



## Pendampingan Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan Anak Usia Dini di TK Negeri Pembina Kabawetan

Indrawati<sup>1</sup>, Nesna Agustriana<sup>2</sup>, Dwi Lyna Sari<sup>3</sup>, Siyyella Tika Nasution<sup>4</sup>

Program Studi PG PAUD, Universitas Bengkulu

e-mail: [tindrawati61@gmail.com](mailto:tindrawati61@gmail.com), [nagustriana@unib.ac.id](mailto:nagustriana@unib.ac.id), [dwilynasari@unib.ac.id](mailto:dwilynasari@unib.ac.id),  
[stnasution@unib.ac.id](mailto:stnasution@unib.ac.id)

### Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru serta orang tua dalam menyusun dan menyediakan makanan tambahan yang sehat, bergizi, dan menarik bagi anak usia dini di TK Negeri Pembina Kabawetan. Permasalahan yang dihadapi mitra adalah masih jarang nya pemberian makanan tambahan yang sesuai dengan Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal dari Kementerian Kesehatan. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan demonstrasi dan praktik langsung pembuatan menu makanan tambahan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal. Kegiatan dilaksanakan selama 8 bulan dengan melibatkan 4 dosen dan 3 mahasiswa sebagai pendamping. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan guru tentang gizi seimbang dan teknik penyusunan menu makanan tambahan, serta peningkatan keterampilan dalam membuat menu makanan yang menarik menggunakan bahan lokal. Luaran kegiatan berupa panduan menu makanan tambahan, publikasi jurnal, dan dokumentasi video. Program ini diharapkan dapat berkelanjutan dengan kemampuan guru menyusun menu makanan tambahan secara mandiri untuk mendukung pencegahan stunting pada anak usia dini.

**Kata Kunci:** *Makanan Tambahan, Anak Usia Dini, Bahan Pangan Lokal, Gizi Seimbang.*

### Abstract

This community service aims to improve the knowledge and skills of teachers and parents in preparing and providing healthy, nutritious, and attractive supplementary food for early childhood at TK Negeri Pembina Kabawetan. The problem faced by partners is the rarity of providing supplementary food in accordance with the Technical Guidelines for Providing Supplementary Food Based on Local Food from the Ministry of Health. The implementation method uses a demonstration approach and direct practice of making supplementary food menus using local food ingredients. The activity was carried out for 8 months involving 3 lecturers and 3 students as assistants. The results showed an increase in teachers' knowledge about balanced nutrition and techniques for preparing supplementary food menus, as well as improved skills in making attractive food menus using local ingredients. The outputs include a supplementary food menu guide, journal publications, and video documentation. This program is expected to be sustainable with teachers ability to independently prepare supplementary food menus to support stunting prevention in early childhood.

**Keywords:** *Supplementary Food, Early Childhood, Local Food Ingredients, Balanced Nutrition.*

## PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan periode emas (*golden age*) dalam perkembangan manusia yang memerlukan perhatian khusus terutama dalam pemenuhan nutrisi. Makanan sebagai sumber energi sangat penting untuk menunjang aktivitas dan pertumbuhan anak. Tubuh yang sehat akan membuat perkembangan fisik dan otak anak bekerja optimal (Setiawan et al., 2018). Bila anak sulit makan dan asupan makanan tidak mencukupi kebutuhan tubuhnya, ia akan mudah sakit dan potensi anak tidak dapat berkembang optimal.

Perkembangan yang optimal pada anak usia dini tidak hanya dilihat dari peningkatan aspek-aspek perkembangan anak saja, gizi dan kesehatan juga merupakan aspek penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini (Sutiari et al., 2019). Pemberian gizi yang optimal merupakan tanggung jawab dari orang tua dan guru disekolah. Orang tua dan guru harus bersinergi agar mampu memantau gizi yang diberikan pada anak baik dirumah maupun disekolah.

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh anak. Gizi seimbang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi, termasuk stunting (WHO, 2020). Kecukupan gizi menunjang pertumbuhan, perkembangan, keaktifan anak, serta mendukung tumbuhnya kepercayaan diri anak.

Program pemberian makanan sehat merupakan intervensi untuk pembiasaan makanan sehat, gizi seimbang, dan hidup sehat terhadap anak usia dini sebagai bagian dari upaya mendorong penerapan layanan holistik integratif di satuan PAUD. Pelaksanaan pemberian makanan sehat di satuan PAUD merupakan bagian dari pembiasaan hidup sehat dan perilaku baik seperti mencuci tangan sebelum makan, membersihkan tempat makan, saling berbagi makanan, membiasakan anak makan sayur, dan lainnya (Ramayulis et al., 2018).

TK Negeri Pembina Kabawetan yang berlokasi di Kelurahan Tangsi Baru, Kecamatan Kabawetan, Kabupaten Kepahiang, Provinsi Bengkulu menghadapi permasalahan dalam penyediaan makanan tambahan untuk anak didik. Berdasarkan observasi, sekolah masih jarang memberikan makanan tambahan yang bergizi sesuai dengan Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal dari Kementerian Kesehatan untuk Balita dan Ibu Hamil Tahun 2023 (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hal ini disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan guru dan orang tua dalam menyusun menu makanan tambahan yang sehat, bergizi, menarik, dan memanfaatkan bahan pangan lokal.

Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendampingi guru dan orang tua dalam menyusun menu makanan tambahan

dengan menggunakan bahan pangan lokal guna mencegah stunting pada anak usia dini. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam membuat menu-menu makanan tambahan yang enak, sehat, bergizi, dan menarik sehingga anak-anak menyukai makanan tambahan yang diberikan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di TK Negeri Pembina Kabawetan, Kelurahan Tangsi Baru, Kecamatan Kabawetan, Kabupaten Kepahiang, Provinsi Bengkulu selama 8 bulan (April-Oktober 2025). Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan demonstrasi dan pendampingan (Notoatmodjo, 2018) dengan tahapan yaitu, 1) Tahap perencanaan dan perijinan melakukan koordinasi dengan mitra, observasi lapangan, dan pengurusan perijinan untuk pelaksanaan kegiatan. 2) Tahap sosialisasi memberikan penjelasan tentang pentingnya gizi seimbang untuk anak usia dini, petunjuk teknis pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal dari Kementerian Kesehatan, prinsip pemberian makanan sehat di PAUD, pemanfaatan bahan pangan lokal untuk menu makanan tambahan. 3) Tahap pelatihan melakukan pelatihan praktik langsung kepada guru dan orang tua dalam menyusun menu makanan tambahan yang sehat dan bergizi, membuat menu makanan tambahan yang menarik dengan bahan pangan lokal, teknik penyajian makanan yang menarik bagi anak. 4) Tahap pendampingan, mendampingi guru secara berkala dalam mengimplementasikan pembuatan menu makanan tambahan di sekolah dan melakukan evaluasi terhadap menu yang telah dibuat. 5) Monitoring dan Evaluasi yakni melakukan monitoring pelaksanaan program dan evaluasi terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra.

Peserta kegiatan adalah kepala sekolah, 5 orang guru, dan orang tua murid TK Negeri Pembina Kabawetan. Tim pengabdian terdiri dari 4 dosen dan 3 mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Universitas Bengkulu.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang telah direncanakan. Pada tahap sosialisasi, peserta diberikan pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang bagi anak usia dini dan prinsip-prinsip pemberian makanan sehat di PAUD. Materi sosialisasi mencakup, 1) Gizi seimbang untuk anak usia dini yaitu penjelasan tentang kebutuhan nutrisi anak yang mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh anak. 2) Petunjuk teknis pmt berbahan pangan lokal yaitu pemaparan tentang standar pemberian makanan tambahan sesuai dengan panduan Kementerian Kesehatan yang menekankan pemanfaatan bahan pangan lokal. 3) Prinsip pemberian makanan sehat yaitu penjelasan tentang pembiasaan hidup sehat, termasuk mencuci tangan sebelum makan,

kebersihan tempat makan, dan pembiasaan makan sayur (Kementerian Kesehatan RI. (2020).

Pada tahap pelatihan, peserta dilatih secara langsung dalam menyusun dan membuat menu makanan tambahan. Beberapa menu yang dipraktikkan antara lain menu berbasis umbi-umbian lokal (ubi jalar, singkong), menu berbasis sayuran lokal, menu berbasis protein hewani dan nabati lokal, menu snack sehat dengan bahan lokal. Peserta sangat antusias mengikuti praktik pembuatan menu makanan tambahan. Mereka belajar bagaimana membuat makanan yang tidak hanya bergizi tetapi juga menarik secara visual dan disukai anak-anak.

### **Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Mitra**

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan guru serta orang tua, yaitu, 1) Peningkatan pengetahuan yakni pemahaman tentang gizi seimbang meningkat dari yang sebelumnya kurang dipahami menjadi dipahami dengan baik, pengetahuan tentang pemanfaatan bahan pangan lokal untuk menu makanan tambahan meningkat, pemahaman tentang teknik penyajian makanan yang menarik bagi anak meningkat. 2) Peningkatan keterampilan seperti kemampuan menyusun menu makanan tambahan yang bervariasi meningkat, keterampilan membuat makanan tambahan yang menarik dan disukai anak meningkat, kemampuan memodifikasi resep dengan bahan lokal meningkat.

Kegiatan pendampingan pemberian makanan tambahan yang intensif secara langsung berdampak terhadap pengetahuan dan keterampilan orang tua maupun guru dalam menyiapkan menu makanan yang bergizi dengan menggunakan bahan pangan lokal yang tersedia (Beal et al., 2018).

### **Panduan Menu Makanan Tambahan**

Sebagai luaran dari kegiatan ini, telah disusun panduan menu makanan tambahan untuk anak usia dini dengan menggunakan bahan pangan lokal. Panduan ini berisi prinsip gizi seimbang untuk anak usia dini, daftar bahan pangan lokal yang tersedia di Desa Air Sempiang, 20 resep menu makanan tambahan dengan bahan lokal, panduan penyajian yang menarik untuk anak, Tips pembiasaan hidup sehat. Panduan ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru dan orang tua dalam menyediakan makanan tambahan yang sehat, bergizi, dan menarik bagi anak-anak.

### **Keberlanjutan Program**

Untuk memastikan keberlanjutan program, guru dan kepala sekolah telah dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk dapat menyusun menu makanan tambahan secara mandiri. Sekolah juga berkomitmen untuk terus menerapkan pemberian makanan tambahan sebagai bagian dari program PAUD holistik integratif.

Keberlanjutan program menjadi aspek krusial yang perlu diperhatikan untuk memastikan dampak jangka panjang dari kegiatan pengabdian

masyarakat ini. Upaya keberlanjutan telah direncanakan melalui beberapa strategi, yaitu dengan memastikan guru dan kepala sekolah memiliki kapasitas mandiri dalam menyusun menu makanan tambahan, menyediakan panduan lengkap yang dapat diakses oleh semua stakeholder sekolah, serta membangun komitmen bersama antara sekolah, orang tua, dan masyarakat untuk terus menerapkan program pemberian makanan tambahan secara berkelanjutan. Diharapkan bahwa dengan peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh, guru dapat secara mandiri mengembangkan menu-menu baru sesuai dengan ketersediaan bahan pangan lokal musiman (Handayani et al., 2019). Program ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan stunting pada anak usia dini melalui peningkatan status gizi anak, sehingga mendukung pencapaian target Sustainable Development Goals (SDGs) khususnya dalam aspek kesehatan dan nutrisi masyarakat (Ekayanthi & Suryani, 2019). Program ini diharapkan mampu membantu para orang tua yang bekerja, dan hanya sedikit memiliki waktu dalam memantau pemberian gizi yang seimbang pada anak. Dengan adanya buku saku panduan pemberian makanan tambahan ini, para orang tua memiliki referensi menu dengan pertimbangan gizi yang sudah baik dan dengan bahan pangan lokal yang mudah ditemukan di daerahnya.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat "Pendampingan Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan AUD di TK Negeri Pembina Kabawetan" telah berhasil dilaksanakan dengan hasil yaitu peningkatan pengetahuan guru dan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan yang tepat untuk anak usia dini, peningkatan keterampilan dalam menyusun dan membuat menu makanan tambahan yang sehat, bergizi, dan menarik dengan memanfaatkan bahan pangan lokal, tersusunnya panduan menu makanan tambahan yang dapat digunakan secara berkelanjutan, terbentuknya komitmen sekolah untuk terus menerapkan program pemberian makanan tambahan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. In *Maternal and Child Nutrition* (Vol. 14, Issue 4). Blackwell Publishing Ltd. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). *Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar*. Ural Kesehatan.
- Handayani, D. S., Sulastri, A., Marianna, N., Maryusman, T., Pratiwi, B. A., & Azzahra, F. (2019). *Pola asuh, pola makan, asupan zat gizi dan hubungannya dengan status gizi anak balita masyarakat Kampung Adat Cireundeu*. Jurnal Kesehatan.

- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Petunjuk teknis pemberian makanan tambahan (PMT) berbahan pangan lokal untuk balita dan ibu hamil*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman gizi seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Ramayulis, R., Kresnawan, T., Rahmiwati, A., & Puspitasari, D. (2018). Buku saku nutrisi untuk ibu dan anak. In *Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang*. Jurnal Kesehatan Andalas.
- Sutiari, N. K., Wirawan, I. D. N., & Fitriyani, P. (2019). *Hubungan pola asuh ibu dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Tampaksiring I Kabupaten Gianyar*. Jurnal Kesehatan Terpadu,.
- WHO. (2020). *Nutrition landscape information system (NLIS) country profile indicators: Interpretation guide*. World Health Organization.