya selalu memuji anak

⁴⁵ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

dengan apa yang dimakan, khusus makanan yang mengandung banyak gizi. Berilah kebebasan anak dalam memilih, menentukan dan mengkonsumsi makanan yang mereka inginkan yang penting tetap dijaga kebutuhan gizinya. Jangan menyerah jika anak tidak mau makan makanan tertentu seperti sayuran.”⁴⁶

Orang tua kelompok bermain manda membiasakan anaknya makan wajib 3 kali dalam sehari dan membiasakan makan disela-sela waktu yang kosong. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Tips makannya seperti biasa mbak tiga kali dalam sehari, bergantian antara makan nasi dan minum susu, karena terkadang anak saya sulit untuk minum susu jika berbarengan dengan makan nasi makanya harus bergantian. Kalau makan cemilan saya membiasakan anak saya makan disela-sela jam sebelum dzuhur setelah dzuhur setelah makan berat diberi jeda waktu.”⁴⁷

Hasil wawancara peneliti dengan orang tua didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.

⁴⁶ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

⁴⁷ Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019



Lampiran 13 Dokumentasi (Peneliti dan Ibu Apriliana)

Selain makan yang rutin, tips lain ketika orang tua menyuapin anaknya makan maka pola makan anak akan terjaga. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Tips dari saya sederhana mbak yang penting rutin dan istiqomah. Saya membiasakan anak saya makan 3 kali dalam sehari selalu tepat waktu, supaya anak makan tepat waktu ketika ibunya makan anak saya selalu makan sambil disuapin jadi pola makan anak terjaga karena mengikuti pola makan kita.”⁴⁸

Wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa kesadaran orang tua ternyata dari kebiasaan sehari-hari, cermat memilih makanan yang akan dikonsumsi anak dan keluarganya.

⁴⁸ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

b. Pemenuhan Gizi Anak

Kelompok bermain manda mempunyai dua program yaitu setiap hari anak wajib membawa bekal makanan dan setiap satu bulan sekali kelompok bermain manda mengadakan makan bersama. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Setiap Bulannya mengadakan makan bersama di minggu ke-2 biasanya dihari Rabu mbak. dan setiap hari senin sampai kamis anak wajib membawa bekal makanan dari rumah mbak. Kami dari pihak kelompok bermain ingsaAllah mengacu pada pemenuhan gizi 4 sehat 5 sempurna ada didalam buku panduan posyandu ataupun kartu menuju sehat.. Yang dimana didalamnya terdapat lauk-pauk, sayuran, buah-buahan, ikan, daging, telur, susu, telur.”⁴⁹

Hasil observasi dan wawancara didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 Dokumentasi (Makan Bersama)

⁴⁹ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Selain itu pihak kelompok bermain manda bekerjasama dengan puskesmas kecamatan setempat salah satunya untuk memenuhi kesehatan anak yang baik. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Iya kami bekerja sama dengan pihak puskesmas kecamatan ngalihan. Karena anak usia dini masih rentan terhadap penyakit dan butuh pertolongan pada bidang ahlinya untuk menolong anak-anak generasi masa depan. Puskesmas kecamatan ngalihan mengajarkan dan mempraktikkan kepada anak cara hidup sehat yang baik seperti buang tempat sampah pada tempatnya, cuci tangan sebelum dan sesudah makan. Tidak hanya soal pemebrian nutrisi saja, jadi anak-anak tidak tegang ketika bertemu petugas kesehatan. Selain itu Kami dari pihak pendidik di kelompok bermain juga rutin mengukur lingkaran kepala, memeriksa (kuku, telinga, mata, hidung)”⁵⁰

Hasil observasi dan wawancara didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



⁵⁰ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Lampiran 13 Dokumentasi (Pemeriksaan Kesehatan dari petugas kesehatan tambak aji)

Orang tua juga melakukan pemenuhan gizi dirumah, Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Alhamdulillah baik, anak saya selalu saya berikan makanan yang bergizi sesuai dengan ketentuan gizi seimbang dan diberikan multivitamin jika keadaan badan anak kurang sehat atau badan anak membutuhkan energi cukup banyak saya segera keapotik atau kedokter atau keposyandu untuk berobat ataupun berkonsultasi supaya asupan pemenuhan gizi anak terpenuhi.”⁵¹

Anak kelompok bermain memang kebanyakan tidak suka sayur. Namun ada juga yang suka makanan apapun, seperti anaknya dari orang tua murid. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Seimbang mbak, anak saya kalau dirumah Alhamdulillah suka makan apa saja. Jadi saya masak sayuran, masak ikan laut, masak daging diolah seperti apapun mau makan asalkan masakannya tidak pedas. Anak saya juga suka makan buah apapun mbak.

⁵¹ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

Alhamdulillah tidak kerepotan dalam memenuhi asupan gizi anak saya.”⁵²

Pemenuhan gizi anak dirumah ada yang diberikan susu formula dengan orang tuanya. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Pemenuhan gizi anak saya dirumah baik mbak, selain memberikan makanan nasi, sayur, buah, daging saya juga memberikan anak susu formula. Didalam petunjuk bingkisan kardus susu sudah dicantumkan bahan sesuai aturan gizi anak pada umumnya.”⁵³

Menjadi orang tuapun harus memantau gizi anak disekolahan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Ohh...Dengan membawakan bekal makanan yang bergizi mbak, dari situ sebagai orangtuanya tau gizi yang diberikan kepada anak disekolahdan juga pihak sekolah selalu melaporkan keadaan anak serta kecukupan gizinya.”⁵⁴

⁵² Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

⁵³ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

⁵⁴ Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Memantau gizi anak disekolahan wajib membawakan bekal makanan sendiri dari rumah supaya bisa bervariasi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Dengan membawakan bekal makanan jadi kita tau dan bisa memastikan bahwa pemenuhan gizi anak di sekolah bisa tercukupi dan terpantau, selain itu saya juga menerima masukan dari guru supaya membawakann bekal anak bervariasi setiap harinya”⁵⁵

Selain membawa bekal makanan dari rumah, orang tua bisa berkomunikasi atau bekerjasama dengan guru kelompok bermain manda. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Saya biasanya membawakan bekal makanan yang sudah disiapkan sendiri dari rumah, jadi saya tau makanan sehat yang diberikan ke anak saya. Kemudian bekerjasama dengan guru kelasnya, biasanya saya komunikasi setelah pulang sekolah ataupun lewat media sosial atau group wali murid. Untuk memantau apakah anak saya tadi makan makanan jajan sembarangan aselain yang saya bawakan. Soalnya banyak yang jualan

⁵⁵ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

disekitar sekolahan dan gedung kelompok bermain mada satu lingkup dengan anak RA mada.”⁵⁶

Pelaksanaan kegiatan pengukuran tinggi badan dan berat badan dikelompok bermain mada sangat baik. Karena anak-anaknya ketika dikasih pengumuman oleh gurunya tidak ada anak yang takut sama sekali. Anak-anak sangat antusias ketika dipanggil maju persatu untuk pengukuran berat badan sembari menunggu anak-anak bermain edukatif didalam kelas seperti bermain balok. Setelah giliran pengukuran tinggi badan anak-anak menuju penimbangan berat badan, anak-anak banyak yang bertanya rasa ingin tahunya tingi.Raut wajah anak-anak dikelompok bermain mada rata-rata ceria.Ada beberapa anak yang moodynya suka naik turun.⁵⁷

Hasil observasi dan wawancara didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.

⁵⁶ Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Mada, tanggal 22 Agustus 2019.

⁵⁷ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Mada tanggal 18 Juli 2019



Lampiran 13 Dokumentasi (Pengukuran Tinggi Badan)

Kegiatan Pemenuhan gizi anak juga dilakukan dikelompok bermain manda melalui pemeriksaan kesehatan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Pihak Puskesmas datang ke Kelompok Bermain manda yang pertama menyapa anak-anak bagaimana kabarnya supaya anak tidak tegang, selanjutnya pihak puskesmas memberikan pengertian kepada anak bahwa petugas puskesmas datang ke kelompok bermain manda akan memeriksa kesehatan supaya anak-anak bisa bermain dengan bebas. Setelah itu anak-anak dipanggil satu persatu untuk pemeriksaan dimulai kuku, telinga, mata, mulut. Anak-anak lainnya menunggu giliran yang akan di panggil dari pihak puskesmas. Setelah selesai semuanya anak-anak yang kesehatannya kurang dikasih vitamin dari pihak puskesmas. Selanjutnya berpamitan dengan anak-anak mengucapkan

terimakasih karena sudah menjadi anak hebat tidak takut dengan petugas kesehatan.”⁵⁸

Kegiatan pemenuhan gizi anak juga tersedia disekitar rumah. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Apa yaa mbak..? hmmm Pelayanan posyandu disekitar rumah baik orangnya ramah-ramah sehingga anak-anak tidak terlalu tegang ketika akan diperiksa kesehatannya.Petugas posayndu selalu datang ketika jadwal pemeriksaan kesehatan anak didesa saya mbak. selalu rutin memeriksa kondisi kesehatan dan pertumbuhan anak saya.Disekitar rumah ada pula ketersediaan pelayanan kesehatan puskesmas dan bidan, ketika saya ataupun ibu-ibu lain tidak sempat ke posyandu bisa memeriksakan yang sudah disediakan pemerintahan di lingkup desa.”⁵⁹

Keterediaan kesehatan dirumah selain posyandu ada juga puskesmas, dokter anak, bidan. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

⁵⁸ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

⁵⁹ Wawancara dengan Ibu Suyati,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

“Ketersediaan pelayanan kesehatan dirumah sangat terpenuhi dengan baik, rumah dekat dengan pelayanan kesehatan sehingga mudah untuk memeriksa kesehatan. Tidak perlu jauh-jauh ke dokter anak, dalam keadaan urgentpun kebidan terdekat dahulu kemudian jika bidan merujuk ke rumah sakit atau dokter anak saya baru mengikuti saran bidan.”⁶⁰

Pelayanan kesehatan dirumah petugasnya ramah dengan anak dan setelah pemeriksaan anak dikasih gift seperti cemilan makanan atau minuman. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Alhamdulillah Baik mbak pelayanan kesehatan dirumah, seperti puskesmas dan posyandu. Pelayanan kepada anak kecil maupun dewasa ramah, sehingga anak saya tidak takut jika waktu periksa di puskesmas dan di posyandupun setelah cek kesehatan supaya anak seneng dikasih jajan seperti bubur kacang ijo, agar-agar, atau roti.”⁶¹

Pemeriksaan kesehatan anak dilingkungan rumah setempat sangat penting karena bersangkutan dengan tumbuh kembang yang optimal. Sesuai

⁶⁰ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

⁶¹ Wawancara dengan Ibu Maria Ulfa, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 31 Juli 2019

dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Iya rutin Alhamdulillah mbak, setiap bulan datang keposyandu untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan anak saya.”⁶²

Orang tua kelompok bermain rutin memeriksakan tumbuh kembang anaknya. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Anak saya selalu rutin pemeriksaan kesehatan ke posyandu disekitar rumah saya, setiap sebulan”⁶³

Selain itu pemeriksaan kesehatan anak terkendala oleh kesibukan orang tua . Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Tidak Rutin, karena kesibukan pribadi saya mbak, ketika ada sesuatu hal yang perlu diperiksakan saya memeriksakan anak ditempat pelayanan kesehatan terdekat dan masih jam pelayanan.”⁶⁴

⁶² Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

⁶³ Wawancara dengan Ibu Siti Aisyah,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 22 Agustus 2019.

⁶⁴ Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Kemudian dari pihak kelompok bermain mempunyai cara untuk mencapai target peningkatan pemenuhan gizi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Dengan cara bekerjasama dengan orang tua mbak, orang tua memberikan makanan kepada anak ketika dirumah dengan pemenuhan gizi yang baik seperti makan nasi dengan lauk pauk yang terkemas dalam 4 sehat 5 sempurna. Pihak sekolah memberikan pengertian kepada anak dan orang tua harus makan dan minuman yang sehat dan bergizi.”⁶⁵

Orang tua juga mempunyai cara untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur melalui buku kartu menuju sehat. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Datang rajin ke posyandu mbak, kita bisa tau seberapa pertumbuhan anak dan juga melihat buku kesehatan dari posyandu disitu kita tau apakah pertumbuhan anak bertumbuh kembang dengan baik atau ada yang perlu diperbaiki gizinya atau pola makan anak.”⁶⁶

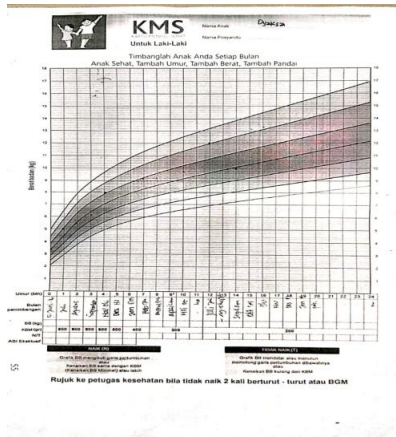
⁶⁵ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

⁶⁶ Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

Selain dari kms melalui kartu menuju sehat orang tua bisa bertanya langsung dari petugas posyandu. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ya dari KMS mbak, yang diberikan oleh posyandu. didalam buku kartu menuju sehat ataupun buku posyandu pasti ada grafik atau catatan dari petugas posyandu ataupun bidan tempat untuk mengisinya. dari situlah saya bisa mengetahui pertumbuhan anak saya dengan baik.”⁶⁷

Hasil observasi dan wawancara didukung dengan dokumentasi sebagai berikut.



Lampiran 13 Dokumentasi (Kartu menuju sehat)

⁶⁷ Wawancara dengan Ibu Suyati,Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

Ada juga pengasuh anak kelompok manda yang selalu ke posyandu setiap bulan sekali untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Yaaa itu mbak, Saya selalu Ke Posyandu. untuk memeriksa kesehatan anak secara berkala serta memastikan pertumbuhan anak berkembang dengan baik melalui pemeriksaan berat dan tinggi badan. menurut saya Program posyandu dari pemerintah sangat baik untuk membantu masyarakat setempat yang terkadang enggan memeriksakan anaknya setiap sebulan sekali. Seperti saya kan pengasuh uwais mbk bukan ibunya jadi uwais sudah saya anggap seperti anak saya sendiri. Karena ibunya terlalu sibuk kerja dikantor balaikota semarang.”⁶⁸

Problematika yang dialami guru dalam pemenuhan izi disekolah. kesulitan mengatur anak dalam melaksanakan lunch box, seperti anak sulit makan, bosan dan kadang anak tidak membawa bekal makanan. Pada saat observasi saya menemukan anak yang tidak mau makan bekal makanan yang dibawakan orangtuanya dikarenakan nafsu makan

⁶⁸ Wawancara dengan Ibu Istiqomah, Pengasuh siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 1 Agustus 2019

tiba-tiba kurang. Guru kelompok bermain manda kebingungan dan akhirnya orang tuanya dipanggil untuk mengganti makanan anak yang dia mau.

Orang tua dan guru juga sudah mengantisipasi jika tiba-tiba anak selera makannya turun dengan cara member pengertian kepada anak jika anak tetap tidak mau maka tindakan selanjutnya orang tua mengganti makannya. Maka dari itu pihak pendidik/orang tua/pengasuh harus pintar membuat variasi makanan yang akan dibawakan untuk bekal anak sekolah.⁶⁹

Adapun kendala yang dialami guru dalam memberikan pemahaman Orang Tua Tentang gizi. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan guru kelompok bermain sebagai berikut.

“Tentu saja ada mbak, kendalanya banyak mbak terutama di perbedaan jenjang pendidikan orang tua jadi harus menyesuaikan pola pikir dan cara yang tepat untuk lebih memahamkan orang tua.”⁷⁰

⁶⁹ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

⁷⁰ Wawancara dengan Ibu Lutfiana, Guru Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

Ada beberapa Orang tua kelompok bermain manda juga mempunyai kesulitan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Kesulitannya dengan menu kesukaan anak, terkadang anak saya itu moodnya cepet naik turu. Sehingga tidak bisa diprediksi biasanya mencicipi makannya dan memberikan pengertian bahwa makanan yang ibu buat anak.”⁷¹

Selain itu Kesulitannya ada anak yang susah makan dan mengkonsumsi vitamin. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

“Anak susah makan perlu usaha ekstra untuk membujuk supaya mau makan, selain itu anak saya juga susah mengkonsumsi vitamin yang berupa sirup.”⁷²

Kendala memenuhi kebutuhan gizi karena Kebanyakan anak kecil jarang menyukai sayuran. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan orang tua kelompok bermain sebagai berikut.

⁷¹ Wawancara dengan Ibu Tri Wahyuni, Orang tua murid Kelompok Bermain manda, tanggal 30 Juli 2019.

⁷² Wawancara dengan Ibu Apriliana, Orangtua siswa Kelompok Bermain Manda , tanggal 19 Agustus 2019

“Kesulitan saya adalah membujuk anak makan sayur, karena anak saya tidak suka sayur jadi kebutuhan gizi dari sayur agak kurang, kadang saya campurkan sayur menjadi lauk dengan dimasak bareng dengan lauk yang lain agar anak saya mau makan sayur.”⁷³

Pemenuhan gizi anak itu dari kesadaran orang tua, seperti wawancara peneliti dengan kepala kelompok bermain manda sebagai berikut

Pemahaman orang tua baik mbak, bisa dilihat dari pembawaan bekal makanan yang baik, pemeriksaan keehatan anak yang rutin setiap satu bulan sekali dan mengajarkan anak pola makan yang baik serta hidup sehat seperti cuci tangan sebelum makan ataupun menjaga kebersihan disekitar lingkungan rumah ataupun sekolah.⁷⁴

Wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa pemenuhan gizi anak yang baik dapat dilihat dari pembawaan makanan dari orang tuanya dan rutin memeriksakan anak ke posyandu terdekat dari rumah.

⁷³ Wawancara dengan Ibu Siti Witrofah, Orang tua siswa Kelompok Bermain Manda, tanggal 22 Agustus 2019.

⁷⁴ Wawancara dengan Ibu Via El Milla, Kepala Sekolah Kelompok Bermain Manda, tanggal 20 Agustus 2019.

C. Analisis data

Berdasarkan dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi terhadap pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box dikelompok bermain manda. Dapat peneliti ungkapkan bahwa dalam melakukan kegiatan lunch box itu harus dipersiapkan dengan baik dengan menu 4 sehat 5 sempurna dan pemenuhan gizi anak itu berasal dari kesadaran orang tua yang rutin memeriksakan kesehatannya ke posyandu terdekat dirumah.

Kelompok Bermain Manda merupakan salah satu Kelompok Bermain yang ada dikota semarang yang melakukan kegiatan lunch box. Kegiatan lunch box ini dimaksudkan untuk membiasakan anak agar tidak jajan sembarangan dan diharapkan dari kegiatan ini dapat memenuhi kebutuhan gizi anak dengan baik.⁷⁵

1. Kegiatan pemenuhan gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019

a. Jenis menu makanan

Penerapan jenis-jenis menu makanan sehat diantaranya makanan pokok berupa nasi, berbagai macam lauk pauk seperti tempe, tahu, telur dan ikan , daging ayam, nugget yang dibawakan bekal makanan anak kesekolahan. kemudian ada buah dan sayur anak-anak dibawakan bekal dari rumah ada buah-buahan seperti

⁷⁵Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

kelengkeng dan anggur. Anak-anak ada juga yang dibawakan sayur bayam dimasak dengan wortel. Mereka pun menyantapnya dengan senang hati. karena banyak temennya.⁷⁶

Setiap anak berbeda ketika membawa bekal makanan ada yang membawa makanan ringan seperti cemilan, ada yang membawa agar-agar yang dibentuk karakter, ada juga yang membawa bubur lodeh, dan nugget sayur. Orang tua wali murid kelompok bermain manda juga kreatif dilihat bekal makanan anak.⁷⁷

Menu makanan sehat adalah susunan hidangan yang siap disajikan sebagai makanan yang higienis serta banyak mengandung gizi.

Syarat makanan sehat antara lain

- 1) Menu yang disediakan sebaiknya cukup mengandung kalori sesuai yang dibutuhkan tubuh pada usia, aktivitas, kondisi, individu.
- 2) Segala jenis vitamin harus terkandung dalam menu makanan sehari-hari.
- 3) Harus cukup mengandung mineral dan air.
- 4) Kebutuhan komponen-komponen makanan, seperti karbohidrat, lemak, dan protein harus seimbang.

⁷⁶Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

⁷⁷ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019.

- 5) Sebaiknya memilih makanan yang mudah dicerna oleh alat-alat pencernaan.
- 6) Tidak bersifat meracuni, termasuk tidak mengandung peptisida dan harus bersih higienis.
- 7) Jumlah harus secukupnya jangan berlebihan dan jangan kekurangan.
- 8) Makanan maupun minuman tidak boleh terlalu panas karena yang demikian akan menyebabkan kesehatan yang tidak baik termasuk untuk kesehatan gigi geligi.
- 9) Makanan bisa dibentuk secara menarik dan enak rasanya.⁷⁸

Jenis Menu makanan sehat yang dibawakan orang tua dari rumah untuk bekal anak sekolah berbagai macam seperti nugget, lauk pauk (tempe, tahu, ikan, daging), sayur bening, buah-buahan. Selain menyiapkan orang tua atau wali murid Kelompok Bermain munda memilih bahan makanan yang baik dan menjaga kebersihannya.

Bahan Makanan terbagi menjadi beberapa kelompok:

- 1) Bahan Makanan nabati yaitu bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan seperti sayuran.
- 2) Bahan makanan Heawani yaitu bahan makanan yang berasal dari hewan seperti telur.⁷⁹

⁷⁸ Hesti Widuri, *Komponen Gizi dan Bahan Makanan Untuk Kesehatan*, (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2013), hlm. 173-174.

3) Bahan Makanan Olahan adalah makanan yang sudah mengalami proses pengolahan baik yang berasal dari kelompok makanan nabati maupun hewani. Seperti keju dan susu.

Selain itu orang tua atau wali murid kelompok bermain munda selalu memvariasikan makanan atau makanan selingan tidak harus makan nasi. seperti Roti, kentang atau cemilan yang riingan untuk anak-anak.

Bahan makanan pokok dan selingan.Indonesia mengenal beras sebagai bahan makanan pokok, beras mengandung magnesium, fosfor, seng, tembaga dan potassium. Beras termasuk golongan serealia atau padi-padian selain terigu dan jagung merupakan bahan makanan sumber karbohidrat. Selain bahan makanan yang sudah disebutkan, masih terdapat kentang, yang konsumsinya pada balita dianjurkan, karena kentang paling mudah dicernadan rasanya yang lezat.⁸⁰

b. Kebutuhan gizi

Kebutuhan gizi anak di kelompok bermain munda cukup baik dilihat dari pembawaan bekal makanan atau lunch box setiap harinya. seperti Karbohidrat (nasi, mie,

⁷⁹Tim Bina Karya SMK, *Ilmu Lengkap Bahan Makanan*, (Bantul: Indoeduka, 2017), hlm. 1.

⁸⁰Henny Nuraini, *Memilih & Membuat Jajanan Anak Yang Sehat dan Halal*, (Jakarta: Qultum Media, 2007), hlm. 12.

roti), protein (daging, telur, ikan, susu, tempe, tahu dan hasil olahan), vitamin (Buah, sayur dan hasil olahan), dan mineral/Air.⁸¹

Gizi Seimbang untuk Anak usia 2-5 tahun

Kebutuhan zat gizi anak pada usia 2-5 tahun meningkat karena masih berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya tinggi. Demikian juga anak sudah mempunyai pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan. Oleh karena itu jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus dari ibu atau pengasuh anak, terutama dalam “memenangkan” pilihan anak agar memilih makanan yang bergizi seimbang. Disamping itu anak pada usia ini sering keluar rumah sehingga mudah terkena penyakit infeksi dan kecacingan, sehingga perilaku hidup bersih perlu dibiasakan untuk mencegahnya.⁸²

Pada Anak Prasekolah Masa prasekolah merupakan bagian dari masa kanak-kanak. Masa Kanak-kanak meliputi masa kanak-kanak awal dan masa kanak-kanak akhir. Masa Prasekolah adalah masa peralihan antara masa bayi dan masa anak sekolah. Anak pada usia ini dalam menjalani tumbuh kembangnya membutuhkan zat gizi yang esensial mencakup protein, lemak, karbohidrat,

⁸¹ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

⁸² Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*, ...hlm. 9.

mineral, vitamin, dan air yang harus dikonsumsi secara seimbang.

Anak usia ini memerlukan kalori sebesar 50 kkal per kg berat badan. Anak-anak di setiap tahapan usia membutuhkan penanganan berbeda seiring dengan pertumbuhannya. Hal ini disebabkan oleh pada setiap tahapan pertumbuhan, karakter anak berbeda-beda sehingga penyesuaian kebutuhan anak di setiap tahapan usia sangat penting guna menghadirkan pertumbuhan optimal.

Berdasarkan Gambaran tersebut, maka tujuan pemberian nutrisi pada Anak pra sekolah adalah:

- 1) Untuk membangun tubuh/ memelihara dan memperbaiki bagian-bagian tubuh yang rusak (zat pembangun; misalnya protein, mineral, dan air);
- 2) Untuk memberi tenaga (zat tenaga; misalnya lemak, karbohidrat, dan protein);
- 3) Untuk mengatur pekerjaan tubuh (zat pengatur; misalnya vitamin, air, dan mineral).⁸³

c. Kegiatan Lunch Box

Anak-anak kelompok bermain mandu dibiasakan sama gurunya selalu mandiri ketika makan. Gurunya

⁸³ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 147.

selalu mengingatkan kalau makan harus duduk, dihabiskan dulu makannya setelah itu bermain.⁸⁴

Menurut Hindah Muaris bentuk makanan bekal anak harus praktis, baik dalam bentuk olahannya, kemasannya, maupun cara memakannya. Yang lebih penting harus tetap mengandung nilai gizi yang lengkap. Jadi sebaiknya bentuk makanan bekal anak sekolah adalah “one dish meal” atau hidangan satu piring. Artinya dalam satu hidangan sudah lengkap kandungan zat gizinya, yaitu mencakup karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral.⁸⁵

Dari pengertian diatas Bekal Makanan dapat diartikan sebagai sesuatu yang disediakan untuk digunakan dalam perjalanan berupa bahan yang berasal dari hewan atau tumbuhan dan bersifat praktis, baik dalam bentuk, olahannya, kemasannya, maupun cara memakannya.

1) Manfaat Bekal Makanan

- a. Mencegah anak untuk tidak jajan sembarangan
- b. Menjamin mutu kebersihan dan nilai gizi makanan
- c. Membuat anak lebih paham tentang makanan

⁸⁴ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

⁸⁵ Hindah Muaris, *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hlm. 8.

- d. Membiasakan membawa bekal makanan pada saat sekolah merupakan gaya hidup yang baik
- e. Membawa bekal makanan dapat menjadikan suasana yang menyenangkan
- f. Dapat mendidik anak mengetahui jenis makanan yang ia makan⁸⁶

2) Pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui kegiatan lunch box diKelompok Bermain Manda Tahun 2019

Untuk meningkatkan pemahaman orang tua dikelompok bermain manda pihak sekolah mengadakan seminar parenting. faktor yang mempengaruhi tingkat pemahaman orang tua.

a) Kesadaran Orang Tua

Kesadaran orang tua dapat dilihat dari pembawaan Lunch box makanan yang baik dikonsumsi anak disekolahan, rutin menimbang dan mengukur berat badan diposyandu terdekat dan mempunyai buku posyandu atau kms sehingga bisa memantau perkembangan anak dengan baik.⁸⁷

⁸⁶ Hindah Muaris, *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hlm. 6-7.

⁸⁷ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019.

Kartu Menuju Sehat

Pertumbuhan merupakan parameter kesehatan gizi yang cukup peka untuk dipergunakan dalam menilai kesehatan anak terutama anak bayi dan balita. Dalam upaya memonitor kesehatan gizi anak ini dipergunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) di pusat kesehatan masyarakat (puskesmas) maupun di klinik kesehatan anak dan psyanu di wilayah-wilayah Indonesia.

Dalam KMS terdapat jalur-jalur berwarna yang menunjukkan derajat kesehatan anak tersebut dari sudut gizi. Anak sehat digambarkan dengan jalur berat badan yang berwarna hijau. Anak yang sedang diteliti dicatat umurnya dan ditimbang berat badannya. Data yang didapat ditempatkan pada jalur KMS. Anak sehat akan memperlihatkan grafik pertumbuhan yang terletak didalam jalur hijau, kalau garis grafik menurun keluar dari jalur hijau berarti ada sesuatu yang tidak beres dengan pertumbuhan anak tersebut.

Dengan melihat KMS si Ibu atau mereka yang bertanggung jawab atas pemeliharanya akan segera mengetahui kondisi kesehatan anak

tersebut. Kalau kurva pertumbuhan masih dijalur hijau anak tersebut dalam kondisi kesehatan gizi baik, dan bila menurun ke daerah jalur kuning menunjukkan daerah kurang, kalori dan protein (KKP) ringan, jadi anak mulai memperlihatkan gangguan pertumbuhan ringan. Bila keadaan anak lebih jelek lagi garis kurva pertumbuhan anak akan meurun lagi ke daerah dibawah garis merah. Daerah dibawah garis merah ini menunjukkan KKP berat. Disini anak sudah jelas menderita gizi kurang dan terganggu kesehatannya.

Pada KMS dicatat pula segala keterangan lain mengenai kesehatan anak dan tindakan pemeliharaan kesehatan yang harus ataupun yang sudah dilaksanakan, seperti jadwal vaksinasi dan sebagainya.⁸⁸

Pesan Gizi Seimbang untuk Anak Usia 2 – 5 Tahun

- 1) Biasakan makan 3 kali sehari (pagi, siang dan malam) bersama keluarga

⁸⁸ Ahmad Jauhari, *Dasar-dasar Ilmu Gizi*, (Yogyakarta: Jaya Ilmu, 2015), hlm. 248-251.

- 2) Perbanyak mengonsumsi makanan kaya protein seperti ikan, telur, tempe, susu dan tahu.
- 3) Perbanyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
- 4) Batasi mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin dan berlemak.
- 5) Minumlah air putih sesuai kebutuhan.
- 6) Biasakan bermain bersama dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.⁸⁹

c. Pemenuhan Gizi Anak

Kelompok bermain manda mempunyai dua program yaitu setiap hari anak wajib membawa bekal makanan dan setiap satu bulan sekali kelompok bermain manda mengadakan makan bersama.

Bekal adalah sesuatu yang disediakan (seperti makanan, uang) untuk digunakan dalam perjalanan atau sesuatu yang dapat digunakan kelak apabila perlu.⁹⁰ Sedangkan Makanan merupakan bahan yang berasal dari hewan atau

⁸⁹ Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*, (Jakarta: 2014). hlm. 31-36.

⁹⁰ Pusat Bahasa Indonesia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: PT Grandmedia Pustaka Utama, 1990), hlm.

tumbuhan yang dibutuhkan oleh makhluk hidup untuk memperoleh asupan nutrisi dan tenaga.⁹¹

Kriteria Pemenuhan Gizi

Ada beberapa cara untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur dengan pemantauan berat badan dan juga tinggi badannya, salah satunya dengan mengetahui hasil pengukuran dicocokkan dengan tabel angka kecukupan gizi sehingga status gizi anak dapat diketahui.

Angka Kecukupan Gizi Anak Usia 1-3 Tahun

Berat Badan	13 Kg
Tinggi Badan	91 Cm
Energi	1125 Kkal
Protein	25 Gram
Lemak	44 Gram
Karbohidrat	155 Gram
Serat	16 Gram
Air	1200 mL

Tabel AKG Berdasarkan Permenkes No 75 Tahun 2013

⁹¹ Tim Bina Karya SMK, *Ilmu Lengkap Bahan Makanan*, (Bantul: Indoeduka, 2017), hlm 1.

Angka Kecukupan Gizi Anak Usia 4-6 Tahun

Berat Badan	19 Kg
Tinggi Badan	112 Cm
Energi	1600 Kkal
Protein	35 Gram
Lemak	62 Gram
Karbohidrat	220 Gram
Serat	22 Gram
Air	1500 mL

Tabel AKG Berdasarkan Permenkes No 75 Tahun 2013⁹²

Berdasarkan tabel diatas dijelaskan bahwa dalam perkembangan dan peryumbuhan anak ada beberapa kriteria yang ditampilkan untuk mengetahui tumbuh kembang anak dan kecukupan gizi anak apakah sudah sesuai dengan tahap perkembangan atau tidak, keadaan tersebut bisa dilihat dari berat badan, tinggi badan, jumlah energi, protein, lemak dan sebagainya yang didapatkan dari asupan makanan dan dicocokkan dengan tabel yang sudah disediakan, sehingga pertumbuhan dan status gizi anak bisa terpantau dengan baik.

⁹² Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa.

Pelaksanaan kegiatan pengukuran tinggi badan dan berat badan dikelompok bermain manda

. Karena anak-anaknya ketika dikasih pengumuman oleh gurunya tidak ada anak yang takut sama sekali. Anak-anak sangat antusias ketika dipanggil maju persatu untuk pengukuran berat badan sembari menunggu anak-anak bermain edukatif didalam kelas seperti bermain balok. Setelah giliran pengukuran tinggi badan anak-anak menuju penimbangan berat badan, anak-anak banyak yang bertanya rasa ingin tahunya tingi.Raut wajah anak-anak dikelompok bermain manda rata-rata ceria.Ada beberapa anak yang moodnya suka naik turun. 93

Parameter Status Gizi Anak

Ada beberapa jenis parameter yang dilakukan untuk mengukur tubuh manusia yaitu:

1) Umur

Faktor umur sangat penting dalam penentuan status gizi. Hasil pengukuran berat badan dan

⁹³ Hasil Observasi di Kelompok Bermain Manda tanggal 18 Juli 2019

panjang tidak akan berarti kalau penentuan umur yang salah, batasan umur yang digunakan adalah tahun penuh dan untuk anak 0-24 bulan digunakan bulan penuh. Contoh: bulan usia penuh, umur 4 bulan 5 hari dihitung 4 bulan, dan 3 bulan 27 hari dihitung 3 bulan.

2) Berat badan

Berat badan Merupakan pengukuran yang terpenting pada bayi baru lahir dan hal ini digunakan menentukan apakah bayi termasuk normal atau tidak. Berat badan sebagai indikator yang terbaik pada saat untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang.

3) Tinggi badan

Tinggi badan merupakan ukuran antropometri kedua yang cukup penting. Keistimewaannya bahwa ukuran tinggi badan akan meningkat terus pada waktu pertumbuhan sampai mencapai tinggi yang optimal.

4) Lingkar kepala

Lingkar kepala dipakai untuk mengetahui volume intracranial dan dipakai untuk menaksir pertumbuhan otak. Apabila kepala tumbuh

tidak normal maka kepala akan mengecil dan menunjukkan retardasi mental sebaliknya bila kepala membesar kemungkinan ada penyumbatan aliran cerebrospinal seperti hidrosepalus yang akan meningkatkan volume kapala.

5) Lingkar lengan atas

Pengukuran ini mencerminkan tumbuh kembang jaringan lemak dan otot yang tidak berpengaruh oleh keadaan cairan tubuh dibandingkan berat badan.

6) Lipatan kulit

Tebalnya lipatan kulit bagian triseps dan subskapular menggambarkan refleksi tumbuh kembang jaringan lemak dibawah kulit yang mencerminkan kecukupan energi.⁹⁴

Faktor yang mempengaruhi gizi pada Anak Prasekolah

Terdapat dua faktor yang memengaruhi gizi pertumbuhan dan perkembangan anak usia bilta, yaitu faktor internal dan eksternal

1) Faktor Internal yang Memengaruhi Gizi Perumbuhan dan Perkembangan Anak

⁹⁴ Hasdianah dkk, *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), hlm. 34-36

Faktor internal, antara lain kesehatan dan asupan zat gizi ibu hamil semasa pre-natal (masa janin) dan asupan zat gizi anak usia balita semasa post-natal (masa setelah lahir).

2) Faktor Eksternal yang Memengaruhi Gizi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Adapun faktor eksternal, antara lain: 1) keluarga: kemiskinan, pendidikan, pola asuh dalam pemberian makan, dan perilaku hidup bersih dan sehat, 2) lingkungan: budaya, sumber daya lingkungan, pelayanan kesehatan, sanitasi lingkungan, dan ketersediaan air bersih, serta 3) pemerintah: kebijakan pemerintah dalam bidang kesehatan, pangan, ekonomi, dan politik.⁹⁵

Anak prasekolah belum mampu memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri, sehingga masih tergantung pada orang tua atau dewasa.

Pada pemenuhan gizi seorang balita, ibu memegang peranan yang sangat penting. Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak, orang pertama yang berhubungan dengan anak,

⁹⁵ Rusilanti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 162.

dan yang memberikan alokasi waktu lebih banyak dalam pengasuhan anak.⁹⁶

pemenuhan kebutuhan dasar anak baik dan cukup, serta perkembangan anak yaitu motorik halus, motorik kasar, bahasa dan personal sosial perkembangannya cepat, normal, peringatan, terlambat dan tak ada kesempatan.⁹⁷

Pemahaman orangtua untuk pemenuhan gizi yang baik dapat meningkatkan status gizi anak, diantaranya:

- 1) Pengetahuan yang baik tentang gizi balita.
- 2) Menyiapkan hidangan dan mutu makanan yang disajikan untuk anggota keluarga termasuk balita.⁹⁸
- 3) Memiliki kemauan dan keinginan untuk mencegah masalah gizi pada anak.
- 4) Ketersediaan dan keterjangkauan Pelayanan Kesehatan.

⁹⁶ Sanny Rachmawati Setyaningsih, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita*, Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17, No. 3, November 2014, hlm 89.

⁹⁷ Ayu Thabita Agustus Werdiningsih dan Kili Astarani, *Peran Ibu Dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak Terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah*, Jurnal STIKES Volume 5, No. 1, Juli 2012, hlm 86.

⁹⁸ Sanny Rachmawati Setyaningsih dan Nur Agustini, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita*, Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17, No. 3, November 2014, hlm 89.

- 5) Penghasilan yang memadai, dapat memfasilitasi perilaku Ibu dalam memenuhi gizi anak.
- 6) Dukungan pemenuhan gizi dari Keluarga, kader posyandu, tokoh masyarakat.⁹⁹

Pemahaman orang tua dalam memenuhi gizi anak dikelompokkan bermain mandu secara keseluruhan baik dan rata-rata memahami pemenuhan gizi anak baik dari pembawaan lunch box dan pemeriksaan kesehatan anak yang rutin diposyandu atau pusat kesehatan disekitar rumah, dapat dilihat dari hasil observasi dan wawancara.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti disadari adanya kesalahan dan kekurangan yang disebabkan adanya keterbatasan-keterbatasan. Adapun keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain sebagai berikut:

1. Keterbatasan waktu

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti sangat dibatasi dengan waktu, karena penelitian yang peneliti laksanakan hanya sebatas yang berhubungan dengan penelitian saja, sehingga peneliti juga menyesuaikan jadwal yang peneliti fokuskan dalam melaksanakan penelitian.

⁹⁹ Sanny Rachmawati Setyaningsih dan Nur Agustini, *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Gizi Balita,...*, hlm 92.

2. Keterbatasan kemampuan

Selain itu, peneliti juga mempunyai keterbatasan dalam kemampuan yang peneliti laksanakan. Kemampuan langsung maupun tidak langsung. Artinya kemampuan langsung yang menjadi keterbatasan adalah memahami lingkungan penelitian, sedangkan keterbatasan kemampuan tidak langsung peneliti adalah kemampuan dalam memahami karya ilmiah. Meski demikian, peneliti tetap berusaha memperhatikan dan memenuhi syarat-syarat dalam penelitian.

3. Keterbatasan biaya

Keterbatasan yang dialami peneliti juga pada biaya, karena biaya salah satu faktor terpenting juga dalam proses penelitian yang baik. Selain itu dengan biaya juga dapat menjadi pendukung penelitian yang peneliti laksanakan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data tentang Pemahaman Orang Tua tentang Pemenuhan Gizi anak diKelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang dapat disimpulkan sebagai berikut.

Pertama, Kegiatan pemenuhan gizi melalui lunch box di kelompok bermain Manda baik.Bisa dilihat dari jenis makanan lunch box anakyang sudah Mencakup 4 sehat 5 sempurna, Kebutuhan gizi anak di kelompok bermain manda cukup baik terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Kegiatan ini sangat efektif dilakukan karena mempermudah pembawaan makanan dan anak menjadi mandiri. Guru kelompok bermain manda cukup kreatif dalam memberikan lunch box pada anak.

Kedua, Pemahaman orang tua dalam pemenuhan gizi anak tentunya orang tua dimulai dari Kesadaran orang tua untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal melalui pemenuhan gizi melalui lunch box dan pemenuhan gizi melalui pengecekan kesehatan anak yang bekerja sama dengan pihak puskesmas tambak aji. Guru dan orang tua pasti mempunyai kendala untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang berbeda-beda.Secara garis besar orang tua sudah memahami tentang pemenuhan gizi anak.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan tentang Pemahaman Orang Tua tentang Pemenuhan Gizi anak diKelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang. Peneliti mengajukan beberapa saran untuk diKelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang:

1. Orang Tua

Orang tua sebaiknya harus rutin memeriksakan kesehatan anak keposyandu untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan anak. Karena anakumur 2-5 tahun butuh perhatian khusus, anak masih rentan terkenap enyakit.

2. Pendidik

Dalam melaksanakan kegiatan makan bersama guru/pendidik sebaiknya mempertimbangkan jajanan yang instan. Diselang-selingi dengan makanan berat, sedang, ringan tetapi tetap memperhatikan asupan gizi yang baik untuk anak sesuai dengan umurnya. Pendidik juga harus sering mengadakan seminar parenting

C. Kata Penutup

Penulis menyadari banyak kekurangan dalam penulisan skripsi Pemahaman Orang Tua tentang Pemenuhan Gizi anak diKelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang. Karena pada dasarnya kesempurnaan hanya milik Allah Swt. Oleh karena itu kritik dan saran yang mendukung sangat penting

untuk penulis kedepannya. Meskipun belum sempurna, semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan bagi semuanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, Asmoro. 2008. *Makanan Halalan Thoyyiban*, Semarang: Puslit IAIN Walisongo Semarang.
- Adam, Panji. *Kedudukan Sertifikasi Halal Dalam Sistem Hukum Nasional Sebagai Upaya Perlindungan Konsumen Dalam Hukum Islam*. Jurnal Amwaluna. Vol 1. No 1. Januari 2017.
- Adriana, Dian. 2017. *Tumbuh Kembang dan Terapi Pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Adriani, Merryana dan Bambang Wijatmadi. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Prenada. Media Group.
- Al Quran Surah Al-Baqarah ayat 168. Semarang: Al Waah Jln Margoyoso III no 17.
- Almatsier, Sunita. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, Suharsimi. 1991. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Badan POM RI. 2013. *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Jakarta : Direktorat SPP. Deputi III. Badan POM RI.
- Danim, Sudarwan. 2002. *Menjadi Peneliti Kualitatif*. (Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Furkon, Leily Amalia. 2013. *Ilmu Kesehatan dan Gizi*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

- Hasan, Maimunah. 2009. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Diva Press.
- Hasdianah dkk. 2014. *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Helmawati. 2014. *Pendidikan Keluarga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Imam, Bernadib. 1987. *Filsafat Pendidikan*. Yogyakarta: Andi Effect.
- Istiyani, Ari dan Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Jauhari, Ahmad. 2015. *Dasar-dasar Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Jaya Ilmu.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.
- L, Johnson & Leny R. 2010. *Keperawatan Keluarga*. Jogjakarta: Nuha Medika.
- Lalage, Zerlina. 2013. *Menu Bayi Balita Sehat dan Lezat*, Klaten: Abata Press cet. I.
- Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa.
- Latif, Mukhtar dkk. 2013. *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Prenadamedia Groub.
- Mansur. 2005. *Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Mardiastuti, Aprilia, *Syariat Makan Minum dalam Islam*. Jurnal Living Hadis. Vol 1. No 1. Mei 2016.
- Marmi. 2013. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Marwanti, Kokom Komariah. 2010. *Pemantapan dan Pengembangan Pengetahuan Menu dan Resep*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Moleong, Lexi J. 2005. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Muaris, Hindah. 2006. *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Muhsin. *Peningkatan Kemampuan Pemahaman Dan Pemecahan Masalah Matematis Melalui Pembelajaran Dengan Pendekatan Kontekstual*. Jurnal Peluang. Volume 2. Nomor 1. Oktober 2013.
- Mursid. 2015. *Belajar dan Pembelajaran Paud*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nuraini, Henny. 2007. *Memilih & Membuat Jajanan Anak Yang Sehat dan Halal*. Jakarta: Qultum Media.
- Padjrin, *Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam*. Jurnal Intelektualita (Program Pascasarjana UIN Raden Fatah Palembang). Vol 5. No 1. Juni 2016.
- Pasal 1 angka 5 PP No. 69 Tahun 1999 tentang Label dan Iklan.
- Pulungan, Enny Nazrah. *Perananan Orang Tua Dalam Mengajarkan Pendidikan Shalat Pada Anak Sejak Usia Dini*. Jurnal

Raudhah (PIAUD UIN Sumatera Utara). Vol 06. No 1. Januari-juni 2018. ISSN: 2338-2163.

Pusat Bahas Indonesia. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Jakarta: PT Grandmedia Pustaka Utama.

Rusilanti, dkk. 2015. *Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Santoso, Soegeng dan Anne Lies Ranti. 2013. *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sibagariang, Eva Ellya. 2010. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: CV Trans Info Media.

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Suyadi dan Maulidya Ulfa. 2013. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Syahr, Ahmad H. 2016. *Petunjuk Memilih Makanan Secara Islam*. Bandung: Penerbit Nuansa. Cet III.

Tejasari. 2005. *Nilai Gizi Pangan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Thalip, M. *Pola Asuh Orang Tua Perspektif Konseling dan Al-Quran*. Jurnal Hunafa (Jurusan Dakwah STAIN Datokaroma Palu). Vol 4. No 4. Desember 2007: 321-332.

Tim Bina Karya SMK. 2017. *Ilmu Lengkap Bahan Makanan*. Bantul: Indoeduka.

Tirtawinata, Tien Ch. 2006. *Makanan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Ilmu Gizi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Widuri, Hesti. 2013. *Komponen Gizi dan Bahan Makanan Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Yulaelawati, Ella. 2007. *Kurikulum dan Pembelajaran Filosofi, Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Pakar Karya.

LAMPIRAN 1

Instrumen Penelitian

No	Variabel	Nomor Urut Wawancara	
		Orang tua	Guru
1	Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak		
	a. Kesadaran Orang Tua	1-5	1-5
	b. Pemenuhan Gizi Anak	6-11	6-10
2	Kegiatan Lunch Box		
	a. Kebutuhan Gizi Anak	2-3	3
	b. Jenis Menu makanan sehat	4	1
	c. Kegiatan lunch box	5-6	2,4- 6

1. Pemahaman Tentang Pemenuhan Gizi Anak

a) Kesadaran Orang Tua

Kesadaran orang tua bisa dilihat dari Pengetahuan yang baik tentang gizi anak. Mencari informasi tentang kebutuhan gizi anak, bagaimana tumbuh kembang anak yang baik, bagaimana kebutuhan gizi anak, bagaimana pemilihan makanan yang bergizi untuk anak. Tips mengatur pola makan yang teratur dan baik untuk makan setiap harinya.

b) Pemenuhan gizi Anak

Orang tua dan pendidik selalu memantau gizi anak dirumah dan disekolahan. Kemudian Ketersediaan, keterjangkauan pelayanan kesehatan dan dukungan dari keluarga, sekolah, tokoh masyarakat setempat untuk memantau pertumbuhan dan kesehatan anak secara teratur

2. Kegiatan Lunch Box

a) Kebutuhan Gizi

Mempersiapkan hidangan untuk bekal makanan anak disekolahan yang terdiri dari nasi, lauk-pauk, sayur-mayur, ikan, telur, buah dan susu. Semua itu tersusun dalam piramida gizi seimbang yang mengandung karbohidrat, protein, mineral.

b) Jenis Menu makanan sehat

Jenis Menu makanan sehat untuk anak tidak mengandung msg yang berlebihan, makanan anak tidak mengandung bahan buatan kimia, menu makanan sehat anak bahannya yang akan digunakan harus fresh.

c) Kegiatan lunch box

Respon anak senang ketika membawa bekal makanan atau lunch box dan pembiasaan lunch box ini sangat berpengaruh dengan kemandirian, kedisiplinan, dan tanggung jawab.

LAMPIRAN 2

PEDOMAN WAWANCARA KEPALA SEKOLAH TENTANG LATAR BELAKANG SEKOLAH DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal :
Tempat :
Responden : Kepala Kelompok Bermain Manda
Tema : Latar Belakang Sekolah

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Bagaimana sejarah berdirinya Kelompok Bermain Manda?
2. Apa visi, misi, dan tujuan Kelompok Bermain Manda?
3. Apa saja sarana dan prasarana yang ada di Kelompok Bermain Manda?
4. Berapa jumlah pendidik dan peserta didik di Kelompok Bermain Manda?
5. Bagaimana proses kegiatan belajar mengajar di Kelompok Bermain Manda?
6. Kurikulum apa yang di gunakan di Kelompok Bermain Manda?
7. Bagaimana Kegiatan Pemenuhan Gizi anak melalui lunch box di Kelompok Bermain Manda?
8. Apakah jenis menu makanan di Kelompok Bermain Manda Bervariasi?
9. Bagaimana kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda?
10. Bagaimana pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak dikelompok bermain manda?

LAMPIRAN 3

PEDOMAN WAWANCARA ORANG TUA PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal :
Tempat :
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?
2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?
3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?
4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?
5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?
6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?
7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?
8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?
9. Apakah orang tua rutin memeriksa kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?
10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?
11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

LAMPIRAN 4

PEDOMAN WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal :
Tempat :
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?
2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?
3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?
4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?
5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?
6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?
7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

LAMPIRAN 5

PEDOMAN WAWANCARA GURU TENTANG PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal :

Tempat :

Responden : Guru Kelompok Bermain Manda

Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Apakah pihak Sekolah Kelompok Bermain Manda mengadakan seminar untuk meningkatkan pemahaman orang tua? Bagaimana caranya?
2. Bagaimana guru memberi pemahaman terhadap Orang Tua Tentang pemenuhan gizi?
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat pemahaman Orang Tua?
4. Kapan Kegiatan Pemenuhan gizi diadakan? Bagaimana cara memperhatikan gizi seimbang anak?
5. Apa tujuan pemberian nutrisi pada anak balita/ pra sekolah?
6. Apakah pihak kelompok bermain Manda bekerja sama dengan puskesmas kecamatan setempat ?
7. Bagaimana kegiatan pemeriksaan keseharian pada anak yang dilakukan di kelompok bermain manda?
8. Apakah yang dilakukan guru ketika anak belum memenuhi gizi yang baik?
9. Bagaimana cara mencapai target peningkatan pemenuhan gizi anak dalam waktu tertentu?
10. Apakah ada kendala guru dalam memberikan pemahaman Orang Tua Tentang gizi?

LAMPIRAN 6

PEDOMAN WAWANCARA GURU KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal :
Tempat :
Responden : GuruKelompok Bermain Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Bagaimana tips guru memberikan makanan melalui lunch box untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?
2. Kapan Kegiatan Lunch Box dilaksanakan dan Bagaimana cara membiasakan anak anak untuk membawa lunch box dari rumah?
3. Bagaimana cara mempersiapkan lunch box yang sehat dan baik dari pihak sekolah Manda?
4. Apakah orang tua dilibatkan dalam menyajikan makanan ketika ada program lunch box disekolah?
5. Bagaimana respon Orang Tua dalam kegiatan lunch box?
6. Seberapa efektif kegiatan lunch box dalam pemenuhan gizi?
7. Apa kendala program kegiatan lunch box?

LAMPIRAN 7

PEDOMAN OBSERVASI PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

1. Pelaksanaan kegiatan Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan anak di Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang.
2. Penerapan jenis-jenis menu makanan sehat pada kegiatan Lunch Box.
3. Pelaksanaan kegiatan Lunch box di Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang.
4. Problematika yang dihadapi guru dalam pelaksanaan Pemenuhan gizi anak melalui lunch box.

LAMPIRAN 8

PEDOMAN DOKUMENTASI PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

A. Melalui Arsip Tertulis :

1. Arsip Tentang Perkembangan Anak
2. Arsip Tentang Kesehatan Anak
3. Jadwal kegiatan Makan Bersama
4. Kartu Menuju Sehat atau Buku Posyandu

B. Foto :

1. Bagunanan fisik Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang
2. Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Anak
3. Kegiatan Pemenuhan gizi melalui Lunch Box
4. Foto kegiatan Wawancara Guru dan Orang Tua
5. Foto kegiatan parenting

LAMPIRAN 9

HASIL TRANSKIP WAWANCARA KEPALA SEKOLAH TENTANG LATAR BELAKANG SEKOLAH DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

Hari / Tanggal : Selasa / 20 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Kepala Kelompok Bermain Manda
Tema : Latar Belakang Sekolah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Bagaimana sejarah berdirinya Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Yayasan Lembaga Pendidikan Islam NU Manbaul Huda Wonosari (KB-RA MANDA) ini mendirikan TK (dibawah naungan Diknas) atau RA (di bawah naungan Kemenag). KB-RA Manda letaknya sangat strategis, yaitu di Jl. Koptu Suyono RT. 02/V Wonosari Ngaliyan Semarang 50186 Ph. 081325913957 tepatnya belakang pasar Mangkang.

Yayasan Pendidikan KB-RA MANDA, didirikan pada tahun 2018, Tokoh masyarakat yang berperan dalam pendirian KB-RA ini antara lain Drs. Sahli, Kyai Turmudzi, H. Nur Ihsan, H. Nakhrowi, Ambarwati. Cikal bakal pendirian KB-RA terus bergulir. pada izin operasional Kelompok Bermain MANDA akhirnya turun pada tahun 2011. Pada awal-awal pendirian, jumlah siswa yang sekolah di Kelompok Bermain ini hanya 11 anak. Pada tahun ajaran 2019/2020 jumlah siswa Kelompok Bermain MANDA 13 anak.

2. Apa visi, misi, dan tujuan Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Visi

Terwujudnya generasi muslim yang berkepribadian islami, berakhlak mulia, cerdas, sehat, ceria, dan mandiri.

Misi

- 1) Membiasakan peserta didik untuk berperilaku islami
- 2) Membentuk karakter peserta didik berbudi luhur
- 3) Mengajak peserta didik untuk berfikir kritis dan logis
- 4) Melakukan dan meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat
- 5) Mengadakan pembelajaran kreatif dan menyenangkan

Tujuan

Merujuk pada tujuan pendidikan kelompok bermain tersebut, tujuan kelompok bermain Manda adalah sebagai berikut :

- 1) Terwujudnya peserta didik yang islami
 - 2) Menumbuhkan sikap dan perilaku yang baik
 - 3) Menanamkan disiplin peserta didik
 - 4) Mengembangkan berbagai potensi peserta didik baik psikis maupun fisik
 - 5) Mengembangkan kemandirian dan seni untuk siap memasuki pendidikan selanjutnya
3. Apa saja sarana dan prasarana yang ada di Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Kita karena satu bangunan dengan RA MANDA jadinya sarana atau prasarannya ada yang dipakai bersama, seperti Ruang , Ruang guru, kantor, gudang, kamar mandi, ayunan dan bola dunia. Yang tidak digunakan secara bersamaan yaitu ruang kelas, puzzle, balok, bola, pasir kinestetik dan masih banyak lagi permainan anak kelompok bermain lainnya tentunya mainnya juga edukatif.

4. Berapa jumlah pendidik dan peserta didik di Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

diKelompok Bermaian sendiri mempunyai dua orang pendidik yaitu ada Ibu Via Elmila saya sendiri sebagai kepala sekolah juga merangkap jadi guru utama, dan satu guru lainnya bernama Ibu Ana sebagai guru pendamping Kelompok Bermaian juga merangkap menjadi wali kelas RA MANDA di

kelas A2. Peserta didik kelompok bermain Manda berjumlah 13 anak, dari tahun 2011 samapai sekarang 2019 jumlah peserta didiknya selalu naik turun dan angkatan yang terbanyak siswanya tahun ajaran 2018/2019.

5. Bagaimana proses kegiatan belajar mengajar di Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Proses kegiatan belajar mengajar dikelompok bermain manda seperti pada umumnya dengan paud lainnya. Yang pertama setelah ada waktu bel masuk kelas anak-anak diwajibkan Baris berbaris dahulu supaya anak-anak tertanam kedisiplinan sambil mengucapkan ikrar, dan menyanyikan lagu lonceng berbunyi. Yang kedua anak-anak ketika akan masuk kelas sudah dikomandoni oleh gurunya baris yang rapi untuk membiasakan salim dan mengucapkan Assalamualaikum. Setelah itu anak-anak duduk rapi kaki disilah menghadap bugurunya kemudian bersama-sama membaca doa sebelum belajar, salam, menyanyi dan tepuk. Selanjutnya memasuki proses pembelajaran anak-anak dikasih pengertian dari gurunya sekarang belajar apa dimulai dari tema, sub tema, dan sub-subtemanya sampai anak faham. Setelah belajar dan bermain selama 45 menit anak diperbolehkan istirahat dengan memakan bekal makanan yang dibawakan ibunya tidak diperkenankan jajan sembarangan diluar kelompok bermain karena itu diluar tanggung jawab pihak kelompok bermain serta boleh bermain. Setelah istirahat kurang lebih 15 menit anak-anak Evaluasi tentang apa yang diperoleh anak dan apakah senang belajar hari ini. Stelah itu persiapan pulang anak-anak memakai tas punggungnya dan bersiap untuk pulang kemudian membaca surat al-ashr, doa keluar ruangan dan doa naik kendaraan.

6. Kurikulum apa yang di gunakan di Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Kelompok bermain manda menggunakan kurikulum K13, dulu sempat menggunakan kurikulum KTSP karena kebijakan pemerintah berubah maka kami dari pihak kelompok bermain

mengikuti aturannya. dari pihak kelompok bermain manda tidak menggunakan K13 sepenuhnya tetapi juga dikolaborasikan dengan kurikulum KTSP.

7. Bagaimana Pemenuhan Gizi anak di Kelompok Bermain Manda?

Jawab:

Kegiatan lunch box dikelompok bermain manda baik mbak, sesuai dengan aturan sekolah, anak-anak diwajibkan membawa bekal (makanan/jajan minum) dari rumah. setiap hari tidak diperkenankan beli jajan diluar kelompok bermain karena diluar tanggung jawab pihak kelompok bermain. selanjutnya anak-anak melakukan cuci tangan sebelum melakukan makan bersama. kembali kekelas kelompok bermain manda untuk membaca doa sebelum makan dan melaksanakan makan bersama dengan duduk berjejeran. Setelah makan membereskan tempat makannya sendiri kedalam tas masing-masing anak

8. Apakah jenis menu makanan di Kelompok Bermain Manda Bervariasi?

Jawab:

Alhamdulillah mbak bervariasi, anak-anak dikelompok bermain manda jenis menu makannya bermacam-macam dimulai dari tempe,tahu,sayuran,nugget, bubur,nasi, agar-agar, buah, cemilan ringan. Setiap hari juga membawa makannya berbeda dengan hari sebelumnya.

9. Bagaimana kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda?

Jawab:

Kebutuhan gizi anak dikelompok bermain manda baik mbak. Seperti biasanya ada nasi, tempe, buah, susu, air putih itu sudah termasuk golongan (Karbohidrat, protein, vitamin dan mineral).

10. Bagaimana pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak dikelompok bermain manda?

Jawab:

Pemahaman orang tua baik mbak, bisa dilihat dari pembawaan bekal makanan yang baik, pemeriksaan keehatan

anak yang rutin setiap satu bulan sekali dan mengajarkan anak pola makan yang baik serta hidup sehat seperti cuci tangan sebelum makan ataupun menjaga kebersihan disekitar lingkungan rumah ataupun sekolah.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via El Mila, S.Pd.I

Responden,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "El Mila".

Via El Mila, S.Pd.I

LAMPIRAN 10

HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUAPEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

- 1) Hari / Tanggal : Kamis / 1 Agustus 2019
Tempat :Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan
Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh : Istiqomah

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

Sebagai orang tua harus rutin untuk menimbangkan anaknya selalu memeriksa kondisi kesehatan anak dengan mengetahui berat badan dan tinggi badan anak, orangtua akan lebih mengetahui kondisi dan tau seberapa gizi yang harus diberikan disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi anaksehingga orangtuabisa mendukung tumbuh kembang anak.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Harus dengan tekun untuk memberi makanan yang bergizi, seperti memberikan gizi seimbang menambahkan sayur dan buah pada makanan anak serta kalau diperlukan ditambah dengan multivitamin untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang sangat banyak

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Menurut saya yaa memberikan makanan dan sayuran secara berganti mbak, supaya tidak bosan memilih makanan yang tinggi gizi tetapi juga tetap menjaga selera makan anak, bisa juga dengan memberikan makanan yang disukai tapi harus tetap memperhatikan tingkat kebutuhan gizi.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Makanan empat sehat lima sempurna, nasi atau mie ditambah lauk sesuai selera anak, kadang ayam daging atau tempe tahu, sayuran bisa disup atau disajikan mentah dan juga buah serta susu

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Dengan cara memberi makan anak bervariasi sesuai dengan kesukaan makanan anak, anak harus dibujuk agar mau makan sehari tiga kali sehingga pola makan anak menjadi teratur.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Alhamdulillah baik, anak saya selalu saya berikan makanan yang bergizi sesuai dengan ketentuan gizi seimbang dan diberikan multivitamin jika keadaan badan anak kurang sehat atau badan anak membutuhkan energi cukup banyak saya segera keapotik atau kedokter atau keposyandu untuk berobat ataupun berkonsultasi supaya asupan pemenuhan gizi anak terpenuhi.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Saya selalu membawakan bekal makanan, rajin berkoordinasi dengan guru perihal gizi anak, dan juga tetap memantau dari buku pemenuhan gizi yang dibuat oleh sekolah ataupun dari pihak pelayanan kesehatan dari kecamatan ngaliyan yang datang ke kelompok bermain langsung. Dari petugas kesehatan juga memberikan vitamin untuk anak jika anak kurang asupan gizinya. Biasanya vitaminnya minyak ikan,

vitamin yang ukuran kecil berwarna merah. Jika anak belum imunisasi atau cek kesehatan anak lainnya biasanya pihak petugas kesehatan yang ditugaskan disetiap sekolah atau kelompok bermain menyediakan obatnya dan melayani dengan baik.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Ketersediaan pelayanan kesehatan dirumah sangat terpenuhi dengan baik, rumah dekat dengan pelayanan kesehatan sehingga mudah untuk memeriksa kesehatan. Tidak perlu jauh-jauh ke dokter anak, dalam keadaan urgent pun kebidan terdekat dahulu kemudian jika bidan merujuk ke rumah sakit atau dokter anak saya baru mengikuti saran bidan.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Alhamdulillah Iya rutin setiap satu bulan sekali ke posyandu untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan anak saya mbak, karena jika saya tidak rutin keposyandu saya tidak akan mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak saya mbk. Apakah anak saya masih dalam koridor kesehatan yang baik atau kurang. Sebisa mungkin saya mengusahakan membawa anak saya keposyandu.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Yaaa itu mbak, Saya selalu Ke Posyandu. untuk memeriksa kesehatan anak secara berkala serta memastikan pertumbuhan anak berkembang dengan baik melalui pemeriksaan berat dan tinggi badan. menurut saya Program posyandu dari pemerintah sangat baik untuk membantu masyarakat setempat yang terkadang enggan memeriksakan anaknya setiap sebulan sekali. Seperti saya kan pengasuh uwais mbk bukan ibunya jadi uwais sudah saya anggap seperti anak saya sendiri.

Karena ibunya terlalu sibuk kerja dikantor balaikota semarang.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Apa yaa mbak..? Anak saya itu biasanya tidak mau makan dengan sayur-sayuran, sehingga pemenuhan gizi yang berasal dari sayuran menjadi agak berkurang. Maka dari itu saya sering sekali mrembujuk anak saya agar mau makan sayur terkadang saya cerita dahulu tentang apapun.

HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

- 2) Hari / Tanggal : Kamis / 1 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orang Tua/ Pengasuh : Istiqomah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Sangat sederhana saja mbak, menurut saya cukup efektif karena kita bisa memastikan pemenuhan gizi anak melalui lunch box yang kita berikan, selain bisa memberikan gizi yang baik anak juga tertarik untuk makan karena makan bersama teman-temannya.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Saya selalu memberikan makanan Menurut kesukaan anak yang diminta, jadi ada beberapa hal yang dipersiapkan salah satunya menyiapkan bahan makanan yang anak suka tapi tetap mengandung gizi yang baik. Seperti sepulang sekolah anak besok mau membawa bekal makanan apa saya usahakan membelinya biasanya slauk sayur atau nugget yang dibentuk-bentuk variasi atau snack ringan lainnya seperti agar-agar. Kemudian pagi-pagi kita mempersiapkan bekal makananya, dicuci terlebih dahulu bahan makanaan yang bisa dicuci, kemudian diolah makananya jangan sampai kematangan, kemudian persiapkan kotak makan dan tempat minumnya

tentunya sudah dibersihkan tempatnya, setelah makananya matang tiriskan tunggu sampai suhu panasnya rendah lalu masukkan kedalam tempat makannya, selanjutnya dimasukkan didalam tas anak untuk dibawa kekelompok bermain.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Saya Menyiapkan bahan makanan anak seperti Nasi,telur,nugget,ikan,ayam, dan lain sebagainya untuk dimasukkan kedalam kotak makanan atau tempat makansupaya anak tercukupi gizinya.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Dengan memberitau anak bahwa makanan yang bergizi atau sehat itu perlu untuk tubuh karena bersangkutan dengan pertumbuhan anak misalnya berat badan,tinggi badan dan supaya badan sehat selalu.Dibuat dengan hal yang menarik juga biar anak suka

5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Respon anak sangat baik tidak menolak dengan adanya kegiatan lunchbox disekolahan, mereka antusias dengan kegiatan ini karena bisa makan bersama dengan teman-temannya.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Supaya anak kalau sudah besar tahu bahwa membawa bekal makanan yang sehat adalah sangat baik selain itu juga anak bisa menghemat dan menabung tanpa harus membeli makanan yang ada diluar.

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Ya itu mbak terkadang anak juga sulit makan jika bekal makanannya tidak disukai anak, jadi harus dibujuk agar mau makan.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via *[Signature]*
Mila, S.Pd.I

The stamp is circular with the text "KB. MANDA" at the top and "WONOSARI NGALYAN" at the bottom. In the center, there is a logo featuring a soccer ball and two stylized figures. A handwritten signature in blue ink is written over the stamp.

Responden,



Istiqomah

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Istiqomah", is written above the printed name.

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

- 3) Hari / Tanggal : Rabu / 31 Juli 2019
Tempat :Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang
Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh :Maria Ulfa

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

IngsaAllah saya selalu mengawasi kebutuhan gizi anak mbk, selalu mendampingi anak melewati masa tumbuh kembangnya , dan memberikan gizi yang baik sehingga tumbuh kembang anak menjadi baik

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Apa ya mbak..? Menyediakan makanan yang bergizi karena kebutuhan anak kecil itu banyak seperti protein, vitamin, karbohidrat, lemak. Jadi saya selalu memberikan makanan yang berselang-seling ikan laut, buah-buahan,sayur-sayuran minumannya susu dan air putih.Kalau tidak orang tua yang inisiatif sendiri kasian anak saya mbak, anak umur 4 tahun belum bisa membedakan makanan dan minuman yang sehat dan baik untuk tubuhnya.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Yaa itu mbak seperti biasanya, Memilih menu 4 sehat 5 sempurna didalam buku posyandu juga ada.Saya selain buka buku biasanya mencari digoogle sudah banyak mbak tinggal kita catat kemudian bisa dibuat untuk dibawakanbekal kepada anak. Cara khususnya kalau saya memilih buah, sayur, ikan, tempe, tahu, daging yang masih baru. Tidak layu, baunya ikan masih segar, dagingnya tidak keriput serta penjualnya bersih.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Hidangan yang disajikan ke anak saya biasanya ada Nasi,sayur,lauk pauk,buah,susu. Walaupun anak saya makannya sedikit-sedikit yang penting dimakan untuk memenuhi kebutuhan asupan gizi anak saya.

5. Bagaimana tipsorang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Tipsnya Bervariasi mbak, yang pertama, selalu mengusahakan anak saya makan tidak molor banget pada waktu jam makan.Yang kedua, saya selalu mengusahakan makan 3 kali dalam sehari.yang ketiga, makanan yang disajikan selalu bergantian termasuk lauknya.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Seimbang mbak, anak saya kalau dirumah Alhamdulillah suka makan apa saja. Jadi saya masak sayuran, masak ikan laut, masak daging diolah seperti apapun mau makan asalkan masakannya tidak pedas.Anak saya juga suka makan buah apapun mbak.Alhamdulillah tidak kerepotan dalam memeuhi asupan gizi anak saya.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Menurut saya Mengamati dari bekal makanan yang saya bawakan kesekolah. Saya tahu yang dibawakan bekal makanannya itu isinya apa saja tidak perlu khawatir dengan gizinya. Jika ada makan bersama di kelompok bermain

manda, orang tua selalu dikasih tau oleh gurunya besok makan makanan yang ringan atau makan makanan yang berat.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Alhamdulillah Baik mbak pelayanan kesehatan dirumah, seperti puskesmas dan posyandu. Pelayanan kepada anak kecil maupun dewasa ramah, sehingga anak saya tidak takut jika waktu pemeriksaan di puskesmas dan di posyandupun setelah cek kesehatan supaya anak senang dikasih jajan seperti bubur kacang ijo, agar-agar, atau roti.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Iya rutin mbak Alhamdulillah, dengan memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu saya sebagai orang tua harus sadar diri kesehatan anak juga penting. Apa yang perlu dikasih anak dengan sepenuhnya. karena dari saya membawa anak keposyandu saya akan mengetahui informasi tentang kesehatan anak saya.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Kalau saya Rajin Keposyandu sebulan sekali untuk menimbang, mengukur tinggi badan dan mengecek kesehatan anak yang lainnya, dengan begitu saya sebagai orang tua mengetahui kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika tidak sempat biasanya kebidan terdekat dari rumah saya supaya tidak kelewatan memantau pertumbuhan anak saya.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Alhamdulillah Tidak adakesulitan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak mbak .

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN
LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN
2019**

- 4) Hari / Tanggal : Rabu / 31 Juli 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Maria Ulfa

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab :

Sangat Efektif mbak, Dengan membawa bekal makanan, orang tua dapat mengontrol asupan nutrisi untuk anak, menyediakan kebutuhan gizi yang sesuai, sekaligus meningkatkan energi anak. Tentu saja, untuk membuat bekal yang menarik, enak, dan kandungan gizinya terpenuhi tidak mudah untuk dilakukan. Terlebih jika anak-anak pada usia yang sekolah cenderung memilih-milih makanan yang mereka sukai.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Persiapannya ya dari mulai memilih bahan makanan yang akan dimasak atau bahan makanan yang tidak kadar luarsa. Menyimpan bahan makanan yang aman tidak mudah kering atau busuk. Mencuci bahan makanan sayur dan buah sebelum dimasak, potong-potong kecil bahan makannya supaya anak mudah untuk memakannya. kemudian masak semua bahan makannya jangan samapi terlalu matang baik menggoreng, menumis, mengukus. Menyesuaikan tekstur bahan makanan. Kemudian tiriskan, siapkan tempat bekal

makanan setelah itu masukkan masakan kedalam bekal makanan. Masukan diatas anak sambil dikasih pengertian makannya harus habis supaya adek sehat dan tambah pintar.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Seperti biasanya mbak saya mempersiapkan nasi serta lauknya seperti tempe, tahu, sayuran kalau misalnya anak tidak mau bawa bekal yang berat. Biasanya saya memberikan jajan ringan atau buah. Bekal makanan yang ditata dalam kotak wadah bekal sederhana, keindahan tatanannya pun perlu diperhatikan mulai dari bentuk ukuran, dan warna. Supaya anak semangat untuk makan.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Yang pertama harus memadupadankan tatanan makannya, dari mulai bahan, tekstur, warna dan rasanya. Yang kedua dalam tepak makan minimal ada dua variasi makanan supaya anak memilih dengan senang hati. Yang ketiga sebelum menyusun makanan saya harus berdiskusi dengan anak, besok mau bawa bekal apa. Yang keempat harus membentuk makanan supaya anak semangat makan bekal makannya.

5. Bagaimana respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Baik mbak responnya Alhamdulillah, selalu senang anak saya untuk makan bekal makannya yang saya bawakan dari rumah. ketika ada jadwal makan bersama dari kelompok bermain mandu anak saya selalu senang. Anak saya lebih senang makan bersama dengan teman-temannya mbak.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Dengan diwajibkan membawa bekal makanan dikelompok bermain mandu, anak saya setidaknya belajar mandiri sedikit

demi sedikit, tidak disuapin ibunya ketika makan disekolahan.
Mengurangi anak jajan sembarangan diluar lingkungan kelompok bermain manda.

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Kesulitannya Terkadang terburu-buru menyiapkan bekal makanan anak mbak, sehingga terkadang ada yang lupa makanan yang sudah disiapkan ada yang tidak dimasukkan kedalam tempat makan anak.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via Maria, S.Pd.I

Responden,

Maria Ulfa

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

5) Hari / Tanggal : Selasa / 30 Juli 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang
Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh : Tri Wahyuni

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

Biasanya itu mbak... mengajari anak saya tentang tata cara hidup sehat dan pola makan teratur seperti makan tiga kali dalam sehari serta memberikan asupan gizi yang baik. anak saya selalu cek kesehatan diposyandu mbak supaya bisa mengetahui tumbuh kembangnya.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Yaa dengan Memberikan anak makanan 4 sehat 5 sempurna. Ada karbohidratnya seperti nasi, kentang, jagung, ubi. Anak saya suka makan jagung dan ubi mbak, selain itu saya mengusahakan anak saya makan sayuran yang setiap hari saya ganti menu makanan dan mengkonsumsi buah yang ekonomis dikantong seperti pisang, semangka, melon, papaya.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Pemilihan makanan yang baik untuk keluarga biasanya saya memilih sayuran, buah-buahan, daging, ikan yang masih segar. Ketika beli dipasar saya selalu memperhatikan kebersihannya

juga terutama pada sayur dan daging. Biasanya kalau kita tidak jeli memilih dalam makanan apapun itu nanti efeknya ke citra rasa makanan mbk, makanannya jadi tidak enak terkadang ketika perutnya tidak bisa menerima makanan itu bisa sakit perut.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Menyiapkan makanan untuk anak biasanya saya sekaligus menyiapkan makanan untuk keluarga mbak. satu keluarga saya biasanya makan bersama dimeja atau didepan televisi. Susunan hidangannya terdiri dari Nasi, sayur, lauk dan buah, semuanya sudah disediakan dimeja. Piring, sendok, garpu, air putih juga biasanya juga saya sediakan dimeja.

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Saya dan keluarga saya selalu makan bersama dengan anak-anak mbak, membiasakan anak sayamakan tiga kali dalam sehari, minum susu pada pagi hari dan malam hari, Jadilah orang tua yang menyukai banyak makanan seperti sayuran dan tunjukkan kepada anak-anak kalau orang tua juga makan sayuran, saya selalu memuji anak dengan apa yang dimakan, khusus makanan yang mengandung banyak gizi. Berilah kebebasan anak dalam memilih, menentukan dan mengkonsumsi makanan yang mereka inginkan yang penting tetap dijaga kebutuhan gizinya. Jangan menyerah jika anak tidak mau makan makanan tertentu seperti sayuran.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Pemenuhan gizi anak saya dirumah baik mbak, selain memberikan makanan nasi, sayur, buah, daging saya juga memberikan anak susu formula. Didalam petunjuk bingkisan kardus susu sudah dicantumkan bahan sesuai aturan gizi anak pada umumnya.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Dengan cara Membawakan bekal makan anak ke sekolah, jadi saya sebagai orang tua tidak khawatir apa yang dimakan saat disekolahkan. Karena saya sendiri yang mempersiapkan bekal anak saya, isi bekalnya selang-seling ada roti, nasi dan sayur, nugget. Ketika makan bersama disekolah biasanya orang tua yang membuat guru bekerjasama dengan orang tua. Supaya saling mengetahui asupan gizi apa yang diberikan kepada anak.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah Alhamdulillah baik, pelayanannya posyandu untu petugasnya menyenangkan ramah kepada siapapun, selalu mengingatkan kami sebagai orang tua harus rajin memeriksakan anak kita karena masih dalam proses pertumbuhan dan perkembangan.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Iya rutin Alhamdulillah mbak, setiap bulan datang keposyandu untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan anak saya.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Denagan melihat buku posyandu yang terdapat ada catatan penulisan kesehatan, setiap orang tua yang mempunyai anak balita sampai umur 5 tahun pasti punya buku posyandu. Kemudian dapat dilihat dari pergerakan motorik kasar dan motorik halusnya dengan sempurna saat bermain.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Kesulitannya dengan menu kesukaan anak, terkadang anak saya itu moodnya cepet naik turu. Sehingga tidak bisa diprediksi biasanya mencicipi makannya dan memberikan pengertian bahwa makanan yang ibu buat enak.

HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

- 6) Hari / Tanggal : Selasa / 30 Juli 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Tri Wahyuni

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Menurut saya efektif tapi juga tergantung dengan anaknya mbak, karena tidak semua anak mudah makan, lunch box ini efektif membuat anak jadi senang makan bersamadengan teman-temannya. Seperti anak saya yang susah-susah gampang jika makan, maunya jajan mbak.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Apa yaa mbak...? mmm... Dengan cara membuatkan makanan anak sendiri, mulai dari memasak dan memilih bahan makanan sendiri karena dengan membuat makanan sendiri saya bisa tahu proses jadinya makanan dan aman untuk buah hati. kemudian setelah selesai semuanya sembari meniriskan masakan, saya mempersiapkan tempat makan anak yang sederhana mbak dan tentunya pastikan tutup tempat makannya tidak mudah lepas.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Saya biasanya sederhana mbk untuk mempersiapkan bekal makanan misalnya, Mempersiapkan makanan favorit atau cemilan favorit untuk anak, mempersiapkan buah yang anak sukai, dan tidak lupa juga mempersiapkan Tempat makan dan tempat minum.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Biasanya saya yang pertama selalu menawarkan anak besok akan bawa bekal makanan apa, membawakan makanan atau cemilan yang disukai anak saya, saya selalu menawarkan sayuran kepada anak, bentuk makanan yang akan dibawakan kesekolahan harus bervariasi mbak, warna makanan didalam tempat bekal makanan menurut saya minimal dua macam, pastikan tempat bekal makanan didalam tas anak tidak tumpah.

5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Respon anak saya biasa saja karena sebelum berangkat sekolah sudah sarapan pagi terlebih dahulu, tidak terlalu antusias karena sudah sarapan jadi membawa bekal hanya sebagai rutinitas saja mbak. saya membawakan bekal makanan anak saya biasanya jajan atau cemilan yang ringan.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Bisa melatih anak untuk mandiri dengan makan sendiri tanpa disuapin orang tua. selain itu juga anak senang ketika makan bersama teman-teman sejawatnya. Menghemat uang jajan karena anak tidak diperbolehkan beli jajan sembarangan dikelompok bermain manda. Saya membiasakan anak saya menyetor uang sakunya untuk ditabungkan.

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Kesulitannya terkadang anak tidak suka dengan menu yang kita siapkan, jadi harus bisa menyajikan makanan sesuai

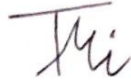
selera anak yang disukai seperti makanan cemilan yang anak sukai.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via Mila, S.Pd.I

Responden,



Tri Wahyuni

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

7) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang
Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh : Apriliana

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

Memberikan makanan bergizi seperti sayur, buah, ikan daging dengan mengkonsumsi setiap hari menu yang disajikan berbeda, ditambah dengan memberikan susu dan vitamin jika diperlukan, saya sangat peduli dengan pertumbuhan anak saya jadi harus maksimal dalam memberi makanan yang bergizi bagi anak. Setiap bulan selalu check ke posyanda supaya saya bisa mengetahui tumbuh kembang anak.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Upayanya ya seperti biasa mbak, saya memberikan makanan bergizi misalnya sayur-sayuran, buah-buahan, umbi-umbian, tempe, tahu, daging, telur ikan dan lain sebagainya. ditambah dengan memberikan susu dan vitamin jika diperlukan sesuai dengan keadaan tubuh anak.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Pemilihan makanan menurut saya ya mbak, memilih sayur yang bagus dan masih segar. Memilih daging dan ikan dengan cara menyium bauhnya, pilih daging yang masih fresh dan pilih ikan bagian matanya masih segar serta sisiknya masih bagus. Selain itu saya sebagai orang tua juga memilih buah yang tampak dari kulitnya tidak kusut serta pilih buah yang masih ada gagangnya sedikit.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Yaa seperti ibu-ibu lainnya mbak menyusun hidangan yang siap disajikan sebagai makanan. Dimeja biasanya jika sarapan pagi saya sudah menyiapkan Nasi, lauk, air putih atau es teh dan juga menyiapkan sayur serta buah. Diusahakan menyediakan tiga macam lauk supaya anak-anak ataupun keluarga saya bisa memilih makanan sesuai dengan yang mereka suka.

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Tips Makannya seperti biasa mbak tiga kali dalam sehari, bergantian antara makan nasi dan minum susu, karena terkadang anak saya sulit untuk minum susu jika berbarengan dengan makan nasi makanya harus bergantian. Kalau makan cemilan saya membiasakan anak saya makan disela-sela jam sebelum dzuhur setelah dzuhur setelah makan berat diberi jeda waktu.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Saya selalu memberikan makanan yang bergizi dirumah jadi menurut saya pemenuhan gizi anak dirumah terpenuhi dengan baik. Dimulai dari memberikan makanan pokok untuk anak. Makanan cemilan untuk anak, susu, air putih, dan lain sebagainya.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Ohh...Dengan membawakan bekal makanan yang bergizi mbak, dari situ sebagai orangtuanya tau gizi yang diberikan kepada anak disekolahdan juga pihak sekolah selalu melaporkan keadaan anak serta kecukupan gizinya.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Ketersediaan Pelayanan kesehatan dirumah baik mbak, banyak tempat pelayanan kesehatan di sekitar ruamh seperti bidan, puskesmas, posyandu. sehingga saya bisa dengan mudah memeriksakan anak jika ada gangguan kesehatan, selain itu pelayanan didaerah saya Alhamdulillah lancar tidak ada kendala. Jika saya sibuk bisa memeriksakan atau mengecek kesehatan saya disalah satu tempat pelayanan kesehatan.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Tidak Rutin, karena kesibukanpribadi saya mbak, ketika ada sesuatu hal yang perlu diperiksakan saya memeriksakan anak ditempat pelayanan kesehatan terdekat dan masih jam pelayanan.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Ini menurut saya ya mbak ,Yang pertama orang tua harus punya buku posyandu atau buku kartu menuju sehat, yang kedua orang tua setiap bulan harus rutin ke posyandu atau bidan terdekat untuk mengecek pertumbuhan anak dari berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, yang ketiga orang tua harus mengamati tentang perkembangan anak dimulai dari aktifnya anak bermain dan lain sebagainya.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Anak susah makan perlu usaha ekstra untuk membujuk supaya mau makan, selain itu anak saya juga susah minum vitamin yang berupa sirup.

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN
LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN
2019**

8) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Apriliana

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Sangat Efektif mbak, selain dirumah pemenuhan gizi dengan lunch box juga bisa memenuhi gizi karena saya sendiri yang menyiapkan. Tidak perlu khawatir lagi makanan yang dimakan anak itu tidak sehat karena semuanya sudah dipastikan insyaAllah anak saya tumbuh sehat.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Bekal makanan yang dibawakan harus handmade rumah mbak. selain itu bekal anak juga harus menarik dan lezat. Mengusahakan bekal simple dan tidak rumit supaya anak mengkonsumsinya sendiri. Mengusahakan bekal anak berisi karbohidrat, serat dan protein.

Selain itu tempat makan anak juga penting mbak, Pilih tempat makannya yang ada sekatnya supaya bekal yang dibawakan bisa lebih bervariasi dan bermacam-macam menunya. Pilih lunch box set with bag agar praktis dibawa kemudian pilih lunch box yang ringan dan anti air yang mudah dibersihkan. Atau vacuum lunch box yang bisa menjadi tempat nasi atau sup, vacuum lunch box ini akan bisa menjaga suhu bekal yang

saya bawakan untuk anak-anak biasanya tahan sampai 6 jam mbak.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Makanan ringan, nasi dan lauk, serta air putih. Makanan ringan diperlukan karena untuk menambah nafsu makan anak juga bisa menambah gizi anak.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Biasanya anak-anak tidak suka dengan sayuran tips yang pertama kita sebagai orang tua harus Perkenalkan secara bertahap kepada anak tentang pengetahuan aneka Sayuran dan Buah-buahan, Selalu tersedia buah dan sayuran di rumah, Memberikan makanan yang disukai anak seperti makanan kesukaan misalnya nugget, saya juga membentuk makanan dengan bentuk yang menarik agar anak minat untuk makan karena suka dengan bentuknya, saya mengusahakan hindari dan kurangi memberikan makanan dalam bentuk Kemasan kepada anak.

5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Alhamdulillah respon anak saya baik. Saya rasa anak saya kalau disekolahkan ketika makan bekalnya selalu kelihatan ceria, senang bisa makan bersama dengan teman sebayanya. Apalagi jika teman sebayanya bawa makanan yang sama ataupun berbeda. Sesampainya dirumah cerita mbak. kalau temennya bawa makanan yang belum pernah dibawa anak saya pasti request mbak.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Manfaatnya yaa.. anak saya jadi sehat karena tidak jajan sembarangan, dengan lunch box kita bisa memantau

kebersihan makanan dan juga nilai gizinya, mencegah anak jajan sembarangan yang belum tentu bersih dan punya nilai gizi.

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Tidak Ada. Saya tidak ada kesulitan menyiapkan lunch box karena semua sudah terbiasa jadi mudah seperti biasa sebagai rutinitas

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda
Via Leti Mila, S.Pd.I

The stamp is circular with a purple border. The text 'KB. MANDA' is written along the top inner edge, and 'KELompok BERMAIN MANDA' is written along the bottom inner edge. In the center, there is a stylized illustration of two children playing with a ball. A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

Responden,



Apriliana

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

9) Hari / Tanggal : Kamis / 22 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang
Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh : Siti Aisyah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

ingsaAllah saya selalu memastikan bahwa makanan yang saya berikan kepada anak itu mempunyai nilai gizi yang baik. jadi saya bisa memastikan dan mendukung tumbuh kembang anak untuk Memberikan asupan makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna, ada nasi lauknya sayurnya buahnya dan ditambah susu untuk kebutuhan gizi anak dan memberikan multivitamin pada anak.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Menurut saya mbak, yaa... memaksimalkan Upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak seperti memberikan makanan seperti sayur, buah, ikan, ayam, susu setiap harinya. Karena dengan semua itu saya bisa memastikan anak saya ingaAllah sudah terpenuhi gizinya. Selain itu biasanya saya membuat jus buah secara bergantian biasanya saya membuat jus jambu untuk anak saya supaya lebih semangat untuk minumnya.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Memilih makanan/minuman yang mudah didapat dan juga enak dimakan, serta mengandung banyak vitamin, protein, mineral, dan lemak baik. Pilihlah buah dan sayuran segar, pilihlah Sereal dan roti gandum Produk susu yang masih layak konsumsi, seperti susu murni, yogurt, dan keju rendah atau tanpa lemak. Pilihlah daging tanpa kulit dan lemak, seperti ayam, kalkun, dan ikan yang masih segar.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Susunan hidangan yang paling mudah buat makanan untuk anak menurut saya omlet mbak, menyiapkannya pun mudah tidak banyak memakan waktu mbak. Bahan untuk membuat omlet yaitu ada telur, brokoli, 2 siung bawang putih, 1/2 bh bawang bombay, Parutan keju secukupnya, Garam secukupnya, Lada secukupnya. Adapun Cara Membuatnya yang pertama, Cuci bersih brokoli, potong kecil kemudian kukus hingga matang. Sisihkan. Yang kedua, Iris tipis bawang putih dan bawang bombay. Sisihkan. Yang ketiga Kocok telur masukkan garam, lada, parutan keju, irisan bawang bombay dan bawang putih, aduk rata. Yang keempat, Tambahkan potongan brokoli kukus. Aduk rata. Yang kelima, Panaskan minyak, goreng matang adonan brokoli telur.

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Tips dari saya sederhana mbak yang penting rutin dan istiqomah. Saya membiasakan anak saya makan 3 kali dalam sehari selalu tepat waktu, supaya anak makan tepat waktu ketika ibunya makan anak saya selalu makan sambil disuapin jadi pola makan anak terjaga karena mengikuti pola makan kita.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Alhamdulillah Cukup baik, anak saya selalu saya berikan makanan dengan gizi yang baik, saya biasakan anak saya makan buah sayurketika dirumah. Kalau anak saya bosan makan sayur biasanya saya buat bola-bola tahu dan sayur bayam mbak sesuai selera mau digoreng atau dikukus. jadi anak mau makan sayur tapi tanpa diketahui bahwa yang dimakan itu sayur beda pensajiannya saja.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Dengan membawakan bekal makanan jadi kita tau dan bisa memastikan bahwa pemenuhan gizi anak di sekolah bisa tercukupi dan terpantau, selain itu saya juga menerima masukan dari guru supaya membawakann bekal anak bervariasi setiap harinya,

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Ketersediyaan pelayanan kesehatan di sekitar rumah seperti puskesmas bagus, selalu rutin pada tanggal 20 perbulannya datang ke desa.Petugas posyandunya baik mbak bisa merayu anak supaya mau ditimbang berat badannya, diukur tinggi badanya, ataupun ketika pemeriksaan kesehatannya.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Anak saya selalu rutin pemeriksaan kesehatan ke posyandu disekitar rumah saya, setiap sebulan .

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Yang paling utama menurut saya melihat grafik posyandu kita dapat mengetahui pertumbuhan anak kita dengan baik, jika belum memenuhi standar ideal harus konsultasi kepada pihak bidan yang memeriksa anak saya.Yang kedua anak bisa

bermain bebas dan ceria ketika bermain dengan temen-temenya.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Tidak Ada

HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

10) Hari / Tanggal : Kamis / 22 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Siti Aisyah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Sangat efektif mbak. Karena kita sendiri yang memberikan jadi kita bisa memastikan pemenuhan gizi anak dari lunch box ini. Berbagai cara untuk memenuhi gizi anak saya mbak, biasanya saya memberikan makanan yang ada serat, vitamin, karbohidrat.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Yang pertama, menyiapkan makanan yang baik dan bergizi. Didalam lunch box harus ada nasi, tempe tahu, telur, sayur. Makanan harus dimasak dengan baik dan tidak menggunakan msg sebagai penyedapnya agar nilai gizi dalam makanan tetap terjaga. Yang kedua, tentunya ada tempat makan dan tempat minum anak, supaya anak membawanya praktis.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Semuanya saya siapkan dari Tempat makan, tempat minum, kita jaga kebersihannya wadahnya dan juga saya menyiapkan makanan dan minuman yang baik dan bergizi untuk anak

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Menurut selera anak mbak, anaknya ditanyain mau makan apa? walaupun anak suka kalau makan itu-itu saja anak jadi bosan jadi harus divariasikan. biasanya kalau anak saya sudah bosan dengan sayur, saya memasak jagung manis yang sudah dipotong-potong terus dicampur dengan sayur. Alhamdulillah anak saya mau makan jagung dan kuah sayurinya.

5. Bagaimana respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Respon anak sangat baik, alhamdulillah selalu senang membawa bekal makanan baik nasi, bubur, cemilan dan anak saya ketika makan selalu saya ajarkan mandiri supaya disekolahan tidak tergantung pada guru. ketika saya lupa membawakan bekal, anak saya spontan langsung ngasih tau mah kok adek tidak bawa bekal makanan. Anak saya taat pada peraturan ketika dirumah atau diluar rumah.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Bisa mengontrol gizi anak karena makanan kita yang menyiapkan, selain itu juga bisa hemat pengeluaran karena anak tidak jajan, anak bisa mandiri belajar makan sendiri bersama temannya

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Tidak ada kesulitan

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via Esthela, S.Pd.I

Responden

A handwritten signature in purple ink, appearing to read "Siti Aisyah".

Siti Aisyah

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

11) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh : Siti Witrofah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

Memberikan makanan bergizi dan memastikan gizinya seimbang antara kebutuhan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Seperti anak saya suka minum susu, salah satu faktor untuk meningkatkan gizi anak minum susu.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Oh... Saya memberikan makanan yang bergizi 4 sehat 5 sempurna mbak, upayanya tentu dengan memberikan makanan nasi, lauk, sayur buah dan susu yang secara teratur. Berbagai macam vitamin yang dianjurkan bidan ataupun dokter anak ketika anak kesehatannya mulai menurun.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab:

Cara khusus menurut saya ya mbak dengan memberikan susu kepada anak saya sehari dua kali. insya Allah sangat efektif memenuhi kebutuhan gizi anak karena didalam kandungan susu sudah banyak kandungan vitamin yang diperlukan untuk tubuh anak saya pun tidak perlu khawatir.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab:

Susunan hidangan untuk disajikan sebagai makanan untuk keluarga saya biasanya ada sayur bayam jagung, sop, tempe tahu, krupuk dan sambal. saya memberikan sajian makanan yang komplit selalu saya selalu meng usahakan ada sayurinya jadi anak bisa makan dengan baik dan kebutuhan gizinya juga terjaga. Adapun bahan susunan hidangan membuat sayur bayam jagung terdiri dari 2 ikat atau lebih daun bayam segar, 2 buah wortel, kupas dan potong kecil-kecil sesuai denga selera, satu buah jagung manis yang telah dicuci bersih dan dipipil lalu bersihkan, dua suing bawang putih dan bawang merah diiris tipis-tipis, tambahkan air, gula pasir dan garam secukupnya.

Cara membuatnya sayur bayam jagung yaitu siapkan panci berukuran sedang, kemudian masukkan air secukupnya dan direbus hingga mendidih, setelah airnya mendidih masukkan bawang merah dan bawang putih yang telah diiris tipis-tipis, masak bumbu hingga air mendidih dan tercium bau harum, masukkan jagung manis dan juga wortel kedalam panci masak kedua jenis sayuran ini sampai matang, kemudian masukkan garam terlebih dahulu untuk membantu menjaga warna hijau pada daun bayam terlihat segar setelah itu masukkan daun bayam, lalu masukkan juga gula pasir dan aduk sampai tercampur rata, cicipi sayur tersebut supaya bisa mengetahui sudah mantap atau belum, bila air sudah mendidih lagi masukkan tomat yang sudah dipotong-potong aduk sebentar kemudian angkat, sajikan sayur bayam jagung didalam mangkok supaya tahan panas.

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab:

Ya itu mbak biasanya saya diselang-seling satu menu dengan yang lain, tidak hanya monoton makan itu terus jadi selalu

berganti menu, menurut saya asal menunya dibuat menarik anak pasti suka untuk makan karena anak saya tidak pilih-pilih makanan.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab:

Alhamdulillah Cukup baik, kalau di rumah selalu saya pantau gizinya melalui makanan. Selain itu anak saya kalau dirumah suka jajan apapun dia lahap memaknnya, ketika anak makan sekiranya tubuh anak gampang menolaknya saya selalu memberikan pengertian. Biasanya anak saya makan cilok dan mau mencoba makan pakai saos, saya langsung memberitahu sebaiknya pakai kecap saja ya dek. Makan saosnya nanti kalau udah besar karena saos ini makanan orang dewasa.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab:

Saya biasanya membawakan bekal makanan yang sudah disiapkan sendiri dari rumah, jadi saya tau makanan sehat yang diberikan ke anak saya. Kemudian bekerjasama dengan guru kelasnya, biasanya saya komunikasi setelah pulang sekolah ataupun lewat media sosial atau group wali murid. Untuk memantau apakah anak saya tadi makan makanan jajan sembarangan aselain yang saya bawa. Soalnya banyak yang jualan disekitar sekolahan dan gedung kelompok bermain manda satu lingkup dengan anak RA manda.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab:

Cukup baik karena dekat dengan klinik, jadi sewaktu-waktu anak saya terganggu kesehatannya bisa langsung diperiksa ke klinik dekat rumah. Kalau posyandunya Alhamdulillah ada mbak setiap satu bulan sekali, selalu rutin posyandu hadir di desa saya mbak untuk memeriksa ataupun mengecek pertumbuhan dan perkembangan anak.

9. Apakah orang tua rutin memeriksa kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Iya mbak Rutin, selalu saya periksakan di posyandu setiap bulan agar saya tahu pertumbuhannya terutama berat badan dan tinggi badannya. Selain itu mbak saya juga konsultasi tentang perkembangan anak saya apakah ada masalah atau tidak.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Datangrajin ke posyandu mbak, kita bisa tau seberapa pertumbuhan anak dan juga melihat buku kesehatan dari posyandu disitu kita tau apakah pertumbuhan anak bertumbuh kembang dengan baik atau ada yang perlu diperbaiki gizinya atau pola makan anak.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab:

Kesulitan saya adalah membujuk anak makan sayur, karena anak saya tidak suka sayur jadi kebutuhan gizi dari sayur agak kurang, kadang saya campurkan sayur menjadi lauk dengan dimasak bareng dengan lauk yang lain agar anak saya mau makan sayur.

HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

12) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Siti Witrofhah

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Menurut saya sangat efektif mbak. Karena bisa mengetahui gizi anak kita terpenuhi dari apa yang kita berikan melalui lunch box. Dimulai dari membawakan makanan yang sederhana seperti sayur bening bakso, nugget, buah atau susu. Supaya anak senang memakannya.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab:

Dengan memasak sendiri jadi saya bisa memastikan makanan yang saya berikan itu sehat terjaga kebersihannya dan juga tentunya anak saya senang serta lahap ketika makan. Saya biasanya memberikan mie kepada anak saya sebulan sekali tapi harus ada sayurannya seperti wortel, brokoli, dan kol di atasnya ditambahkan separuh telur yang sudah diiris. Semua bahan dimasak kecuali brokoli dimasak setengah matang saja sebagian dibuat garnis, kemudian telur yang sudah direbus diparuh jadi dua dan telurnya dibuat garnis membentuk karakter bebek. Setelah itu semua makanan yang sudah dimasak dimasukkan kedalam tempat makan yang sudah dipersiapkan jangan lupa tutup rapat. Tak lupa juga

persiapkan tempat minum yang diisi air putih. Kemudian dimasukkan ditas anak.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab:

Memasak pagi hari, sebelum anak berangkat saya selalu menyiapkan bekal makanan yang akan dibawa anak. Selain itu mempersiapkan tempat makan anak, tempat minum anak, makanan yang akan dibawakan anak biasanya saya membawakan nasi dan sayur bening jika anak saya sudah bosan baru saya membawakan makanan ringan seperti kentang goreng, buah-buahan yang sudah saya cuci bersih dan siap dibawakan bekal untuk anak.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Menyiapkan makanan dengan membuat kreasi dibentuk yang unik lucu jadi anak tertarik untuk makan, selain itu saya selalu mengkreasikan berbagai makanan. Biasanya saya mengkreasikan nasi berbentuk bulat kemudian di atasnya dikasih nugget sayur dan sosis goreng diberi garnis brokoli atau selada sedikit.

5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Respon anak saya senang bisa makan bekal makannya bersama temannya, dengan wajah ekspresi yang lucu dan menggemaskan ketika makan membuat saya semakin semangat untuk membawakan bekal setiap harinya mbak.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

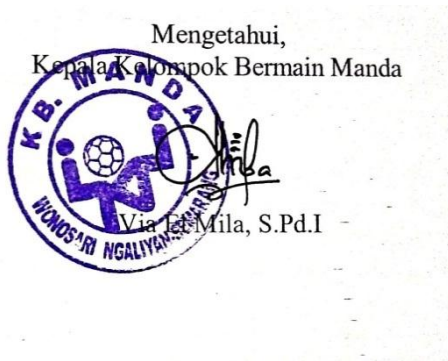
Jawab:

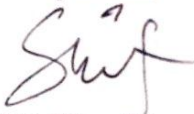
Anak tidak jajan sembarangan, jadi bisa menghemat pengeluaran yang mestinya buat jajan bisa buat menyiapkan bekal yang naka sukai

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab:

Saya kadang kesulitan membuat kreasinya, karena sudah tidak terfikir mau buat gimana lagi, bentuk dan model makanan yang di lunch box kan harus selalu berbeda agar anak saya mau makan yang solusinya saya kadang mengulangi kresai yang sama tapi dengan jenis makanan yang berbeda.



Responden,

Siti Witrofa

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA
PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI
ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019**

13) Hari / Tanggal : Kamis / 22 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang
Pemenuhan Gizi Anak
Nama Orangtua/Pengasuh :Suyati

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Apa yang dilakukan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal?

Jawab:

Memberikan makanan yang bergizi dengan makanan yang bergizi kita bisa mendukung anak tumbuh dengan optimal. Seperti makanan yang diolah sendiri dirumah, tidak mengandung msg banyak, tidak memberikan makanan yang berbahan kimia kepada anak. Serta selalu memantau tumbuh kembang anak.

2. Bagaimana upaya orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab :

Memberi makanan empat sehat lima sempurna, seperti dalam pola pemenuhan gizi yang efektif, dan menyesuaikan porsi makan sesuai kebutuhan asupan gizi anak sehingga anak tercukupi kebutuhan gizinya.

3. Bagaimana cara khusus orang tua dalam pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang untuk anak?

Jawab :

Itu mbak..., Biasanya saya sebelum membeli bahan pokok ataupun lauk, sayur mayur, buah, tahu, tempe, ikan harus dipilih mbak, karena khawatirnya bahan makanan tersebut tidak layak untuk dikonsumsi. Apalagi anak-anak mudah

terkena penyakit, dan saya sebagai orang tua harus memberikan makanan yang bersih dan higienis dan banyak mengandung gizi yang dibutuhkan tubuh anak.

4. Bagaimana susunan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan?

Jawab :

Setiap waktunya makan pasti dimeja sudah menyiapkan susunan hidangan untuk keluarga saya termasuk anak saya. Susunan hidangannya sederhana saja mbak kalau saya, wajib ada Nasi, kombinasinya ada Sayur lauk pauk, dan susu. Kalau buah saya jarang mbak.

5. Bagaimana tips orang tua mengatur pola makan anak sehari-hari?

Jawab :

Seperti makan pada umumnya mbak, anak saya makan Sehari tiga kali makan pagi, siang dan sore. kalau malam saya memberikan anak untuk minum susu. Disela-sela waktu yang senggang biasanya saya menyediakan makanan cemilan untuk anak saya ada steak bayam, itu saya membuat sendiri karena saya tahu bahwa anak itu bosan jika makannan cemilannya itu-itu saja.

6. Bagaimana pemenuhan gizi anak dirumah?

Jawab :

Alhamdulillah Baik, saya selalu memeriksakan kondisi anak secara rutin jadi tahu gizi yang dibutuhkan untuk saya penuhi. Saya juga memberikan makanan selang-seling yang mengandung vitaminnya seperti buah alpokat, jeruk, buah naga.

7. Bagaimana orang tua memantau gizi anak disekolah ?

Jawab :

Dengan membawakan bekal dari rumah jadi kita tahu gizi yang masuk dalam tubuh anak. jika anak saya diberi makanan orang, saya harus tahu makanan apa yang dikasih dan ketika makan bersama pun pihak sekolahan dan wali murid sering diskusi lewat group apa yang mau diberikan kepada anak.

8. Bagaimana Ketersediaan pelayanan kesehatan disekitar rumah?

Jawab :

Apa yaa mbak..? hmmm Pelayanan posyandu disekitar rumah baik orangnya ramah-ramah sehingga anak-anak tidak terlalu tegang ketika akan diperiksa kesehatannya. Petugas posayndu selalu datang ketika jadwal pemeriksaan kesehatan anak didesa saya mbak. selalu rutin memeriksa kondisi kesehatan dan pertumbuhan anak saya. Disekitar rumah ada pula ketersediaan pelayanan kesehatan puskesmas dan bidan, ketika saya ataupun ibu-ibu lain tidak sempat ke posyandu bisa memeriksakan yang sudah disediakan pemerintahan di lingkup desa.

9. Apakah orang tua rutin memeriksakan kesehatan anak melalui posyandu dilingkungan setempat ?

Jawab:

Alhamdulillah saya rutin setiap bulan di posyandu untuk memantau pertumbuhan anak saya dengan teratur dan memeriksa kesehatan anak saya untuk mencegah penyakit yang tidak diinginkan.

10. Bagaimana cara orang tua mengetahui pertumbuhan anak secara teratur?

Jawab:

Mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ya dari KMS mbak, yang diberikan oleh posyandu. didalam buku kartu menuju sehat ataupun buku posyandu pasti ada grafik atau catatan dari petugas posyandu ataupun bidan tempat untuk mengisinya. dari situlah saya bisa mengetahui pertumbuhan anak saya dengan baik.

11. Apa kesulitan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak?

Jawab :

tidak ada kesulitan

**HASIL TRANSKIP WAWANCARA ORANG TUA KEGIATAN
LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN
2019**

14) Hari / Tanggal : Kamis / 22 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Orang Tua Kelompok Bermain
Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box
Nama Orangtua/Pengasuh : Suyati

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Menurut orang tua seberapa efektif kegiatan Lunchbox untuk pemenuhan gizi anak?

Jawab:

Menurut saya efektif, selain gizi anak tercukupi anak juga senang mengikuti kegiatan lunch box di sekolah. Karena membawa lunch box dari rumah itu memudahkan saya sebagai orang tua untuk mengetahui anak saya makan makanan yang aman tidak perlu khawatir lagi mbak.

2. Bagaimana cara orang tua mempersiapkan lunch box yang baik dan sehat untuk anak?

Jawab :

Makan sehat menurut saya ya mbak, pasti makanannya bersih sudah melewati pemilihan bahan makanan, kemudian diolah menjadi makanan tentunya tidak terlalu kematangan. Selanjutnya Menyiapkan makanan seperti nasi, sayur, lauk serta air minerl. Kemudian saya mempersiapkan tempat makan dan tempat minum dipastikan dahulu wadahnya bersih.

3. Apa saja yang orang tua persiapkan dalam kegiatan lunch box untuk anak?

Jawab :

Saya simple mbak, ndak perlu yang sulit. Yang terutama mempersiapkan makanan anak seperti nasi dan lauknya atau cemilan untuk anak. Saya biasanya jika terburu-buru

membawakan bekal makanan anak berupa roti yang dalemnya diisi selai sesuai dengan keinginan anak mbak. Alhamdulillah saya menyediakan 3 macam selai dirumah yaitu selai strowbery, selai anggur, dan selai coklat. Selanjutnya tinggal mempersiapkan tempat makanan dan tempat minuman yang sudah dibersihkan.

4. Bagaimana tips pemberian makanan orang tua untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab :

Ingsa Allah saya selalu membuat sesuai kesukaan anak, jadi anak tertarik tapi tetap saya pastikan ada nilai gizinya yang baik, ditambah juga dengan tempat makan yang anak suka jadi anak tertarik untuk makan. yang paling penting pastikan tempat makanan anak tidak tumpah didalam tas.

5. Bagaimana Respon anak dalam kegiatan Lunchbox di sekolah?

Jawab:

Respon Anak saya alhamdulillah senang mbak, lunch box bisa membuat anak berinteraksi dengan temannya seperti kamu bawa bekal apa?, boleh saling berbagi makanan tidak? Dan lain sebagainya. Ketika teman sebaya anak saya membawa bekal makanan yang berbeda pasti anak saya memberitahu bahwa bekal makanan adek besok diganti. Anak saya juga sangat membantu ide-ide makanan walaupun sederhana.

6. Menurut orang tua apa manfaat membawa lunch box untuk anak?

Jawab:

Manfaatnya banyak mbak bagus bagi kesehatan anak, anak menjadi lebih mandiri, anak menjadi semangat makannya, anak saya lebih tanggung jawab akan bekal makanan yang dibawanya. Karena saya selalu member pengertian ketika bawa makanan harus dihabiskan jika sekiranya tidak habis berbagi sama teman yang lain.

7. Apa kesulitan menyiapkan Lunchbox?

Jawab :

tidak ada kesulitan mbak Alhamdulillah.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via Ed Mila, S.Pd.I

Responden,

Suyati
Suyati

LAMPIRAN 11

HASIL TRANSKIP WAWANCARA GURU TENTANG PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

- 1) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : GuruKelompok Bermain Manda
Tema : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch

Hal- hal yang di wawancarakan :

1. Apakah pihak Sekolah Kelompok Bermain Manda mengadakan seminar untuk meningkatkan pemahaman orang tua? Bagaimana caranya?

Jawab:

Iya mbak pihak sekolah mengadakan seminar parenting, caranya ya kita rapat dahulu bersama team guru kelompok bermain dan raoudhlatul athfal manda dengan yayasan maarif yang mengelolah sekolahan ini. Setelah disetujui kami baru mencari narasumber yang menguasai dan faham tentang keparentingan sesuai dengan tema.kemudian kita berkoordinasi dengan pihak narasumber ada jadwal kosong.selanjutnya kita membuat surat undangan, setelah surat undangan jadi. Surat undangan tersebut dibagikan kepada peserta didik untuk menyampaikan amanah kepada orang tua bahwa dapat surat undangan parenting. Supaya anak belajar tanggung jawab sedari dini mungkin.

2. Bagaimana guru memberi pemahaman terhadap Orang Tua Tentang pemenuhan gizi?

Jawab:

Yaa...Guru memberikan pengertian kepada orang tua siswa, dengan gizi yang baik maka akan mendapatkan raga yang sehat maka akan mendapatkan jiwa yang sehat pula.biasanya

guru memberikan pengertian kepada orang tua jika orang tua terlalu monoton memberikan makanan kepada anak. Pada waktu itu ada anak kelompok bermain manda yang setiap harinya dibawakan mie goreng. Kemudian saya Tanya kepada ibunya ternyata anaknya sendiri yang meminta dibawakan bekal makanan mie goreng. Saya sebagai guru memberikan pengertian ibu walaupun anaknya tidak mau bekal makanan selain mie goreng. Ibu bisa pakai jalan lain supaya anak mau makan sayur atau bergantian dengan makanan lain dengan cara perjanjian ibu dengan anak.

3. Faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat pemahaman Orang Tua?

Jawab:

Yang pertama kesadaran orang tua, kesadaran orang tua itu kalau dianalisis baik Cuma terhambat karena keadaan waktu ataupun enggan mau memahaminya bagaimana asupan gizi yang lainnya untuk anak dan Yang kedua pendidikan, pendidikan adalah sumber dari segala ilmu, pengalaman. Dengan pendidikan yang tinggi biasanya seseorang mampu berfikir panjang untuk kebaikan dirinya, anaknya, maupun keluarganya. dikelompok bermain manda rata-rata pendidikan orang tuanya lulusan sma/ sederajat mbak. yang ketiga tentang pemenuhan gizi anak baik disekolah ataupun dirumah.

4. Kapan Kegiatan Pemenuhan gizi diadakan? Bagaimana cara memperhatikan gizi seimbang anak?

Jawab:

Setiap Bulannya mengadakan makan bersama di minggu ke-2 biasanya dihari Rabu mbak. dan setiap hari senin sampai kamis anak wajib membawa bekal makanan dari rumah mbak. Kami dari pihak kelompok bermain insyaAllah mengacu pada pemenuhan gizi 4 sehat 5 sempurna ada didalam buku panduan posyandu ataupun kartu menuju sehat.. Yang dimana didalamnya terdapat lauk-pauk, sayuran, buah-buahan, ikan, daging, telur, susu, telur.

5. Apa tujuan pemberian nutrisi pada anak balita/ pra sekolah?

Jawab:

supaya gizi dalam raga anak terpenuhi sesuai dengan kebutuhan yang dimanfaatkan untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikomotor serta peningkatan kesehatan anak.

6. Apakah pihak kelompok bermain Manda bekerja sama dengan puskesmas kecamatan setempat ?

Jawab:

Iya kami bekerja sama dengan pihak puskesmas kecamatan ngaliyan. Karena anak usia dini masih rentan terhadap penyakit dan butuh pertolongan pada bidang ahlinya untuk menolong anak-anak generasi masa depan. Puskesmas kecamatan ngaliyan mengajarkan dan mempraktikkan kepada anak cara hidup sehat yang baik seperti buang tempat sampah pada tempatnya, cuci tangan sebelum dan sesudah makan. Tidak hanya soal pemberian nutrisi saja, jadi anak-anak tidak tegang ketika bertemu petugas kesehatan. Selain itu Kami dari pihak pendidik di kelompok bermain juga rutin mengukur dan menimbang berat badan anak setiap bulannya mbak.

7. Bagaimana kegiatan pemeriksaan kesehatan pada anak yang dilakukan di kelompok bermain manda?

Jawab:

Pihak Puskesmas datang ke Kelompok Bermain mandayang pertama menyapa anak-anak bagaimana kabarnya supaya anak tidak tegang, selanjutnya pihak puskesmas memberikan pengertian kepada anak bahwa petugas puskesmas datang ke kelompok bermain manda akan memeriksa kesehatan supaya anak-anak bisa bermain dengan bebas. Setelah itu anak-anak dipanggil satu persatu untuk pemeriksaan dimulai kuku, telinga, mata, mulut. Anak-anak lainnya menunggu giliran yang akan di panggil dari pihak puskesmas. Setelah selesai semuanya anak-anak yang kesehatannya kurang dikasih vitamin dari pihak puskesmas.Selanjutnya berpamitan dengan anak-anak mengucapkan terimakasih karena sudah menjadi anak hebat tidak takut dengan petugas kesehatan.

8. Apakah yang dilakukan guru ketika anak belum memenuhi gizi yang baik?

Jawab:

Berkoordinasi dengan orang tua mencari solusi terbaik, selain memberikan vitamin anak yang belum memenuhi gizi harus berkonsultasi dengan dokter anak yang lebih tahu tentang kesehatannya.

9. Bagaimana cara mencapai target peningkatan pemenuhan gizi anak dalam waktu tertentu?

Jawab:

Dengan cara bekerjasama dengan orang tua mbak, orang tua memberikan makanan kepada anak ketika dirumah dengan pemenuhan gizi yang baik seperti makan nasi dengan lauk pauk yang terkemas dalam 4 sehat 5 sempurna. Pihak sekolah memberikan pengertian kepada anak dan orang tua harus makan dan minuman yang sehat dan bergizi.

10. Apakah ada kendala guru dalam memberikan pemahaman Orang Tua Tentang gizi?

Jawab:

Tentu saja ada mbak, kendalanya banyak mbak terutama di perbedaan jenjang pendidikan orang tua jadi harus menyesuaikan pola pikir dan cara yang tepat untuk lebih memahami orang tua.

HASIL TRANSKIP WAWANCARA GURU KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

- 2) Hari / Tanggal : Senin / 19 Agustus 2019
Tempat : Kelompok Bermain Manda
Responden : Guru Kelompok Bermain Manda
Tema : Kegiatan Lunch Box

Hal-hal yang di wawancarakan :

1. Bagaimana tips guru memberikan makanan melalui lunch box untuk menarik perhatian anak supaya minat dengan makanan yang bergizi?

Jawab:

Yang pertama, memastikan anak itu makanan kesukaanya. Yang Kedua, orang tua harus kreatif Membuat desain makanan dengan apa yang anak sukai. Yang Ketiga, kebanyakan anak tidak suka sayur maka sayur tersebut direkayasa dengan sedemikian rupa, Contoh dibuat nugget atau sosis sayur. Yang Keempat orang tua harus mencontohkan makan sayuran supaya anak yang tidak suka sayur mau makan.

2. Kapan Kegiatan Lunch Box dilaksanakan dan Bagaimanacara membiasakan anak untuk membawa lunch box dari rumah?

Jawab:

Setiap hari anak-anak selalu membawa lunch box dan setiap sebulan sekali di kelompok bermain manda ada makan bersama mbak. dengan cara guru memberikan pengertian kepada anak supaya setiap hari membawa bekal makanan. Bahwa membawa bekal makanan dari rumah itu baik, uang jajannya bisa ditabung untuk membeli barang anak yang disukai. Dengan membawa bekal anak bisa berbagi makanan kepada temannya.

3. Bagaimana cara mempersiapkan lunch box yang sehat dan baik dari pihak sekolah Manda?

Jawab:

Cara mempersiapkan lunch box dari kelompok bermain manda yang pertama memastikan keheginsan makanan yang dibeli dan memastikan bahan-bahan yang digunakan untuk pemenuhan gizi 4 sehat 5 sempurna. Dari pihak sekolah sendiri yang menyiapkan bekal makanan waktu makan bersama bekerja sama dengan orang tua. Pastinya pilih bahan-bahan yang tidak layu seperti sayuran, pilih buah yang masih bagus tidak busuk, pilih daging dan ikan yang masih segar, pilih telur yang masih bagus dan tidak busuk. Setelah dipilih semua bahan diolah yang baik tidak kematangan, kemudian ditiriskan selanjutnya dimasukkan kedalam mika atau piring yang sudah disediakan. Biasanya kita menyediakan nasi kuning, nasi kudapan, atau Roti untuk makan bersama. Yang paling mudah untuk persiapan bekal makanan untuk makan bersama anak yaitu Roti yang dibentuk-bentuk seperti kepala beruang ada matanya, hidungnya, dan mulutnya. Untuk mempercantik rotinya biasanya pihak kelompok bermain menggunakan susu, meises, atau cha-cha.

4. Apakah orang tua dilibatkan dalam menyajikan makanan ketika ada program lunch box disekolah?

Jawab:

Iya mbak Orang tua dilibatkan dalam makan bersama setiap sebulan sekali ataupun ketika anak-anak membawa bekal setiap hari. Untuk makan bekal ketika istirahat biasanya orang tua mendampingi anak yang tidak mau makan, sedangkan ketika ada kegiatan makan bersama biasanya orang tua dilibatkan dalam hal memasak secara bergiliran atau sukarela. Jadi ada koordinasi yang baik mbak antara guru dan orang tua murid.

5. Bagaimana respon Orang Tua dalam kegiatan lunch box?

Jawab:

Respon orang tua baik, justru orang tua lebih senang ketika anak membawa bekal makanan sendiri bisa menyesuaikan

makanan anaknya masing-masing. Karena orang tua juga pasti sudah faham anak umur 4 tahun ketika jajan sembarangan tubuh anak rentan terkena virus atau penyakit dimana daya imun anak rendah.

6. Seberapa efektif kegiatan lunch box dalam pemenuhan gizi?

Jawab:

Sangat efektif mbak, karena kegiatan lunch box ini menurut saya simple, mudah, dan sederhana. Orang tua tidak perlu repot membawakan banyak makanan dengan temat berbeda, cukup makanannya diisikan di tempat makanan yang sedang mempunyai sekat. Kalau saya harus menilai dari angka 1 sampai 10 maka nilainya 9.

7. Apa kendala program kegiatan lunch box disekolah?

Jawab:


Ohh.. Kendalanya kalau anak tidak suka atau alergi makanan yang kami siapkan waktu makan bersama. Terkadang kami juga lupa mbak sangking banyaknya mempersiapkan bekal makanan untuk makan bersama anak kelompok bermain dan raoudhlatul athfal manda.

Mengetahui,
Kepala Kelompok Bermain Manda



Via E-mail, S.Pd.I

Responden,



Lutfiana, S.Pd.I

LAMPIRAN 12

HASIL TRANSKIP OBSERVASI PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

1. Pelaksanaan kegiatan Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan anak di Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang.

Pelaksanaan kegiatan pengukuran tinggi badan dan berat badan dikelompok bermain manda sangat baik. Karena anak-anaknya ketika dikasih pengumuman oleh gurunya tidak ada anak yang takut sama sekali. Anak-anak sangat antusias ketika dipanggil maju persatu untuk pengukuran berat badan sembari menunggu anak-anak bermain edukatif didalam kelas seperti bermain balok. Setelah giliran pengukuran tinggi badan anak-anak menuju penimbangan berat badan, anak-anak banyak yang bertanya rasa ingin tahunya tinggi. Raut wajah anak-anak dikelompok bermain manda rata-rata ceria. Ada beberapa anak yang moodnya suka naik turun.

2. Penerapan Jeni-jenis menu makanan sehat pada kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang.

Penerapan jenis-jenis menu makanan sehat diantaranya makanan pokok berupa karbohidrat, protein, vitamin, mineral. berbagai macam lauk pauk seperti tempe, tahu, ikan, daging ayam, nugget yang dibawakan bekal makanan anak kesekolahan. kemudian ada buah dan sayur anak-anak dibawakan bekal dari rumah ada buah-buahan seperti kelengkeng dan anggur. Anak-anak ada juga yang dibawakan sayur bayam dimasak dengan wortel. Mereka pun menyantapnya dengan senang hati. karena banyak temennya.

Setiap anak berbeda ketika membawa bekal makanan ada yang membawa makanan ringan seperti cemilan, ada yang

membawa agar-agar yang dibentuk karakter, ada juga yang membawa bubur lodeh, dan nugget sayur. Ibunya wali murid kelompok bermain manda juga kreatif dilihat bekal makanan anak.

Kebutuhan gizi anak di kelompok bermain manda cukup baik dilihat dari pembawaan bekal makanan atau lunch box setiap harinya. seperti Karbohidrat (nasi, mie, selai, roti), protein (daging, telur, ikan, susu, tempe, tahu dan hasil olahan), vitamin (Buah, sayur dan hasil olahan), dan mineral/Air.

Dilihat dari bekal makanan anak secara tidak langsung dapat manfaatnya yaitu Cara hidup yang sederhana adalah dengan mengkonsumsi sayuran. Bekal dengan gizi seimbang, seperti ini akan memunculkan kebiasaan untuk mengkonsumsi makanan rumahan yang jauh lebih sehat dibandingkan harus jajan di luar. Membawa bekal juga dapat menjamin makanan tetap higienis.

3. Pelaksanaan kegiatan Lunch box di Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan Semarang.

Pelaksanaan kegiatan lunch box dikelompok bermain manda sangat baik. Guru mewajibkan setiap anak membawa bekal dari rumah supaya tidak jajan sembarangan diluar sekolahan. Tentunya menjaga kebersihan makanan anak, Karena orang tua atau guru tidak akan tahu kebersihannya jika membeli makanan diluar sekolahan.

Kesadaran orang tua dapat dilihat dari pembawaan Lunch box makanan yang baik dikonsumsi anak disekolahan, rutin menimbang dan mengukur berat badan diposyandu terdekat dan mempunyai buku posyandu atau kms sehingga bisa memantau perkembangan anak dengan baik.

Anak-anak kelompok bermain manda selama saya observasi selalu senang dan lahap ketika makan jajan, snack ringan, atau nasi beserta lauknya. Sebelum makan sudah dibiasakan cuci tangan dengan mengantri membentuk barisan memanjang atau sepur-sepuran mengajarkan anak sabar menunggu giliran. Setelah itu anak-anak bersama-sama membaca doa sebelum makan dan selanjutnya langsung makan.

Anak-anak kelompok bermain manda dibiasakan sama gurunya selalu mandiri ketika makan. Gurunya selalu mengingatkan kalau makan harus duduk, dihabiskan dulu makannya setelah itu bermain.

4. Problematika yang dihadapi guru dalam pelaksanaan Pemenuhan gizi anak melalui lunch box.

Problematika yang dialami guru adalah kesulitan mengatur anak dalam melaksanakan lunch box, seperti anak sulit makan, bosan dan kadang anak tidak membawa bekal makanan. Pada saat observasi saya menemukan anak yang tidak mau makan bekal makanan yang dibawakan orangtuanya dikarenakan nafsu makan tiba-tiba kurang. Guru kelompok bermain manda kebingungan dan akhirnya orang tuanya dipanggil untuk mengganti makanan anak yang dia mau.

Orang tua dan guru juga sudah mengantisipasi jika tiba-tiba anak selera makannya turun dengan cara member pengertian kepada anak jika anak tetap tidak mau maka tindakan selanjutnya orang tua mengganti makannya. Maka dari itu pihak pendidik/orang tua/pengasuh harus pintar membuat variasi makanan yang akan dibawakan untuk bekal anak sekolah.

LAMPIRAN 13

HASIL DOKUMENTASI PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI KEGIATAN LUNCH BOX DI KELOMPOK BERMAIN MANDA TAHUN 2019

1. Catatan Perkembangan Tinggi dan Berat Badan Peserta didik Kelompok Bermain MandaTahun Pelajaran : 2019/2020

Semester 1

No	Nama Peserta Didik	Juli		Agustus	
		T	B	T	B
1	Adiba	96	9	96	10
2	Zaidan	102	16	102	18
3	Dyaksa	97	15	97	15
4	Delisha	95	15	95	16
5	Azka	103	16	103	16
6	Gibran	98	14	98	14
7	Kafa	105	19	105	18
8	Uwais	97	15	97	15
9	Arkhan	109	24	109	25
10	Rafa	100	21	100	21
11	Salma	98	15	98	15
12	Jehan	99	20	99	20
13	Zalfa	90	15	90	15

2. Arsip Tentang Kesehatan Anak

NO	NAMA	TGL LAHIR	ALAMAT	L/P	BB	TB	STATUS GIZI				LINGKAR		DATA LIHAT		DATA DENGAR		PERKEMBANGAN	Vet
							L	N	KR	B	KEPALA	THT	M	THT	M	THT		
1.	ADIBA	20-01-2014	Kemalutan 03/05	P	14	98					47							sr, pilek
2.	ZADIM	21-03-2014	Kemalutan 01/05	L	18	105					51							sr, tenggorok
3.	DYAKHA	01-05-2016	Mangrove 01/05	L	15	99					47							sr, rc
4.	DELISNA	23-12-2016	Dh. Tiung 01/07	P	18	98					48							sr
5.	AZNA	28-06-2015	Kemalutan 01/04	L	17	103					48,5							rc, sr
6.	GIBRAN	18-10-2015	Kemalutan 01/01	L	14	100					47,5							sr
7.	KARA	02-07-2015	Kemalutan 01/05	L	20	107					50,3							sr, tenggorok
8.	UWAIK	15-10-2015	Kemalutan 03/05	L	15	99					49,9							sr, tenggorok
9.	ARKHAN	21-06-2015	Kemalutan 01/05	L	26	111					54,5							sr, tenggorok
10.	RAFA	12-06-2015	Kemalutan 01/05	L	22	111					48,5							sr, tenggorok
11.	SALMA	25-01-2016	Kepulauan 01/05	P	16	101					47,5							sr
12.	JEHAN	30-08-2015	Kemalutan 01/05	P	20	100					48							sr
13.	ZALFA	07-02-2016	Kemalutan 01/05	P	15	91					48							rc, tenggorok
14.	WILWI	15-03-2016	Kemalutan 01/05	L	13	95					48							sr
15.	FATHIL	20-06-2016	Kemalutan 01/05	L	16	100					48							sr

Lokasi
Kepala TK / RA

Mengetahui,
Kepala UPTD Puskesmas Tambakaji

HARMORO, S.Kep., MH
NIP. 19770810 200604 1 015

Catatan Kesehatan Anak di Sekolah

2/18 panti asrama

PENCATATAN PEMBERIAN IMUNISASI DASAR LENGKAP

Tanggal Lahir: 5/6/16 Nama Anak: Danadyaksa Azmi Yusuf Orang Tua Anak: Wj. Marnarah / Tri. Susanto

Umur (Bulan)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	**12-
Vaksin	Tanggal Pemberian Imunisasi												
HB 0 (0-7 hari)	8/6/16	18/6/16	20/6/16										
BCG	8/20/16	BPM	TURK										
*Polio 1	17												
*DPT/HB 1													
*Polio 2			5/16	8/16									
*DPT/HB 2					6/16								
*Polio 3					19								
*DPT/HB 3						6/16							
*Polio 4						10							
Campak											21/3/17	Pusk. Mangrove	

* Jarak antara (interval) pemberian vaksin DPT/HB minimal 4 minggu (1 bulan). * Jarak antara pemberian vaksin POLIO minimal 4 minggu (1 bulan)
 ** Anak di atas 1 tahun (12 bulan) yang belum lengkap imunisasinya tetap harus diberikan imunisasi dasar lengkap.
 Sakit ringan seperti batuk pilek, diare dan sakit kulit bukan halangan untuk imunisasi.

Tambahan

Vaksin	Tanggal Pemberian
VIT	27/9/17

Vaksin Lain

Vaksin	Tanggal Pemberian

Jadwal tepat pemberian imunisasi dasar lengkap

Waktu pemberian imunisasi bagi anak di atas 1 th yang belum lengkap

Waktu yang masih diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar lengkap

Waktu yang tidak diperbolehkan untuk pemberian imunisasi dasar lengkap

CATATAN KESEHATAN ANAK

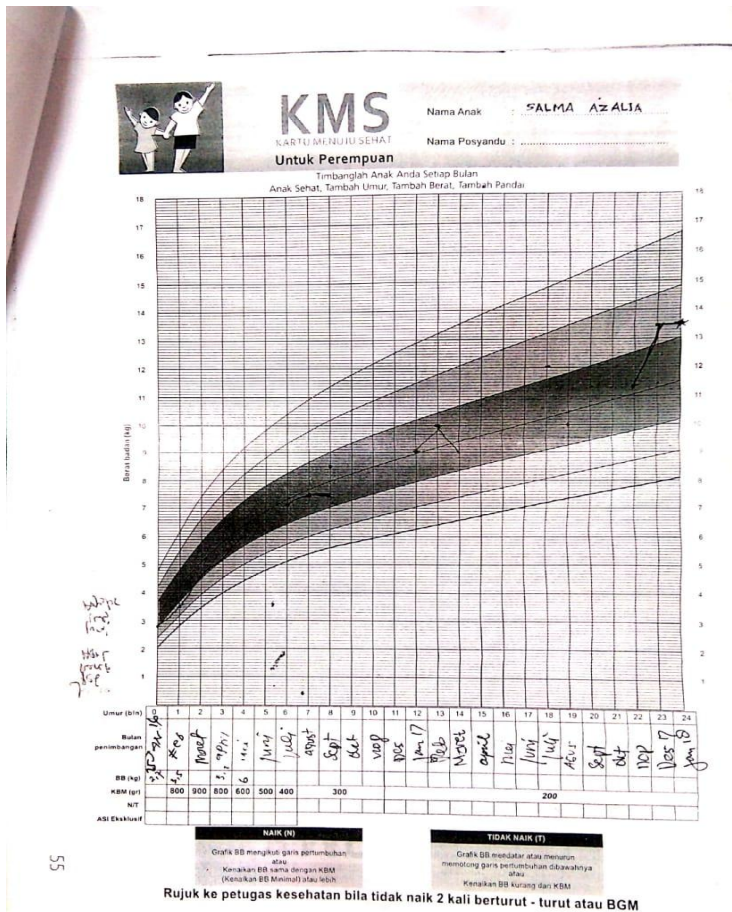
Catatan Kesehatan Anak di rumah melalui buku posyandu

3. Jadwal Makan Bersama KB-RA Manda Tahun Pelajaran : 2019/2020

Semester 1

No	Kelompok	Minggu ke	Bulan Juli	Bulan Agustus
1	Kelompok Bemain	2	-	V
2	RA A	2	-	V
3	RA B	2	-	V

4. Kartu Menuju Sehat atau Buku Posyandu
 a. Kartu menuju Sehat 1 (Buku Posyandu Ibu Maria Ulfa)



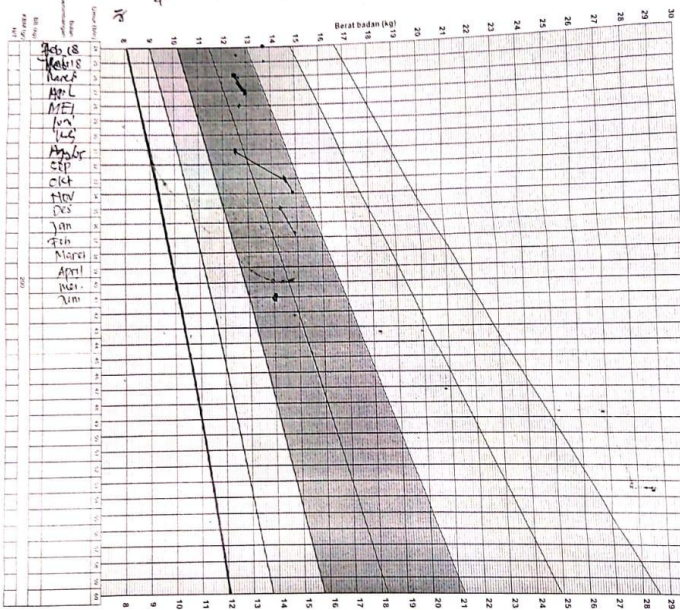


KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Perempuan

Nama Anak

Nama Posyandu

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)

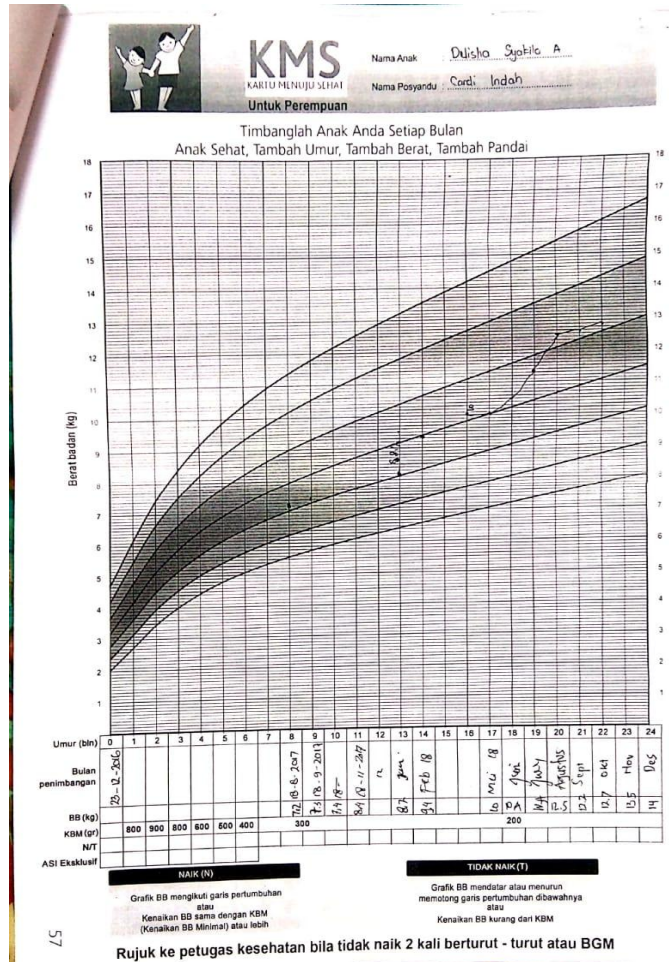
Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau Kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan di bawahnya atau Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM

b. Kartu menuju Sehat 2 (Buku Posyandu Ibu Tri Wahyuni

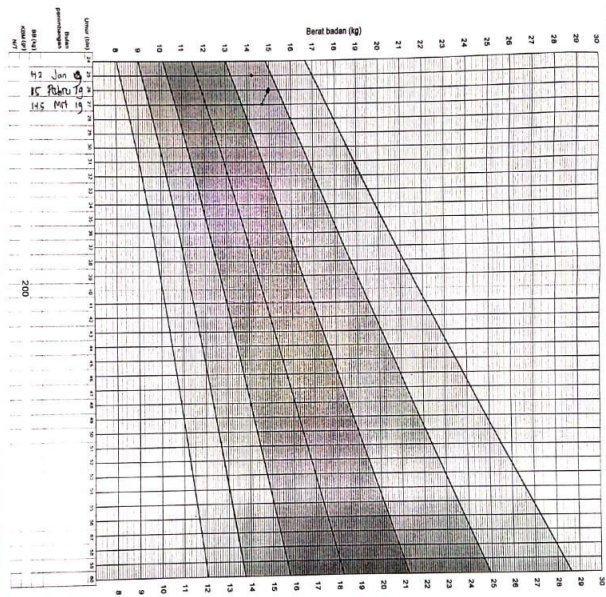




KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Perempuan

Nama Anak : PELISHA
Nama Pasangku : _____

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai

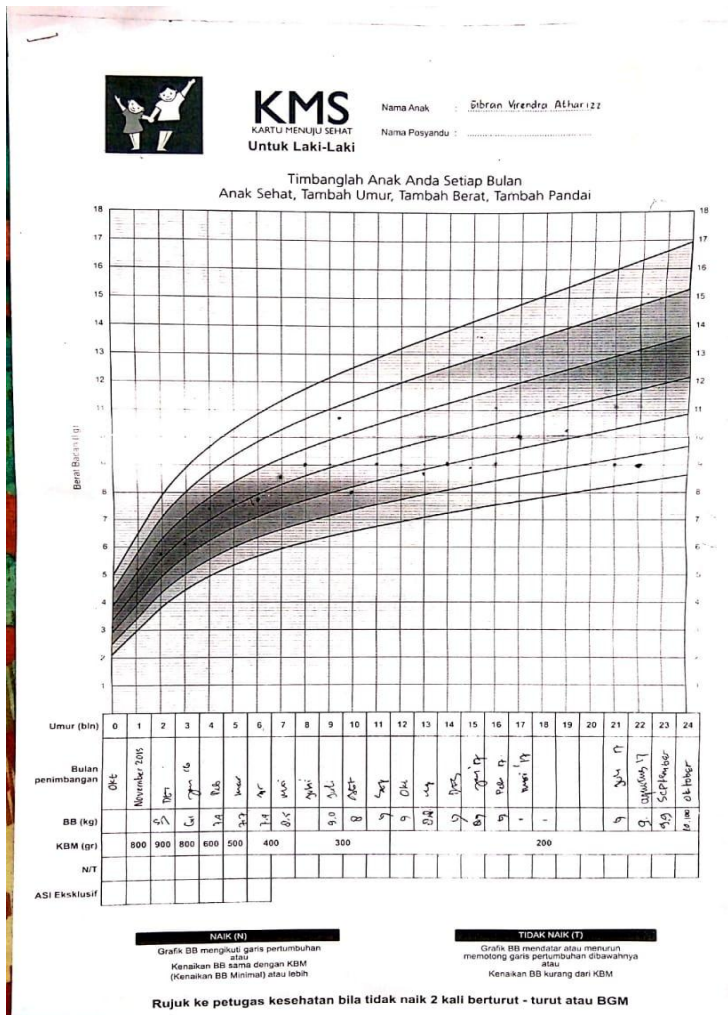


NAIK (N)
Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau Kenaikan BB sama dengan KBM (Kenaikan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)
Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM

c. Kartu menuju Sehat 3 (Buku Posyandu Ibu Apriliana)

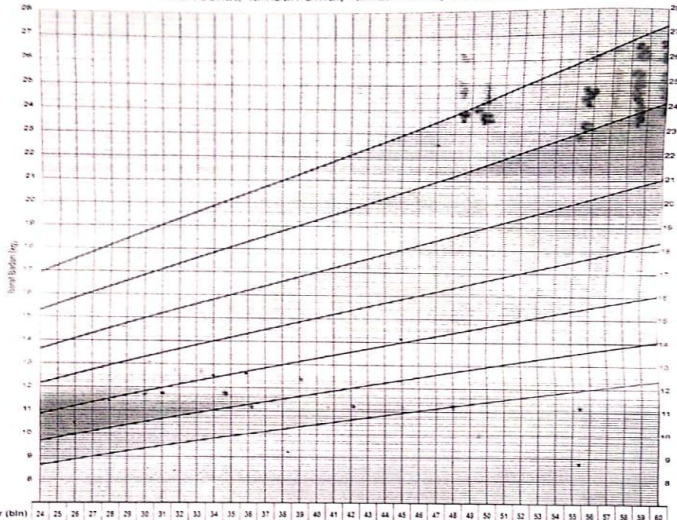




KMS
KARTU MENJILU SEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak _____
Nama Posyandu _____

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



Umur (bin)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60			
Bulan penimbangan	01 Oktober 01	01 Mei 01	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Dis	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des	01 Feb 01	01 Mei 01	01 Agt	01 Okt	01 Des		
BB (kg)	16.1		16.5	17.1	17.6	18.1	18.6	19.1	19.6	20.1	20.6	21.1	21.6	22.1	22.6	23.1	23.6	24.1	24.6	25.1	25.6	26.1	26.6	27.1	27.6	28.1	28.6	29.1	29.6	30.1	30.6	31.1	31.6	32.1	32.6	33.1	33.6	34.1		
KBM (gr)																																								
N/T																																								

NAIK (N)
Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau
kenaikan BB sama dengan KBM
(Kenaikan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)
Grafik BB mendatar atau menurun
memotong garis pertumbuhan dibawahnya
atau
Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM

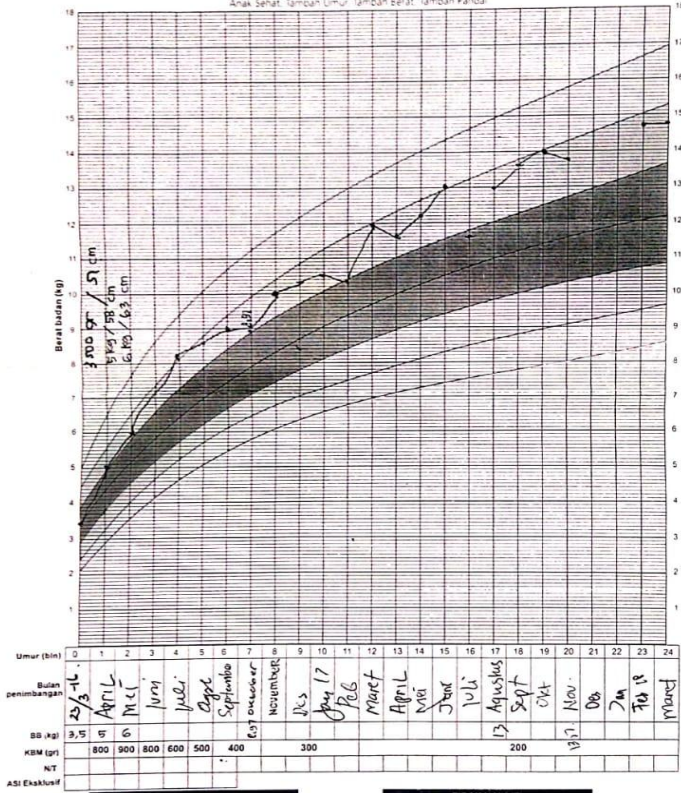
d. Kartu menuju Sehat 4 (Buku Posyandu Ibu Siti witrofah)



KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak Atharizz Zaidan Al Khalifi Yusuf
Nama Posyandu

Timbangan Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tampilan Umur, Tambahan Berat, Tambahan Pando



NAIK (N)

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau Kenakan BB sama dengan KBM (Kenakan BB Minimal) atau lebih

Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau Kenakan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM



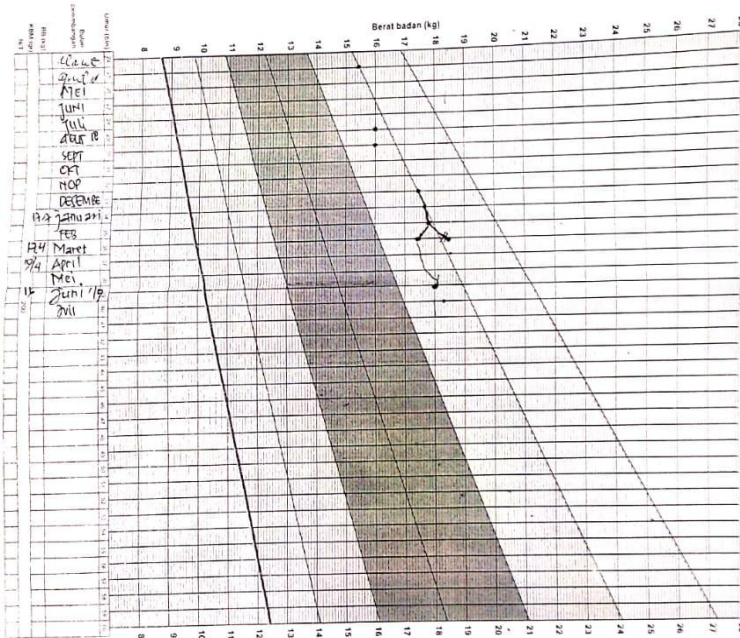
KMS

KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak :

Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)

Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau
Kenaikan BB sama dengan KBM
(Kenaikan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB mendatar atau menurun
memotong garis pertumbuhan dibawahnya
atau
Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM

e. Kartu menuju Sehat 4 (Buku Posyandu Ibu Suyati)

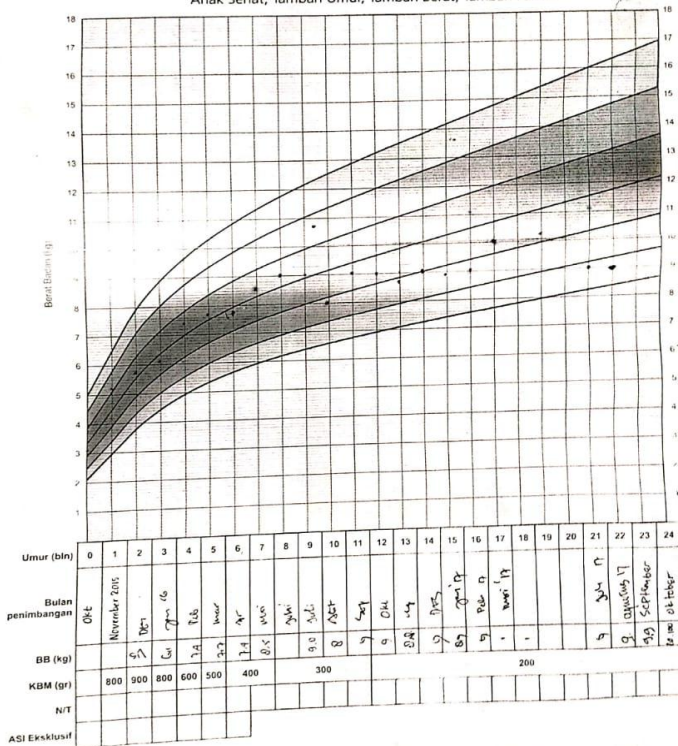


KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak : Dibran Virendra Atharizza

Nama Posyandu : _____

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (N)
Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau
Kenaikan BB sama dengan KBM
(Kenaikan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)
Grafik BB mendatar atau menurun
memotong garis pertumbuhan dibawahnya
atau
Kenaikan BB kurang dari KBM

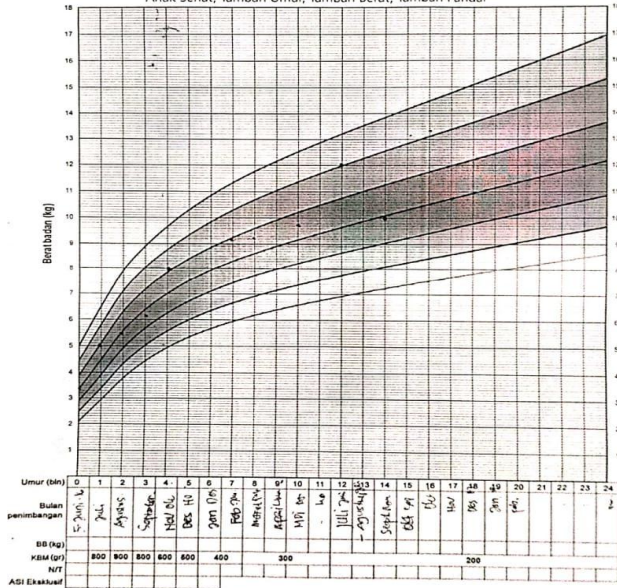
Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM



KMS
KARTU PERTALIHAN KESEHAT
Untuk Laki-Laki

Nama Anak Dyaksa
Nama Posyandu _____

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



NAIK (H)

Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau
Kenaikan BB sama dengan KBM
(Katakan BB Minimal) atau lebih

TIDAK NAIK (T)

Grafik BB mendatar atau menurun
memotong garis pertumbuhan dibawahnya
atau
Kenaikan BB kurang dari KBM

Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut-turut atau BGM

55

5. Foto Bagunanan fisik Kelompok Bermain MandaWonosari Ngaliyan Semarang



6. Foto Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Anak



7. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan Anak Kelompok Bermain Manda



8. Foto Kegiatan Pemenuhan gizi melalui Lunch Box
a. Foto anak ketika Makan bekal makanan





b. Program Makan Bersama



9. Foto kegiatan Wawancara Guru dan Orang Tua



Wawancara dengan Guru yaitu Ibu Via



Wawancara dengan Guru yaitu Ibu Ana



Wawancara dengan orang tua yaitu Ibu Ais



Wawancara dengan orang tua yaitu Ibu withrofah



Wawancara dengan orangtua yaitu Ibu Aprilia



Wawancara dengan orangtua yaitu Ibu Suyati



Wawancara dengan orangtua yaitu Ibu Maria Ulfa



Wawancara dengan orangtua yaitu Ibu Istiqomah

1. Foto Kegiatan Parenting



Ketua Yayasan dan Perwakilan Kepala Sekolah dari RA Manda



Wali Murid Kelompok Bermain dan RA Manda

Lampiran 14 Surat Penunjukkan Pembimbing



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN

Jl. Prof. Dr. Hamka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Faksimile 024-7601295
www.walisongo.ac.id

Semarang, 26 Desember 2018

Nomor : B-5943/Un.10.3/j.6/PP.00.9/12/2018

Lamp : -

Hal : Penunjuk Pembimbing Skripsi

Kepada Yth,
1. Dr. Dwi Istiyani, M.Ag
2. Sofa Muthohar, M.Ag

Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Berdasarkan hasil pembahasan ulasan judul penelitian di Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD), maka Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan menyetujui judul skripsi mahasiswa:

Nama : Ismi Maulida Yulianti

NIM : 1503106067

Judul : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch

Box (Bekal Makanan) Di KB Manda Tahun 2019

Dan menunjuk Saudara:

1. Dr. Dwi Istiyani, M.Ag
2. Sofa Muthohar, M.Ag

Demikian penunjukan pembimbing skripsi ini disampaikan dan atas kerjasamanya yang diberikan kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr.Wb



Dekan
PIAUD

Mutsid, M.Ag

19670305 200112 1 001

Tembusan:

1. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo (Sebagai Laporan)
2. Arsip Jurusan PIAUD
3. Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 15 Transkrip Ko-Kurikuler



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jalan Prof. Hanka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Faksimile 024-7615387
www.walisongo.ac.id

TRANSKRIP KO-KURIKULER

Nama : Ismi Maulida Yulianti
NIM : 1503106067

No	Nama Kegiatan	Jumlah Kegiatan	Nilai Kum	Presentase
1	Aspek Keagamaan dan Kebangsaan	13	26	34,84%
2	Aspek Penalaran dan Idealisme	7	32	42,88%
3	Aspek Kepemimpinan dan Loyalitas terhadap Alimamater	11	19	25,46%
4	Aspek Pemenuhan Bakat dan Minat Mahasiswa	19	45	60,3%
5	Aspek Pengabdian kepada Masyarakat	4	12	16,08%
Jumlah		54	134	100%

Predikat : (Istimewa/BaikSekali/Baik/Cukup)

Semarang, 24 Juli 2019

An. Dekan

Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan

Sesama Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

UIN Walisongo Semarang.



Ismi Maulida Yulianti, M.Pd.

15031419995031002

Lampiran 16 Surat Izin Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jalan Prof. Hamka Km 2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Faksimile 024-7615387
www.walisongo.ac.id

Nomor: B-3639/Un.10.3/D.1/TL.00./V/2019

11 Mei 2019

Lamp : -

Hal : Mohon Izin Riset

a.n. : Ismi Maulida Yulianti

NIM : 1503106067

Yth.

Kepala Kelompok Bermain Manbaul Huda Wonosari Mangkang
di Semarang

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Diberitahukan dengan hormat dalam rangka penulisan skripsi, atas nama mahasiswa :

Nama : Ismi Maulida Yulianti

NIM : 1503106067

Alamat : Jalan Garuda RT 07 RW 03 Desa Karangmulyo Kec. Pegandon Kendal

Judul skripsi : Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui
Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manbaul Huda Tahun
2019

Pembimbing :

1. Dr. Dwi Istiyani, M. Ag.
2. Sofa Muthohar, M. Ag.

Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya yang bersangkutan di berikan izin riset dan dukungan data dengan tema/judul skripsi sebagaimana tersebut diatas selama 1 bulan, mulai tanggal 20 Mei 2019 sampai dengan tanggal 20 Juni 2019.

Demikian atas perhatian dan terkabulnya permohonan ini disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alikum Wr.Wb.










Dekan,
Dekan Bidang Akademik

Dr. Htiah Syukur, M. Ag
NIP. 196812121994031003

Tembusan :

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang (sebagai
laporan)

Lampiran 17 Surat Keterangan Riset

	<p>YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF MANBAUL HUDA WONOSARI KB MANDA</p> <p><small>Jl. Kapten Suryono RT 02 / V Wonosari Ngalyan Semarang 50186 Ph. 081325912957</small></p>										
<hr/>											
<p style="text-align: center;"><u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor: 33/KB MANDA/IX/2019</p>											
<p>Assalamualaikum Wr Wb</p> <p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngalyan Kota Semarang, menerangkan bahwa</p> <table border="0"><tr><td>Nama</td><td>: Ismi Maulida Yulianti</td></tr><tr><td>Tempat Tanggal Lahir</td><td>: Kendal, 11 Agustus 1997</td></tr><tr><td>NIM</td><td>: 1503106067</td></tr><tr><td>Pendidikan</td><td>: S 1 Pendidikan Islam Anak Usia Dini</td></tr><tr><td>Alamat</td><td>: Jl Garuda Desa Karangmulyo RT 07 RW 03 Kec. Pegandon Kab. Kendal</td></tr></table> <p>Bahwa yang bersangkutan di atas benar-benar telah penelitian di Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngalyan Kota Semarang</p> <p>Dengan judul "Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain Manda Tahun 2019"</p> <p>Demikian surat keterangan ini dibuat agar dipergunakan sebagaimana mestinya</p> <p>Wassalamualaikum Wr Wb</p>		Nama	: Ismi Maulida Yulianti	Tempat Tanggal Lahir	: Kendal, 11 Agustus 1997	NIM	: 1503106067	Pendidikan	: S 1 Pendidikan Islam Anak Usia Dini	Alamat	: Jl Garuda Desa Karangmulyo RT 07 RW 03 Kec. Pegandon Kab. Kendal
Nama	: Ismi Maulida Yulianti										
Tempat Tanggal Lahir	: Kendal, 11 Agustus 1997										
NIM	: 1503106067										
Pendidikan	: S 1 Pendidikan Islam Anak Usia Dini										
Alamat	: Jl Garuda Desa Karangmulyo RT 07 RW 03 Kec. Pegandon Kab. Kendal										
<p style="text-align: right;">Semarang, 6 September 2019 Kepala Kelompok Bermain Manda,</p> <table border="0"><tr><td></td><td></td></tr><tr><td colspan="2">E.L. Mifa, S Pd I</td></tr></table>				E.L. Mifa, S Pd I							
											
E.L. Mifa, S Pd I											

Lampiran 18 Sertifikat Toefl



MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS
STATE ISLAMIC UNIVERSITY WALISONGO
LANGUAGE DEVELOPMENT CENTER
Jl. Prof. Dr. Hamka KM. 10 Kampus II Pabelan Tegalrejo 50261, 5014402 Semarang 50180
email: info@walisongo.ac.id

Certificate

Nomor : B-4480/Un.10.0/P3/PP.00.9/08/2019

This is to certify that

ISMI MAULIDA YULIANTI
Date of Birth: August 11, 1997
Student Reg. Number: 1503106067

the TOEFL Preparation Test

Conducted by
Language Development Center
of State Islamic University (IIN) "Walisongo" Semarang
On August 7th, 2019
and achieved the following scores:

Listening Comprehension	: 41
Structure and Written Expression	: 40
Reading Comprehension	: 39
TOTAL SCORE	: 400

August 9th, 2019



Dr. H. Muhammad Saifulloh, M.A.
NIP. 1953010119996031003

Certificate Number : 120192316
® TOEFL is registered trademark by Educational Testing Service
This program or test is not approved or endorsed by ETS

Lampiran 19 Sertifikat Imka

**MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS
STATE ISLAMIC UNIVERSITY WALISONGO
LANGUAGE DEVELOPMENT CENTER**
Jl. Prof. Dr. Hamka KM. 02 Kampus III Ngaliyan Telp/Fax. (024) 7614453 Semarang 50185
email : ppb@walisongo.ac.id

شهادة

B-5450/Un.10.0/P3/PP.00.9/09/2019

يشهد مركز تنمية اللغة جامعة وائي سونجو الإسلامية الحكومية بأن

الطالبة
ISMI MAULIDA YULIANTI :
تاريخ و محل الميلاد : Kendal, 11 Agustus 1997
رقم القيد : 1503106067

قد نجحت في اختبار معيار الكفاءة في اللغة العربية (IMKA) بتاريخ ١٩ سبتمبر ٢٠١٩
بتقدير : مقبول (٣٠٠)

وحررت لها الشهادة بناء على طلبها

مبارنج، ٢٦ سبتمبر ١٩
مدير
الكاتب عاشق بن المصطفى
رقم التوظيف : ٠٢ : ١٩

٥٠٠ - ٤٥٠ : ممتاز
٤٤٩ - ٤٠٠ : جيد جدا
٣٩٩ - ٣٥٠ : جيد
٣٤٩ - ٣٠٠ : مقبول
٢٩٩ : راسب
رقم الشهادة: 220192350



Lampiran 20 Sertifikat PPL


WALISONGO

SERTIFIKAT

No : B- 439/Un.10.3/DIPP.00.9/09/2018
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang
memberikan penghargaan kepada :

ISMI MAULIDA YULIANTI

Atas partisipasinya sebagai

Peserta
Dengan Nilai A (4.0)

Dalam kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang
Semester Gasal Tahun Akademik 2018/2019 pada tanggal 23 Juli s/d 23 September 2018.

 23 September 2018

Lampiran 21 Sertifikat KKN

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)
Jalan Walisongo Nomor 3-5 Semarang 50185
telp/fax: (024) 7601292, website: lppm.walisongo.ac.id, email: lp2m@walisongo.ac.id

PIAGAM
Nomor : B-1004/Un.10.0/L.1/PP.06/12/2018

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa:

Nama : **ISMI MAULIDA YULIANTI**
NIM : **1503106067**
Fakultas : **ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Reguler Angkatan ke-71 Semester Gasal Tahun Akademik 2018/2019 dari tanggal 03 Oktober 2018 sampai tanggal 16 November 2018 di Kabupaten Demak, dengan nilai :

..... **85** (..... **4,0/A**)

Semarang, 17 Desember 2018



Lampiran 22 Daftar Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Ismi Maulida Yulianti
2. Tempat & Tgl Lahir : Kendal, 11 Agustus 1997
3. NIM : 1503106067
4. Alamat Rumah : Jl Garuda Dusun Penyangkringan Lor
Desa Karangmulyo RT 07 RW 03 Kec
Pegandon Kab Kendal
5. Hp : 087747918608
6. Email : Ismimaulida25@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. TK Tarbiyatul Athfal 06 (Lulus Tahun 2003)
 - b. SD N Pucangrejo (Lulus Tahun 2009)
 - c. SMP N 3 Pegandon (Lulus Tahun 2012)
 - d. SMA N Gemuh (Lulus Tahun 2015)
 - e. UIN Walisongo Semarang Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini
2. Pendidikan Non Formal
 - a. Taman Pendidikan Al-Qur'an IPNU-IPPNU 04
 - b. Madrasah Diniyah Awaaliyah Ulumirrohimin

Semarang, 28 September 2019



Ismi Maulida Yulianti
NIM: 1503106067