

Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak Usia Dini melalui Media Pembelajaran Audio Visual

Anita Lasulika¹, Indriani²

TK Dahlia Pinogu, Kecamatan Pinogu Kabupaten Gorontalo¹
IAIN Sultan Amai Gorontalo²

Email: anitalasulika90@gmail.com¹

Indri08.89@gmail.com²

Abstrak: Penelitian ini bertujuan menjelaskan penggunaan media audio visual dapat meningkatkan pemahaman tentang makanan bergizi pada anak usia dini di TK Dahlia Desa Pinogu Kecamatan Pinogu Kabupaten Bone Bolango Provinsi Gorontalo,. Jumlah subjek penelitian ialah 25 orang anak yang terdiri dari 11 orang anak laki-laki dan 14 orang anak perempuan. Indikator yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mengenal jenis-jenis makanan bergizi, mengelompokkan jenis-jenis makanan bergizi, serta mengetahui manfaat dari makanan bergizi. Prosedur penelitian terdiri dari persiapan, pelaksanaan, observasi, evaluasi, dan analisis dan refleksi. Pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua siklus. Setiap siklus dilaksanakan dua kali tindakan. Hasil observasi pra siklus mencapai ketuntasan 30%, siklus I tingkat ketuntasan belajar sebesar 44%, dan pada siklus II terjadi peningkatan yakni sebesar 82%. Maka dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan pemahaman anak tentang makanan bergizi, serta dapat meningkatkan semangat anak dalam proses pembelajaran di kelompok B di Taman Kanak-Kanak Dahlia Desa Pinogu Kecamatan Pinogu Kabupaten Bone Bolango Provinsi Gorontalo.

Kata kunci: Makanan Bergizi, Media Audio Visual

Abstract: This research aims to explain that the use of audio-visual media can increase understanding about nutritious food in early childhood at Dahlia Kindergarten, Pinogu Village, Pinogu District, Bone Bolango Regency, Gorontalo Province. The number of research subjects was 25 children consisting of 11 boys and 14 girls. The indicators used in this research are knowing the types of nutritious food, classifying the types of nutritious food, and knowing the benefits of nutritious food. The research procedures consisted of preparation, implementation, observation, evaluation, and analysis and reflection. The implementation of this research consisted of two cycles. Each cycle is carried out twice action. The results of pre-cycle observations reached 30% completeness, in cycle I the learning completion level was 44%, and in cycle II there was an increase of 82%. So it can be concluded that audio visual learning media can increase children's understanding of nutritious food, and can increase children's

Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak Usia Dini ...
Anita Lasulika, Indriani

enthusiasm in the learning process in group B at Dahlia Kindergarten, Pinogu Village, Pinogu District, Bone Bolango Regency, Gorontalo Province

Keywords: Nutritious Food, Audio Visual Media

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berusia sejak lahir sampai dengan 6 tahun. Hal ini sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Sisdiknas Pasal 28 No. 20 Tahun 2003 ayat 1, rentang anak usia dini adalah 0-6 tahun.¹ Pendidikan anak usia dini berperan sangat penting karena pendidikan inilah yang akan menjadi pondasi awal pembelajaran yang akan mengembangkan dan mengoptimalkan potensi-potensi yang telah dimiliki oleh anak.

Pengoptimalan daya pikir dan otak anak tidak lepas dari gizi yang diperoleh anak sejak dini. Anak-anak yang kurang menerima pemenuhan gizi yang baik tentunya akan mengalami keterlambatan pada pertumbuhan dan perkembangannya. Masalah kekurangan gizi pada anak di Indonesia masih cukup tinggi, hal ini berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting mencapai 30,8%.² Sedangkan Persentase balita pendek di Provinsi Gorontalo mencapai 19,8% dan balita sangat pendek mencapai 12,7%.³ Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi masalah kekurangan gizi adalah mengenalkan makanan-makanan sehat dan bergizi seimbang pada anak sejak usia dini.

Oleh karena itu Pendidikan anak usia dini tidak hanya dari segi pendidikan, tetapi mencakup upaya pemberian gizi, kesehatan, pengasuhan dan perlindungan kepada anak agar penyelenggaraan pendidikan anak usia dini berlangsung secara terpadu dan menyeluruh. Pembelajaran pengenalan makanan bergizi di sekolah memberikan peran penting untuk pengetahuan dan pengaruh pola hidup sehari-hari anak usia dini. Dalam

¹ Pemerintah Republik Indonesia, “Undang-Undang Sisdiknas Pasal 28 No. 20 Tahun 2003 Ayat 1” (2003).

² Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, “Aporan Nasional Riskesdas 2018” (Jakarta, 2018), <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>.

³ Badan Pusat Statistik, “Profil Statistik Kesehatan 2021,” 2021, <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/22/0f207323902633342a1f6b01/profil-statistik-kesehatan-2021.html>.

proses pembelajaran media memiliki peranan penting dalam menunjang kualitas proses belajar mengajar. Gagne mengemukakan media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk belajar.⁴ Oleh sebab itu dengan menggunakan berbagai media pembelajaran yang menarik maka akan dapat membantu anak-anak dalam melakukan proses belajar yang menyenangkan. Salah satu media pembelajaran yang menarik dan menyenangkan yaitu media pembelajaran yang sedang berkembang saat ini adalah media audio visual. Media audio-visual merupakan media kombinasi antara audio dan visual yang diciptakan sendiri seperti slide yang dikombinasikan dengan kaset audio.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian dan dengan melakukan wawancara bersama wali kelas kelompok B TK Dahlia Desa Pinogu menyatakan bahwa kemampuan anak dalam mengenal jenis-jenis makanan bergizi masih dapat dikatakan sangat rendah. Hal ini dilihat dari kurangnya kemampuan anak dalam merespon ketika ditanya terkait dalam tema tanaman. Hal ini disebabkan oleh, kurangnya media pembelajaran yang menarik sehingga anak merasa bosan ketika melakukan pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang sering disebut dengan *Classroom Action Research*. Penelitian tindakan kelas adalah suatu kegiatan penelitian yang berkonteks kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran dan mencoba hal-hal baru dalam pembelajaran demi peningkatan mutu dan hasil pembelajaran.⁵ Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dan kuantitatif untuk

⁴ Joni Purwono dkk, "Penggunaan Media Audio Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pacitan," *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran* 02, no. 02 (2014): 127–44, <https://core.ac.uk/download/pdf/289791698.pdf>.

⁵ Ani Widayati, "Penelitian Tindakan Kelas," *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia* 06, no. 01 (2008), <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpai.v6i1.1793>.

mengetahui kondisi dan temuan-temuan yang ada dilapangan yaitu dengan desain siklus dengan dua siklus (dalam satu siklus melakukan dua tindakan).

Teknik analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat dipahami dengan mudah temuannya dapat diinformasikan kepada yang lain.⁶ Maka teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara kuantitatif dan secara kualitatif. Secara kuantitatif dengan menggunakan rumus persentase akan memberikan gambaran tingkat pemahaman anak tentang kemampuan anak dalam mengenal makanan bergizi. Sedangkan secara kualitatif teknik analisis data dengan menggunakan reduksi data, display data (penyajian data) dan mendisplaykan data.⁷ Hasil penilaian siswa dilakukan dengan cara mengubah skor siswa menjadi nilai oleh siswa, berikut rumus yang dapat digunakan.⁸

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Setelah nilai siswa diketahui, perlu menjumlahkan nilai yang diperoleh dari siswa kemudian dibagi dengan jumlah siswa tersebut sehingga menghasilkan nilai rata-rata:

Skala Nilai Rata-rata.

Skor Perolehan	Nilai Huruf	Kualifikasi
4	BSB	Berkembang Sangat Baik
3	BSH	Berkembang Sesuai Harapan
2	MB	Mulai Berkembang
1	BB	Belum Berkembang

⁶ M. Djunaidi Ghony & Fuzan Almanshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012).

⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, n.d.).

⁸ Lina Miftahul Jannah Bambang Prasetyo, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2005).

Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak Usia Dini ...
Anita Lasulika, Indriani

Menurut Bambang Prasetyo, bahwa untuk menghitung rata-rata kelasnya adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Nilai rata-rata

$\sum x$ = Semua jumlah nilai anak

N = Jumlah seluruh anak.⁹

Tolak Ukur Kategori Persentase

Persentase	Kategori
76-100	Berkembang Sangat Baik
51-75	Berkembang Sesuai Harapan
26-50	Mulai Berkembang
0-25	Belum Berkembang

Subjek penelitian adalah siswa kelompok B TK Dahlia Desa Pinogu, Kabupaten Bone Bolango, Provinsi Gorontalo yang berjumlah 25 orang siswa yang terdiri dari anak laki-laki 11 orang dan 14 orang anak perempuan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Anak usia dini merupakan usia yang masanya untuk dirangsang dalam pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak melalui makanan yang bergizi. Untuk dapat membantu perkembangan tubuh dan otak anak pendidik dapat melakukan kegiatan pembelajaran yang menarik. Sehingga anak-anak merasa senang dalam mengenal makanan bergizi. Media pembelajaran audio visual merupakan suatu media yang menarik yang dapat dilakukan. Media pembelajaran seperti ini dapat

⁹ Bambang Prasetyo.hlm.2

Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak Usia Dini ...
Anita Lasulika, Indriani

mengembangkan potensi-potensi anak dalam hal memelihara eksplorasi, eksperimen dan penemuan, dan mendorong siswa untuk mengembangkan pembicaraan dan mengungkapkan pikirannya. Pelaksanaan kegiatan ini harus disesuaikan dengan karakteristik anak sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan memperoleh hasil sesuai dengan harapan. Hasil observasi awal pengenalan makanan bergizi menunjukkan bahwa masih sangat rendah sehingga masih perlu ditingkatkan. Kemampuan anak yang perlu ditingkatkan antara lain yaitu menyebutkan jenis-jenis makanan bergizi, mengelompokkan jenis-jenis makanan bergizi dan menyebutkan manfaat dari makanan bergizi.

Berdasarkan hasil pada kegiatan Pra Siklus dengan metode tanya jawab kemampuan anak dalam mengenal makanan bergizi mencapai 30%. Dari hasil Pra Siklus ini menunjukkan bahwa belum setengah dari peserta didik kelompok B mampu dalam mengenal makanan bergizi. Pada kegiatan Siklus I dengan menggunakan media pembelajaran audio visual berupa dua buah laptop dan speaker aktif sehingga mencapai nilai ketuntasan 44%, sedangkan pada kegiatan siklus II menggunakan media pembelajaran audio visual berupa LCD, Speaker aktif dan ditambah dengan beberapa gambar tentang makanan bergizi sehingga mencapai nilai mencapai 82%.

Media pembelajaran audio visual yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran memberikan manfaat dalam meningkatkan perkembangan pada anak dalam mengenal makanan bergizi. Hal ini terlihat melalui data hasil selama tindakan Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II yang telah dilakukan. Media pembelajaran audio visual ini selain dapat meningkatkan pemahaman anak dalam mengenal makanan bergizi juga meningkatkan proses pembelajaran yang menyenangkan di dalam kelas.

KESIMPULAN

Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak Usia Dini ...
Anita Lasulika, Indriani

Berdasarkan hasil penelitian dalam mengenalkan makanan bergizi pada anak melalui media pembelajaran audio visual di kelompok B TK Dahlia Desa Pinogu Kecamatan Pinogu Kabupaten Bone Bolango dapat disimpulkan bahwa:

Kondisi kemampuan anak dalam mengenal makanan bergizi di TK Dahlia sebelum diberi tindakan atau Pra Siklus menunjukkan bahwa kemampuan mencapai 30%, sehingga dapat disimpulkan bahwa perkembangan anak belum banyak yang terstimulus. Pengenalan makanan bergizi melalui media pembelajaran audio visual di kelompok B TK Dahlia berkembang setelah dilakukan tindakan Siklus I dan Siklus II yang menunjukkan hasil secara umum mencapai ketuntasan 82%. Dengan demikian berdasarkan tindakan yang telah dilakukan terlihat hasilnya pada setiap siklus yang mengalami peningkatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Widayati. "Penelitian Tindakan Kelas." *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia* 06, no. 01 (2008). <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpai.v6i1.1793>.
- Badan Pusat Statistik. "Profil Statistik Kesehatan 2021," 2021. <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/22/0f207323902633342a1f6b01/profil-statistik-kesehatan-2021.html>.
- Bambang Prasetyo, Lina Miftahul Jannah. *Metode Penelitian Kuantitatif*,. Jakarta: PT Grafindo Persada, 2005.
- Joni Purwono dkk. "Penggunaan Media Audio Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pacitan." *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran* 02, no. 02 (2014): 127–44. <https://core.ac.uk/download/pdf/289791698.pdf>.
- Kesehatan, Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan. "Aporan Nasional Riskesdas 2018." Jakarta, 2018. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>.
- M. Djunaidi Ghony & Fuzan Almanshur. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Pemerintah Republik Indonesia. Undang-Undang Sisdiknas Pasal 28 No. 20 Tahun 2003 ayat 1 (2003).
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, n.d.