



## Peran Komite Sekolah di PAUD Dalam Pemberian Makanan Sehat

Linna Rossalina<sup>1✉</sup>, Nami Nami<sup>2</sup>, Dewi Dewi<sup>3</sup>, Yuyun Yunita Sari<sup>4</sup>, Suzana Suzana<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

Email: [linnarossalina8@gmail.com](mailto:linnarossalina8@gmail.com)<sup>1</sup>

Received: 2024-04-15; Accepted: 2024-05-05; Published: 2024-11-04

### Abstrak :

Penulisan artikel ini bertujuan untuk menjelaskan tentang peran komite sekolah di TK. Al-Azhar 1 dalam pemberian makanan sehat. Metode penulisan artikel ini adalah dengan observasi ke sekolah TK. Al-Azhar dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah Guru dan Kepala Sekolah TK. Al- Azhar 1 Jakarta. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa Program Pemberian Makanan Sehat Bagi Anak Usia Dini sudah baik salah satunya kesehatan anak lebih meningkat, sesuai dengan prosedur dan buku panduan yang telah disediakan oleh pemerintah dan dinas kesehatan, meskipun dalam pelaksanaannya ada beberapa hambatan yang harus diperbaiki yaitu kerja sama dalam pelaksanaan program pemberian makanan sehat serta dukungan orang tua dalam memenuhi makanan sehat agar anak menjadi sehat dan mau mengkonsumsi makanan sehat karena baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

**Kata Kunci:** Peran Komite; Makanan Sehat; Anak Usia Dini.

### Abstract

*The aim of writing this article is to explain the role of the school committee in kindergarten. Al-Azhar 1 in providing healthy food. The method of writing this article is by observing kindergarten schools. Al-Azhar1 by means of interviews, observation and documentation. The subjects in this research were kindergarten teachers and principals. Al-Azhar 1 Jakarta. From the research results, it was found that the Program for Providing Healthy Food for Early Childhood Children is good, one of which is that children's health has improved, in accordance with the procedures and guidebooks provided by the government and health services, although in its implementation there are several obstacles that must be improved, namely cooperation in implementation of a program for providing healthy food and support from parents in fulfilling healthy food so that children become healthy and want to consume healthy food because it is good for the child's growth and development.*

**Keyword:** Committee Role, Healthy Food; Early Childhood.

Copyright © 2020 Hadlonah : Jurnal Pendidikan dan Pengasuhan Anak

## A. LATAR BELAKANG MASALAH

Anak usia dini adalah seorang anak yang tengah mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang fundamental. Pertumbuhan anak usia dini sangat berpengaruh kepada kesehatan anak, kesehatan anak sangat dipengaruhi oleh jumlah makanan dan kandungan gizi yang terdapat didalamnya. Makanan sehat menurut Robiatul Adawiah & Rachmawati (2021) yaitu makanan yang memiliki kandungan gizi seimbang, mengandung serat dan zat-zat yang diperlukan tubuh untuk proses tumbuh kembang anak. Makanan yang mempunyai kandungan serat serta zat-zat yang dibutuhkan badan untuk proses tumbuh kembang anak, selain itu makanan yang memiliki gizi seimbang berhubungan dengan 4 sehat lima sempurna. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 butir 14 bahwa PAUD adalah pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun, yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Rahmawati, Fajriah, & Hayati, 2023). Oleh karena itu, penyelenggaraan PAUD harus sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan pertumbuhan anak, karena pada masa emas ini anak-anak masih sangat rentan (Amirudin & Sumiati, 2022).

Menu makan anak usia dini haruslah makanan yang sehat. Makanan yang sehat adalah makanan yang mengandung gizi seimbang. Yang dimaksud dengan gizi seimbang adalah makanan yang dikonsumsi mengandung beraneka ragam zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur dalam takaran porsi makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Rahmawati et al., 2023). Makanan yang sehat adalah makanan yang seimbang, baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Tubuh manusia membutuhkan makanan seimbang yang bisa dikonsumsi dan diserap, serta menggantikan zat-zat yang hilang darinya. Dalam Islam telah dianjurkan untuk mengonsumsi makanan dengan tidak berlebih-lebihan (Meliani & Sati, 2023).

Di TK. Al-Azhar Jakarta 1 selain memberikan makanan sehat kepada anak-anak yang dilakukan dua kali dalam satu bulan yang dilakukan oleh orang tua dan guru, anak-anak ada pembiasaan untuk membawa bekal makanan sehat setiap hari. Pembiasaan yang sebaiknya diterapkan kepada anak yaitu pembiasaan hidup sehat melalui olahraga, mengonsumsi makanan sehat dan mengatur pola makan tiga kali sehari dengan hanya sedikit makan makanan kecil. Penyediaan nutrisi yang tepat juga merupakan aspek yang memegang peranan penting untuk tumbuh kembang dan kesehatan. Penyediaan nutrisi dilakukan melalui penyediaan makanan sehat. Sehingga, nutrisi yang diperoleh melalui makanan sangatlah bermanfaat bagi tubuh manusia. Makanan yang dikonsumsi pada dasarnya bukan hanya untuk membuat perut

kenyang, namun beberapa zat gizi yang terkandung dalam makanan tersebut memiliki berbagai manfaat bagi tubuh, seperti untuk membangun sel-sel tubuh, membantu dalam pertumbuhan tulang, kulit, rambut, otot, hormon, dan enzim serta berperan sebagai bahan bakar dalam tubuh manusia. Selain dari itu, makanan sehat juga berperan dalam perkembangan otak anak (Amirudin & Sumiati, 2022).

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui peran orang tua dalam pemberian makanan sehat kepada anak-anak, membantu memenuhi asupan gizi harian anak dalam membantu mengoptimalkan tumbuh kembang anak, mewujudkan perilaku makan anak, menegakkan perilaku kemandirian pada anak, serta berakibat pada antusias dan konsentrasi belajar anak.

## **B. METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian ini adalah metode kualitatif dengan model pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah investigasi terhadap "sistem terbatas" atau "satu atau lebih kasus" yang dilakukan dari waktu ke waktu melalui pengumpulan data yang mendalam, menggabungkan berbagai sumber informasi yang kaya ke dalam konteks (Moleong, 2018). Creswell mencantumkan beberapa karakteristik studi kasus, itu adalah: (1) mengidentifikasi kasus penelitian; (2) Hal ini merupakan "sistem yang terikat oleh waktu dan tempat"; (3) Studi kasus memberikan gambaran rinci dan ekstensif mengenai tanggapan terhadap peristiwa dengan menggunakan berbagai sumber pengumpulan data; dan (4) Dengan menggunakan pendekatan studi kasus, peneliti "menghabiskan waktu untuk hal tersebut", kasus yang menjelaskan latar belakang dan keadaan peristiwa. Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive dengan bantuan key person. Melalui teknik purposive, peneliti memilih partisipan penelitian dan lokasi penelitian dengan tujuan untuk mempelajari atau untuk memahami permasalahan pokok yang akan diteliti. Metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumen.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pemberian makanan sehat yang dilaksanakan di TK. All-Azhar 1 Jakarta bertujuan untuk membantu memenuhi asupan gizi harian anak dalam membantu mengoptimalkan tumbuh kembang anak, mewujudkan perilaku makan anak, menegakkan perilaku kemandirian pada anak, dan konsentrasi belajar anak. Tujuan di atas searah dengan manfaat pemberian santapan sehat di lembaga PAUD. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal PAUDNI Direktorat PPTK PAUDNI (2012:104) manfaat program pemberian makanan sehat di lembaga PAUD, yaitu: a) Membentuk kebiasaan makan yang baik; b) Meningkatkan

kecerdasan spiritual anak melalui doa bersama dan mensyukuri nikmat Tuhan yang telah memberikan rezekinya; c) Meningkatkan kecerdasan emosional dan interpersonal anak melalui kegiatan berbagi makanan dengan teman dan guru; d) Menumbuhkan rasa tanggung jawab anak dengan meminta mengambil makanan kepada teman dan guru; e) Menumbuhkan kemandirian anak melalui makan sendiri dan membereskan alat makan sendiri; f) melatih motorik halus dan kasar anak melalui integrasi makan dengan pembelajaran matematis (jumlah, klasifikasi warna dan bentuk) dan pengenalan berbagai sumber makanan nabati dan hewani; dan g) mengenalkan anak fungsi makanan, zat-zat gizi yang dibutuhkan, bahan-bahan kimia yang dapat membahayakan bagi tubuh manusia. Pada usia dini inilah saat yang tepat guna mulai menanamkan kebiasaan- kebiasaan baik seperti melatih anak guna menerapkan dan memilih makanan dan minuman yang sehat serta melatih anak cara makan yang santun. Program Pemberian Makanan Sehat pada anak di TK. Al-Azhar 1 Jakarta yang diberikan telah memenuhi ketentuan makanan untuk anak usia dini, yang tidak lepas dari peranan orang tua dan guru.

#### **D. KESIMPULAN**

Manfaat program pemberian makanan sehat di lembaga PAUD, yaitu a) Membentuk kebiasaan makan yang baik, b) Meningkatkan kecerdasan spiritual anak melalui doa bersama dan mensyukuri nikmat Tuhan yang telah memberikan rezekinya, c) Meningkatkan kecerdasan emosional dan interpersonal anak melalui kegiatan berbagi makanan dengan teman dan guru, d) Menumbuhkan rasa tanggung jawab anak dengan meminta mengambil makanan kepada teman dan guru, e) Menumbuhkan kemandirian anak melalui makan sendiri dan membereskan alat makan sendiri, f) melatih motorik halus dan kasar anak melalui integrasi makan dengan pembelajaran matematis (jumlah, klasifikasi warna dan bentuk) dan pengenalan berbagai sumber makanan nabati dan hewani, g) mengenalkan anak fungsi makanan, zat-zat gizi yang dibutuhkan, bahan-bahan kimia yang dapat membahayakan bagi tubuh manusia. Program Pemberian Makanan Sehat pada anak di TK. Al-Azhar 1 Jakarta yang diberikan telah memenuhi ketentuan makanan untuk anak usia dini, yang tidak lepas dari peranan orang tua dan guru

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amirudin, A., & Sumiati, S. (2022). *Peran Pendidikan Orang Tua terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. Hadlonah : Jurnal Pendidikan Dan Pengasuhan Anak*, 3(2), 111–126. Retrieved from <https://journal.bungabangsacirebon.ac.id/index.php/hadlonah/article/view/774>

Fitri, R., & Ondeng, S. (2022). *Pesantren Di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter*. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 42–54.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal PAUDNI Direktorat PPTK PAUDNI, 2012. *Pedoman dan Bahan Ajar Diklat Berjenjang PTK PAUD : Program Gizi dan Kesehatan Anak Usia Dini*.

Kusmarni, Y. (2012). *Studi kasus*. UGM Jurnal Edu UGM Press, 2.

Meliani, F., & Sati, S. (2023). *IMPLEMENTATION OF CHARACTER-BUILDING EDUCATION IN INCLUSIVE SCHOOLS*. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 9(4), 698–710.  
<https://doi.org/10.31949/jcp.v9i4.6497>

Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Rahayu, N., & Munastiwi, E. (2018). *Manajemen Makanan Sehat di PAUD*. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 3(2), 65–80.

Rahmawati, R., Fajriah, H., & Hayati, Z. (2023). *Model Sekolah PAUD Ramah Anak Berbasis Islam di Kecamatan Singkohor Aceh Singkil*. *Hadlonah : Jurnal Pendidikan dan Pengasuhan Anak*, 4(2), 17–31. Retrieved from  
<https://journal.bungabangsacirebon.ac.id/index.php/hadlonah/article/view/1330>

Robiatul Adawiah, L., & Rachmawati, Y. (2021). *Parenting Program to Protect Children's Privacy: The Phenomenon of Sharenting Children on social media*. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 15(1), 162–180. <https://doi.org/10.21009/JPUD.151.09>