

Program Pemberian Makanan Tambahan Bagi Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD Pelangi Ararat

Merliana K. Hungu Rihi^{1✉}, Credo G. Betty², Angelikus N. Koten³, Vanida Mundiarti⁴, Yohana Yuniati⁵

(1,2,3,4,5) PG-PAUD FKIP, Universitas Nusa Cendana

Email korespondensi: ¹inamerliana@gmail.com

Abstrak

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah kegiatan menyediakan makanan sehat dan bergizi untuk meningkatkan kesehatan dan status gizi anak, sekaligus mencegah stunting. Program ini diterapkan di sekolah-sekolah mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga Sekolah Dasar, dengan fokus pada peningkatan kesehatan serta pengenalan pola makan bergizi sejak dini. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif, di mana data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PMT biasanya dilaksanakan setelah kegiatan belajar di kelas dan diadakan sebulan sekali, dengan menu berupa makanan tradisional dan sehat, seperti susu, bubur kacang hijau, buah-buahan, dan sayuran. Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas program terkait sarana prasarana, respons peserta didik, serta tanggapan orang tua, yang secara umum menunjukkan kepuasan dan dukungan terhadap program ini di sekolah.

Kata Kunci: Pemberian, Makanan Tambahan, Anak Usia 4-6 Tahun

Abstract

The Supplementary Feeding Program (PMT) is an initiative that provides healthy and nutritious food to improve children's health and nutritional status while preventing stunting. This program is implemented in schools, ranging from Early Childhood Education (PAUD) to Primary Schools, focusing on enhancing health and introducing nutritious eating habits from an early age. This study adopts a descriptive method with a qualitative approach, where data were collected through interviews and observations. The findings reveal that PMT activities are usually carried out after classroom learning sessions and conducted once a month, offering traditional and healthy foods such as milk, mung bean porridge, fruits, and vegetables. An evaluation was conducted to assess the program's effectiveness in terms of infrastructure, student responses, and parental feedback, which generally showed satisfaction and support for the program in schools.

Keywords: Supplementary Feeding, Food Provision, Children Aged 4-6 Years

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memegang peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak dikarenakan PAUD adalah peletak dasar pertama dan utama dalam pengembangan pribadi anak, baik berkaitan dengan karakter, kemampuan fisik, kognitif, kemandirian, seni, sosial-emosional, spiritual, maupun bahasa. Selain itu lembaga PAUD juga harus memperhatikan dan memberikan layanan kesehatan bagi anak agar tercapainya anak usia dini yang sehat, cerdas dan ceria. Pada masa ini anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cukup pesat. Selain itu anak akan sangat rentan terkena permasalahan

kesehatan dan kekurangan gizi yang dapat menjadi hambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya (Gigir, Amisi & Mayulu, 2019). Oleh karena itu, anak perlu dibekali dengan pengetahuan tentang makanan yang bergizi dan seimbang sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Permenkes) Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.

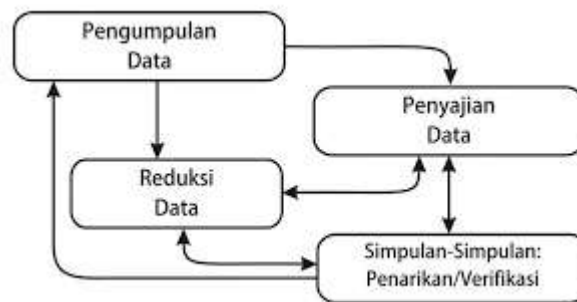
Dinas Kesehatan Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur melaporkan sebanyak 5.487 anak di daerah itu mengalami masalah kekerdilan (*stunting*) pada tahun 2022 akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Ini menjadi salah satu kasus terbesar di kota Kupang akibat kurangnya pemberian PMT sehingga perlu adanya program PMT di sekolah, selain mencegah adanya *stunting* PMT juga membantu para siswa untuk meningkatkan kekebalan tubuh, kognitif, motorik dan memperbaiki jaringan - jaringan saraf dalam tubuh dengan mengonsumsi makanan yang sehat. Pemberian makanan tambahan mutlak bagi bayi jika diberikan pada usia yang tepat, di samping itu ASI harus tetap diberikan agar bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal hingga usia 2 tahun. Pola pemberian makanan tambahan merupakan suatu bentuk perilaku ibu dalam memberikan makanan kepada anaknya, di mana pengetahuan juga sangat berpengaruh (Murniningsih & Sulastri, 2008)), Walaupun dari rumah anak sering mengonsumsi makanan sehat, sekolah juga memberikan pelayanan kesehatan bagi anak-anak.

Pada penelitian terdahulu ditemukan bahwa pewarnaan makanan dapat menyebabkan hiperaktif dan kehilangan konsentrasi pada anak-anak, karena itu pemerintah perlu memperhatikan standarisasi makanan dan kesehatan makanan, melanjutkan program pemberian makanan bergizi di sekolah, dan mensosialisasikan pentingnya gizi kepada orang tua. Mendapat asupan gizi yang cukup adalah hak asasi manusia yang selayaknya didapatkan oleh setiap individu. Gizi yang cukup dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan sejak janin hingga tahapan kehidupan selanjutnya (Waroh, 2019). Materi yang disampaikan dalam pendidikan gizi dan kesehatan antara lain: materi kebiasaan cuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar, mandi, cara menggosok gigi dan memotong kuku, materi tentang kebiasaan membuang sampah, menjaga kebersihan kelas, membuka jendela kelas, materi kebiasaan, media yang digunakan dalam pendidikan gizi dan kesehatan antara lain berupa poster, rumah pesan, flipchart, display panel, kartu berjodoh.

METODOLOGI

Penelitian ini dilakukan di PAUD Pelangi Ararat, yang terletak di, Jln. Lorong Fatunaek RT 002/RW 006 Kelurahan Fatukoa, Kecamatan Maulafa, Kota Kupang Nusa Tenggara Timur. Penelitian ini dilaksanakan dalam kurun waktu kurang lebih 1 bulan mulai tanggal 12 Januari sampai 2 Februari 2024. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan tujuan untuk mengetahui program pemberian makanan tambahan bagi anak usia 5-6 tahun di PAUD Pelangi Ararat. Narasumber dalam penelitian ini adalah kepala sekolah dan wali kelas. Teknik yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan wawancara dan observasi, yaitu melakukan komunikasi langsung bersama informan dan mengikuti kegiatan pemberian makanan tambahan yang dilaksanakan. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara adalah bagaimana kegiatan pemberian makanan berlangsung dan gambaran yang diberikan saat pemberian makanan tambahan dilaksanakan, sedangkan observasi kegiatan selama proses pemberian makanan tambahan yang dilaksanakan sama seperti yang disampaikan oleh narasumber dengan tujuan bahwa kegiatan itu benar-benar terlaksana. Setelah data dikumpulkan selanjutnya akan dilakukan analisis data dengan merangkum keseluruhan data yang diperoleh dan memilih data yang penting sesuai dengan tema sehingga bisa di deskriptifkan dalam gambaran yang utuh, setelah itu melakukan penyajian data dalam bentuk narasi agar peneliti bisa menggambarkan hasil penelitian secara berlangsung dan berurutan dan yang terakhir penarikan kesimpulan

dengan hasil yang sudah di temukan sesuai dengan bukti-bukti yang diperoleh di lapangan secara akurat dan menjawab perincian masalah yang di dapat.



Gambar 1. Proses Analisis Data

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pemberian makanan tambahan (PMT)

Pelaksanaan kegiatan PMT menjadi salah satu program yang dibuat sekolah dalam upaya memperbaiki gizi peserta didik dan mengenalkan peserta didik untuk mengonsumsi makanan sehat. Pemberian makanan tambahan bagi peserta didik di dalam kelas perlu mempunyai tata cara yang baik karena, dalam pemberian makanan terutama makanan sehat dalam hal meningkatkan kesehatan gizi perlu memperhatikan syarat-syarat dan ketentuan, hasil yang diperoleh peneliti bahwa makanan yang dipilih dan diberikan bagi peserta didik, tidak boleh asal diberikan dan juga perlu pemantauan dari tenaga kesehatan. Pemberian makanan yang baik akan membantu terpenuhinya gizi dan memperbaiki status gizi. Pemberian makanan tambahan yang diberikan kepada peserta didik berupa makanan lokal, tradisional dan makanan bergizi yang lainnya dan takaran yang diberikan semua sama banyak.

Dari pendapat di atas dan sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian makanan yang diberikan sekolah kepada peserta didik banyak yang menyesuaikan dengan pembiayaan yang ada sehingga, dalam pemberian makanan di sekolah tidak diperhatikan menu makanan dan takaran. Selain itu, nafsu makan anak ketika diberikan makanan dan pola pemberian makan akan sangat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak karena dalam asupan nutrisi tersebut mengandung zat gizi yang sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kecerdasan anak (Loka et al., 2018)).

Berdasarkan hasil penelitian, anak usia 5-6 tahun perlu mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Pemberian makanan sehat dan bergizi tersebut tidak hanya dilakukan saat balita tetapi diberikan juga saat umur anak semakin tinggi karena semakin tinggi umur anak maka semakin tinggi pula kebutuhan gizi anak. Dengan adanya program pemberian makanan tambahan di lingkungan sekolah, peneliti menemukan beberapa hal bahwa, kecukupan gizi yang dimiliki anak melalui program PMT di sekolah menjadi wadah terbaru bagi peserta didik yang mengalami kekurangan gizi, sekolah juga memberikan makanan bergizi untuk pencegahan *stunting* di sekolah.



Gambar 2. Kegiatan pemberian makanan tambahan

Evaluasi dan hasil Pemberian Makanan tambahan

Evaluasi pemberian makanan menjadi salah satu faktor akhir kegiatan PMT dengan tujuan melihat peningkatan apa saja yang dirasakan atau didapat setelah PMT ini berlangsung. Melalui evaluasi ini, semua pihak yang terlibat bisa melihat pencapaian program yang sudah dilaksanakan, apabila terdapat beberapa hal yang mengganggu selama PMT maupun selesai PMT, hal tersebut dapat menjadi bahan untuk perlu dievaluasi dan membutuhkan penanganan khusus.

Pengawasan pengendalian dan penilaian merupakan fungsi ketiga dari manajemen kesehatan. Pelaksanaan pengawasan pengendalian dan penilaian sangat diperlukan agar tahapan penggerakan pelaksanaan dapat dilaksanakan sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat dalam program PMT-anak balita (Handayani et al., 2008).

Pemberian makanan tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi anak, tetapi juga memberikan manfaat yang luas untuk perkembangan fisik, kognitif, emosional dan perilaku anak yang sangat penting pada tahap awal kehidupan mereka. Pada perkembangan fisik, manfaat yang diperoleh adalah membentuk kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan, mendukung tinggi badan, berat badan dan kekuatan otot dan kesehatan tulang. Pada perkembangan kognitif, manfaat yang diperoleh adalah mendukung fungsi kognitif anak, zat besi dan daya ingat serta kecerdasan, perkembangan emosional, perkembangan sosial dalam waktu makan bersama berinteraksi dengan teman saling membantu dan berbagi. Pemberian makanan tambahan bagi para peserta didik tentunya membutuhkan sarana dan prasarana sekolah baik itu gedung, meja kursi dan alat-alat atau sarana.

Hasil yang peneliti temukan bahwa sarana prasarana yang dibutuhkan untuk memperlancar kegiatan PMT di sekolah terbilang cukup, mulai dari gedung, meja, kursi alat timbang badan, tinggi badan lingkar kepala, tempat makan dan semua sarana yang ada di sekolah terbilang cukup untuk digunakan sampai saat ini, dan didukung dengan pembiayaan yang diberikan oleh pemerintah. Ketersediaan sarana prasarana yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran di satuan, dapat mendukung terwujudnya pembelajaran yang berkualitas. Ada pengaruh penyuluhan gizi dengan cara pemajangan poster dan pemberian leaflet makanan sehat terhadap perilaku (pengetahuan, sikap, dan tindakan) konsumsi makanan jajanan pada siswa sekolah menengah umum tentang makanan jajanan. Intervensi berupa pemajangan poster dan pemberian leaflet mampu meningkatkan pengetahuan, sikap pelajar, dan tindakan siswa (Siagian et al., 2010).

Persepsi orang tua dan tenaga kesehatan terkait PMT yang ada di sekolah

Beberapa orang tua berpendapat bahwa mereka senang dengan adanya program PMT yang diadakan sekolah, namun beberapa orang tua juga memiliki kekhawatiran akan kualitas nutrisi, kebersihan makanan, cara menyimpan makanan yang diberikan pada saat PMT. Selain orangtua, program PMT ini juga didukung oleh tenaga kesehatan sebagai cara untuk mempromosikan pola makan yang sehat dan seimbang bagi peserta didik, juga sebagai salah satu cara untuk mencegah penyakit yang merugikan peserta didik dan orangtua. Pengelolaan program PMT tersebut sebaiknya dilaksanakan secara multidisiplin (medis dan nonmedis) dengan mengikutsertakan keluarga, terutama ibu karena secara umum perawatan anak bergantung pada ibunya. Hal ini sejalan dengan pendapat Leonita & Nopriadi (2010) yang menyatakan bahwa masa anak adalah waktu yang tepat untuk menanamkan perilaku dan kebiasaan kesehatan yang baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dimaksud dalam studi ini adalah pemberian langsung makanan sehat dan bergizi kepada peserta didik untuk mencegah stunting. Di PAUD Pelangi Ararat, program ini dilaksanakan setiap bulan dengan tujuan mengedukasi anak-anak tentang pentingnya makanan bergizi dan mencegah

stunting pada usia dini, terutama menjelang usia sekolah. PMT juga berfungsi meningkatkan ketahanan fisik anak sebagai upaya perbaikan gizi dan kesehatan agar dapat mendukung minat dan kemampuan belajar siswa (SSGI, 2023). Menu yang disajikan beragam dan mencakup susu, bubur kacang hijau, sup sayur, serta kue tradisional. Setiap peserta didik diwajibkan membawa peralatan makan pribadi seperti kotak bekal dan botol minum. Selama kegiatan, guru membagikan makanan yang disediakan oleh sekolah, dan sebelum makan, anak-anak diajarkan untuk berdoa dan mencuci tangan. Setelah makan, mereka menyimpan peralatan makan dan kembali mencuci tangan, diikuti diskusi dengan guru tentang makanan yang dikonsumsi serta kesan mereka. Setelah kegiatan selesai, guru mengevaluasi pelaksanaan PMT sebagai bahan informasi bagi orang tua terkait perkembangan dan pertumbuhan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, L., Mulasari, S. A., Nurdianis, N., Masyarakat, F. K., & Dahlan, U. A. (2008). Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Balita Evaluation of Supplement Feeding ' S Programme To Children Under Five Years Old. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 11(01), 21-26.
- Kanak-kanak, P. M. T. (2005). *Sulzka h B e n d a n g J u r n a l X l m i a h*. IX(2).
- Gigir, M.S., Amisi, M.D., & Mayulu, N. (2019). Hubungan antara status gizi anak usia 24-59 bulan di desa tiwoho kecamatan wori kabupaten minahasa utara. *Jurnal KESMAS*, Vol. 8, No. 6, Oktober 2019
- Leonita, E., & Nopriadi, N. (2010). Persepsi Ibu Terhadap Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 1(1), 39-48. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol1.iss1.9>
- Loka, lola vita, Martini, Margaretha, & Relina, S. (2018). Hubungan Pola Pemberian Makan dengan Perilaku Sulit Makan pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6). *Keperawatan Suaka Intan (JKSI)*, 3(2), 1-10.
- Murniningsih, M., & Sulastri, S. (2008). Hubungan antara pemberian makanan tambahan pada usia dini dengan tingkat kunjungan ke pelayanan kesehatan di kelurahan Sine Sragen. *Berita Ilmu Keperawatan*, 1(3), 113-118.
- Siagian, A., Jumirah, J., & Tampubolon, F. (2010). Media Visual Poster dan Leaflet Makanan Sehat serta Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Siswa Sekolah Lanjutan Atas, di Kabupaten Mandailing Natal. *Kesmas: National Public Health Journal*, 4(6), 262. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v4i6.165>
- SSGI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 77-77.
- Waroh, Y. K. (2019). Pemberian Makanan Tambahan Sebagai Upaya Penanganan Stunting Pada Balita Di Indonesia. *Embrio*, 11(1), 47-54. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no1.a1852>