



<http://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/jyk>

## Pentingnya Investasi Gizi untuk Anak Usia Dini

Kadek Bayu Indrayasa<sup>1</sup>, Putu Emy Suryanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja

<sup>2</sup>Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

Diterima 14 Agustus 2023, direvisi 18 September 2023, diterbitkan 30 September 2023

e-mail: bayuindrayasa@stahnmpukuturan.ac.id

### ABSTRAK

Anak usia dini sedang berada dalam masa keemasan, dimana semua potensi anak bertumbuh dan berkembang paling cepat. Di sisi lain, masa keemasan anak sekaligus disebut sebagai masa kritis karena apabila potensinya tidak distimulasi secara optimal dan maksimal, dapat menghambat tahapan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Saat ini Indonesia sedang dihadapkan pada permasalahan gizi ganda atau “*double burden of malnutrition*”, di sisi lain, Indonesia harus melakukan upaya intensif untuk mengatasi masalah gizi buruk, termasuk stunting. Di sisi lain, gizi lebih meningkat, yang pada gilirannya meningkatkan jumlah kasus penyakit tidak menular (PTM) di usia dewasa. Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk mengkaji manfaat investasi gizi pada anak usia dini. Metode penulisan adalah studi kepustakaan. Untuk dapat mengatasi permasalahan gizi yang terjadi, Pemerintah Indonesia menggalakkan program investasi gizi. Pendidikan gizi komprehensif merupakan pendidikan gizi yang terintegrasi dalam pendidikan anak usia dini yang termasuk dalam investasi gizi. Implementasi pendidikan gizi yang komprehensif diharapkan mampu mewujudkan kualitas generasi penerus bangsa serta sumber daya manusia yang pada akhirnya mampu mewujudkan cita-cita bangsa.

Kata kunci : *pendidikan; anak usia dini; investasi gizi*

### ABSTRACT

*Early childhood is in the golden age, where all potential children grow and develop the fastest. On the other hand, the golden age of a child is also called a critical period because when the potential is not optimally and maximally stimulated, it can inhibit further growth and development. On the one hand, Indonesia must work hard to address the problem of*

*malnutrition, including stunting; however, overnourishment is on the rise., which contributes to an increase in the number of cases of Non-communicable Diseases (NCDs) in adulthood. The purpose of writing this article is to study the benefits of investing in nutrition in early childhood. Writing methods are library studies. In order to tackle the nutrition problems that have arisen, the Indonesian Government has promoted a nutrition investment programme. Comprehensive nutrition education is a nutritional education that is integrated into early childhood education as part of a nutrition investment. The adoption of comprehensive nutrition education is anticipated to be able to realize the quality of the country's future generation as well as the human resources that will ultimately be able to achieve the nation's ideals.*

**Keywords:** *education; early childhood; investment in nutrition*

## I. PENDAHULUAN

Kehidupan manusia melewati masa awal yang paling penting dan paling mendasar dalam rentang pertumbuhan dan perkembangan, yang dikenal sebagai periode usia dini. Ini adalah periode yang ditandai dengan berbagai fase penting dan penting dalam kehidupan anak, dari masa awal tumbuh kembang hingga masa akhir tumbuh kembang. Masa keemasan adalah tahapan penting yang membedakan usia dini. Semua anak memiliki tingkat pertumbuhan dan perkembangan terbaik selama periode keemasan ini. Masa keemasan anak usia dini terdiri dari fase eksplorasi, fase identifikasi/imitasi, fase peka, fase bermain, dan fase awal membangkang. Sebaliknya, anak-anak usia dini sedang dalam masa keemasan dan kritis (Indrayasa & Suryanti, 2023). Dikatakan bahwa masa kritis terjadi ketika anak-anak usia dini tidak menerima stimulasi optimal dan maksimal pada usia dini mereka, yang dapat menghambat tahapan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Masa keemasan dan masa kritis anak hanya terjadi sekali dan tidak dapat diulangi, sehingga pemenuhan gizi yang tepat diperlukan untuk mencegah gangguan tumbuh kembang anak (Suryana, 2014).

Pemerintah Indonesia berkomitmen untuk mencapai tujuan program Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) pada tahun 2030. Pembangunan anak Indonesia adalah salah satu tujuan utamanya. Salah satu tujuan yang ingin dicapai adalah menghilangkan kemiskinan anak; menghilangkan kematian akibat penyakit yang dapat disembuhkan dan kekurangan gizi; menciptakan lingkungan yang aman bagi anak-anak; memenuhi kebutuhan pendidikan anak, terutama pendidikan di usia dini; dan tujuan tambahan (BPS, 2019). Peraturan yang ditetapkan oleh Perpres No. 60 tentang Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif (PAUD-HI) tahun 2013 menetapkan sangat penting untuk memenuhi semua kebutuhan penting untuk anak usia dini termasuk kesehatan, perawatan dan gizi pendidikan dan pengasuhan, perlindungan dan kesejahteraan, agar anak dapat tumbuh dan

berkembang dengan baik. Semua orang berhak atas gizi dan kesehatan. Undang-Undang Perlindungan Anak Nomor 35 Tahun 2014, salah satu dari undang-undang tersebut menetapkan hak anak atas masalah gizi dan kesehatan, menjamin dan melindungi setiap anak Indonesia. Untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal, anak-anak harus belajar berperilaku hidup sehat, yang berarti menjaga kesehatan secara umum, termasuk makan makanan yang seimbang.

Anak usia 0-6 tahun memerlukan gizi yang seimbang, dimana hal ini diperlukan untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa masalah gizi secara signifikan muncul selama era keemasan, yang juga merupakan periode penting (Herawati, 2012). Kejadian balita pendek, atau stunting, adalah masalah gizi anak yang menjadi masalah global saat ini. Stunting, juga dikenal sebagai kerdil, adalah kondisi di mana panjang atau tinggi badan anak lebih pendek dari usianya. Kondisi ini diukur dengan mengukur standar pertumbuhan anak dan dua standar deviasi median, atau tinggi badan yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO). Banyak variabel, seperti variabel sosial ekonomi, gizi ibu selama kehamilan, penyakit pada anak dan kekurangan gizi pada anak dapat menyebabkan stunting yang merupakan masalah gizi jangka panjang (Kemenkes, 2018).

Sekitar 150,8 juta anak di bawah usia 5 tahun (22,2%) mengalami stunting di seluruh dunia pada tahun 2017. Lebih dari separuh kasus stunting global (sekitar 55%) berasal dari Asia, sementara lebih dari sepertiga terjadi di Afrika, atau sekitar 39%. Dari total 83,6 juta kasus stunting yang ditemukan di Asia, Asia Selatan memiliki kasus terbanyak yaitu 58,7% dan Asia Tengah memiliki kasus paling sedikit yaitu 0,9%. Namun demikian, kejadian stunting di Indonesia merupakan salah satu dari tiga tertinggi di kawasan Asia Tenggara/Asia Tenggara (SEAR), dengan prevalensi rata-rata 36,4% dari tahun 2005 hingga 2017. Anak yang stunting rentan terhadap penyakit dan rentan terhadap penyakit degeneratif pada usia dewasa. Gizi buruk dan stunting juga mempengaruhi kesehatan dan kecerdasan anak.

Stunting adalah kondisi dimana tinggi badan anak usia 0 sampai 59 bulan kurang dari dua standar yang berbeda dari standar rata-rata WHO. Stunting juga merupakan kondisi yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, yang memanifestasikan dirinya pada tahap penting dalam proses tumbuh kembang sejak janin lahir. Anak-anak menunjukkan beberapa tanda stunting, termasuk pertumbuhan lambat, tumbuh gigi tertunda, pendiam antara usia 8 dan 10 tahun, sedikit kontak mata, wajah terlihat lebih muda dari usia sebenarnya, tanda-tanda pubertas tertunda dan prestasi yang buruk. perhatian dan memori belajar. Terdapat beberapa

faktor yang mempengaruhi masalah gizi jangka panjang, antara lain: Status gizi ibu, sosial ekonomi selama kehamilan, penyakit bayi dan kekurangan gizi bayi.

Anak stunting akan mengalami masalah perkembangan baik dari segi fisik maupun segi kognitif di masa depan. Ini memiliki konsekuensi jangka panjang, seperti berkurangnya kesempatan untuk pendidikan yang lebih baik dan hilangnya kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih menguntungkan. Efek tambahannya adalah kemungkinan tertular penyakit tidak menular dan menjadi gemuk di usia dewasa.

Tujuan dari tulisan ini adalah untuk mengetahui lebih mendalam mengenai masalah gizi Indonesia dan upaya untuk menanganinya. Tulisan ini selanjutnya diharapkan mampu memberikan gambaran bahwa investasi gizi pada anak usia dini merupakan salah satu pilihan yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan mencegah stunting. Salah satu program investasi gizi adalah intervensi gizi sensitif, yang mencakup instruksi gizi sedini mungkin bagi orang tua, keluarga, pengasuh, dan komunitas, terutama untuk anak usia dini. Hal ini diperlukan untuk memperkenalkan anak-anak dengan gizi yang sesuai dengan usia mereka sejak dini. Sehingga diharapkan mampu mengurangi dan mencegah masalah gizi di Indonesia.

## II. METODE

Artikel ini menggunakan studi kepustakaan sebagai metodologi penelitian. Studi kepustakaan merupakan suatu metode penulisan artikel ilmiah dengan mengumpulkan informasi tentang subjek sesuai dengan judul penelitian. Informasi yang dikumpulkan didapatkan melalui buku-buku, karya ilmiah, peraturan pemerintah, literatur, dan sumber lain yang relevan dengan topik pembahasan.

## III. PEMBAHASAN

### Anak Usia Dini

Kelompok umur sejak janin dalam kandungan sampai dengan usia enam tahun. Janin berada di dalam kandungan sampai lahir, hingga 28 hari kehidupan, pada usia 1-24 bulan dan 2-6 tahun dikategorikan sebagai anak usia dini. Menurut Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini (STPPA), tahapan perkembangan anak usia dini terdiri dari: Tahapan dari lahir sampai 2 tahun (terdiri dari kelompok umur: dari lahir sampai usia lanjut dua per empat tahun, tiga hingga enam bulan, enam hingga sembilan bulan, sembilan hingga dua belas bulan, dua belas hingga delapan belas bulan dan delapan belas bulan hingga dua puluh empat bulan); dua hingga empat tahun (termasuk kelompok umur dua hingga tiga tahun dan

tiga hingga empat tahun), dan empat hingga enam tahun (termasuk kelompok usia empat hingga lima tahun dan lima hingga enam tahun) (Kemdikbud, 2014).

Anak-anak usia dini sedang mengalami fase pertumbuhan yang sangat cepat, yang sangat penting untuk fase kehidupan selanjutnya. Anak usia dini mempunyai ciri-ciri berbeda dari anak yang usianya lebih tua (Suryanti & Indrayasa, 2022). Anak-anak usia dini mempunyai beberapa ciri khas, seperti menjadi unik, berada dalam waktu yang potensial, dan relatif spontan. Mereka aktif dan energik, egosentris, ingin tahu, petualang, dan sangat imajinasi. Mereka juga mungkin mudah frustasi, dan mereka mungkin tidak memperhitungkan apa pun (Tatminingsih & Cintasih, 2016). Bayi memiliki kemampuan intrinsik yang berbeda-beda saat dilahirkan. Kemampuan ini berasal dari interaksi konstan antara keunikan anak dan pengaruh lingkungannya. Kemampuan anak-anak dimulai ketika otak mereka berfungsi. Otak beroperasi dengan baik karena hubungan antara cetakan biru genetis dan faktor lingkungan. Oleh karena itu, karena usia dini adalah fase perkembangan kecerdasan anak yang sangat penting, sangat penting untuk memanfaatkan semua stimulasi yang tersedia saat ini. Salah satu hal yang perlu dilakukan adalah menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung dalam keluarga, masyarakat, dan sekolah formal untuk mendukung keinginan ini (Suryana, 2014).

Menurut Pasal 14 UU Sisdiknas Tahun 2003 No. 20, PAUD adalah program mengupayakan pembinaan untuk anak sejak lahir hingga 6 tahun, hal ini dilakukan untuk memberikan pendidikan yang mendorong perkembangan dan pertumbuhan fisik sebagai bekal mental anak sehingga mereka siap untuk pendidikan lebih lanjut. Selain itu, Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. Pasal 35 Keputusan Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini 137 Tahun 2014 menyebutkan bahwa Program Anak Usia Dini (PAUD) adalah perpaduan antara pendidikan dan pelatihan, pelayanan perlindungan, kesejahteraan, dan nutrisi melalui Taman Kanak-kanak (TK), Raudatul Athfal (RA), Kelompok Bermain (KB), unit atau program taman kanak-kanak. Pembelajaran dilakukan melalui permainan yang interaktif, inspiratif, menyenangkan dan kontekstual. Anak belajar sesuai dengan kemampuan, minat dan perkembangan fisiknya.

### **Program Investasi Gizi di Indonesia**

Gizi terdiri dari vitamin, mineral, protein, atau zat lain yang berfungsi untuk membangun dan mempertahankan jaringan agar fungsi tubuh dapat dilakukan dengan baik (Kemendikbud, 2017). Gizi sangat penting untuk membantu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Ini karena gizi membangun otak dan organ tubuh lainnya yang

berhubungan dengan pertumbuhan dan perkembangan, berfungsi sebagai neurotransmitter, membentuk sistem kekebalan anak, dan memastikan tumbuh kembang dan kesehatan anak (Herawati, 2012). Pola makan dan nutrisi yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh disebut pola makan seimbang. Makanan seimbang adalah makanan yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan perbedaan jenis makanan, aktivitas fisik, berat badan ideal dan faktor usia. Piramida berbentuk kerucut berisi komponen utama makanan, yang disebut tiga kegunaan. *Three Guna Foods* adalah tiga jenis makanan dengan tiga kegunaan berbeda: energi, bahan bangunan dan bahan pengatur (Kebudayaan, 2017).

Indonesia saat ini menghadapi "*double burden of malnutrition*" atau yang sering disebut "beban kelebihan gizi". Di satu sisi, negara harus melakukan upaya intensif untuk mengatasi masalah gizi buruk, termasuk stunting; Di sisi lain, makan berlebihan menjadi lebih umum, yang pada gilirannya meningkatkan kejadian penyakit tidak menular (PTM) pada orang dewasa. Pemerintah telah mengembangkan berbagai program gizi untuk mengatasi masalah gizi. Dari 46 program terkait gizi yang teridentifikasi pada tahun 2015, 43 teridentifikasi di Indonesia pada tahun 2016. Diantaranya adalah empat belas program baru.

Pada tahun 2015, 13 kementerian dan lembaga mengalokasikan 5,29 dolar per orang untuk program tersebut. Gerakan nasional ini bertujuan untuk semua orang, terutama bagi wanita yang sedang hamil, anak-anak yang belum berusia dua tahun, remaja, eksekutif akademik, pemerintah dan otoritas lokal, media, komunitas bisnis, dan mitra pembangunan internasional. Dia melakukan upayanya dengan berbagai cara, seperti kampanye nasional dan regional, advokasi dan peningkatan kesadaran di semua organisasi dan sektor, pelatihan, diskusi, dan intervensi gizi secara langsung (spesifik) dan tidak langsung (sensitif). (Kemenkes, 2018).

Pemerintah Indonesia mulai melirik untuk berinvestasi dalam pemenuhan gizi. Hal ini berdasarkan Konsensus Kopenhagen tahun 2012, yang disepakati oleh para ekonom dunia bahwa investasi dalam perbaikan status gizi masyarakat adalah cara yang dianggap paling efektif untuk mengatasi masalah gizi saat ini. Kesehatan, pendidikan, dan produktivitas manusia akan meningkat secara signifikan. Terpenuhinya kebutuhan gizi dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal pada tahap kehidupan selanjutnya. Pemenuhan kebutuhan gizi dalam jangka panjang memiliki potensi untuk meningkatkan kualitas generasi penerus, yang berdampak meningkatnya keuntungan ekonomi melalui peningkatan kualitas SDM generasi mendatang (Kemenkes, 2018).

Investasi gizi meningkatkan pertumbuhan ekonomi, yang menghasilkan pemerataan pendapatan, pengentasan kemiskinan, dan penambahan lapangan kerja. Tidak peduli program

pengentasan kemiskinan, gizi merupakan indikator penting keberhasilan pembangunan. Pendekatan preventif dan promotif yang efektif akan menyelamatkan banyak uang, yang dapat digunakan untuk tujuan yang lebih produktif.

Intervensi spesifik, intervensi sensitif, dan lingkungan yang mendukung adalah tiga jenis investasi gizi yang secara bermakna dapat meningkatkan kondisi gizi. Intervensi gizi spesifik adalah bagian dari kebijakan kesehatan yang menangani penyebab langsung masalah gizi, seperti penyakit infeksi dan asupan makan. Upaya untuk mengatasi faktor-faktor diluar dasar utama masalah gizi, seperti akses ke layanan kesehatan, ketahanan pangan dan kesehatan lingkungan, pola asuh, dan sekolah, dikenal sebagai intervensi peka gizi. Ini mencakup kebijakan yang lebih luas, bukan hanya yang berkaitan dengan kesehatan, tetapi juga pertanian, pendidikan, perlindungan sosial, air dan sanitasi, dan pemberdayaan perempuan. Sektor investasi ketiga berfungsi sebagai lingkungan pendukung dan berfokus pada komponen status gizi penting seperti tata kelola, pendapatan, dan pemerataan. Ini mencakup kebijakan, undang-undang, peraturan, investasi dalam pertumbuhan ekonomi, dan pembangunan kapasitas pemerintah. (Kemenkes, 2018).

### **Investasi pada Gizi Anak Usia Dini**

Salah satu komponen investasi gizi adalah pendidikan gizi komprehensif. Pendidikan gizi komprehensif terintegrasi dalam tujuan pendidikan anak usia dini yaitu mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Yang akan memengaruhi kualitas hidup mereka di masa depan. Investasi gizi, atau intervensi gizi secara tidak langsung atau sensitif, mencakup pendidikan gizi yang komprehensif. Ketahanan pangan, akses ke layanan kesehatan, kesehatan lingkungan, dan pola asuh adalah beberapa penyebab tidak langsung masalah gizi. Intervensi gizi sensitif ini bertujuan untuk mengatasi masalah ini. Kebijakan yang berkaitan dengan intervensi gizi sensitif tidak terbatas pada kesehatan; itu juga mencakup pertanian, pendidikan, sanitasi air dan sanitasi, perlindungan sosial, dan pemberdayaan perempuan. Meskipun mereka merupakan intervensi gizi secara tidak langsung, program dan kebijakan intervensi gizi sensitif ini sangat membantu mencapai target perbaikan gizi (Kemenkes, 2018).

Keterlibatan orang tua, keluarga, wali dan pendidik dalam tersedianya layanan pendidikan anak usia dini yang berkualitas sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal (Indrayasa & Suryanti, 2020). Orangtua bisa ayah ataupun ibu, ayah angkat dan ibu angkat, atau ayah dan ibu tiri. Keluarga merupakan kesatuan sosial terkecil mencakup laki-laki dan perempuan, laki-laki dan perempuan beserta anaknya, ayah

dan juga anaknya, ibu dan anak, atau saudara sedarah sampai dengan derajat ketiga. Menurut Perpres RI No. 60 Tahun 2013, orang atau organisasi yang diberi wewenang untuk mengasuh anak disebut pengasuh (Indonesia.P.R, 2013). Guru anak usia dini adalah profesional yang bertanggung jawab atas pengasuhan, pembimbingan, pelatihan dan perlindungan anak serta merencanakan, melaksanakan, dan menilai hasil pendidikan. Guru usia dini termasuk guru PAUD, guru pendamping muda dan guru pendamping. (Kemdikbud, 2014). Diharapkan Guru usia dini memiliki pengetahuan tentang gizi dan kesehatan anak, sehingga mereka dapat menjadi panutan dan mengembangkan program gizi dan kesehatan untuk PAUD. Karena pendidik anak usia dini harus memahami peran orang tua dalam pertumbuhan anak, memahami nutrisi yang dibutuhkan anak dan cara menjaga kesehatan mereka, mampu memberikan pelayanan kebersihan penitipan anak kepada anak, mengenali dan mengelola ketidaknyamanan anak, mampu menjaga sarana bermain anak bersih, dan tetap berpenampilan rapi, bersih, dan sehat.

Penawaran nutrisi anak-anak disesuaikan dengan kebutuhan mereka. di semua tahap perkembangan. Orang tua, keluarga, pengasuh, pendidik dan pemangku kepentingan lainnya perlu memahami hal ini. Anak-anak yang makan diet seimbang sehat. Pelayanan kesehatan, dukungan gizi, dan stimulasi psikososial adalah tiga pilar pelayanan yang dapat digunakan untuk optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan. Orangtua, terutama ibu dan guru PAUD, harus tahu tentang stimulasi kesehatan, nutrisi, dan kebutuhan psikososial yang disesuaikan dengan pertumbuhan anak usia dini agar pelayanan yang tepat dan berkualitas dapat diberikan.

Peningkatan cakupan pemberian ASI eksklusif, yang dikenal sebagai cara investasi nutrisi yang sangat menguntungkan jika dilakukan secara konsisten selama satu dekade ke depan, merupakan peluang bagi orang tua untuk berperan penting dalam mencapai tujuan mengurangi penurunan minat bermain anak. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap lingkungan dan kebersihan rumah. Pendidikan gizi harus diberikan pada anak itu sendiri, serta orang tua, keluarga, dan pendidik PAUD. Pendidikan gizi yang diberikan langsung pada anak usia dini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, pandangan, dan kebiasaan anak usia dini tentang pentingnya mendapatkan gizi seimbang secepat mungkin. Pendidikan gizi diharapkan dapat membantu orang membuat kebiasaan makan makanan seimbang secara teratur. (Sum, 2019).

Dalam kurikulum usia dini tahun 2013, pendidikan tentang gizi dimasukkan ke dalam komponen perkembangan fisik. Hasil pembelajaran yang diharapkan adalah anak-anak mampu menunjukkan makanan yang bergizi dan sehat, mengenal makanan yang rusak dan

basi, mampu menyebutkan pilihan makanan yang seimbang, dan mampu mengelola stok makanan di tempat sebelum dan sesudah makan. Ada banyak cara untuk memberikan pendidikan gizi kepada anak usia dini, seperti bercerita, bernyanyi, menggambar, bermain peran, keterlibatan langsung atau demonstrasi anak, serta dalam bentuk proyek. Pedoman Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini 2013 mencakup beberapa kegiatan, seperti: 1) menceritakan tentang makanan yang disukai; 2) mengumpulkan, potong, dan tempel foto makanan yang populer; 3) menggambar dan mewarnai gambar untuk membuat buku kecil; 4) menampilkan contoh makanan basi; 5) menentukan tanggal kadaluarsa makanan; 6) membuat menu yang seimbang dengan memotong dan menempel foto ke dalam brosur. 7) membuat makanan dari plastisin; 8) melihat dan mengetahui bahan makanan di antara tanya jawab yang berkaitan dengan memasak; 9) memasak dan menyiapkan makanan; 10) mendengarkan dan melihat menu; 11) menyiapkan dan membersihkan tempat makan; dan 12) menceritakan kembali kegiatan memasak di antara pertanyaan guru. Metode yang menarik dan interaktif mendorong anak untuk memahami pentingnya pendidikan gizi (Kurnia, 2015).

#### **IV. PENUTUP**

Masalah gizi di masyarakat dapat berdampak buruk pada kualitas kehidupan sumber daya manusia. Sebenarnya, situasi ini dapat dicegah melalui program gizi yang dirancang oleh pemerintah yang memprioritaskan anak-anak dari kehamilan hingga enam tahun. Periode keemasan anak adalah saat pertumbuhan dan perkembangan anak mencapai puncaknya dengan stimulus yang ideal. Di sinilah pendidikan gizi sejak usia dini sangat penting bagi orang tua, keluarga, pengasuh, dan anak-anak untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi untuk kehidupan manusia. Pendidikan gizi yang menyeluruh diharapkan dapat meningkatkan kualitas generasi berikutnya dan menciptakan sumber daya manusia yang dapat mewujudkan cita-cita bangsa.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- BPS. (2019). *Profil Anak Indonesia 2019*.
- Herawati, N. (2012). *Pedoman dan Bahan Ajar Diklat Berjenjang PTK Program Gizi dan Kesehatan Anak Usia Dini*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Indonesia.P.R. (2013). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 2013*.
- Indrayasa, K. B., & Suryanti, P. E. (2020). Keterlibatan Orang Tua Dalam Kegiatan Kreatif Anak Usia Dini Selama Belajar Dari Rumah. ... *Jurnal Pendidikan Anak Usia* ..., 5(2),

- 180–190. <http://www.ejournal.ihdn.ac.id/index.php/PW/article/view/1759>
- Indrayasa, K. B., & Suryanti, P. E. (2023). Chai's Play, Aplikasi Parenting dan Permainan Milenial untuk Aktivitas Tumbuh Kembang Anak Usia Dini: *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 64–75.
- Kebudayaan, K. dan P. (2017). *Layanan Kesehatan, Gizi dan Perawatan*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kemdikbud. (2014). *Permendikbud No. 137 Tahun 2014*.
- Kemenkes, P. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*.
- Kurnia, R. (2015). Pendidikan Gizi Untuk Anak Usia Dini. *Educhild*, 4(2), 109–114.
- Sum, T. A. (2019). Pentingnya Pendidikan Kesehatan dan Gizi Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Smart PAUD*, 2(1), 43–46.
- Suryana, D. (2014). *Hakikat Anak Usia Dini*. In *Dasar-Dasar Pendidikan TK*. Universitas Terbuka.
- Suryanti, P. E., & Indrayasa, K. B. (2022). Mendukung Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Mendongeng di Masa Belajar dari Rumah. ... *Pendidikan Anak Usia Dini*, 3, 101–110. <http://stahnmpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/JPAUD/article/view/2417/0>
- Tatminingsih, S., & Cintasih, I. (2016). *Hakikat Anak Usia Dini*. In *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*.