

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh peneliti, maka penelitian yang berjudul “Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di RA Sholahiyah Pedawang Bae Kudus” dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Implementasi pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di RA Sholahiyah Pedawang Bae Kudus mempunyai tahapan-tahapan dalam pelaksanaannya. Sebelum pengenalan gizi seimbang anak dikenalkan melalui lagu isi piringku, guru mengenalkan makanan yang mengandung zat gizi seimbang seperti nasi, singkong, sosis, telur dan lainnya. Kemudian guru menjelaskan gizi seimbang sesuai dengan materi pembelajaran dan mengenalkan makanan-makanan tadi.

Dari berbagai makanan tersebut terdapat 5 macam zat gizi seimbang yaitu karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin. Usai menjelaskan, guru menguji kemampuan anak dengan memanggilnya satu per satu dan memberikan pertanyaan tentang makanan-makanan tersebut. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah mereka bisa membedakan macam-macam zat gizi seimbang sesuai dengan makanan tersebut atautkah tidak. Kemudian guru mengajari mulai dari membentuk nasi menjadi bentuk-bentuk hewan/tanaman, menata sosis, telur dan lain-lain serta tidak lupa juga menjelaskan makanan tersebut tergolong zat gizi seimbang jenis apa.

Dari sini dapat dilihat macam-macam perkembangan anak mulai dari yang mengalami perkembangan baik maupun kurang baik. Dengan adanya pengenalan gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan menunjukkan dampak positif pada perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini yaitu naik perkembangan fisik maupun psikisnya yang menunjang berjalannya proses pendidikan anak usia dini.

2. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan sebanyak 3 problem beserta solusinya dalam pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di RA Sholahiyah Pedawang Bae Kudus. Pertama, problem terkait keadaan peserta didik yaitu ada beberapa anak yang tidak fokus

saat penyampaian materi ataupun masih bingung dalam membentuk kreasi makanan. Solusi yang dapat dilakukan adalah perlu adanya perhatian khusus dari guru bagi anak yang tidak fokus dalam pembelajaran dan yang belum bisa mengkreasi makanan dengan baik.

Problem kedua yaitu anak terkadang mau mendengarkan penjelasan dari orang tua, tetapi terkadang juga bodo amat tidak mau mendengarkannya. solusi yang bisa dilakukan orang tua untuk mengatasi problem tersebut yaitu orang tua harus selalu sabar dan berusaha bagaimana caranya mengambil hati anak supaya mau diajak belajar mengenal sayuran, buah-buahan dan laukpauk. Misalnya dengan cara mengajak anaknya ke kebun atau sawah untuk melihat macam-macam tumbuhan, buah-buahan, dan sayuran.

Problem yang terakhir yaitu ketika orang tua belum memahami secara mendalam tentang pengenalan gizi seimbang sehingga belum bisa mengajari anaknya yang belum paham. Solusi yang dapat dilakukan yaitu seorang guru dapat memberikan pengertian kepada orang tua melalui kegiatan *parenting* yang dilaksanakan di sekolah. Selain itu guru juga dapat memberikan program tambahan bagi anak yang dinamakan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yang dilaksanakan satu bulan sekali di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan penyajian data dalam penelitian ini, dengan kerendahan hati peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan, sebagai berikut:

1. Bagi Pendidik

Untuk pendidik dalam melaksanakan program supaya dapat menambah pengetahuan tentang makanan gizi seimbang sehingga dalam pelaksanaan pendidik lebih mengerti. Selain itu juga pendidik dalam menyusun menu-menu untuk anak lebih kreatif dan dibuat semenarik mungkin. Selain itu juga pendidik memerhatikan takaran gizi seimbang, tujuan dan manfaat gizi seimbang untuk anak usia dini. Sehingga dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dalam program pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan dapat terlaksana dengan baik, maksimal dan optimal.

2. Bagi Orangtua

Orang tua harus bisa menambah pengetahuan dan juga mempunyai ide-ide yang kreatif supaya anak tertarik untuk

dikenalkan gizi seimbang. Orang tua harus peduli dan kerjasama terhadap program-program yang dapat menunjang pengenalan gizi seimbang anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan, karena keterlibatan orang tua di dalam sekolah sangat diperlukan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti terkait program pengenalan gizi seimbang anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan, sebaiknya mengkaji lebih dalam lagi tentang gizi seimbang, cara mengkreasikan makanan, pengaruh gizi seimbang pada anak, pengaruh pertumbuhan dan perkembangan anak baik perkembangan fisik maupun psikis. Proses kegiatan pengenalan gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan sebaiknya menggunakan metode dan jenis penelitian kuantitatif agar dapat mendapatkan hasil penelitian yang lebih jelas dan optimal

