

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari berbagai uraian yang telah penulis bahas dari awal hingga akhir tentang pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya, maka penulis dapat menarik kesimpulan yang berkaitan dengan permasalahan yang penulis kemukakan. Adapun beberapa kesimpulan yang dapat penulis ambil antara lain:

1. Pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya, yang melibatkan wali murid dalam pengenalan gizi seimbang yang diadakan setiap hari rabu yang dilakukan secara tatap muka langsung. sudah berada di tahap Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Ini dibuktikan dengan hasil observasi pada anaka yang menunjukkan bahwa anak mulai mengkonsumsi makanan yang bergizi dan dikreasikan oleh ibunya sehingga anak menjadi tertarik untuk memakannya.
2. Dampak dari pengenalan gizi seimbang terhadap anak usia dini berdampak sangat baik atau berkembang sesuai harapan, karena

adanya dukungan kepala sekolah dan dewan guru karena telah melibatkan wali murid dalam Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya sehingga Orang tua dapat membuat kreasi makanan yang menarik dikonsumsi sehingga anak memiliki gizi yang seimbang. Karena anak-anak akan terbiasa untuk memilah dan memilih apa yang ia makan, anak juga akan mengetahui manfaat dari mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi walaupun jika anak tersebut kurang menyukai makanan seperti sayuran dan lain sebagainya. Dari pembiasaan pengenalan makanan sehat dan bergizi sejak dini akan membentuk karakter serta kepribadian anak untuk memiliki pola hidup sehat, baik dan teratur.

Dengan adanya pengenalan gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan dapat menunjukkan dampak yang positif untuk perkembangan pertumbuhan dan pengetahuan anak usia dini, baik perkembangan fisik, maupun psikis yang dapat menunjang berjalannya proses pendidikan anak usia dini.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil dan kesimpulan peneliti yang telah diuraikan diatas, maka dalam usaha untuk meningkatkan pengenalan tentang gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan yaitu sebagai berikut:

### **1. Bagi Pendidik/ dewan guru**

Pendidik dalam pelaksanaan program dapat lebih menambah pengetahuan tentang makanan gizi seimbang sehingga dalam pelaksanaan pendidik lebih mengerti tentang apa yang sedang dilaksanakan. Sedangkan dalam menyusun menu-menu untuk anak-anak lebih kreatif dengan pengetahuan tersebut. Baik dalam takaran gizi seimbang, tujuan dan manfaat gizi seimbang untuk anak usia dini. Sehingga dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dalam program pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan dapat terlaksana dengan baik, maksimal dan optimal.

### **2. Bagi Orang Tua**

Hendaknya lebih menjalin lagi komunikasi dengan guru dan pihak sekolah. Agar para orang tua lebih peduli terhadap

program-program kegiatan pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini Karena keterlibatan orang tua didalam sekolah sangat diperlukan, terutama pada program pengenalan gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan orang tua sangat dibutuhkan.

### 3. Bagi Anak

Lebih semangat lagi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam kelas dan menyadari tentang pentingnya makanan dengan gizi yang seimbang.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti terkait program pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan, sebaiknya mengkaji lebih dalam lagi tentang gizi seimbang, cara mengkreasikan makanan, pengaruh gizi seimbang bagi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik baik perkembangan fisik maupun psikis dan juga bagi penunjang proses kegiatan pembelajaran di lembaga pendidikan anak usia dini dan sebaliknya menggunakan metode dan jenis penelitian kuantitatif agar dapat mendapatkan hasil penelitian yang lebih optimal.