

<i>Jurnal Warna : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia dini.</i>		
<i>September 2023. Vol 08. No. 02</i>		
<i>Received: Juli 2023</i>	<i>Accepted: Juli 2023</i>	<i>Published: September 2023</i>
<i>Article DOI: 10.24903/jw.v%vi%i.1342</i>		

HUBUNGAN ANTARA NUTRISI DAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA ANAK USIA DINI

Riza Wahyu Utami

Universitas PGRI Argopuro Jember
rizawahyuutami@gmail.com

ABSTRAK

Makanan merupakan kebutuhan dasar manusia, yang membutuhkan ketelitian dan kehati-hatian dalam memilih makanan sehari-hari. Keberhasilan pelaksanaan program pemberian makan anak usia dini untuk pemenuhan kebutuhan nutrisi sangat tergantung pada peran orang tua. Orang tua harus memiliki keahlian dan pengetahuan dalam mengolah makanan dan mengelola gizi anak. Sehingga perkembangan tingkat kecerdasan emosi anak diperoleh secara sempurna. Pemberian makanan sehat pada anak merupakan pendukung utama dalam memenuhi gizi pada proses pertumbuhan dan tingkat perkembangan sosial-emosional. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana pola penyediaan makanan dalam rangka membangun kecerdasan emosional anak usia dini. Pemberian makanan bergizi seimbang untuk anak akan meningkatkan kecerdasan emosi dalam optimalisasi proses belajar karena bisa menambah semangat dan konsentrasi di kelas. Setiap anak memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda-beda dan itu tergantung dari tingkat aktivitas, tinggi badan, berat badan, dan kekebalan. Salah satu perbedaan bisa dilihat berdasarkan aktivitas antara anak aktif dan pasif sehingga kebutuhan kalori tentu berbeda saat anak melakukan aktivitas.

Kata Kunci: Perkembangan, Sosial Emosional, Anak Usia Dini

ABSTRAC

Food is a basic human need, which requires accuracy and caution in choosing daily food. The success of implementing an early childhood feeding program to meet nutritional needs is very dependent on the role of parents. Parents must have skills and knowledge in processing food and managing children's nutrition. So that the development of the child's level of emotional intelligence is achieved perfectly. Providing healthy food to children is the main support in fulfilling nutrition in the growth process and level of social-emotional development. The aim of this research was to find out how the pattern of providing food is in order to build emotional intelligence in early childhood. Providing balanced nutritious food for children will increase emotional intelligence in optimizing the learning process because it can increase enthusiasm and concentration in class. Every child has different nutritional needs and it depends on their activity level, height, weight and immunity. One difference can be seen based on the activity between active and passive children so that calorie needs are certainly different when children do activities.

Keywords: developmental, social emotional, early childhood

PENDAHULUAN

Kelangsungan dan masa depan sebuah bangsa sangat dipengaruhi oleh “kanak-kanak” sebagai generasi penerus bangsa. Sehingga, “anak” memiliki peran strategis dalam menjamin tingginya kualitas hidup bangsa dan negara. Awal pertumbuhan usia manusia adalah masa perkembangan emas karena saat itu merupakan periode penting bagi pembentukan memori, kepribadian, otak, dan aspek-aspek lainnya. Sehingga kualitas hidup manusia pada usia dini, memiliki makna dan pengaruh yang luar biasa terhadap kehidupan masa depan. Dalam kondisi gizi baik atau gizi optimal, adalah situasi yang didapatkan ketika tubuh manusia mendapatkan zat-zat gizi yang dibutuhkan dan dapat digunakan secara efisien (Almatsier, 2010:9).

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada periode tahun 2007 hingga 2010, secara konsisten menunjukkan bahwa rata-rata asupan kalori dan protein anak balita masih di bawah Angka Kecukupan Gizi (AKG). Menurut WHO, anak berstatus gizi kurang atau buruk (*underweight*) berpotensi kehilangan kecerdasan atau *intelligence quotient* (IQ) sebesar 10- 15 poin, hal tersebut diukur berdasarkan berat badan terhadap umur (BB/U) dan pendek atau sangat pendek (*stunting*)

berdasarkan pengukuran tinggi badan terhadap umur (TB/U) yang sangat rendah (Anonim, 2011:10).

Anak kurang bergairah dan mudah mengantuk, mengalami hambatan dalam proses belajar yang kemudian akan menurunkan prestasi belajarnya, serta akan mengurangi daya pikir anak, hal ini disebabkan karena tidak optimalnya pertumbuhan otak. Secara umum, hal tersebut disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi dan gizi yang seimbang (Subini, 2011).

Berdasarkan data awal diketahui bahwa di Indonesia terjadi tren tidak optimalnya perkembangan emosional anak usia dini, sehingga harus dijadikan perhatian khusus dan mendesak. Karena hal tersebut menjadikan anak mengalami hambatan kasih sayang, cemburu, benci dan takut serta gangguan motivasi (Mashar, 2011). Kestabilan emosi akan membantu perkembangan proses pembelajaran.

Kecerdasan emosi hakikatnya merupakan dorongan untuk melakukan sesuatu dengan menggunakan perencanaan seketika menemukan solusi pada masalah yang dihadapi (Goleman, 2015). “Emosi” berawal dari kata “movere” (latin) yang memiliki arti “menggerakkan; bergerak”, kemudian adanya awalan “e” yang berarti “bergerak menjauh”, hal tersebut menyebabkan pergeseran arti menjadi

adanya kecenderungan bertindak yang merupakan perwujudan dari emosi seperti halnya perasaan amarah (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan negatif terhadap lingkungan), cinta (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan kasih sayang terhadap lingkungan), ketakutan (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan phobia terhadap lingkungan), kebahagiaan (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan ceria dan bersuka ria), terkejut dan jijik (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan apatis terhadap lingkungan) serta rasa sedih (diwujudkan dalam tindakan yang berkecenderungan menampakkan turunnya gairah bermain dan menyendiri).

Menurut Drever dalam *Dictionary of Psychology*, arti kata emosi merupakan kompleksitas seseorang meliputi napas sebagai bentuk perubahan badaniah dan detak jantung serta adanya perubahan sistem kelenjar hormon dan kondisi mental sebagaimana “kegembiraan” ditandai adanya perasaan yang kuat yang disertai dorongan mengacu dalam bentuk perilaku. Apabila perubahan emosi terjadi terus-menerus, akan berakibat terganggunya fungsi intelektual (Larazus, 1991:36). Hal penting yang perlu menjadi perhatian terhadap terjadinya perubahan emosi respon dari perubahan badani, hal ini

terjadi karena adanya situasi yang menakutkan atau membingungkan, serta timbulnya persepsi terhadap perubahan fisiologis (William James, 1987).

Hal senada dikemukakan Carl Lange dan selanjutnya teori ini diperkenalkan menjadi teori James-Lange. Menurut Walter Cannon, thalamus adalah merupakan kejadian yang disebabkan oleh emosi, yaitu bagian inti dari pusat otak. Menurut Canon, thalamus merespon stimulus untuk membangkitkan emosi melalui pengiriman impuls secara bersamaan pada seluruh bagian-bagian tubuh termasuk pada korteks cerebral; penyebab adanya perasaan emosional adalah adanya kebangkitan sistem saraf simpatis dan kebangkitan korteks. Teori ini dikenal dengan teori Cannon-Bard yang dikembangkan oleh Bard (Atkinson, et.al. 2010:83).

Sedangkan menurut Markam, bahwa Emosi merupakan respon ketenangan, keterangsangan atau ketertekanan terhadap adanya stimulus dari luar atau dalam tubuh yang dicirikan adanya perubahan fungsi sistem saraf otonom dan perilaku serta pengalaman yang disadari (Markam, 2009). Meskipun ada sejak lahir, terjadinya perkembangan dan perubahan emosi disebabkan adanya faktor pengalaman, faktor pembelajaran serta faktor kematangan. Ketiga faktor tersebut tidak

berdiri sendiri, meskipun demikian, faktor pembelajaran adalah faktor terpenting untuk perkembangan emosi anak usia dini, hal tersebut disebabkan bahwa proses pembelajaran adalah faktor merupakan faktor yang bisa dikendalikan (Hurlock, 2013).

Meskipun demikian, terhadap masa kritis perkembangan emosi pada anak, faktor kematangan tetap merupakan faktor penting, hal ini berkaitan dengan kesiapan anak menerima sesuatu dari luar. Pemberian stimulasi yang tepat dan optimal kepada anak, akan mempengaruhi Kematangan Emosi anak (Mashar, 2011). Pada usia pra sekolah, anak mengalami perkembangan emosi yang lebih kompleks dengan dimulai dari adanya perasaan bangga, malu dan bersalah serta adanya empati (Hurlock, 2013).

Secara umum, luapan emosional anak merupakan ungkapan yang menyenangkan dengan cara tertawa dengan riang, mengejangkan tubuh atau berguling-guling di lantai serta menggeliat; dan biasanya hal ini merupakan implementasi dari dorongan emosi yang selama ini ditahan. Pola emosi pada anak pada awal masa kanak-kanak, secara umum sepola dengan awal masa kanak-kanak, misalnya takut, iri hati, amarah, kasih sayang, cemburu, gembira, takut dan rasa ingin tahu. Perbedaannya adalah, situasi

pembangkit emosinya dan bentuk ungkapan emosinya. Perbedaan tersebut adalah merupakan respon dari faktor pengalaman dan faktor belajar serta faktor pematangan diri.

Perbedaan anak-anak lebih muda dengan yang lebih besar ketika menghadapi perubahan emosi yang ekstrim, nampak pada cara luapan emosi. Memuncaknya emosi merupakan tidak stabilnya emosi anak, dan pada periode ini anak menjadi sulit dikendalikan. Tingginya tingkat emosi anak, secara umum akan dialami anak ketika awal memulai sekolah.

Secara umum, faktor Pembelajaran dan emosi adalah kesalahan besar dan ajakan untuk tidak mengerjakan sesuatu dengan berbagai alasan dan motivasi serta kemauan untuk melakukan tindakan tertentu (LeDoux, 1966). Menurut Antonio Damasio, Daniel Goleman, dan James Zull, sebenarnya emosi dipengaruhi oleh pikiran, akan tetapi bisa muncul secara mendadak tanpa disadari. Sehingga disimpulkan tentang emosi adalah; a) emosi berbasis otak, b) adanya jalinan saraf yang menghubungkan kecerdasan dengan emosi, c) bahwa kemampuan membuat suatu keputusan dan kemampuan belajar dipengaruhi emosi secara mutlak, dan d) emosi terintegrasi dengan proses belajar-mengajar (Connel, 2004:140).

Kemampuan merasakan dan mengimplementasikannya dalam luapan tenaga secara atraktif dan emosional yang ditunjukkan secara aktif merupakan hubungan dari pemacuan sumber energi dan perolehan informasi serta pengaruh-pengaruh yang sebenarnya sangat manusiawi dilakukan, hal ini secara umum disebut Kecerdasan Emosi (Cooper dalam Cooper dan Ayman Syawaf, 2002).

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan mengendalikan emosi, mengelola emosi dan memberikan motivasi pada diri sendiri, serta bagaimana mengenali emosi orang lain, dan juga dalam membina hubungan atau berinteraksi sosial (Goleman, 2015). Sebagai penggunaan emosi, Kecerdasan Emosi akan bekerja melalui berpikir untuk menuntut perilaku dengan menggunakan cara yang dapat dilakukan (Weisinger, 2006). Keinginan seseorang tentang memberi melalui kesadaran diri (pembentuk kecerdasan emosional) merupakan bentuk yang menggambarkan seseorang sedang berada dalam Kecemasan. Kemampuan menerima dan mengekspresikan serta mengimplementasikan emosi dalam bentuk tindakan, kemudian menyatukan emosi dalam pikiran, pemahaman dan alasan dengan emosi dan mengatur emosi diri sendiri dan dengan orang lain disebut Kecerdasan Emosi (Mayer,

Salovey dan Caruso, 2011).

Kecerdasan emosional yang berbentuk pengendalian amarah, empati, disukai, kemandirian, mengungkapkan dan memahami perasaan, kemampuan adaptasi, kemampuan memecahkan masalah pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, sikap hormat dan keramahan. Sedangkan elemen Kecerdasan Emosi adalah: menolong orang lain, pengelolaan emosi, berkomunikasi, memotivasi diri dan kesadaran diri (Weisinger; 2006).

Kecerdasan emosional anak dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi, maka perlu adanya pengawasan terhadap makanan yang tidak diperbolehkan atau diperbolehkan untuk dikonsumsi. Makanan yang berbahaya untuk kecerdasan emosi anak antara lain makanan yang mengandung pewarna dan pemanis serta perasa buatan. Oleh karena itu, anak diharuskan mengonsumsi gizi seimbang. Contoh menu makanan gizi seimbang adalah makanan yang berbahan segar dan alami semisal sayuran beku, ikan dan. Dilain sisi peningkatan kecerdasan anak memerlukan keseimbangan antara otak kiri dan kanan. Sehingga orang tua harus merangsang dan meningkatkan koneksi antar sel otak anak melalui pola pengasuhan demokratis (Ratna Dewi Pudjiastuti, 2011).

Pada umumnya, orang tua saat ini

tidak mempunyai cukup waktu untuk menyediakan makanan sehat dengan gizi seimbang untuk anak-anaknya, sehingga penyediaan makanan cepat saji menjadi solusi utamanya. Biasanya untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak para orang tua menyiapkan *sandwich* yang berisi daging cincang dan irisan mentimun segar.

Perubahan fisik yang merupakan hasil kenormalan kematangan fungsi fisik anak sehat pada waktu tertentu adalah yang disebut dengan pertumbuhan. Sedangkan pertumbuhan tubuh secara bertahap dan peningkatan fungsi sempurna disebut perkembangan. Dua hal tersebut, Perkembangan dan Pertumbuhan pada anak adalah peristiwa yang berkaitan. Dalam konsep tumbuh kembang anak, pertumbuhan diarahkan pada kepastian perkembangan fisik dari masa kanak-kanak hingga dewasa, dari pendek ke tinggi. Sehingga anak sangat membutuhkan Pegangan gizi seimbang dengan cara meningkatkan kuantitas dan kualitas edukasi gizi seimbang. Hal ini karena pendidikan gizi pada anak usia sekolah adalah merupakan cara efektif mengubah sikap dan pengetahuan anak terhadap konsumsi makanan. Meskipun mengubah perilaku Anak usia sekolah lebih mudah dibandingkan pada orang dewasa, maka peran *parenting* sangat penting untuk menstimulasi bakat anak (Dinda, 2013).

Guna pemenuhan gizi seimbang anak, hendaknya para orang tua membawakan makanan pada anak saat berangkat sekolah sehingga kebutuhan gizi anak dapat tercukupi serta tidak membelanjakan uangnya untuk jajan sembarangan. Hal tersebut dikarenakan makanan ringan yang dibeli tidak dijamin untuk pemenuhan kecukupan gizinya.

Agar jajanan anak dapat memenuhi kualitas gizinya, sebaiknya orang tua melakukan koordinasi dengan pihak sekolah (guru) agar dapat memberikan opsi makanan yang bergizi untuk anak. Melalui kegiatan berbagi makanan yang baik dan sehat ketika istirahat antara anak dan guru. Dengan demikian diharapkan akan memberikan nilai tambah dalam mengedukasi anak sejak usia dini. Dan juga, anak akan mendapatkan suasana yang membahagiakan dan menenangkan, sebagai contoh melalui kegiatan saling tukar-menukar makanan, dan anak juga bisa diminta untuk menceritakan tentang makanannya.

Kepraktisan bekal makanan anak merupakan syarat utama di samping pemenuhan gizi seimbang, baik dalam tata cara memakannya maupun kemasan dan bentuk olahan. Sehingga makan siang anak pada jam istirahat sekolah hanya berupa satu piring, yaitu terdapat kandungan gizi lengkap di dalam satu

piring Kotak Makan (mengandung karbohidrat, protein, lemak, mineral, zat besi dan vitamin). Sebagai contoh adalah telur dan nasi goreng (terdiri dari nasi sebagai karbohidrat, telur atau protein hewani lainnya, sayur mayur sebagai sumber vitamin dan mineral serta minyak yang banyak mengandung lemak).

Sayuran yang baik untuk bekal ; a) Selain Nasi, sayur bayam bisa disarankan sebagai pelengkap. Manfaat Sayur Bayam bermanfaat meningkatkan kekebalan tubuh. Hal ini karena Bayam mengandung magnesium dan vitamin E yang berguna untuk meningkatkan imunitas anak; b) sayur tumis brokoli goreng. Sayur Brokoli berguna untuk memperkuat kekebalan tubuh, mencegah kanker, kesehatan jantung dan menjaga kesehatan mata; c) Telur dadar yang berbahan dasar telur dan bisa ditambahkan dengan sayuran sehat di dalamnya, seperti tomat, jagung, bawang merah dan putih, bayam.

Macam dan jenis bekal yang bisa diberikan pada anak usia dini adalah ; a) Untuk pemenuhan kebutuhan lemak harian. Sumber lemak untuk anak adalah daging, minyak, keju, kacang-kacangan dan mentega. Lemak bagi anak agar pada saat belajar bisa tetap berenergi dan lebih mudah berkonsentrasi; b) memberikan minuman sehat (susu dan air putih). Secara umum, kebutuhan anak adalah 2-

3 gelas per hari. Sebagai alternatif bagi anak yang tidak menyukai susu adalah dengan menyediakan jus buah asli buatan non perasa buatan; c) menambahkan sayuran segar dan buah-buahan. Karena buah dan sayuran kaya nutrisi yang berupa kandungan vitamin dan makanan berserat, maka berikan sayuran dan buah 300-400 gram per hari. Buah dan sayuran yang dimaksud di atas seperti halnya: bayam, brokoli dan wortel. Agar nutrisi anak dapat terlengkapi secara sempurna, maka bekal anak dapat ditambahkan biji-bijian.

Untuk pemenuhan gizi seimbang anak maka bekal anak seharusnya terdiri dari daging atau makanan berprotein, buah-buahan, biji-bijian, susu atau produk susu olahan dan tentu saja sayuran. RA Dharma Wanita Balung adalah lembaga edukasi anak usia dini, yang di beberapa sekolah lain memberikan keluasan untuk memberikan berbagai bekal dan persiapan menuju pembelajaran di sekolah dasar (RA Dharma Wanita Balung, 2023;11).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang merupakan penelitian studi kasus. Landasan teoritis dijadikan pedoman penelitian sesuai dengan fakta yang ada di lapangan. Selain itu, landasan teori juga berguna

sebagai acuan terkait latar belakang, tempat, waktu dan suasana penelitian serta bahan yang dibahas dari hasil penelitian. Penggunaan metode kuantitatif diimplementasikan untuk memulai penelitian dilakukan dari teori ke data, kemudian diakhiri penerimaan (*setuju/agree*) atau penolakan (*disagree*) terhadap penggunaan teorinya. Sehingga penelitian ini dimulai dari kajian teoritis, kemudian sebagai dasar, dilanjutkan dengan memanfaatkan bahan yang tersedia, dan selanjutnya diakhiri dengan simpulan.

Sumber data penelitian kualitatif deskriptif adalah melalui wawancara atau tanya jawab. Sumber yang dapat digunakan dalam penelitian adalah : Kepala Sekolah, para pengajar dan wali murid di RA Dharma Wanita Desa Balung, Kecamatan Balung, Kabupaten Jember. Lokasi penelitian di RA Dharma Wanita Desa Balung, Kecamatan Balung, Kabupaten Jember.

Metode pembelajaran, Dalam RA Dharma Wanita ini menggunakan ajaran Islam dalam proses belajar mengajarnya. Pembelajaran rutin yang digunakan dalam RA Dharma Wanita Balung adalah : shalat, berdoa saat masuk dan pulang sekolah, hafalan shalat, hafalan *Jus ama'*, shalat Dzuh berjamaah dan kegiatan lainnya. Ada tiga guru pengajar di RA Dharma Wanita. Jumlah siswa kurang dari 25 orang yang mayoritas

berasal dari lingkungan sekitar Desa Balung, Kecamatan Balung, Kabupaten Jember.

Sumber data primer diperoleh melalui wawancara dan observasi langsung di lokasi penelitian. Sumber data penelitian ini adalah Kepala Sekolah, para Pengajar dan Wali Murid RA Dharma Wanita Desa Balung Kecamatan Balung Kabupaten Jember. Sumber data sekunder diperoleh melalui dokumentasi yang ada di sekolah.

Teknik Analisis Data dari hasil wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang keterlibatan pengajar atau guru dalam melakukan pemantauan perkembangan gizi anak. Penelitian ini, menggunakan metode tanya jawab secara terstruktur dimana pewawancara telah menyiapkan masalah dan pertanyaan yang akan diberikan kepada responden.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data siswa/siswi TK “B” tahun ajaran 2021-2022 sebagai berikut :

Tabel. 1 standar WHO tentang tinggi dan berat badan berdasarkan kelompok usia

	Lelaki	Perempuan
Jumlah	24 Anak	35 Anak
Rerata Usia	60 Bulan	60 Bulan
Rerata TB	121 cm	122 cm

Rerata BB	18,2 kg	18,1 kg
-----------	---------	---------

Sumber : Diolah dari data primer

Dari tabel di atas, setelah dibandingkan dengan standar WHO tentang tinggi dan berat badan berdasarkan kelompok usia, maka dapat diketahui bahwa rerata siswa di RA Dharma Wanita Balung masuk dalam kategori normal. Meskipun Tinggi dan Berat Badan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu ; kehamilan, kesehatan selama hamil, jenis kelamin, ASI atau susu formula, hormon, obat-obatan, masalah kesehatan, kondisi genetik, dan faktor tidur. Akan tetapi, dalam penelitian ini, faktor-faktor tersebut di atas diasumsikan dalam kondisi normal, sehingga yang mempengaruhi Tinggi dan Berat Badan Siswa adalah karena faktor kecukupan Gizi

Angka Kecukupan Gizi yang diperoleh siswa di RA Dharma Wanita Balung dihasilkan adanya program-program yang dilakukan yaitu : 1) Pelatihan dan Pencerahan secara berkala kepada Terhadap Wali Murid berkaitan dengan kebutuhan gizi anak dan cara mencukupinya (Kerjasama RA Dharma Wanita dengan PKK Kecamatan dan Posyandu), 2) Pemberian Makan Sehat kepada siswa-siswi, dan 3) Adanya gerakan minum susu dan makan ikan bagi siswa yang dilakukan dua kali seminggu.

Dalam pertemuan yang secara rutin dilakukan setiap dua minggu antara pihak Yayasan RA Dharma Wanita, Guru dan Wali Murid, selalu menghadirkan ahli gizi dan ahli kesehatan anak serta ahli pendidikan anak usia dini sebagai nara sumber. Dari pertemuan tematik tersebut, seluruh peserta mendapatkan pemahaman tentang penyiapan dan pengelolaan tumbuh kembang anak secara optimal dengan memanfaatkan bahan serta infrastruktur yang tersedia di lingkungan sekitar, terutama untuk penyiapan makan sehat sesuai nutrisi yang dibutuhkan oleh anak. Dari program kegiatan tersebut di atas, dampak yang diperoleh adalah adanya perubahan pola pikir wali murid terhadap pentingnya pemenuhan gizi anak terutama di usia emas (antara 0 bulan – 120 bulan).

Karena pentingnya penyiapan generasi penerus bangsa terutama terhadap pemenuhan kebutuhan gizi anak, maka program di atas dilakukan dengan cara bekerja-sama dengan berbagai pihak yang mempunyai kepedulian yang sama terhadap penyiapan kualitas terbaik bagi generasi penerus bangsa. Hal tersebut dilakukan karena minimnya ketersediaan anggaran yang dimiliki RA Dharma Wanita dan adanya kondisi bahwa rerata Kondisi Pendapatan Wali Murid yang berada di bawah Upah Minimal Kabupaten

Jember.

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil Penelitian dan Pembahasan di atas, untuk mendapatkan kualitas generasi penerus bangsa yang memenuhi standar WHO yaitu : 1) harus terjalin kerjasama yang baik antara sekolah, wali murid dan para pihak untuk dapat memberikan kecukupan gizi sesuai yang dibutuhkan oleh siswa sebagai generasi penerus bangsa, b) dibutuhkan keterlibatan pemerintah yang lebih intens khususnya Pemerintah Daerah dalam penyediaan program-program pemenuhan gizi bagi anak-anak di usia emas (0 bulan – 120 bulan), dan c) perlu dibentuk relawan-relawan untuk membantu kinerja Bidan-bidan pemerintah dalam rangka pemenuhan gizi bagi anak-anak di usia emas.

Saran

Hasil Penelitian dapat digunakan sebagai rujukan dan referensi bagi Sekolah-sekolah di tingkat Paud, TK, SD dan SMP agar mendapatkan inspirasi berkaitan dengan pembuatan program untuk pemenuhan gizi peserta didik. Hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan dasar bagi Bappenas, Bappeda Provinsi dan Bappeda Kabupaten/Kota untuk mengembangkan program Pemenuhan Gizi Bagi Anak di Usia Emas (0 Bulan – 120 Bulan).

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2010
- Anonim. Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2011-2015, Jakarta: Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, 2011
- Atkinson, R. L. (2010). Pengantar psikologi. (W. Kusuma, Trans.) Tangerang: Interaksa.
- Connel, Helen. 2004. Reformasi Pendidikan, Jakarta: Kalimah.
- Cooper, Robert, K dan Ayman Syawaf. 2002. Executive EQ Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Daniel Goleman. 2015. Kecerdasan Emosional. Jakarta : PT Gramedia
- Depkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Dinda A. Pengetahuan Ibu Tentang Stimulasi Perkembangan dengan Tingkat Perkembangan Motorik Halus Pada Masa Pra Sekolah (3-6 Tahun). Jurnal Universitas Brawijaya Malang. 2013.
- Hurlock, E. (2013). Psikologi perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- James, William, The Varieties of Religious Experience, dalam "Writings 1902-1910", Literary Classics of the United States, Inc., New York 1987
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. Stress appraisal and coping. Newyork : Springer Publishing Company.Inc.
- LeDoux, Joseph. (2011). The Emotional Brain/Penopang Misterius bagi Kehidupan. Yogyakarta: Pustaka Baca.

<i>Jurnal Warna : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia dini.</i>		
<i>September 2023. Vol 08. No. 02</i>		
<i>Received: Juli 2023</i>	<i>Accepted: Juli 2023</i>	<i>Published: September 2023</i>
<i>Article DOI: 10.24903/jw.v%vi%i.1342</i>		

Markam, Soemarmo. Dasar-dasar Neuropsikologi Klinis. Jakarta: CV. Sagung Seto, 2009

Mashar, Riana. Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011

Pudjiastuti, Ratna Dewi. 2013. Penyakit-Penyakit Mematikan. Yogyakarta: Nuha Medika

RA Dharma Wanita Balung. Buku pedoman Siswa Anak Usia dini. 2023.

Sternberg , Robert J. & Kaufman, Scott Barry, The Cambridge Handbook Of Intelligence, New York: Cambridge University Press, 2011

Subini, Nini, Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. Jakarta, PT. Buku Kita: 2011

Weisinger, H. 2006, Emosional Intelegence at Work: Pemandu Pemikiran Anda Untuk Meraih Kesuksesan. PT Bhuana Ilmu Populer. Jakarta.