

**PERAN ORANG TUA POLA ASUPAN GIZI DALAM MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK
USIA 4-5 TAHUN DI TKIT ASRI PALEMBANG**

***THE ROLE OF PARENTS NUTRITIONAL INTAKE PATTERNS IN DEVELOPING GROSS
MOTORCYCLE OF CHILDREN AGED 4-5 YEARS AT TKIT ASRI PALEMBANG***

Oleh:

Zulaikha Agustinawati¹, Tresna Fatmawati², Achmad Faisal Rizal³, Junay Darmawati⁴

¹²³Prodi S1 Adminkes, Stikes Al-Su'aibah Palembang

⁴Prodi D3 Kebidanan, Stikes Al-Su'aibah Palembang

Email: zulaikhaagustinawati@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Early childhood is a child who has just been born until the age of 6 years. This age is a very determining age in the formation of a child's character and personality. Early age is the age where children experience rapid growth and development. Early age is referred to as golden age. This research is qualitative research using a descriptive approach. The subjects in this research were the school principal, class teachers, parents of students. In the data collection process, researchers used interview methods, observation, data documentation and analysis, data display, data reduction, data conclusion. Meanwhile, the data validity test used in the research is a credibility test using triangulation techniques. The aim of this research is to determine: (1) Nutritional intake of children aged 4-5 years at TKIT ASRI (2) Gross motor development of children aged 4-5 years at TK IT ASRI (3) Methods used to develop gross motor skills of children aged 4 -5 years at TKIT ASRI. From the research results, it can be concluded that: (1) The nutritional intake or food that is often given to children 4-5 years old is healthy food such as 4 healthy 5 perfect food, (2) Children at TKIT ASRI are active children. This can be seen from the characteristics of children whose motor skills are developing according to the Indonesian Ministry of Health (3). The method used to ensure children's motor skills develop well is through gymnastics activities, inviting children to play actively, giving children the freedom to choose games that children like*

Keywords: *Gross Motor Development Age 4-5 years, Nutritional Intake Patterns, Role of Parents*

ABSTRAK

Latar belakang : Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia 6 tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan keperibadian anak. Usia dini merupakan usia dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Usia dini disebut sebagai usia emas (*golden age*). Penelitian ini merupakan penelitian Kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Subjek pada penelitian ini adalah Kepala sekolah, Guru kelas, Orang tua siswa. Dalam Proses Pengumpulan data peneliti menggunakan metode wawancara, observasi, dokumentasi dan analisis data, display data, reduksi data, kongklusi data. Sedangkan Uji keabsahan data yang dipakai dalam penelitian yaitu uji kredibilitas dengan teknik triangulasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : (1) Asupan gizi anak usia 4-5 tahun di TKIT ASRI (2) Perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK IT ASRI (3) Cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TKIT ASRI. Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwasannya: (1) Asupan gizi atau makanan yang sering di berikan kepada anak 4-5 tahun adalah makan yang sehat seperti makanan 4 sehat 5 sempurna, (2) Anak di TKIT ASRI adalah anak-anak yang aktif hal ini dilihat dari ciri-ciri anak yang berkembang motoriknya menurut Departemen Kesehatan RI (3) Cara yang dilakukan agar motorik anak berkembang baik dengan kegiatan senam, mengajak anak bermain yang aktif, memberi anak dan kebebasan dalam memilih permainan yang anak suka.

Kata kunci : *Peran Orangtua, Pola Asupan Gizi , Perkembangan Motorik Kasar Usia 4-5 tahun*

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia 6 tahun. Usia ini sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan keperibadian anak. Usia dini merupakan usia dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Usia dini disebut sebagai usia emas (*golden age*). Dan setiap anak adalah individu yang unik, karena masing-masing anak memiliki karakteristik yang berbeda antara satu sama lainnya (Istiana, 2014).

Pada masa ini potensi anak harus dikembangkan secara menyeluruh dari segi kognitif, bahasa, sosial, emosional, dan fisik motorik. Sehubungan dengan potensinya dalam perkembangan fisik motorik, anak usia dini memiliki energy yang tinggi. Energy ini dibutuhkan untuk melakukan berbagai kegiatan yang diperlakukan dalam meningkatkan keterampilan fisik, baik yang berkaitan dengan motorik kasar maupun halus (Sofyan, 2015).

Perkembangan dan gerak disatukan menjadi perkembangan gerak, berarti suatu proses sejalan dengan bertambahnya usia dimana secara bertahap dan berkesinambungan gerakan individu meningkatkan dalam keadaan sederhana, contoh perkembangan : a). Bayi yang belum bisa berjalan > lalu ia berkembang berjalan tertatih-tatih 2-3 langkah > lalu lancer sampai beberapa langkah. b). Anak kecil mula-mula baru bisa pegang bola > memantulkan bola sekali dua kali kelantai > menggunakan 2 atau 1 tangan berulang kali (Sudirjo & Alif, 2018).

Perkembangan juga dapat dikatakan sebagai proses kematangan fungsi organ tubuh, yang di perhatikan oleh berkembangnya kemampuan, intelegensi, serta perilaku. Perkembangan dapat ditandai oleh bertambahnya kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks. Proses perkembangan terjadi karena peningkatan fungsi sel tubuh, maturasi dan system organ, keterampilan, kemampuan efektif, serta kreativitas. Bogim menyatakan “Maturasi dalam proses perkembangan dapat diukur dengan melihat kapasitas fungsional, seperti pertumbuhan motorik anak yang hasilnya dapat dilihat dari tingkat kematangan untuk berjalan dengan menggunakan duakaki” (Sukatin et al., 2020).

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atauseluruh anggota tubuh. Perkembangan motorik sangat di pengaruhi oleh organ otak. Otak lah yang menstir setiap gerakan yang dilakukan anak. Semakin matangnya perkembangan system syaraf otak yang mengatur otot memungkinkan perkembangan kopetensinya atau kemampuan motorik anak (Ellinawati et al., 2021)

Perkembangan motorik anak lebih halus, lebih sempurna, dan terkoordinasi dengan baik, seiring bertambahnya berat dan kekuatan badan anak. Otot-otot tangan dan kakinya sudah mulai kuat, sehingga berbagai aktivitas seperti menendang, melompat, melempar, menangkap dan berlari dapat dilakukan secara lebih akurat dan cepat (Hasanah, 2016). Disamping itu anak juga makin mampu menjaga keseimbangan badannya. Pada waktu yang sama anak mengalami peningkatan dalam koordinasi dan pemilihan waktu yang tepat dalam melakukan berbagai kegiatan olahraganya. Kekuatan otot, koordinasi gerakan otot serta ketepatan waktu dimulainya proses perkembangan, merupakan faktor yang menentukan seberapa tingkat perkembangan motorik anak (Istiqomah & Suyadi, 2019)

Perkembangan masing-masing anak berbeda, ada yang cepat dan ada yang lambat, tergantung faktor bakat (*genetic*), lingkungan (gizi dan cara perawatan), dan konvergensi (perpaduan antara bakat dan lingkungan) (Khaerunnisa et al., 2023). Oleh sebab itu, perlakuan terhadap anak tidak dapat disamaratakan, sebaiknya dengan mempertimbangkan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak (Fauziah, 2023). Ketidakseimbangan pemenuhan gizi pada bayi akan berdampak buruk pada kualitas sumber daya manusia yang dapat dilihat dari terhambatnya tumbuh kembang bayi secara optimal (Rombe; et al., 2019).

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan, untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta

menghasilkan energi. Dan gizi juga sebagai eksplorasi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk terwujudnya *nutritur* dalam bentuk tertentu (lit & Limoy, 2019). Gizi merupakan bukti seberapa perhatian seorang manusia terhadap gizi bagi tubuh. Dan gizi adalah keadaan tubuh yang diakibatkan oleh penerapan dan penggunaan makanan (Suhaimi, 2019)

Secara luas gizi dapat diartikan sebagai suatu proses organisme dalam menggunakan makanan yang dikonsumsi melalui proses pencernaan, penyerapan, tranfortasi, penyimpanan motabelisme dan pengeluaran zat gizi. Tujuannya adalah untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ tubuh, serta untuk menghasilkan tenaga (Hasanah et al., 2023). Status gizi pasien sangat dipengaruhi oleh proses penyembuhan penyakitnya, sebaliknya proses terjadinya penyakit akan mempengaruhi status gizi pasien (Muhani et al., 2021).

Gizi juga merupakan konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta mengatur proses tubuh. Penilaian status gizi pada anak dapat diukur berdasarkan pengukuran yang terdiri dari variable umur, berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Dan umur sangat mempengaruhi peranan dalam penentuan status gizi pada anak” (Anggraeni et al., 2021) Pola pemberian makanan yang tidak tepat sesuai dengan asupan nutrisi yang kurang memenuhi untuk kebutuhan tubuh anak, diakrenakan pada masa anak-anak gizi sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Apabila asupan tersebut tidak terpenuhi maka akan berakibat menghambat perkembangan anak lebih lanjut akan berdampak negative pada masa kehidupan nantinya (Angraini et al., 2023)

Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi, seperti karbohidrat sebagai sumber energi (tenaga), protein sebagai zat pembangun dan vitamin/mineral sebagai zat pengatur akan membantu mencegah terjadinya penyakit yang berakibat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Susunan gizi yang tepat akan memacu pertumbuhan dan perkembangan, makanan yang baik adalah makanan yang disesuaikan dengan tingkat umur dan jenis aktivitasnya. *Peran orang tua* dalam mendukung

perkembangan *motorik kasar anak* ialah orang tua mampu menjaga dan merawat *anak* serta harus selektif dengan memperhatikan asupan (Dewi et al., 2021).

Berdasarkan observasi yang di lakukan oleh peneliti di TKIT ASRI pada saat peneliti melihat kurang berkembangnya motorik kasar anak kelompok B. Belum berkembang yang dimaksud yaitu anak-anak tersebut masih banyak yang tidak aktif atau tidak ingin malakukan kegiatan yang berbaur dengan fisik yang besar seperti berlari, melompat ketika senam ataupun bermain melempar bola. Anak cenderung malas untuk melakukan atau mengikuti kegiatan-kegiatan tersebut, dan terkadang lingkungan mempengaruhi seperti ketika teman yang satu tidak mengikuti kegiatan maka anak yang lainnya terpengaruh untuk tidak mengikuti kegiatan juga. Salah satu faktor yang sangat menentukan makanan ada pola asupan gizi yang diberi kepada anak kurang baik, orang tua kurang memperhatikan makanan anak, dan anak dibiarkan makan atau membeli makanan tanpa adanya pengawasan yang intensif dari orang tua. Sehingga hal tersebut menghambat perkembangan motorik kasar pada anak dikarenakan kurangnya pengetahuan orang tua dalam memberikan pola asupan gizi yang dibutuhkan pada anak. Seiring dengan kurangnya pengetahuan orangtua dalam memberikan asupan gizi di rumah di sini guru juga terlibat dalam memperhatikan pola asupan yang sering di konsumsi pada di lingkungan sekolah. Dengan diberikannya pola asupan gizi yang baik pada anak dapat dilihat perkembangan motorik apa saja yang sudah anak dapat lakukan. Seperti melempar bola, meloncat, berlari, menaiki titi-titian dan lain-lain. Berdasarkan latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Peran Orangtua terhadap Pola Asupan Gizi Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TKIT ASRI Palembang Tahun Ajaran 2022/2023”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Karena data yang dikumpulkan berupa dokumentasi gambar, kata-kata. Dalam hal ini penelitian kualitatif adalah penelitian tentang kehidupan seseorang, cerita,

perilaku, dan juga tentang fungsi organisasi. Prosedur penelitian ini menghasilkan data deskriptif tentang orang melalui tulisan atau kata-kata yang diucapkan dan perilaku yang dapat diamati. Penelitian ini merujuk pada penelitian yang luas terhadap data deskriptif yang berbentuk kata-kata dari orang-orang yang diobservasi secara lisan maupun tulisan.

Populasi dalam penelitian ini diambil dari pendidikan anak usia 5-6 tahun di TK IT ASRI 2022/2023 yang berjumlah 45 anak. Besar sample dalam penelitian 43 Responden.

HASIL PENELITIAN

Asupan Gizi Anak Usia 4-5 Tahun di TK IT ASRI Palembang. Dalam proses tumbuh kembang anak memiliki beberapa faktor, salah satu faktor tersebut adalah faktor asupan gizi. Gizi mempunyai peranan penting bagi tubuh, karena dapat menunjang kelangsungan proses tumbuh kembang anak. Selama masa perkembangan, anak membutuhkan gizi yang baik seperti protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan air (Anwar & Rosdiana, 2023).

Asupan gizi anak usia 4-5 tahun di TKIT ASRI berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan selama sebulan lebih, bekal yang dibawa oleh anak yaitu makanan seperti nasi, sayur-sayuran segar, susu, ikan, telur, buah-buahan, bubur, dan ada juga anak yang membawa bekal roti dengan the manis dan air mineral.

Hal tersebut berdasarkan pengamatan peneliti dan juga berdasarkan wawancara kepada Ibu Devi selaku wakil kepala sekolah yang menyatakan bahwa: "Makanan yang sering dibawa oleh anak adalah nasi dengan telur, nasi dengan ikan sertasayur, kadang anak juga membawa buah-buahan, pihak TK IT ASRI juga memberikan makanan tambahan kepada anak. Makanan tambahan yang diberikan kepada anak yaitu: bubur, susu, roti, bubur kacang hijau diberikan kepada anak minimal sebulan sekali. Hal itu dilakukan agar kesehatan anak terus terjaga". Pernyataan tersebut dikuatkan oleh Bunda Rani selaku guru kelas yang menyatakan bahwa makanan atau asupan gizi yang sering dibawa oleh anak adalah: "Nasi dan ikan, nasi dan telur, nasi dan sayur-sayuran. Sebagian anak juga tidak membawa nasi melainkan roti bekal, kenapa anak membawa roti saja karena orang

tua yang bekerja sehingga tidak sempat memasak makanan untuk bekal anak, ada juga beberapa anak yang bekalnya sudah disediakan oleh orang tuanya dengan menu sehat namun anak tidak menyukainya dan sangat jarang untuk menghabiskan makanannya dan anak lebih tertarik dengan jajanan yang dibawa oleh temannya." Dan sejalan dengan dua pendapat di atas, Bunda Mei selaku guru kelas menyatakan bahwa makanan atau asupan gizi yang sering dibawa oleh anak adalah: "Makanan yang dibawa oleh anak adalah makan yang sehat bervitamin, anak sering membawa bekal nasi dan sosis/nugget, nasi dengan ikan dan telur, nasi dengan tempe/tahu goreng, dan ada juga anak yang membawa bekal nasi, ikan dan sayur serta buah-buahan".

Kedua pernyataan diatas diperkuat lagi oleh ungkapan orang tua yang mengatakan bahwa asupan gizi atau makanan yang sering diberikan oleh anak adalah: "Ketika Pagi hari karena kesibukan bekerja makanan yang diberikan oleh anak adalah makanan yang dimasak seadanya, misalnya telur dan nasi, nasi dan ikan goreng, nasi dan sosis/nugget. Tetapi ketika dirumah anak diberikan makan 4 sehat 5 sempurna seperti: Nasi, sayur, ikan, susu, telur, serta air mineral yang cukup. Terkadang ibu juga memberikan makanan pengganti dari karbohidrat selain beras yaitu ubi, ibu mengolah menjadi makanan yang enak dan nikmat. Ibu juga memberikan makanan tahu dan tempe sebagai pengganti ikan, karena jika ikan-ikan saja akan bosan. Makanan yang sering dihidangkan pada anak sama seperti makanan untuk keluarga. Makanan yang diberikan kepada anak ketika pagi hari, siang hari dan sore hari yaitu nasi, sayur serta lauk dan kadang ibu juga membuat makanan tambahan untuk anak atau membeli buah-buahan sebagai makanan tambahan untuk anak, ada juga anak yang diberi susu dan vitamin oleh bunya".

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan dalam asupan gizi yang diberikan oleh orang tua adalah makanan 4 sehat 5 sempurna seperti: nasi, sayur-sayuran segar, ikan/daging, telur, susu, buah-buahan dan air mineral. Hal ini juga didukung dengan asupan gizi atau makanan tambahan yang diberikan pihak sekolah seperti: bubur, susu, telur, pudding. Dengan demikian terpenuhi dengan baik atau

sempurna asupan gizi anak yaitu asupan gizi 4 sehat 5 sempurna tersebut.

PEMBAHASAN

Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK IT ASRI Palembang adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh. Contohnya: kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak. Dan otaklah yang menstabilkan setiap gerakan yang dilakukan anak. Semakin matangnya perkembangan system syaraf otak yang mengatur otot memungkinkan perkembangan kopetensinya atau kemampuan motorik anak. Anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak yang baik motoriknya. Peneliti telah melihat perkembangan motorik kasar anak di TK IT ASRI Palembang, anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang aktif dalam beraktifitas, mempunyai semangat yang tinggi dan selalu *smart* dalam berfikir dan bermain.

Hal ini berdasarkan pengamatan peneliti dan juga berdasarkan wawancara kepada Ibu Devi selaku wakil kepala sekolah yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar anak di TK IT ASRI Palembang adalah : “Anak-anak di sekolah adalah anak-anak yang aktif dalam beraktifitas dalam belajar maupun dalam bermain, hal ini terlihat dari aktifnya anak dalam perkembangan motoriknya seperti bermain sepak bola, melempar bola, berlari, melompat, bermain pazzel”. Hal ini sejalan dengan pernyataan Bunda Rani selaku guru kelas yang mengatakan bahwa perkembangan motorik kasar anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah: “Anak yang terlihat diam tidak ingin bergabung dengan temannya bukan karna ia tidak aktif dalam beraktifitas pada dasarnya anak-anak tersebut memanglah anak yang pendiam bahkan anak susah untuk menyesuaikan dirinya kepada lingkungan yang baru tetapi itu terlihat pada sewaktu anak baru memasuki sekolah. Pada dasarnya sifat anak berbeda-beda ada yang langsung akrab dengan orang baru adayang tidak, hal ini dikarenakan anak merasa asing pada lingkungannya yang belum pernah ia terjun kedalamnya tetapi itu ketika awal-awal semester kalau sekarang anak sudah dapat berbaur dengan teman yang lainnya dan perubahan ini sangat diperhatikan guru ketika di

dalam kelas maupun ketika mereka sedang bermain diluar kelas.

Kedua pertanyaan diatas diperkuat lagi oleh pernyataan orang tua yang mengatakan bahwa perkembangan motorik kasar anak di rumah adalah : “Anak dirumah juga sangat aktif, bermain kesana-kemari, ceria berlari-lari dengan teman yang lainnya, dan anak ketika di lingkungan rumah anak sangat mudah menyesuaikan diri mereka karena teman yang ada yang di lingkungan rumahnya hampir setiap hari lain dengan teman yang ada di sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang tampak gesit, aktif dan gembira, lincah, dan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan, motorik kasar anak sangat baik. Dengan demikian anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak baik dalam perkembangan motorik kasar hal ini juga sesuai dengan sebagai mana mestinya masa kanak-kanak, yang sifatnya sangat aktif dalam beraktifitas di manapun.

Cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK IT ASRI Palembang. Di TK IT ASRI Palembang cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar anak yaitu dengan kegiatan senam setiap minggunya, baris-berbaris dengan cara yang menyenangkan dengan cara menggerakkan seluruh tubuhnya ketika berbaris, dan mengajak anak untuk berjalan-jalan di pemukiman warga dengan cara sambil belajar melihat lingkungan sekitar dan ini cara guru agar anak merasa bebas bisa berlari dan jalan maka seluruh badan anak akan bergerak. Hal tersebut berdasarkan pengamatan penelitian dan juga berdasarkan wawancara kepada Bunda Mei selaku guru kelas di kelas B yang menyatakan cara yang dilakukan agar motorik anak terkoordinir adalah : “senam pada setiap minggunya, memberikan kebebasan kepada anak dalam bermain yang dapat mengembangkan motorik kasarnya, pada dasarnya anak usia dini masi lincah-lincahnya dalam beraktifitas maka dari itu beri kebebasan kepada anak tetapi tetap pada pengawasan guru di sekolah” Sejalan dengan pertanyaan di atas, pernyataan Bunda Rani selaku guru kelas yang mengatakan bahwa cara yang dilakukan

guru untuk mengembangkan motorik anak yaitu : “Selain mengajak anak dalam senam dan bermain untuk mengembangkan motorik kasar guru juga dapat mengajak anak belajar sambil bermain yang dapat mengembangkan motorik kasar anak seperti menggambar, menulis dan lain-lain” Sejalan dengan dua pendapat di atas di perkuat oleh pernyataan orang tua siswa yang mengatakan bahwa cara mengembangkan motorik kasar anak adalah: “ Cara mengembangkan motorik kasar anak di waktu di rumah yaitu dengan cara beri anak permainan yang dapat mengembangkan motoriknya, dan biarkan anak bermain dan bergabung dengan teman sebayanya untuk bermain, beri kebebasan pada anak jangan pernah melarang anak untuk bermain selagi itu positif seperti bermain hujan, biarkan anak bermain hujan dengan temannya tetapi orang tua harus mengawasi anak dari kejauhan”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa cara yang dilakukan orang tua dalam mengembangkan motorik kasar pada anak yaitu dengan cara memberi kebebasan kepada anak dan jangan terlalu mengekang anak, tetapi tetap dengan pengawasan kita sebagai orang tua. Hal tersebut juga di dukung dengan pendapat seorang guru dalam mengembangkan motorik kasar pada anak yaitu dengan kegiatan senam, dengan cara menggambar dan mewarnai, dan memberikan anak kebebasan dalam bermain yang dapat mengembangkan motorik kasar pada anak. Dengan demikian perkembangan motorik kasar pada anak akan berkembang dengan baik dan dapat berkembang sesuai dengan harapan yang di inginkan.

Berdasarkan hasil penelitian melalui observasi, wawancara dan dokumentasi mengenai asupan gizi dalam mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK IT ASRI Palembang yaitu :Asupan gizi anak usia 4-5 tahun di TK IT ASRI Palembang yaitu terdapat beberapa anak yang hanya membawa bekal seperti susu, dan teh manis saja, ada juga anak hanya membawa roti biscuit dan minumannya hal ini dikarenakan ada anak yang tidak bisa nasi dipagi hari, tetapi disini juga terdapat anak yang membawa bekal yang sudah di sediakan oleh ibunya dari rumah dengan berbagai jenis lauk-pauk seperti sayur bayam, sayur kangkung, ikan basah, ayam goreng, telur dan lain-lain. Namun ada juga peneliti menemukan anak yang hanya di

berikan orang tuanya dari rumah jajanan dariwarung.

Di TK IT ASRI Palembang pada setiap hari Selasa dan Jum'at anak di beri makanan tambahan berupa, bubur kacang hijau, susu, sup, roti, kue yang di olah. Orang tua juga memberikan makanan tambahan kepada anak ketika sedang ada di rumah seperti: bubur, roti, kue yang di olah dari umbi-umbian dan lain-lain. Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang sehat, ceria, kuat hal ini terlihat dari hasil observasi yang telah dilakukan berdasarkan dari asupan gizi yang diberikan kepada anak disekolah maupun dirumah. Hal ini terlihat dari berat badan, tinggi badan dan umur pada anak dan perkembangan motoriknya juga berkembang dengan seiring waktu, dan perkembangan anak juga sesuai dengan harapan

Cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK IT ASRI Palembang. Cara yang di lakukan guru agar motorik kasar anak dapat berkembang dengan baik yaitu dengan memberi pembiasaan-pembiasaan yang baik kepada anak, berikan permainan yang dapat mengembangkan motorik kasarnya, kematangan dan asupan gizi juga berpengaruh dalam pengembangan motorik kasar agar berkembang dengan baik dan sesuai dengan harapan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut : Asupan gizi yang diberikan oleh orang tua adalah makanan 4 sehat 5 sempurna seperti: nasi, sayur-sayuran segar, ikan/daging, telur, susu, buahan-buahan dan air mineral. Hal ini juga didukung dengan asupan gizi atau makanan tambahan yang diberikan pihak sekolah seperti: bubur, susu, telur, puding. Dengan demikian terpenuhilah dengan baik atau sempurna asupan gizi anak yaitu asupan gizi 4 sehat 5 sempurna. Anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang sehat, ceria, kuat, gesit, dan lincah, dan dapat menyesuaikan diri pada lingkungan yang baru. Dengan demikian anak-anak di TK IT ASRI Palembang adalah anak-anak yang pintar dan lincah dalam bermain dan belajar dan juga anak-anak yang sehat dan kuat.

Cara yang di lakukan guru dan orang tua dalam mengembangkan motorik kasar anak yaitu dengan mengajak anak bermain, beri anak kebebasan dalam memilih permainan yang ia suka, jangan pernah larang anak jika itu masih terlihat positif, beri dia kebiasaan-kebiasaan agar dia juga suka dengan permainan yang kita pilihkan kea rah anak, beri dia kebebasan dan orangtua dan guru hanya perlu mengawasi anak. Implementasi Asupan Gizi atau pemberian makanan sangat mempengaruhi kesehatan anak karena apabila asupan gizinya baik maka kesehatan anak akan terjaga. Anak akan nampak ceria, aktif, lincah, gesit, matanya bersinar, harum, berat badan dan tinggi badan sesuai dengan usia anak dan daya tahan tubuh anak kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L. D., Toby, Y. R., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Health Journal*, 8(02), 92–101. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.191>
- Angraini, W., Firdaus, F., Pratiwi, B. A., Oktarianita, & Febriawati, H. (2023). Pola Asuh, Pola Makan Dan Kondisi Lingkungan Fisik Dengan Kejadian Stunting. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 500–511.
- Anwar, C., & Rosdiana, E. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Tumbuh Kembang Pada Anak Di Paud Harsya Ceria Jeulingke Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 5(1), 69–78.
- Dewi, N. H., Nurrahman, R. S., Zebua, R. F., & Suprapmanto, J. (2021). Pentingnya Pemenuhan Gizi Terhadap Kecerdasan Anak. *SENAPADMA: Seminar Nasional Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(Oktober), 16–21.
- Ellinawati, Sari, F., & Mustika Sari, A. (2021). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Permainan Ular Tangga. *Jurnal Pelita PAUD*, 6(1), 148–154. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v6i1.1410>
- Fauziah, D. (2023). *Penerapan Asupan Gizi Seimbang Untuk Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan di RA Tunas Harapan Ranca Emas*. 2, 67–74.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717–733. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Hasanah, U., Heldanita, W. M., Arifin, Z., Nurhayati, S., & Suryanti, D. S. (2023). Asupan Gizi Bekal Di Sekolah Terhadap Perkembangan Motorik Kasar anak. *Jurnal Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 20(1), 11–17. <https://doi.org/10.17509/edukids.v20i1.56600>
- lit, K., & Limoy, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Batita dengan Status Gizi (IMT/U) pada Batita Usia 1-3 Tahun di Posyandu Peduli Bangsa Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 421–427.
- Istiana, Y. (2014). Konsep-Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Didaktika*, 20(2), 90–98.
- Istiqomah, H., & Suyadi. (2019). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Di Sd Muhammadiyah Karangbendo Yogyakarta). *Jurnal PGMI*, 11(2), 155–168.
- Khaerunnisa, Ardilansari, Haifaturrahmah, Nizaar, M., Rezkillah, I. I., & Julaifah, N. (2023). Pengaruh lingkungan sosial terhadap kebiasaan tumbuh kembang anak usia dini. *Seminar Nasional Paedagoria*, 3, 105–112.
- Muhani, N., TH, D. A., Utari, E. M., & Rivaldi, M. I. (2021). Hubungan Penerapan Patient Safety Terhadap Mutu Pelayanan Gizi Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin. *Avicenna: Jurnal Ilmiah*, 16(1), 26–33. <https://doi.org/10.36085/avicenna.v16i1.1568>
- Rombe, M., Wahyuni, I. sri, & Darmawati, J. (2019). 3 1,2,3. 11(2).
- Sofyan, H. (2015). Perkembangan Anak Usia Dini dan Cara Praktis Peningkatannya. In *CV Informedika*.
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan*

dan Perkembangan Motorik. UPI
Sumedang Press.

Suhaimi, A. (2019). *Pangan, Gizi dan Kesehatan.*
Deep Publishing.

Sukatin, S., Choffah, N., Turiyana, T., Paradise,
M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020).
Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia
Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh
Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77–90.
<https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>