



Edukasi *Parenting* dan Pola Makan Anak Sehat Bagi Guru dan Orang Tua TK dan PAUD Desa Jatisaba Cilongok

Indira Pipit Miranti^{1*}, Arinda Nur Cahyani², Rini Dwi Yuliana³

STIKes Ibnu Sina Ajibarang

*Email: indirapipit@stikes-ibnusina.ac.id, arindacahyani@stikes-ibnusina.ac.id,
rinidwiyulianti601@gmail.com

Abstract: *Jatisaba Village has a geographical location in the form of mountains and is a village that has a large area of forest land. This area which belongs to the highlands has high potential as a place for religious tourism, but the quality of promotion from Jatisaba Village is still lacking, so this has not been realized. This proves that until now there has been no development related to the construction of religious tourism sites due to a lack of outreach. Apart from that, the potential that Jatisaba Village has is the MSME business in the form of Home Made Banana Chips by the community group. Community groups in Jatisaba Village have a very important role in helping the process of utilizing and producing good banana chips. To be able to change or form insights, understanding, thoughts, interests, determination and the ability to innovate behavior makes an advanced business system. The selection of the village was determined because of a request from representatives of Kindergarten and Early Childhood teachers for counseling on unresolved issues.*

Keywords: *Parenting, dietary habit, jati saba*

Abstrak; Desa Jatisaba memiliki geografis berupa pegunungan dan termasuk Desa yang memiliki lahan hutan yang cukup luas. Wilayah yang termasuk ke dataran tinggi ini sebenarnya memiliki potensial yang tinggi sebagai tempat wisata reiligi tetapi pada dasarnya kualitas promosi dari Desa Jatisaba masih kurang gencar sehingga hal tersebut belum terealisasi. Hal ini membuktikan bahwa sampai pada saat ini belum ada perkembangan terkait dengan pembangunan tempat wisata religi karena kurangnya sosialisasi. Selain itu potensi yang dimiliki Desa Jatisaba yaitu adanya usaha UMKM berupa Home Made keripik pisang kelompok masyarakat. Kelompok masyarakat yang ada di Desa Jatisaba memiliki peranan yang sangat penting dalam membantu berjalannya proses pemanfaatan dan pembuatan baik keripik pisang. Sehingga mampu mengubah atau membentuk wawasan, pengertian, pemikiran minat, tekad dan kemampuan perilaku berinovasi menjadikan sistem usaha yang maju. Pemilihan desa ditentukan karena adanya permintaan dari perwakilan guru-guru TK dan Paud untuk penyuluhan tentang permasalahan yang belum terselesaikan.

Kata Kunci: Parenting, Pola Makan, Jatisaba

PENDAHULUAN

Kebiasaan pola makan sehat dan sesuai dengan kebutuhan zat gizi, dimulai sejak dini. Hovdenak et al. (2019) menemukan kebiasaan makan tidak sehat di usia dini akan menjadi kebiasaan juga saat remaja. Pola makan yang buruk akan menyebabkan gizi kurang atau gizi lebih pada AUD (Anak Usia Dini). Jika AUD memiliki status gizi kurang atau gizi lebih akan memiliki risiko kesehatan dan mempengaruhi prestasi di TK maupun PAUD. Risiko kesehatan pada AUD antara lain gangguan perkembangan kognitif dan sosial, hal ini dapat diintervensi dengan nutrisi untuk pemulihan gangguan tersebut (Luoto et al. 2019; Hamadani et al. 2019).



Anak Usia Dini memiliki Indeks Makan Sehat rata-rata hanya 60 %, dimana AUD jarang mengkonsumsi sayuran dan kacang-kacangan hijau serta tinggi konsumsi makanan lemak jenuh PAUD (Murphey et al. 2011). Kebiasaan AUD mengonsumsi makanan jenis karbohidrat per-hari mencapai 58,1 %, makanan gula tinggi 94,8 %, sedangkan sayur hanya 9,8%, dan buah hanya 28 %. Kebiasaan pola makan anak usia dini berhubungan dengan pengetahuan orang tua terutama ibu. Ibu memiliki peran penting dalam menyediakan makanan untuk anak usia dini (AUD).

Tingkat ekonomi keluarga sebagai penentu utama kualitas ketersediaan makanan di keluarga. Ibu menyediakan makanan di rumah dipengaruhi oleh tingkat ekonomi keluarga dan seorang ibu merupakan faktor paling konsisten yang terkait dengan indeks masa tubuh anak. Intervensi edukasi gizi, dapat merubah perilaku orang tua dalam menyiapkan makanan untuk AUD dan keberhasilan edukasi gizi ke orang tua berpengaruh dalam indeks masa tubuh AUD.

Salah satu aspek terpenting lainnya yaitu membantu kualitas tumbuh kembang anak melalui peningkatan mutu Pendidikan lembaga Anak Usia Dini dan Taman Kanak – kanak, yang dilakukan dengan membangun kemitraan antara lembaga Pendidikan Anak Usia Dini / Taman Kanak –Kanak dengan orangtua. Hal tersebut perlu dilakukan sebab orangtua merupakan pendidik pertama dan utama bagi anak dan paling mengerti akan anaknya, sedangkan lembaga TK dan PAUD berperan membantu orangtua dalam 2 menjadikan pelaksanaan pendidikan lebih efektif dan optimal. Adanya kemitraan di antara keduanya dapat memberikan manfaat dimana antara lembaga TK dan PAUD dengan orangtua akan saling melengkapi dan bersinergi dalam mendidik anak, dan keduanya dapat saling bertukar informasi mengenai pendidikan dan perkembangan anak. Oleh sebab itu agar manfaat dari kemitraan dapat terwujud, maka pihak lembaga TK dan PAUD perlu membangun kemitraan dan mengajak agar orangtua berpartisipasi aktif terlibat dalam pendidikan dan perkembangan anak. Keterlibatan ini pada umumnya disebut dengan keterlibatan orangtua sebagaimana yang dinyatakan Bronfenbrenner (dalam Nurhadi, 2012: 117) bahwa Keluarga dan sekolah merupakan unsur yang dapat menentukan terjalannya keterlibatan orangtua dimana sebuah survei yang dilakukan oleh para guru menunjukkan bahwa keterlibatan orangtua merupakan prioritas utama dalam meningkatkan kualitas pendidikan. Keterlibatan orangtua pada dasarnya diperlukan pada setiap waktu terutama bagi anak di periode usia dini, dimana pada periode ini anak baru memulai mengembangkan pengetahuan, sikap, moral, emosionalnya serta pembentukan karakter.

Orangtua berperan dalam menentukan bagaimana anak akan tumbuh dan berkembang. Karena lingkungan utama bagi perkembangan anak adalah keluarga, maka keluarga berpengaruh kepada anak menjadi seperti apa kedepannya. Oleh sebab itu tugas orangtua adalah mencari tahu informasi mengenai parenting berkaitan dengan bagaimana cara menumbuh kembangkan (pemeliharaan fisik, pemberian kasih sayang dan kehangatan, menghargai anak, serta memberikan rangsangan yang dibutuhkan anak) dan mendidik (pengembangan nilai-nilai karakter) anak dengan baik dan benar. Pengetahuan parenting dapat diperoleh orangtua dengan berbagai cara seperti mengikuti penyuluhan yang diberikan lembaga PAUD, membaca buku mengenai parenting, membaca artikel-artikel. Pengetahuan parenting dapat membantu orangtua dalam mengoptimalkan upaya untuk membangun karakter anak, untuk menerapkan pola pengasuhan yang sesuai dengan nilai dan norma serta dapat menjadi jawaban dalam permasalahan yang dialami oleh orangtua.

Parenting yang dilakukan secara optimal dan konsisten yang diberikan orangtua akan menjadi pengalaman dan akan berpengaruh terhadap fase kehidupan anak selanjutnya. Parenting akan lebih optimal apabila 3 dilakukan dengan bekerjasama dengan pihak-pihak tertentu yang berkaitan dengan tumbuh kembang anak seperti lembaga TK dan PAUD dimana anak mengemban

pendidikannya. Orangtua dan guru dapat menjadi mitra dalam mewujudkan pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal sesuai dengan tahapan perkembangan anak, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orangtua dalam mengasuh anak usia dini. Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk mengangkatnya sebagai topik dalam penelitian ini dengan judul “Edukasi *Parenting* dan Pola Makan Anak Sehat Bagi Guru dan Orang Tua TK dan PAUD Desa Jatisaba Kecamatan Cilongok”.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilakukan dengan cara penyuluhan langsung pada guru-guru TK, dan Paud Desa Jatisaba serta orang tua murid di Gedung Aisyah pada tanggal 15 September 2022 pukul 10.00-12.30 WIB. Kegiatan PKM ini juga menerapkan protokol kesehatan selama kegiatan, mencakup penggunaan masker, menjaga jarak dan menjaga kebersihan tangan. Media yang digunakan adalah LCD, proyektor, power point dan juga kuesioner. Sedangkan metodenya ceramah interaktif dan juga diskusi. PKM di Desa Jatisaba diisi dengan dua materi yang saling terkait dan yang dibutuhkan oleh guru dan orangtua sebagai target sasaran.

Kegiatan dilakukan dengan beberapa tahapan sebagai berikut: 1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap guru dan orang tua dalam pola asuh anak/ *parenting education* dan pola makan anak sehat. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta guru dan orang tua untuk mengisi kuesioner yang memuat beberapa pertanyaan yang terkait materi yang akan disampaikan. 2. Penyampaian materi pertama tentang Edukasi *Parenting* disampaikan oleh Ketua Pengabdian Indira Pipit Miranti, S.Pd.M.Sc dan materi kedua tentang Pola Makan Anak Sehat disampaikan oleh anggota 1 Arinda Nur Cahyani, M.Farm.

Penyampaian materi dari narasumber disampaikan secara bergantian dengan mengemas materi dalam bentuk power point yang menarik dimana didalamnya berisikan informasi terkait materi yang diberikan. Kemudian setelah materi diberikan, dibuka sesi tanya jawab bagi responden yang ingin bertanya mengenai materi yang telah disampaikan. Cara yang dipilih untuk kegiatan PKM tersebut adalah untuk menjalin silaturahmi dan juga memperkenalkan STIKes Ibnu Sina Ajibarang terhadap masyarakat luar. 3. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan

HASIL

Hasil perolehan skor pretest peserta tentang edukasi *parenting* yaitu 65 dan skor pretest tentang pola makan anak sehat yaitu 60. Sedangkan perolehan posttest peserta baik edukasi *parenting* maupun pola makan anak sehat menunjukkan skor 100. Dari hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang edukasi *parenting* dan juga pola makan anak sehat, dan beberapa perwakilan dari guru dan orang tua menyampaikan sangat puas dengan pelatihan yang bermanfaat serta diharapkan STISA bias kembali mengadakan PKM dengan mengangkat tema yang bermanfaat lainnya. Kemudian pengetahuan sasaran kegiatan diharapkan dapat meningkatkan sikap positif dan kesadaran guru dan orang tua dalam menerapkan pola asuh anak dan pola makan anak sehat dalam kehidupan sehari-hari



DISKUSI

Kegiatan PKM yang dilakukan merupakan salah satu kegiatan pengabdian yang berada dalam Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ibnu Sina Ajibarang (STISA). Kegiatan PKM rutin dilakukan oleh Dosen setiap tahunnya dengan mengangkat topik sesuai bidang keilmuan masing-masing dosen dan atau permasalahan yang sedang dihadapi masyarakat. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa S1 Farmasi sehingga tidak hanya memberikan manfaat utama bagi masyarakat berupaya upaya untuk mengatasi permasalahan pola asuh anak/ edukasi parenting dan pola makan anak juga menjadi pengalaman berkomunikasi dengan masyarakat. Kegiatan PKM yang dilaksanakan mengangkat tema “Edukasi Parenting dan Pola Makan Anak Sehat Bagi Guru Dan Orang Tua TK dan Paud Desa Jatisaba Cilongok”. Hasil dari solusi yang diharapkan pada kegiatan PKM ini adalah terlaksananya kegiatan edukasi mengenai pola asuh anak dan pola makan anak sehat untuk bisa meningkatkan pengetahuan tentang pola asuh/edukasi parenting dan meningkatkan kesehatan serta gizi anak melalui penyuluhan dan media power point



KESIMPULAN

Dengan adanya penyuluhan Edukasi *Parenting* dan Pola Makan Anak Sehat Bagi Guru Dan Orang Tua TK dan Paud Desa Jatisaba Cilongok diharapkan dapat memberikan kesadaran kepada masyarakat tentang bahaya kesalahan dalam pola asuh anak dan pola makan anak bagi masa depan. Sedangkan tujuan secara khusus bagi penyuluh adalah sebagai salah satu bentuk Tri Darma Perguruan tinggi bidang pengabdian kepadamasyarakat selaku Dosen.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pengabdian berterima kasih kepada seluruh anggota pengabdian dan STIKes Ibnu Sina Ajibarang yang telah membantu dalam proses pengabdian dan memberikan dukungannya.

DAFTAR REFERENSI

- Direktorat Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat. 2017. Panduan Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat di Perguruan Tinggi Edisi XI 2017. Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia.
- Sigit Purnama. 2016. Materi- Materi Pipihan dalam *Parenting Education* Menurut Munif Chatib. Jurnal Ilmiah Kembang Anak Usia Dini. Vol.1.no 1: 25023519